第一图书网, tushu007.com

<<打通你的气场>>

图书基本信息

书名：<<打通你的气场>>

13位ISBN编号：9787547210147

10位ISBN编号：7547210147

出版时间：2012-4

出版时间：吉林文史出版社

作者：里·克雷格

页数：212

译者：彭月明

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

第一图书网, tushu007.com

<<打通你的气场>>

内容概要

为什么有的人气场强大，而有的人却没有气场？

为什么气场强大的人都很淡定，而那些脾气大的人气场却很小？

也许，你知道气场源于心灵，心灵不通畅，情感被压抑，气场就会消失。

但是，你知道心灵与穴位有什么关系吗？

你知道每一种负面情绪都有其对应的穴位吗？

你知道按摩哪几个穴位就能释放负面情感、打通气场吗？

……
在这本书里，美国斯坦福大学工程师克雷格发现了一个石破天惊的秘密：东方经络学与量子物理一脉相承！
这一发现让克雷格创造出了神奇的心灵按摩术：只需按摩穴位五分钟，气场就能增大一倍半。

现在，心灵按摩术已风靡全球，让上千万人驱除了心灵的阴霾，获得了强大的气场，改变了他们的命运。

作者简介

加里·克雷格(Gary Graig)，毕业于美国斯坦福大学，他是一名工程师，精通量子物理，与此同时，他又对心理学充满了浓厚的兴趣。
他发现东方的经络学与人的情绪和情感直接相连，许多人的情绪问题都是由于经络不通导致的，而按摩穴位疏通经络，则可以消除人们内心的恐惧、焦虑和羞愧等负面情绪，打通他们的气场。
以此为基础，他发明了风靡全球的心灵按摩术(The EFT Manual)，改变了上千万人的命运。

第一图书网, tushu007.com

<<打通你的气场>>

书籍目录

第一章　心灵有能量，人才有气场　|　001
心灵能量决定你的气场　|　004
投缘是因为彼此有相同的情感频率　|　008
情感也有正负极，短路就会出问题　|　011
如果情感的“电池”装反了，人也就失去了气场　|　014
最强大的气场来自最淡定的心灵　|　016
脾气越大，气场越小　|　021
第二章　找到你气场的颜色　|　023
每个人的气场都有颜色　|　025
挑剔的人气场枯黄　|　028
激情给你带来红色的气场　|　032
气场污黑的人总走霉运　|　037
气场明亮的人吉星高照　|　040
第三章　疏通经络这条河，心灵才能变宽阔　|　045
情感由大脑控制，却流淌在经络里　|　047
经络受阻，心中就会形成堰塞湖　|　049
心有多宽，气场就有多大　|　051
心有结，没气场，再聪明的人也无法成功　|　055
人之所以淡定，是因为经络通畅　|　057
疏通经络你未必能成为武功高手，但一定能成为心灵超人　|　060
第四章　按摩穴位五分钟，气场增大一倍半　|　063
人丧失了真实的自我，也就没有了明亮的气场　|　065
获得气场的捷径：按穴位，通心灵　|　068
为什么心灵按摩术会让人流泪　|　071
记住那句能改变你人生的话　|　074
上千万人用它收获了美好生活　|　079
第五章　心灵按摩术的几个步骤　|　083
第一步：自我调整　|　087
第二步：找准主要穴位，循环按摩　|　093
第三步：后续调整　|　097
如何找出心结并加以清除　|　105
心灵按摩术的扩散效应　|　110
第六章　按摩12穴位，打通你的气场（上）　|　117
恐惧藏在头顶，压住了你的气场　|　120
为什么犯愁时你会紧皱眉头？
　|　130
为什么精神一紧张眼皮就会跳？
　|　133
眼睛下方的承泣穴，承接着抑郁的眼泪　|　135
为了驱散烦躁不安，你可以按摩人中穴　|　138
承浆穴：抑郁的眼泪在这里变成了自卑的泥浆　|　141
第七章　按摩12穴位，打通你的气场（下）　|　147
俞府穴被堵，人就会空虚无聊　|　149
猜忌藏在夹肢窝里，按摩渊腋穴能帮你消除　|　158
搬走库房穴中的抱怨和挑剔，给气场留一个更大的空间　|　161

为什么愤怒时我们会捶胸？ | 164
抹掉气海穴中的怨恨，你会赢得好运 | 168
内疚和羞愧是一种不好意思见人的情感，所以它们隐藏在乳根穴里 | 171
结语 做个心灵超人，你会气场无边 | 175
附录 心灵按摩术的科学依据 | 177
科学实验证明：心灵按摩术确实有效 | 177
心灵按摩术能激发人的潜能 | 183
心灵按摩术的常见问题 | 189

章节摘录

版权页： 插图： 贝丝从一个朋友那里听说，心灵按摩术能帮助乔恩克服自己的问题，于是便找到了我。
一见到乔恩，我就立刻感受到了他身上那种枯黄的气场，他以挑剔的口吻对我说：“ 克雷格先生，你为什么要把这个房间弄成这种难看的黄色呢？
而且连一扇窗户也没有！
”原来，我们为了测试一个人心灵能量的状况，常常会把不同的人带进颜色不同的房间。
例如，一个心灵能量运转正常的人，如果在一间没有窗户的黄色房间里度过2个小时，就会感觉像过了1个小时一样。
不仅如此，人的体温也会因室内颜色的变化而变化。
如果把一个心灵能量运转正常的人从红色的房间移到蓝色的房间，他的体温一般都会下降。
因为红色使人兴奋、黄色使人明快、蓝色使人沉静、白色使人醒悟……色彩可以直接渗透进人的心灵中去。
黄色是一种快乐幸福的颜色，它可以帮助自己放下过去、原谅他人。
美国有一部电影，名字叫《老橡树上的黄丝带》，歌词大意是：有一名男子，刚从监狱里释放出来，正坐在回家的车上。
释放前，他曾给妻子写了一封信，说如果她已改嫁他人，他不责怪她，如果她还爱着他，愿意他回去，就在镇口的老橡树上系一根黄丝带；如果没有黄丝带，他就会随车而去，永远不会去打扰她……汽车快到目的地了，远远望去，他看见镇口的老橡树上挂满了上百条黄丝带……我想，凡是听过这首歌曲的人，心中都会泛起一种温馨与感动之情。
但不知大家想过没有，为什么宽容和原谅会用黄色来表达呢？
为什么那名男子不让妻子在老橡树上挂一条白色或者红色的丝带呢？
因为只有黄色才能与内心宽容、接纳和关怀的情感相吻合。
心理学家通过研究发现，一个人可以通过欣赏黄色、吃黄色食物、穿黄色衣服而变得像纯真的孩子一样开朗可爱，想笑的时候就笑，想说的时候就说，而不藏着掖着，这样一来，他们就能够驱赶走内心的自卑，使自己更具亲和力。
同时，由于黄色所具有的明快度会刺激大脑，调节神经系统，使各个器官的敏感度增强，所以，黄色还可以缓解压力，保持激素的平衡，治疗胃病、腹泻和便秘，使人的心情变得愉快起来。
为什么我要把乔恩带到这间黄色的房间呢？
因为我发现乔恩的气场之所以呈现出枯黄的颜色，恐怕是他的心灵失去了宽容的黄色能量。
果不其然，在黄色的房间里我与乔恩待了1个小时后，我问他：“ 乔恩先生，你感觉我们在这儿待了多长时间了？
”“ 大概一个半小时吧！
”乔恩回答说。
我知道心灵能量正常的人一般会感觉是半个小时左右，而乔恩的感觉长达一个半小时。
很明显，乔恩的心灵能量被压抑住了，连黄色都不能使之变得开朗起来，这说明他的心中存在着严重的心结，阻塞了其心灵能量的通道。

媒体关注与评论

我很喜欢这本书。
书里的内容通俗易懂。
我试了试其中一些技巧，惊讶地发现困扰我多年的情绪问题真的不见了，而气场则变得通畅起来。
感谢加里·克雷格写了这样一本好书，让大众都能分享。
我大力推荐这本书。
——网友自由降落，2008年6月15日　其实一开始我也有些怀疑，我不是一个特别容易相信某些东西的人。
一个朋友介绍我去体验一下。
出于不忍心拒绝朋友的好意，我决定跟着去试一下。
每天晚上半个小时的心灵按摩，我坚持了一个月，然后接下来不可思议的事情发生了：12年的忧郁症逐渐减轻了，35年的创伤后遗症消失了。
现在，我已坚持按摩了六个月，神清气爽，气场通畅，就像换了个人似的，工作起来轻松了很多，生活也变得更加舒适。
——读者Zardoz，2010年2月19日　我知道，这个方法有点奇怪，但是相信我，心灵按摩术真的很管用。
我是一名心理医生，每天都会碰到情绪有问题、气场不通畅的人，我试过很多方法，从来没有一种像它那样具有令人震惊的效果。
第一次尝试你就能体验到它的功效。
不管是一些表层的问题，还是内心积压的问题，它都能帮助你。
——读者ghitiudragons，2012年1月7日　效果真的很惊人！
可能会觉得这种没听过的按摩术有点奇怪？
我第一次听也觉得奇怪。
但是从上个月我改变了这种看法。
我真的试过了！
它清除了我的社交焦虑症，气场也从昏暗变得明亮起来。
——读者“疯狂的面包师”，2011年8月22日

编辑推荐

《打通你的气场》着重讲解情绪问题的治疗，疏通情绪，能量就会通畅，能量通畅了，气场就会大。打通你的气场，心理疾病一扫光！

名人推荐

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