

<<记忆的镜子>>

图书基本信息

书名：<<记忆的镜子>>

13位ISBN编号：9787510418259

10位ISBN编号：7510418259

出版时间：2011-8

出版时间：新世界出版社

作者：林凯沁

页数：127

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>

<<记忆的镜子>>

前言

看见过去，迎向未来 白崇亮 (佳音广播电台董事长) 听凯沁的节目，读凯沁的小说，参加凯沁的讲座，绝不只是身体感官上的享受，更是一趟走过生命历程的心灵之旅！

凯沁热心真诚，又擅长说故事。

不论是自己的生命经历，或是他人的生活遭遇，透过凯沁真挚动人的叙说，让听众与读者有入戏般的感动。

及至故事说完，又让人带着泪光与微笑，在会心的交融中，生命可以彼此映照，互相取暖，同得造就与激励。

在《记忆的镜子》这本书中，凯沁以小说的文体铺陈，带出了心灵之家课堂上每位学员的生命故事

。透过记忆的镜子，大家打开心灵的第三只眼睛，开始自我察觉、彼此认识、重拾大脑记忆中的拼图、在身体的对待中学习接纳自己、在倾听的训练中操练舍己、在成长的地图中看见过去迎向未来。

她能让你也在不知不觉中掀开自己生命中的黑盒子，凝视一个与自己同行的自己，让你面对许多自己的过去，也在不知不觉中学习认识自己、接纳自己、重整自己再出发！

凯沁虽然幼年失学，却在成为基督徒后，从自己生命中现实的环境真实地走过，认识并接纳自己，重新出发，直到现在。

她带出一套“快乐有理、自在有路”的快乐秘诀，透过有理有路的分享与实践，让人可以因此疏通自己的心结，踏上快乐又自在的道路。

本书虽然运用许多心理学专业知识与辅导技巧，但在凯沁的妙笔下，不见斧凿，但见真理之光到处照耀，是一本带领读者回顾自己的忠实导览！

<<记忆的镜子>>

内容概要

每个人的记忆都是一个黑盒子，吸纳着个人成长历程中的各种经验和情绪，在时间的作用下，渐渐成为个人尘封的历史。再忆过程中不自觉的夸大或质变，常常让我们不自知地身陷其中，成为自己记忆的囚犯和受害者，被困其中无法脱身。

本书作者以小说的笔法，融入心理学专业知识与辅导技巧，描述了一群年龄各异的学员，在课堂上因着老师的引导，与自我心灵对话，重整记忆拼图、重新理解过往人事悲欢的过程。

透过这面记忆的镜子，本书引领读者掀开自己生命中的黑盒子，凝视一个与自己同行的自我，也在不知不觉中学习认识自己、接纳自己、重整自己，进而重新赋予生命记忆以崭新的意义。

<<记忆的镜子>>

作者简介

林凯沁，美国阿肯色州理工大学教育硕士，现任心理课程讲师、佳音电台“展翅上腾——快乐送回家”节目制作、主持人，具有二十多年心理咨询及辅导工作经验。著有《情绪的镜子》、《记忆的镜子》。

<<记忆的镜子>>

书籍目录

推荐序

看见过去，迎向未来

多读一次

易碎的档案

自序

1 心灵之家

上路

车上独白

2 自我察觉

车上独白

谨芬物语

3 大脑的故事

车上独白

程绵物语

4 身体的故事

车上独白

5 倾听的训练

车上独白

明泉物语

6 宽恕

车上独白

7 最后一堂课

车上团圆

<<记忆的镜子>>

章节摘录

1 心灵之家 我，29岁：刚生了一个女儿升格为母亲，住在台北木栅有名的猫空茶山脚下。

神学院毕业后结婚，我如愿以偿地在教会辅导学生。

我尽力扮演好心理辅导工作者的角色，布置一个温馨的家开放给学生，让他们自由地来回，帮助学生在信仰与心理上找到安身立命的家。

这个心灵的家不只供应吃喝玩乐，还让生命中的悲喜和疑虑也得到安顿。

我跟饱读诗书的张叔一起工作，对我而言，这个历程就像进入另一所学校。

张叔是个熟悉中国伦理哲学与基督教信仰的老绅士，他带着前半生经商所得的财富，同时将金钱和时间奉献给教会。

他出版文字，到国内外各地讲学，实践神爱世人的工作，他的人文关怀和全然奉献，吸引了周遭的年轻人。

张叔的个性非常内敛温和，对任何人都一视同仁，他的冷静和礼貌甚至让人有种疏离感，他让人感受到的是尊重和接纳，而不是热情，我想他是上一代典型的父亲形象。

不过，我也见过他展现热情的时候，每次教会举办擘饼聚会，唱起耶稣为世人舍身流血的诗歌时，他就会不由地哽咽，这是唯一能见他激动的时候。

侧面观察这位可敬可爱的老人，我心里充满了尊敬，所以便偷偷地把他当父亲对待。

针对如何辅导学生及关怀教会其他成员，每周我们都会进行几次会谈，如同早期的师徒制。

从他一点一滴、边说边做的教导，我学习到如何以人文关怀传递信仰。

我所辅导的对象是教会中大学阶段的学生。

一般人总以为大学阶段的孩子没有什么大不了的烦恼，实则不然，因为痛苦会降临在每个人身上，没有时空及身份之别。

学校的课业学习及人际关系，是年轻学子可能会碰到的困扰。

在这个阶段，还夹杂着每个人成长过程中所面临的迷惘：“我是谁”、“要如何活着”。

在人生的旅程中，这些问题很自然地会被反复提出来。

曾经年少的我，对这些问题当然不陌生。

17岁那年，也是因为“生命存在”的问题，我跑进教会，因此才遇见我生命中的重要人物：徐师母。

徐师母是我17岁那年信奉耶稣后的心灵母亲。

她是印尼华侨，家境优渥，是个接受过良好教育的大小姐。

不过，当她信奉基督教后，她脱离有好几个仆人服侍的千金小姐生活，前往印尼的乡下，教华文，传福音。

三十几岁嫁到台湾，成为师母。

认识她时，她怀着二胎。

当时，17岁的我像初生婴儿般地倚赖她，在她的关爱和智慧中成长。

从接受信仰、重建人格到恋爱、结婚，她无不参与，在一旁不时地献上母亲般的祷告。

她陪我走过生命中的起起伏伏，是我重建生命的重要“他人”。

徐师母用上帝的爱帮助我重建生命的概念和信心，走出原生家庭的影响，让我得以开始另一段崭新的人生。

由于她的启发，我决定效法她，“陪伴寻找生命出路的人走过痛苦”。

如今，身为辅导者，我不仅要回答年轻学子“生命的意义何在”、“人生的目标又是为何”，还要认真地陪伴他们，一起面对主观性的痛苦经验，并安置客观环境所带来的情绪。

奇妙的是，在此过程中，有时候自己居然是受益者。

在陪伴别人走过痛苦后，我发现，痛苦成为人生的老师，教导我以另一种态度去生活，而且，有时候我在别人的痛苦中，再次面对自己在人生中尚未过关的部分。

但是，工作一段时间之后，我体会到，“陪人走过痛苦的历程”比想象中的还难。

我深深地感受到，我总是无法安然地走出别人的痛苦。

<<记忆的镜子>>

我自问，是自己太年轻？
是成长的旅途感受不够深刻？
抑或自己还有太多关卡没通过？
我感到黔驴技穷。

为了取得孩子们对我的倚赖和信任，我决定拜访教会中以辅导闻名的另一位师母，对生命进行更进一步的探讨。

当然，这也是为自己出征。

上路 站在公车站牌旁，低头看着课程表上的面谈时间，再瞥一眼手表，心想再等下去一定会迟到，嘀咕一番后，便决定搭计程车上山。

上车后，看着手上自朋友转来的“活出意义来”的课程表，心里莫名地激动起来。
下了车，眼看已经迟了几分钟，心急地走向前方的目的地：心灵之家。

一进门，一名长发披肩、面带笑容的小姐走向我：“你是来面谈上课的吗？”

我气喘吁吁地连连点头。

她示意我上二楼：“师母在等你。”

” P1-4

<<记忆的镜子>>

编辑推荐

在《记忆的镜子》这本书中，林凯沁以小说的文体铺陈，带出了心灵之家课堂上每位学员的生命故事。

透过记忆的镜子，大家打开心灵的第三只眼睛，开始自我察觉、彼此认识、重拾大脑记忆中的拼图、在身体的对待中学习接纳自己、在倾听的训练中操练舍己、在成长的地图中看见过去迎向未来。她能让你也在不知不觉中掀开自己生命中的黑盒子，凝视一个与自己同行的自己，让你面对许多自己的过去，也在不知不觉中学习认识自己、接纳自己、重整自己再出发！

<<记忆的镜子>>

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>