

冥想



[冥想_下载链接1](#)

著者:李胜杰

出版者:北京工业大学出版社

出版时间:2013-4

装帧:

isbn:9787563934379

《吸引系列丛书:冥想》中21天的冥想训练将改变你的人生！许多具有影响力的人物都是通过运用冥想法则获得成功的！冥想是一种改变人生的简单艺术！冥想是一种通过放松自己而实现目的的能量创造。冥想，可以唤醒我们内心中沉睡的强大力量，从而恢复我们的精神面貌，并且以放松、愉悦的状态进入到我们的日常工作生活中去。冥想就像一位心灵导师，给予你最恰当的指引，帮你把自己激励成巨人。学会冥想，你会在不经意间发现，人生竟可以变得如此美好。冥想的九大心经：放弃过去的自己、勇敢接纳自己、设定冥想目标、让冥想充满善意、学会积极的陈述、坚持的力量、强烈的意愿、学会付出、拥抱自我，完美运用冥想的九大心经将有助于我们更好地实现冥想。冥想，每时每刻都能创造奇迹。坚持冥想的习惯，你的人生从此与众不同。冥想就像呼吸一样简单，简单的冥想成就完美的人生！

作者介绍：

目录: 目录:

引子 桑普的新课程

课程篇 吸引大师的十堂课

第一课 冥想是改变人生的简单艺术

第二课 冥想修炼的九大心经(一)

第三课 冥想修炼的九大心经(二)

第四课 成功冥想的五大实战技法

第五课 铲除心魔，感受冥想的神奇魅力

第六课 冥想，找回本我，坚守自己

第七课 冥想，免费的私人医生

第八课 冥想，美好未来看得见

第九课 冥想激励，把自己激励成巨人

第十课 冥想成就圆满的人生

实践篇 打开全新的未来

训练一 冥想和谐关系引子 桑普的新课程

课程篇 吸引大师的十堂课

第一课 冥想是改变人生的简单艺术

第二课 冥想修炼的九大心经(一)

第三课 冥想修炼的九大心经(二)

第四课 成功冥想的五大实战技法

第五课 铲除心魔，感受冥想的神奇魅力

第六课 冥想，找回本我，坚守自己

第七课 冥想，免费的私人医生

第八课 冥想，美好未来看得见

第九课 冥想激励，把自己激励成巨人

第十课 冥想成就圆满的人生

实践篇 打开全新的未来

训练一 冥想和谐关系

训练二 冥想健康

训练三 冥想美丽

训练四 冥想富有

训练五 冥想幸福

训练六 冥想成功

尾声 桑普感慨万千

· · · · · (收起)

[冥想 下载链接1](#)

标签

灵修

潜意识

心理学

冥想

成功学

评论

前半部分还可以，后半部分有点唯心主义。

说起来容易，做起来难，感觉是作者在自慰

冥想 下载链接1

书评

冥想 下载链接1