

# 《生命乐章 开启人类自我疗愈的大门》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年01月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787504479440

## 编辑推荐

《生命乐章(开启人类自我疗愈的大门)》是中药世家台湾酵素林\*\*代传人“生命乐章”疗法\*\*导师杨中武的首部力作。它是一部可以提升人体能量、排除身心灵毒素的真我之作。本书将带你走进自我疗愈的天堂，远离亚健康，拜托疾病，享有身体与心灵的富足。

## 内容简介

《生命乐章(开启人类自我疗愈的大门)》一书详细的描述了杨中武老师红枫园疗法《生命乐章》课堂中各种所得。读这《生命乐章(开启人类自我疗愈的大门)》，可以在我们在走近自己内心深处的同时，将身体的每个方面都调整得更好。并且，我们还会发现，原来每一种疾病的产生都是有其原因的，更重要的是，我们还可以用一些简单、易行、有效的方法来\*程度地阻止、预防大部分疾病的产生和继续，并获得长久的健康。

## 作者简介

杨中武，中国问疗、饮疗第一人，中国身心灵排毒第一人，中国酶医学应用第一人，华人快乐健康教育第一，现代中医全液体食物疗法第一人，中医世家、台湾酵素林第一代传人，《红枫园》疗法创始人，《生命乐章》、《生命师章》、《生命上师》导师，药师佛法门实修讲师，《赢家大讲堂》健康栏目唯一特聘专家，畅销书《生命乐章》作者。

他，出生在中草药之乡，家中世代种植中草药，乐善好施的父母经常用祖传方法帮人治疗各种疾病。

他，从小耳濡目染，沉浸在家族的医药古籍中。在抗美援朝战争中，祖传的自我康复技巧几度将父亲和战友从死神边上带回。长大后，看到无数人饱受身心问题困扰，他立志从事健康事业。

他，踏上了寻找的路，师从\*的大师学者，他的足迹遍布全球数所知名学府；他运用所学创立《生命乐章》，阐述生命意义，探索青春长寿的不二法门；他发下宏愿：传播爱与健康，让天下所有人都拥有活力人生。

## 目录

### 上篇“心”的旅程

第1乐章 思维、记忆与健康

第2乐章 信念的力量

第3乐章 恐惧的危害

第4乐章 思想里的标签

第5乐章 身心语言暗示

第6乐章 笑容是幸福之根

第7乐章 情绪与身心健康的奥秘

第8乐章 情绪的管理与应用

第9乐章 心态的转变

### 中篇“身”的奥秘

第10乐章 水是生命之源

第11乐章 身体里不会哭的“器官”

第12乐章 病是堵出来的

[显示全部信息](#)

## 在线试读部分章节

### 第7乐章 情绪与身心健康的奥秘

要想运用、管理、转移情绪，首先要学会觉察情绪上。

在第二章中杨中武导师与我们分享了关于抗美援朝的故事。为了证实老兵说的不被子弹打到的

秘诀，杨中武导师特意做过一个“CS”PK大战的实验。通

过那次实验，杨中武导师让我们更加充分地理解了内在能量的重要性——那些被叫上讲台，第一个被“消灭”的人，往往都是那些心理存在问题、状态不好的人。那么讲到这里，我们想和大家继续讨论的是：究竟是什么影响着一个人的状态，进而决定着他的成功、健康等诸多方面？而我们又该如何对此做出有效的调整呢？同样的道理放在人际交往之上：假如我们将自己每天所接触到的人模拟成那些被叫上讲台的“士兵”，我们更愿意同哪类人做进一步的交往呢？是那些精神抖擞、一脸朝气的人还是那些萎靡不振、一脸苦相的人？一定是前者。那么，健康也是同一道理：如果我们能将身心调整到充满爱、喜悦、快乐的状态，让身体里的每个细胞都散发出积极的能量，疾病是不是就很难进入我们体内了呢？那么，我们该如何调整自己的状态呢？首先，我们要了解的是关于情绪的问题。在《生命乐章》的课堂上，有一位学员分享道：“我的脾气不太好，很容易对身边的人发火。虽然我没有恶意，亲人和朋友们也都理解我的性格，但是事后我会感觉到非常内疚，心理会很不舒服。我也知道自己的行为不太好，但是就是控制不住自己。”…… P53-54

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)