

康复是一次旅行



[康复是一次旅行_下载链接1_](#)

著者:马修·曼宁

出版者:海潮摄影艺术出版社

出版时间:2003-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787801444851

马修·曼宁
是世界上最富才华的康复大师，他在自己工作和研究的基础上，吸引世界上著名的康复医疗者、医生和医学专家的经验，为我们提供了这本极富创造力的指导书，帮助我们获得最佳的健康、安宁和幸福。他认为情感和环境是取得健康不可缺少的因素，他研究营养、信念和积极思想给人们带来的无穷利益。
曼宁的妻子在与癌症的抗争中获得了胜利，受到妻子的鼓舞，曼宁为每一个希望改善健康，克服疾病的人提供了深入可靠的信息和观念，鼓舞着每一个人。本书出版后立即风

靡世界，深受欢迎，成为全球最畅销书，享有“态度康复第一书”的美誉。正如世界卫生组织（WHO）癌症项目负责人，皇家医师学会癌症学教授卡罗尔·西科洛博士的评价：“我们必须穿过迷宫找到出路，曼宁为我们提供了一张地图。我强烈地推荐给每一个病人，不管他们得了什么病，还有他们所爱的人都应阅读这本书。”

作者介绍:

目录: 致谢
序·挑战癌症的心灵之作
自序·这就是健康安慰的实质
第一章 吉格战胜癌症的经历
第二章 我的安慰之旅
第三章 免疫系统：人体的国防军
第四章 治愈受伤的情感
第五章 欢笑、希望和乐观治疗的好处
第六章 改变行为方式
第七章 压力与健康
第八章 应对生活中的压力
· · · · · (收起)

[康复是一次旅行 下载链接1](#)

标签

心理学

康复是一次旅行

康复

医学

保健

自然-医学

随笔

读书

评论

理念很好

本科时念的第一本课外书，纪念下。

The Healing Journey

[康复是一次旅行_下载链接1](#)

书评

[康复是一次旅行_下载链接1](#)