

<<脑波振动>>

图书基本信息

书名：<<脑波振动>>

13位ISBN编号：9787802518902

10位ISBN编号：7802518903

出版时间：2011-6

出版时间：金城

作者：李承宪

页数：158

字数：110000

译者：皮海蒂

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>

<<脑波振动>>

前言

脑波振动的事实 这本书所要阐述的是一种非常简单易懂的训练技巧。这种技巧简单到甚至不需要看书就能学会——那就是脑波振动。它是如此简单，任何人在两分钟之内就能学会疗愈和自我发展的方法。事实上，即使只用一张纸，也能将这种方法完整地描述出来。

既然如此，你可能会问：“那我为什么要这么麻烦来读这本书呢？为什么不直接把那张纸复印一下给我呢？

或者把它上传到You Tube网站，通过因特网的讨论区来传播？

”因为我希望你能了解这个方法将带来多深层次的改变，同时，能与你分享我的热诚。我相信它可以改变人的生命，使其变得更美好，而我也希望你能发现相同的事。

脑波振动的学习法简单到令人难以置信，正因如此，我希望通过这本书，来告诉你发生在我身边的实例。

我不想去争论这个方法多有效用。

反之，我希望通过此方法，来激发出你内在的未开发的力量——疗愈、创造与爱，以及那些潜藏在身体表面下的力量。

脑波振动的存在，完全是为了帮助你展现天生的能力。

脑波振动所带来的好处 掌握脑波振动最重要的一点就是在它的原则及理论基础下，通过实际练习获得益处。

如果你真诚地且以开放的心胸来练习，我相信你会非常惊讶于这么快就能感受到它所带来的好处。

了解脑波振动的益处的最佳办法，就是实际执行。

在本书的最后，你将会找到能帮助你进行练习的详细指导及建议。

此外，你也可以从现在、从你坐在这儿阅读这本书开始练习。

你所需要做的，就是放下书本，轻轻地前后摆动你的头。

闭上眼睛，把注意力集中在头部的前后摆动上。

只要专注在这个自然的韵律中一到两分钟——前、后、前、后，继续做——放下书。

我会看着你的。

感觉如何呢？

虽然你只做了这个动作几分钟，但我敢打赌你一定感觉到了些许不同。

或许你觉得放松了一点；或许你肩膀的紧绷感得到了缓解；或许你睁开眼睛时，觉得世界看起来更亮了一些。

人必须以三种方式发展，才能达到圆满的状态。

第一种是生理层面的，我称它为“精充”；接下来是个人特质，也就是大家所知的“气壮”；最后，必须达到“神明”——指的是精神上的启蒙。

如果你在两分钟或更短的时间内就能感受到些什么，请想象如果你长时间、持续练习之后，可能会有怎样的不同？

虽然疗愈是一种非常个人化的体验，但是有些主要的益处是可以预期的：

- 对生理有益 脑波振动会促使你移动整个身体，促进心血管健康，增加循环，让你感觉更有力，身体也更有弹性。

它有助于减轻身体的压力反应，达到深度松弛的状态。

最后，它会刺激身体内在的疗愈能力。

- 对心理有益 就如同身体一样，心理也会放松。

当你学会放空你的心智中外来的想法时，你就能同时学会抛弃恼人的情绪记忆。

你的心智会变得更清明，也会因此完全开发出你的创造潜能。

一旦你开始对自己发送正向的信息，你就能获得新的信心。

- 对精神有益 当你更深入地练习时，你会感知到将我们联结在一起的能量场。

那也将强化你对个人生命的感受力。

热情、慈悲以及感恩，会从你的心中自然地流露出来。

<<脑波振动>>

觉醒的方法 这些事看起来好到令人不敢置信。

你无法轻信这个方法的理由很简单：你没有真正相信自己。

为了让你相信这个方法，你必须先完完全全地相信自己。

你应该有足够的自信，以及相当高的自我评价——至少在传统的生理认知上。

但如果你与大多数人一样，你将会无法得知你真正拥有的力量有多大。

从过去的某些观点来看，似乎我们都不相信自己天生拥有某些力量。

世界上的许多神话都曾谈到人类与大地和谐共存的年代。

但当人们一致认为力量来自于外部时，不和谐就产生了。

继而他们创造了神像和君王，且为应该由谁获得主权而彼此争战不休。

他们所需的所有权力事实上都已经存在于他们的身体里。

但不幸的是，他们都忘记了。

事态这样发展，最终也成为了一件幸事。

它帮助我们对自己和这个世界有了更理性的了解。

很多科学及医疗的发展，是通过接受差异，然后对其进行分类并透彻分析才达成的。

但现在，承认自己的直觉的时机已再度来临，此刻已有更多人意识到直觉的存在，也对其有了一定的了解。

理性的心智对我们来说非常有用，但在大脑的理性层面之外，有更大的潜力存在。

我相信这个星球上的所有人本身都拥有惊人的能力，这都要感谢人类大脑的非凡特性。

事实上，在本书中我要教你的每一件事，都已存在于你的身体里，等着被发掘。

我只是在指引你再度发掘这个巨大的潜能宝库。

幸运的是，人们已经开始了解自己真正的潜能，开始看到在人类心智中有不可思议的力量。

这种了解在全球知名的影片《秘密》(The Secret)中展现无遗。

它提醒了人们，他们能实现自己理想的人生——只要将注意力集中在正面思考上。

很多老师，如同在影片中出现的那些老师，前来帮助我们重新发掘创造、愈合自身生命的能力。

近三十年来，我也把这种认知提供给了我的学生。

这么多的训练方法中，没有一项是只针对增进身体上的能力的。

健康的身体很重要，但如果一个人没有快乐的心与平和的心态，那也是枉然。

设计这些训练方法最主要的目的在于通过脑部的发展和训练，帮助人们创造他们真正想要的生活。

脑波振动这个工具，可以锻炼你的能力，让你按自己的意愿来创造生活。

或许我不需要再说服你，你强而有力的大脑及正向的想法，是创造更美好的生活的关键。

但你也知道，要把这些想法融入现实生活中是很困难的。

你尝试遵照老师给你的忠告来做。

然而当同样的问题一再出现时，你只会觉得失望，并对问题的重复出现感到深刻地不满。

我想要强调的是，如果你在实现心中的愿望时遭遇困难，那是因为你没有把握机会去改变能改变现实的工具。

换言之，你没有逐步地训练你的大脑。

从表面上看，让你坚信自己正向的想法是很容易的。

但事实上，你可能有很多层的负面想法，即使你以最真诚的努力来改变自己朝正面思考，也还是会受到阻碍。

而脑波振动提供了突破自我否定的思考模式的方法，让你甩掉它们重新开始。

为了达到这个目的，我们要直接来研究产生思想的器官——大脑。

我们将试着通过非常简单及有效的技巧，来一探它全部的力量。

如果你的思考和行为习惯与你的意图不协调，那可能是因为在经年累月的重复之下，不利的行为和思考模式已传送到你的大脑结构中。

幸运地是，神经科学指出，我们拥有改变大脑联结的惊人能力。

而我所提出的“脑波振动”这个方法，可有效清除这些有害的纪录。

如此一来，你便能开始用你真正想要的方式来利用你的大脑。

<<脑波振动>>

我们大多数人都受到思想的束缚，认为有关生命的问题相当复杂。因而，我们寻求复杂难解的理论，以及需要专家多年研究才能解释及应用的科学知识。此外，我们倾向于认为问题是从外部而来的，因此也向外寻求解答。我以最真诚的态度来写这本书，因为这个方法能帮助你发掘所有对健康、快乐与和平的需要，而这些是早已存在于你的身上的。

脑波振动的诞生 我教脑波振动已经好多年了。之前，我称它为“振动”，字面上的意义是“振动运动”。这个训练的目的在于打开身体增进健康的能量系统。在那段时期，我把焦点放在身体内的能量流动上，概念上比较偏向于传统的亚洲医学。然而一段时间后，我开始了解大脑在这个过程中所扮演的角色。因此，现在这个训练方法已正名为“脑波振动”。大脑让我们的身体的功能和谐一致，我们也通过大脑来做选择，而这决定了生活的质量。随着我对它的了解的增多，我发现大脑是心理及身体健康的关键。

最初，我主要是专注在通过增加体内的能量流动来创造健康。一开始，我只是在公园里教人做伸展运动，而学生只有一个——一名中风的男士。我让他进行伸展运动，以使得通过他全身的能量达到最高点。一段时间后，他的活动能力越来越强，复健的效果显著。

之后，随着越来越多的学生参与，我持续发展了更多的训练方法，希望找到最简单、最有效的方法，来恢复人们身体、心理和精神的健康。

其中包含了丹瑜伽、丹无道(一种温和的武术)、精充呼吸，以及许多其他的疗愈运动和技法。很多方式都非常有效，但它们都需要某种程度的指引才能被了解及有效练习。

因此，我继续寻找最简单的疗愈模式——一种任何人都能立刻了解并练习的疗愈模式。

许多年过去了，我开始了解大脑在疗愈过程中所扮演的角色的重要性。

这样的想法来自于我早年的一次顿悟。

那时我突然感觉到自己的脑部产生了变化。

我的脑子似乎快要爆炸了，然后突然间所有的事物都变得更清楚了。

一种无可动摇的和平及完整、协调的感受，随之降临在我身上。

当我与不同的学生一起练习时，我发现改变心智对促进健康的整体状态是非常重要的。

瑜伽和其他形式的运动可以产生很好的效果。

如果你的心智，特别是大脑，没有发生更多基础性的改变，那么效果将不会持久。

因此，我发展了大脑教育系统训练方法(Brain Education System Training)。

以一种有凝聚性的形式集结了各种心智、身体的训练法(请见155页)。

脑波振动的训练，如同其他形式的大脑教育，都是把焦点集中在大脑上。

因为这个器官决定了我们绝大部分的生命质量。

它注定要帮助我们创造更佳的健康、快乐与和平——三个创造成功的人类生活的基本的、必要的元素——只要通过适当地管理你的大脑。

脑波振动是最简单的大脑教育形式之一，也是最有效的。

它把焦点集中在大脑最基本的部分——脑干，因为它也是掌握身体的功能及协调身体内部压力反应的部分。

在节奏性地运动方面，脑波振动有些类似于冥想——就像思想飘移。

可以由脑波来恢复你的健康直至平衡的状态。

最棒的是，它能立即学习，而且只要非常少的指引。

奇迹的来源 脑波振动是跟自由有关的训练——让你的身体和大脑自由，让它们依照原本的运作方式去运作。

生命本就是自由且有机的，但我们却通过自己习惯感受的压力和情绪，来抑制大脑自然的能力。

每种生物都拥有自然的疗愈能力，那是一种让身体回到平衡状态的能力。

然而，有百分之八十五的现代人深受与压力相关的疾病的折磨。

<<脑波振动>>

这个事实反映出我们并未充分利用这种固有的能力来自我疗愈。

脑波振动的训练，主要是通过启动你的脑波，来重新唤醒你天生的疗愈能力。

脑波对你的健康非常重要。

因为那是你的大脑控制呼吸、心跳速率、压力反应，以及其他许多身体自动功能的区域。

在某种程度上，这个训练有助于让你整合你的大脑新皮层和脑干。

如果你处在持续的压力下，你的脑干就无法在你的体内创造平衡。

新皮层是你的大脑的思考部位。

它会持续将信息发送到你的脑干中，让你维持在“打或逃”的响应的状态。

举例来说，你的心里会一直产生如“你无法跟别人竞争”或“你不是负责任的父母”之类的信息。

听到大脑产生的警告，你的交感神经系统会让你的身体处在“打或逃”的状态，而那会增加你的心跳速率，让你的肌肉紧绷，并产生各种各样的其他的身体反应。

副交感神经系统也等着让身体回到休息和消化的状态，但如果你无法学会安抚来自新皮层的警告，你将会一直停留在持续的压力状态。

最后，压力反应会对身体造成很大的损耗，而许多与压力相关的问题也会清晰地显现。

因为脑干从没有机会在体内创造平衡。

所以，要如何做才能逃脱这个致命的循环呢？

只要让脑干从事它的工作就好。

如果你的新皮层持续地制造出关于你的生命和世界的负面信息，那么你的脑干将会不断给你的身体发出负面反应。

脑波振动训练能帮助你平静下来思考，清除这些负面信息，让你能有意识地选择正面的、健康的信息。

如果你看这本书是希望寻求解决压力或其他身体问题的方式，那么这本书的确能给你提供你所需要的东西。

如果你正陷入负面的情绪中，那么这本书可以帮助你。

如果你只是想要创造更多的生命的意义，这本书也可以为你提供参考。

我相信脑波振动能帮你在你的生命中创造奇迹。

在你还是孩子时，也许没人教导你，你是个多么不可思议的生物。

因为也没有人告诉你的父母这个事实。

我希望你能从这本书上学到一些东西，了解你天生的力量——那个存在于你的大脑中的力量。

这套方法能帮助你激发自身的疗愈能力。

如果你能揭开它，我想你就能找到奇迹。

因为，事实上，所谓的创造奇迹，基本上只是让你回到你原本应有的状态。

往前跃进的一大步 我相信，目前处在人类意识往前跃进的边缘。

人们说，需要是发明之母。

你也可以说，需要是进化意识之母。

人类的竞赛，以及我们赖以生存的地球，都已陷入困境。

在这个时候，不是进化，就是死亡。

现今有太多人接受了这样的观念，认为他们自身的局限性是永久的。

他们看着自己的生活，说：“我已经尽力了，这样已经够好了。”

他们只是盲目且空洞地遵循一连串的例行公事及社会义务。

他们看着世界的问题，然后说：“我无能为力。”

” 这些人是人性的梦游者。

除非他们能觉醒，并了解自己真正的潜能，否则这样活着与死亡并无多大差异。

不相信自己永恒的力量，是世界最大的悲剧来源，而很多人不幸地被困在自己相信的那些以偏概全的说的陷阱里。

有些时候，世界对你而言看起来的确是向下沉沦的。

而事实上，我们是否一直在做正确的决定，以确保我们这个集体的生存呢？

<<脑波振动>>

好像也没有。

然而，我们仍拥有无穷的希望，因为人类正在觉醒。

我知道你并不是梦游者中的一员。

你即将觉醒，你将会看到你周遭的世界的振动之美，看到一个你身在其中的世界，一个你也能帮忙创造的世界。

你不应该坐在床上，去想该怎么度过这一天；而是应该站起来，并开始创造你的世界。

你的生命正与快速逝去的一天一起消逝。

你必须起身，并充分利用它为你提供的每一件事物来创造奇迹。

很多导师和先知前来助我们一臂之力，让我们脱离生命的沉睡状态。

我希望你能接受我成为你的导师，这是我将这本书带来给你的目的。

我希望我也能成为你们的一员，伴随着所有人自身的经验，引领着大家迈向内在的已经拥有的智慧。

你可以说，一个中心思想已然成形：你比你所想象的更有力量！

全球知名的影片《秘密》(The Secret)显示出，人类已经准备好要倾听这个消息了。

那就是，抛开自我设限的思考，因为那些思考通常会阻碍我们展现自身拥有的惊人的力量。

在此，我要教你脑波振动，它的存在是为了揭示一个简单的事实：“你所需要的所有东西，都已存在于你的身体里。

”

<<脑波振动>>

内容概要

人类的心智拥有不可思议的神奇力量，许多训练都是要帮助人们创造自己想要的生活，《脑波振动：超级简单的健康快乐训练法》作者李承宪博士正是要教导我们其中最有效、也最简单的训练方式——脑波振动。

你不必有所准备，随时随地都可以开始，之后很快地，你会感受到平静与快乐，创造力与自愈力也随之大大提升：

健康：改善压力、疼痛、疲劳、头痛、血压、慢性病。

快乐：强化专注力、记忆力、情绪控制、戒掉坏习惯。

和平：正向思考、回复平静、找回真我、增进人际关系。

想要健康、快乐、心想事成，不用向宇宙下订单，你需要的是脑波振动！

《脑波振动：超级简单的健康快乐训练法》——韩国Kyobo书店健康类畅销书排行榜第1名，畅销册数达450,000本！

<<脑波振动>>

作者简介

李承宪，曾就读于韩国首尔Dan-Kuk大学，主修临床病理和体育学。1977年毕业后，积极研究^体生理学和意识学，分别于1999年在加州康普敦育英大学（Yuin University），以及2005年在洛杉矶南湾针灸中医大学（South Baylo University School）被授予荣誉博士学位。

著有《丹学》、《脑呼吸》、《对韩国人的呐喊》、《会呼吸的和平学》、《地球人的梦》等，其中2000年12月在美国出版的英文著作Healing Society一度登上亚马逊畅销书榜榜首。

他创立的大脑教育系统培训法，是希望人们可以成为自己大脑的主宰，进而主宰自己的人生。他相信，大脑是人类意识和所有行为的最终决定因素，通过大脑的训练，世界各地的人们最终能团结在一起，创建一种永远和平的生活方式。

2000年纽约“联合国全球宗教及精神领袖和平峰会”上，他受邀发表演讲；2002年荣获大韩民国总统颁发的“公民勋章”；2001年在亚特兰大获得“凤凰奖”；2002年获得“休斯顿荣誉公民”并被选为“友好使者”；2003年在洛杉矶获得“荣誉奖状”；2007年在新墨西哥州被选为“友好大使”。

他同时也是“丹瑜伽”的创始者，他的“丹学瑜伽健康中心”目前在全球有500多个连锁店，强调以呼吸来达到身心协调和健康；他也是美国亚利桑纳州Sedona大脑研究咨询公司总裁。

皮海蒂，曾任科技类杂志主编，后转入健康领域，曾策划编辑保健养生类书籍多本。

<<脑波振动>>

书籍目录

- 前言 脑波振动的事实
 - 脑波振动所带来的好处
 - 觉醒的方法
 - 脑波振动的诞生
 - 奇迹的来源
 - 往前跃进的一大步
- 第一篇 脑波振动的原则
 - 第1章 生命是振动
 - 大脑共振
 - 生命的语言
 - 回到完整的循环
 - 找回失落已久的智慧
 - 获得与万物的联结
 - 倾听生命的节奏
 - 第2章 与能量共舞
 - 音乐的意识
 - 节奏的疗愈力量
 - 生命的节奏
 - 第3章 脑干的秘密
 - 生活在压力年代
 - 寄封情书给你的细胞
 - 能量管理就是生命管理
 - 健康新定义
 - 与你的脑干和平共处
 - 奇迹是如何发生的？
 - 第4章 意向的来源
 - 人类的困境
 - 脑波振动提升你的大脑操作系统
 - 能量会前往心智要到达的地方
 - 第5章 踏入无限之境
 - 大脑是为了精神体验而设计
 - 寻找合而为一的境界
 - 体验同一性
 - 第6章 事物的根源
 - 大脑的优势
 - 学习管理进入你脑中的信息
 - 我们可以决定意识振动的程度
 - 第7章 希望的力量
 - 你就是地球
 - 发展出具有广大作用的大脑
 - 振动无时无刻都在影响着我们
 - 开发无限的心智
 - 回到同一境界
- 第二篇 脑波振动的实践

<<脑波振动>>

第8章 练习脑波振动之前的提醒

练习时的八大原则

脑波振动的过程

脑波振动的七大目标

练习前的预防措施

第9章 开始练习脑波振动

脑波振动的基本形式

点头法

全身的脑波振动

脑波振动的其他形式

胸部扭转振动

腹部振动

脚尖振动

能量冥想

能量之舞

长生步伐

结语 站在人生的浪头上

篇外篇 特别收录

第1篇 来自世界各地实践者的健康分享

改善你的健康

减轻压力

改善疼痛

消除疲劳

改善高血压

缓解头痛

改善慢性病

改善其他疾病

增进你的快乐

提升专注力

加强记忆力

情绪控制

改善不良习惯

强化你的宁静

获得正面的信息

获得平静

重新发掘你的“真我”

增进你的人际关系

改善人际关系

第2章 你的健康、快乐、和平指数是多少？

检测你的健康、快乐与和平的状态

HSP测验

HSP金三角

如何改善你的健康、快乐与和平

改善你的健康

增强你的快乐

增加你的和平指数

<<脑波振动>>

第3章 大脑教育系统训练的五大步骤

步骤一：大脑敏化

步骤二：大脑多功

步骤三：大脑重振

步骤四：大脑整合

步骤五：大脑主控

<<脑波振动>>

章节摘录

版权页：插图：韵律的疗愈力量逐渐变得明显，近来打鼓已变成一种越来越可行的治疗形式。

它似乎为受困扰的人提供了一个释放积压的情绪的机会，让他们去感受个人的力量。

有一项研究发现，集合起来参与团体打鼓的工作者，对他们的工作有更多的正面的看法，且能与同事之间发展出社群关系。

研究人员下结论说，打鼓让工作者的压力有了很好的释放途径，它能显著降低工作者心力的耗竭，导致人员流动率的降低。

当人们在夜店或车上听到音响播放的最新的摇滚乐时，从某种角度来说，他们在自己治疗脑波。

典型地，这些歌曲具有非常重的节拍，可以让大脑安静下来，回到一种较原始的、前理性的状态。

这非常类似于部落的打鼓，有助于产生原始疗法中潜意识的、近乎催眠的状态。

当然，这些影响没有那么大。

但不间断的、重复的节奏的确会给大脑提供冷静下来的机会，而避开现代生活持续使用的左脑、大脑前额叶皮质区的活动。

所以，下次当你看到停在你旁边的车中的男子，随着流行音乐歌曲的节奏上下点着头时，你可以这么想：“噢！

他也懂得脑波振动。

”

<<脑波振动>>

媒体关注与评论

本书实际且出色的观点，使我们能重新检视“振动”对于生命的影响。神经科学表明通过脑波振动所产生的效益，能广泛地改善个人的生活以及生命格局。

——肯尼斯·威森博士（大脑教育顾问） 李承宪先生用一种简单的方式描述脑波振动，让没有经验的人也能了解它。

他同时揭示了脑波振动的科学解释及哲学基础，让一般大众都能够认识并遵循它。

——莉贝卡·奇玛（北亚利桑纳大学助理教授） 对李承宪先生而言，不是只有那些坐在山顶冥想、使用古怪神秘方式的人，才能获得心灵启示。

他为所有人提供了一个简易的获得启示的方式，他的哲学理念带领我们进入一个和平宁静的世界，万物都互相尊重，充满慈爱。

——西蒙·托平（新闻学教授及作家，前纽约时报主编） 我很高兴出现了一种不需更衣、流汗或上课，就能练习的简单方法。

它可以运用在任何你需要“重新设定”自己的大脑的时候。

当我的情绪受困于某种情境，或当我必须拥有更清醒的心智时，我就会练习它。

——珍班哲明（医师） 李承宪先生认为大脑是人体所有能量系统的中心，因此，寻找一种完整的开发大脑潜能的方法，就和寻找个人内心宁静以及发展紧密联系起来。

他卓越的工作给人类带来了启示。

——奥斯卡·阿里亚斯·桑切斯（哥斯达黎加总统，诺贝尔和平奖得主） 当我开始做脑波振动时，我在想它是否只是个噱头而已？

在几次体验之后，我改变了自己的看法。

它帮我控制了慢性疼痛，增加了自身的能量，且改变了我对生命的态度与看法。

在很短的时间内，我的生活质量明显改善了。

——莱丝莉·麦玛来斯（美国科罗拉多州雷克伍德市） 我曾在半夜被送进急诊室，因为血压飙高。

然而在我练习脑波振动后，不只血压改善了，视力也改善了，连头痛都消失了。

现在我的思维很清晰。

脑波振动是非常容易做的，甚至在看电视时都可以做。

——朴英淑（韩国） 我整天坐在计算机前，因而深受颈部及肩膀疼痛之苦。

在我开始练习脑波振动之后，肩膀及颈部都变得柔软且放松了。

仅仅运动十分钟，我就真的能感觉到不同了。

——瑟西乐·柯霍（美国亚利桑纳州梅萨市） 过去三个月以来，我一直很勤劳地在做脑波振动训练，我觉得自己更有活力了。

即使我睡得较少，早晨也总是能充满活力地起床。

——李庆恩（韩国） 自从我开始练习脑波振动之后，我大多数的时间都比以往更快乐与平静。

如果自己曾有的担忧习惯不小心溜进来，我就做一些脑波振动训练。

然后，我的大脑会提醒自己，每件事都会完成，即使我当下并不知道该怎么做。

——娜迪亚·柯林斯（美国亚利桑纳州梅萨市）

<<脑波振动>>

编辑推荐

《脑波振动:超级简单的健康快乐训练法》：让大脑动起来！

脑波振动的动作非常简单：每天只需几分钟，做做简单的点点头、扭扭上身、拍拍腹部、快步走等活化大脑潜力的脑波运动，就能甩开负面情绪、提高自愈力、发送病痛、重拾健康快乐的生活！

国际知名大脑训练专家李承宪告诉我们：无法体会人类心智的强大力量，是因为你还没有学会如何使用自己的大脑。

韩国、日本、美国等地人追随学习的脑波振动训练，将大大改变你的人生！

<<脑波振动>>

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>