第一图书网, tushu007.com

<<解读你的身体语言>>

图书基本信息

书名：<<解读你的身体语言>>

13位ISBN编号：9787215061378

10位ISBN编号：721506137X

出版时间：2007-6

出版时间：河南人民出版社

作者：(德)库尔特·特佩万著

页数：171

字数：166000

译者：罗伟

版权说明：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：http://www.tushu007.com

前言

截至目前，研究人的理论不外乎身体和心灵或精神两部分。
在“神秘的人”的研究当中，从柏拉图到今天的数百年间都存在着曲解。
整体看来，把人当做是围绕着他的大自然和影响着他的宇宙的框架内的一个整体来进行研究，那是留待发展中的创新思维的代表者去做的事情。
这种把人纳入大自然和宇宙、纳入创新的整体使得人的根本尤为彰显，同时也展现了对人的生命和存在进行另一种研究的可能性。
人的自由和责任感在这里获得了根本的价值。
它们一方面可能会成为宇宙秩序的投影屏，而另一方面则可能会禁锢创新思维。
正如哲学家卡龙富有理由的阐释和现代科学所证明的那样，整体形态已经完全存在于最小的部分中。
而同时每个小部分都有向更远和更高发展的可能性，这对处于进化总过程中的人也是一样，其进化方向我们能够预测，然而其终点我们仍然不知。
每个器官在进化过程中都增加了这样一项任务，即在自身内部反映宇宙规律和其内在固有的决定结构和行为结构——就像在凸透镜中一样。
在器官的透镜中，反映出了宇宙基本结构与个体人的行为之间进行调节的中枢环节。
作为人际交流要素的语言在这里被理解为宇宙与个体以及单细胞、各个部件和器官之间的那种组合件和连接线，这种看法能够使我们对自己作出基本的推断。
谁要是懂得这门语言，懂得这个自然法则的简单表达方式，谁就不会忍受比不可逆转的命运所规定更长时间的病痛，而将因此得到整体的健康。
面前的这本书可能会成为您掌握这门语言的钥匙，也终将成为您理解事物内在规律的钥匙。
海尔曼·洛登坎佩尔教授、博士

第一图书网, tushu007.com

内容概要

凡疾病都有病因。
以前主要致病的因素是营养不良、身体缺陷和传染病，而当今则是营养不当、压力过大和高度的精神负担。
其后果是精神——心理的不平衡。
我们的身体用疼痛和从外表就能看见的症候来提醒我们：要改变我们的思想和行为。

《解读你的身体语言》解析了压力或者情绪负担和器官疾病之间的关联。
阅读这本由库尔特·特佩万再次精心修订的著作，每个人都能够学会理解器官的语言，认识到自己的错误行为。

作者简介

库尔特·特佩万是执业医师和治疗医生，是“精神科学研究院”的知名生命学讲师和著述颇丰的作者，他还领导着“精神训练法”研究小组。
他的“精神训练法”的运用已经成为许多人——不仅有企业巨擘，而且还有顶尖运动员——生活中重要的组成部分和通往成功的道路。

第一图书网, tushu007.com

<<解读你的身体语言>>

书籍目录

前言
导读
从明确的信号到更明确的意识
心理卫生学
疼痛是臻于完善的最快的“加速器”
当膝盖肿胀的时候
身体各部位和器官是宇宙秩序的对应体
致病因素的原因
消极思想是疾病!牢记自己是健康的!
“治疗教育”
人体左半部和右半部的意义
身体在口语中的反映
器官“语言”大观
椎间盘
胰腺
结缔组织
膀胱
血液
支气管
乳房
大肠
小肠
卵巢
指甲
脚
胆囊
关节
性器官
脸
脖子
手
皮肤
心脏
髋
头
静脉曲张
肝脏
肺
胃
嘴
肾脏
神经
耳朵
前列腺
阴道

甲状腺
肩膀
腹腔丛
胸腺
脊椎
牙齿
舌头
横膈膜
十二指肠
与我们的器官交谈
健康之路
天然食品
生命力和健康
解读你的身体语言
实践部分

章节摘录

您想一想，若是没有医疗器械，没有药品，也没有止疼片和安眠药的话将会怎样？
那肯定会是一场不可想象的混乱。
由此我们可以看出，我们生活在多么频繁的谎言中。
我们不断地收到信号，但却顽固地拒绝把它吸收到知识中，并更少见地遵从它。
每次在对待症状时我们都继续欺骗自己。
这样的话，越来越多的人不断生病就不足为奇了。
根据最新调查，6%的德国人认为自己身体健康。
如果我们就此得出结论，关于存在疾病的一半信息没有被接受，就是说，只有3%的人是真正健康的。
这是一个可怕的结果。
这时伏尔泰的话又重新具有现实意义了：“医生们只知道灌药，却很少知道这药是治病的，更少知道这药是给人灌下去的，根本不知道这人得了什么病！
！
！
”
我们经常得到信号。
不仅得到关于身体的症状语言的信号，而且还有关于生命状况的信号。
其实，我们遇到的一切都是信号，因为这一切反映了我的现状并要求与我和谐共存（尽管也有恐惧、压力、内疚和嫉妒）。
对于大多数人来说疾病只是个干扰，为了以后仍然继续这样错误地做下去，他们想尽快排除这个干扰。
“补习课”为此就在所难免了。
我们倾向于在困境中加大我们的努力，但只是在自己所相信的方面努力。
也就是说吃更多的或者药效更强的药，紧急时就动手术，而不是做“必要的事”。
这个方法在治疗传染病方面看来是有效的。
今天有很多完全不同的疾病类型，在尚未真正找到治疗方法之前，我们还一直在用昨天的方法来治疗它们。
对于许多疾病类型我们还根本没有找到治疗的办法或者说只找到了应急的处理办法。
这样的话，25年以来在癌症的治疗方面没有取得任何进步，同时，癌症是西方世界在死亡最常见原因方面居第二位的疾病。
现在还没有一种能有效治疗肝硬化的药物，我们还不能防止动脉硬化，退一步说，哪怕是使其减退，尽管它是心肌梗死、脑溢血和供血障碍的最常见原因。
慢性支气管炎的病例在持续增加，同时增加的还有死于呼吸器官疾病的人数。
还有风湿病患者一直在徒劳地指望能有一种疗效显著的疗法。
可是，只要我们观察一下在对抗病毒和细菌方面似乎有着令人印象深刻成绩的抗生素，我们就可以知道，在服用抗生素过程中，病人的免疫力恰恰被削弱了。
另外，一段时间后还会出现要求更“强”药效的致病抗体，而这种更强药效的药物则会进一步损伤免疫系统。
这种防御最终导致了削弱和损伤，而没有真正解决问题。
我们的免疫系统首先不再被要求发挥大的作用，以至于我们越来越虚弱。
因此，现代慢性疾病和衰退性疾病的大幅增加就更加容易理解。
现代医学恰恰在此没有显示出大的成绩。
另外一个弱点就是医患关系。
医生几乎没有时间向患者了解什么，当然也就不可能进行“治疗”了。
病人没有感到人的帮助，而只是觉得使用了仪器和诊断电脑，他感到自己被孤零零地抛在那里。
但恰恰在这里我们有可能为自己做些根本的事情：了解真正的医患关系并从中得出必要的结论。

因为疾病是一个可能性而不是一个定论。
如果由于我根本不了解我的任务而没有抓住机会的话，就只好强迫命运以同样明显的方式再降临一次。
我认识到，症状是一些特别的东西，没有人能够故意制造这样的症状。
您来制造一个肺炎或瘫痪的症状试试！
这只能走一条有相应条件的弯路。
可遗憾的是，我们往往由于无知而这样做了。
我们为了绝对不希望的效果而寻找理由，因为我们不知道我们在做什么。
只有大约30%的身体受损者是“命运决定的”，也就是说，作为我们所必要的教训。
其余的70%是由于我们的无知、疏忽和舒适所造成的。
有个记者采访了三位年纪很大的男人，并询问他们变老的秘密。
第一位说：“我一直都在艰辛地劳作，每天静静地抽一小烟斗，偶尔喝一点烧酒。”
第二位说：“我通常有节制地进食并且有规律地锻炼身体，直到今天。”
记者问：“您多大年龄？”
“我99岁。”
记者问那位看上去最年长的一位：“您高龄的秘诀是什么？”
他说道：“我是个烟鬼，从不锻炼，我仇视一切健康法则。”
记者问：“那您多少岁了？”
“我46岁。”
“谁要是一直对不可不听的东西充耳不闻，对不可忽视的东西视而不见的话，毫不奇怪，他终究会耳聋眼瞎。”

编辑推荐

《解读你的身体语言》作为人际交流要素的语言被理解为宇宙与个体以及单细胞、各个部件和器官之间的那种组合件和连接线，这种看法能够使我们对自己作出基本的推断。
谁要是懂得这门语言，懂得这个自然法则的简单表达方式，谁就不会忍受比不可逆转的命运所规定更长时间的病痛，而将因此得到整体的健康。
面前的这《解读你的身体语言》可能会成为您掌握这门语言的钥匙，也终将成为您理解事物内在规律的钥匙。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

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:http://www.tushu007.com