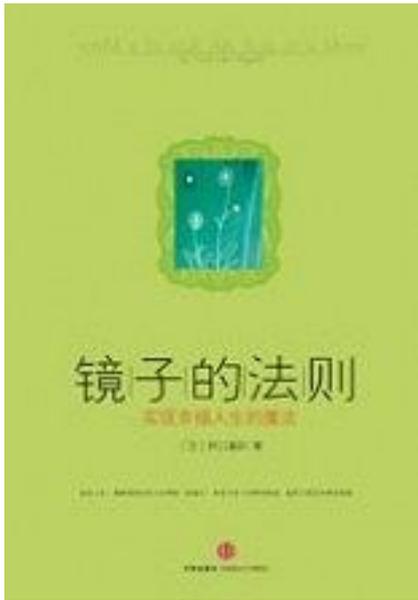


镜子的法则



[镜子的法则_下载链接1](#)

著者:Hans-Rudolf Metzger

出版者:商周出版

出版时间:2007-3-5

装帧:平装

isbn:9789861248349

◎華人心理治療研究發展基金會執行長王浩威醫師推薦

只要能善用自身和外在的能量，便能幫助自己獲得心靈與心理的平衡

——王浩威

◎你在工作中遇到瓶頸，不知該往何處前進嗎？

◎你獲得上司拔擢，卻又擔憂自己的能力嗎？

◎你和伴侶之間處於僵持不下的關係嗎？

◎你曾因與眾不同的特質而受人嘲弄嗎？

◎你常在理性與感性之間游移不定嗎？

一個人該怎麼做，才能一步步克服困難，找出自己的新方向？擁有30年經驗的瑞士諮商名師漢斯·魯道夫·馬茲格將告訴你，如何善用和激發本身的能量突破困境，開創新局！

每個人心裡都有一面鏡子，

卻大多廢而不用，

直到工作遇到瓶頸、家庭關係生變，自我被壓抑……，

8堂課讓你擦亮心中的明鏡，照見身心平衡的自己。

在面對劇烈的個人轉變時，許多人都會覺得徬徨無助。就像失去了方向一樣。但其實，他們只是沒有意識到那股潛藏在自己心靈深處的能量。

漢斯·魯道夫·馬茲格希望提供給讀者的並非一份封閉的，所謂能幫助你渡過轉變期的企劃書。超過三十年心理諮詢的經驗讓他清楚的知道：一個人該怎麼做才能一步步克服困難，找出自己的新方向。其實只要懂得善用和激發我們身體本身的「自癒能量」，就一定能找出新方向。

漢斯·魯道夫·馬茲格不但從心理分析的角度，更從肌肉運動學的角度來剖析和介紹這門有關能量的知識——一股常駐於你我心靈深處的能量，除此之外還輔以具體的案例說明，並附有各式評量和測驗，期藉此引導讀者順利的認識自己的能量、運用自己的能量，並為自己的人生找出真正的方向和定位。

作者介绍:

漢斯·魯道夫·馬茲格 (Hans-Rudolf Metzger)

曾投身商界，在市場行銷方面有多年實務經驗。之後取得蘇黎世應用心理學院 (Hochschule fuer Angewandte Psychologie) 的碩士學位。

自一九七五年起，開始從事心理輔導、督導及心理諮詢工作，並帶領小組研討，和主持心理衡鑑或心理評估計畫。不但是瑞士應用心理學職業工會 (SBAP) 的成員，也是瑞士筆跡學協會 (SGG) 的會員。

目录: 感謝

導論

如何探尋能量

紛擾的來源

回復失去平衡的自己

結語

• • • • • ([收起](#))

[鏡子的法則_下载链接1](#)

标签

心理学

评论

宽恕，让自己更轻松，更快乐。

镜子的魔法。

[镜子的法则_下载链接1](#)

书评

[镜子的法则_下载链接1](#)