

《芳香疗法情绪宝典》

图书基本信息

《芳香疗法情绪宝典》

内容概要

《芳香疗法情绪宝典》

作者简介

书籍目录

前言 XIII

第一部分

通往心灵的路

第一章 药物的历史 003

萨满人 009

第二章 精油和心灵 013

什么是精油？ 015

原精 017

化学 018

电磁学 019

红外照射 020

精油如何进入人体？ 020

心灵 027

精油如何作用于大脑 030

总结 037

哪种药物？ 037

第三章 当代的心灵 043

身心相连 046

药品文化 050

成瘾 051

意识和控制 054

未经开发的心灵 055

灵性 056

心理疗法、心理咨询和其他疗法 057

冥想和观想术 059

第四章 香熏心理学 063

名词解释 064

香熏心理学和精神状态 068

医院、医疗所和疗养院 069

办公室 071

零售商店 072

中小学和大学 074

未来 075

第二部分

情感修复和香熏疗法

第五章 如何利用精油塑造芳香心灵 081

复杂性和灵活性 083

精油合力和复方精油 084

适应原 084

品系 084

纯度和质量 085

嗅觉的艺术 088

使用多少精油？ 089

使用多长时间？ 089

使用哪种方法？ 089

匙、精油瓶以及滴管 090

按摩用的基础油或媒介油 091

使用方法和用量 092
第七章、第八章使用的精油配方 093
表5.1 使用方式及剂量 093
表5.2 精油与基础油或媒介油混合的使用剂量 095
复合和混合 096
第六章 如何利用精油度过人生的困难时期 099
校园 100
提高记忆力，保持头脑清醒并提高效率 101
办公室 104
工业 105
农业 106
乘坐飞机或汽车旅行 107
警察局和监狱 108
第七章 情绪治疗 111
引言 112
正面的心理、心情和情绪 115
第八章 多种多样的情绪问题 135
虐待 136
上瘾 141
攻击性 147
健忘症 149
愤怒 151
焦虑 153
冷漠 156
丧亲之痛 156
崩溃 158
透支 159
混乱 160
沮丧 162
谵妄 162
震颤性谵妄 163
痴呆和阿尔茨海默症 164
抑郁 166
多疑 177
情感暴力 178
疲劳、疲惫和筋疲力尽 182
恐惧 184
健忘 187
悲痛（强烈的悲伤） 187
负罪感 189
臆想症 191
歇斯底里 192
失眠 193
烦躁 196
寂寞和孤独 197
悲惨 198
情绪化和情绪不稳 199
执迷与强迫症 200
疼痛 203

惊恐及惊恐发作	204
被动	206
恐惧症	208
心身症	210
好争吵	210
暴怒	211
懊悔	212
拒绝	213
压抑	214
精神分裂症	215
自责	216
哀伤	217
压力	218
创伤	222
隐退生活	223
自卑感	224
第九章 自我控制	227
自生训练	228
呼吸	229
按摩	230
冥想	235
放松	237
观想	239
第十章 医疗与精油	241
医生	242
医院	243
临终关怀医院	244
护士	245
牙医	246
护工	247
信仰疗法大师	248
心理咨询师	248
精神疗法医师	249
第十一章 正面和负面情绪香熏治疗精油表	253
表11.1 情感修复——积极状态	254
表11.2 情感修复——问题	255
表11.3 对积极心态有益的精油	259
表11.4 有助于治疗情感问题的精油	261
第三部分	
芳香族：人的特点与精油的性格	
第十二章 性格是什么？	269
引言	270
性格测试	274
香水中的性格	275
性格学与类型学	276
第十三章 芳香族：精油的人类性格	281
引言	282
芳香基因学	284
神奇的九大芳香族	285

如何给精油分类 287

续篇 287

九大类精油性格 290

表13.1 九大类精油简介 317

第十四章 各种精油性格类型 323

选择你的性格类型 325

精油、原精及其性格介绍 326

表14.1 精油性格检索 417

表14.2 积极情绪状态 425

第四部分

附录

附录 安全性数据 437

妊娠期 438

附录 精油和纯露中的治疗成分 439

与芳香情绪疗法相关的精油中的主要化学成分 439

《芳香疗法情绪宝典》

精彩短评

- 1、消化完了。现50元人民币转出。这本书的特色在于：提供了针对各种情绪问题的可选择的一种复方精油配方；有一部分总结有几种常用精油的人类特征和个性；有按照萃取部位分类的九类精油的人格化分析；还附有精油性格和情绪疗效的索引列表
- 2、工具书
- 3、内容很好。翻译太差
- 4、一大堆的配方！

《芳香疗法情绪宝典》

精彩书评

1、1) 233页图表，指出情绪肌肉位置紧张图2) 228页，autogenic training，促进身心间交流理论3) 最后一页。探讨化学成分可能与不同作用有关。如酸。刺激。醛。平静。具体内容还是去参考德国人另外一本蛋吧。

《芳香疗法情绪宝典》

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:www.tushu000.com