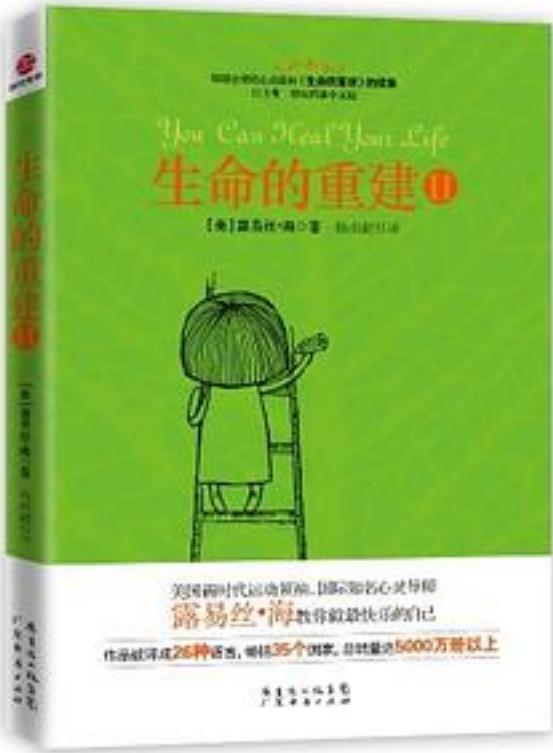


# 生命的重建2



[生命的重建2 下载链接1](#)

著者:[美] 露易丝 · 海

出版者:

出版时间:2012-8

装帧:平装

isbn:9787545412963

《生命的重建2》进一步教给我们实现最佳自我的方式。露易丝 · 海以生命演进的时间顺序叙述，从童年的烦恼起笔，到爱情的纠结、工作的迷惘、健康的忧虑、老年的关切，甚至面对死亡的恐惧，娓娓道出了生命的真谛：我们对自己和人生存有怎样的信念，我们的未来就会变成什么模样。露易丝 · 海还广泛探讨了我们应该如何改变负面的思维模式，植入全新的正面激励，选择更好的人生信念。爱生活，爱自己，我们能创造更佳的未来。

作者介绍:

目录:

[生命的重建2\\_下载链接1](#)

## 标签

心灵成长

心理学

心理

生命的重建

灵修

值得一看的好书

人生

灵修灵性

## 评论

内容总体还可以，帮我理清了一些困惑，让我得以重新审视认知自我。还有，里面推荐的书挺多的。

---

作者所说的生命重建，其实就是正向自我催眠。

-----  
喜马拉雅快速听完。

-----  
如果书中的内容就是在洗脑，那我也愿意被洗脑。每天都被消极的思想充斥，只有痛苦、纠结、抑郁等不好的情绪，那么用积极的思想替代何乐而不为呢？我会好好实践书中的思想。

-----  
内容可以四星，但印刷比较减分。

-----  
思想影响行为

-----  
一般又一般，最接近圣人的人，谁封的？

- 1.抱怨只是浪费精力，它是另一种无能无力的行径。
- 2.如果我们这次拒绝接受教训，那么在下一次生命中，同样的教训会再次出现。
- 3.原谅是几乎所有问题的答案。
- 4.除非我们愿意自己先改变，否则我们的世界里一切都不会有所改观。

-----  
飞机上邻坐女士问我借来看

-----  
语言是有力量的

-----  
听完的有声书。

-----  
女性們好好愛自己呀

听过，祈祷语不错

前几章还是有不少段落触动心灵，后几章就感觉有些唯心和虚无缥缈，还达不到那种境界，所以我是一般人。

没错我还看了二。想喝鸡汤想打鸡血可以看，在我看来通篇说教，无逻辑。

be grateful to everything

爱自己，爱生活，重创更佳美好的未来和实现最佳自我的方式。

《生命的重建2》是一本积极心理学方面的畅销书，作者借由自己的经历来检视常见的负面思维，通过具有针对性的思考练习和潜意识训练，帮助人们转变根深蒂固的思维习惯，挖掘内心无限的潜力来丰富我们的生活。本书道理简单、方法易学，但需要有相当经历的读者才能领悟…

把我心里想说的写出来。

18年11本:关于自尊、情感、健康、工作、思想、暮年的自我关怀和确认，再加上101个人生激励观念。心灵成长和自我确认的必读书。

我思故我在，积极的想法才能带来好的结果，所以很多时候我们需要刻意练习，让自己的想法更积极些。

[生命的重建2 下载链接1](#)

## 书评

人生很长亦很短，长的是无奈，短的是悲伤。天涯很远亦很近，远在天边，近在心间。人生就像一杯茶，不会苦一辈子，但总会苦一阵子。

我在一个不属于自己的城市里怒放着青春，期许着未来，一次次的失望，一次次坚持着固执，这是我自己的人生！有时候因为遇到一个人，我们会痛苦流...

---

这些年一直有关注身心灵方面的书籍，奥修、克里希那穆提、埃克哈特·托利、一行禅师、张德芬等的书都有读过，且不得不说，他们的书都非常值得一读。

从第一本《生命的重建》了解到露易丝·海，她不幸的童年、破裂的婚姻以及癌症的阴影，露易丝·海从一名普通家庭主妇，一路成...

---

露易丝海的作品看过不少，这本是最新的一本，也是我喜欢的一本。内容一如既往的帮助内心找到力量，找到重塑生命的方法。之所以最喜欢这本书因为翻译得很好，语句优美，有阅读的快感。同时，内文做得很精美，有富有哲理的插画，很喜欢！

---

翻译的不好，可以看出来作者就是在翻译一本书，对路易丝海和《生命的重建》不了解，所以翻译的……怎么说呢……就是莫得感情。比如说在《生命的重建》里露易丝说她不喜欢“应该”这个词(should)，她会用“可以can”这个词来代替，因为这给了我们选择，但是这本书里还是可以看...

---

关于心灵方面的书，很难写好，这本书确实很棒。我们这个年代，人心浮躁，励志类的书一不小心就矫枉过正，使人走向另一个极端，但是这本书却不会。孩提时代的梦想你是否还记得，关于爱情你的纠结与快乐，遗憾的，逝去的，繁华洗尽之后，你是否还能保持自己内心的本真呢？怎么...

刚开始看，觉得书质量很好，还有有趣的插画，内容也还可以不是很教条，像是和你在谈话，还不错。意味深长的一本书，引发我无数的思考，我喜欢这样有深度的书~需要在心静的时候，回归内心，才能安静的读完。大家看了后，也一定会像我一样受到启发的。

看了好多遍！最值得推荐了！  
所有心灵书籍中最让我受益匪浅的！享受生命，让心灵得到锤炼。“你要去哪里？”心灵的磨练会让你变得更加成熟。。

誉满全球的健康观念第一畅销书，被誉为生命教育圣经般的巨著，曾经创造了《纽约时报》畅销书排行榜连续50周第1名的骄人记录。露易丝·海在书中给我们揭示了疾病背后所隐藏的心理模式，从而为人们开辟了重建生命整体健康的完美道路。

值得一观，让人不知不觉.....生命是如此的辉煌，生命是如此的精彩，听同事一致推荐，就去买了一本，好书啊

阅读路易丝·海，就像在阅读一条河，而且是那种丰沛而不动荡，舒展而不慵懒的大河。考虑到露易丝的坎坷经历，这种感觉挺让人惊讶，开始听说这位女性不幸的早年经历时，我期望这本书是一本创伤治疗类的书。的确，它可能还是有这个功能，但在我看来它更多的是平静的、细致...

[生命的重建2 下载链接1](#)