

二十一世紀人追求的目標

身 心 靈

文: 浦瑛



REBECCA LI 身材比絕大多數 20 歲的女孩子還要好,時常開懷大笑,用前邊 20 年靠自己的頭腦賺來的錢過富足精緻的生活,開創一份自己喜歡的事業,並為之忙得興緻勃勃。她曾經是美國國家體操隊教練,華爾街的商人,2004 年她成為唯一的一個大師級教授在中國北京開設 REBECCA 工作室的人 (工作室以普拉提, GYROTONIC 為健身,以 ZONE 為營養食品,還有心和靈融合一體來傳授),她是 MASTER TRAINER,這套身心靈課程是她在五年前創建的,是她十年經驗的總結,提倡在營養健身綜合中再升華心靈。每一小時收費是大律師和設計師同樣的標準,全球都有她的學生,她走到哪里都能深深吸引和感染着周圍的人。她是一位名副其實稱得上有智慧有實力的女人。



記得今年四月的一天,一位名字叫 REBECCA 的小姐打電話找我說她需要幫助,她說她要找一個管家。電話挂後,我突然想到這個 REBECCA 好像三年前和我通過電話,那時是為克里夫蘭的鋼鐵廠,中國來了六個部長需要洽談生意和做接待工作,因為她提出許多要求,而我又力不從心,就婉言謝絕沒有再和她聯絡。事隔三年,當我們第一次見面我證實了她就是以前和我聯繫過的人,想想這個世界真是太小,也許是個巧合,我們開始了頻繁的交往。

REBECCA 出生於北京,六歲時開始進入體校,學習體操。二十多年前到了美國,她說她十分幸運,因為她一到美國就找到了每小時\$12 教學生體操的工作, 因她培養的學生打敗了美國著名體操教練貝拉.卡爾羅伊帶的學生,於是貝拉.卡爾羅伊看上她並且請她到美國國家隊當體操教練。在 1992 年她帶的兩個學生紛紛拿到了奧運會金牌,而她也許是因為壓力和操心過度,胃部大出血。這無疑就給她當教練的生涯畫了一個句號。金錢名利地位還是身體?REBECCA 選擇了身體。



“我一向认为物质和精神就像鸟的两只翅膀,缺一不可。”

REBECCA 離開了美國體操隊,她很順利地拿到了獎學金,她主修了現代舞蹈和商業管理。當她拿到這二個碩士學位後,開始她選擇教現代舞蹈,效果不是她想像的那么如意,現實的美國給年輕的 REBECCA 上了一課:精神和物質就像鳥的兩只翅膀一樣缺一都不行。她想到,不是還有一個商業碩士學位嗎?於是,REBECCA 憑着她的聰明和智慧,到華爾街去創一番事業。自信、開心和積極樂觀的心態讓她在華爾街找到了她的位置。華爾街金融界女人必須要和男人一樣拼搏。她謙虛地說:我算幸運,因為我在華爾街賺到了錢,由於工作超負荷的繁忙,身體健康也要更上一層樓,她開始請了營養大師和健身大師一起,整整十年照顧和訓練她自己,因她自己本身也是一位體操運動員,漸漸地她開始對人的身體和飲食開始了探索,她打比方說:我們看到一個人不是每天在運動機上跑一個小時,吃營養的食物,這是我們可以看得到的,這



当今社会已经和过去时代不同,不是说我胃痛、肝病就是身体有病,如果您的心理不健康也是病人,二十一世纪人不仅仅只追求身体健康,还要心理健康,更需灵性上的超越。我们每个人生存在这个世界上,但没有一个人的身体和心念是一样的,我们每一个人都会锻炼,每一个人都知道饮食,每一个人都知道精神上要超越。而我用十几年经验的积累,运用我的专业知识训练您怎样用您自己的身体,结合饮食,运用您的气息全方面一对一的引导,把您身心融合一体,REBECCA 工作室培养您从里到外,变得聪明,美丽,性感,如果您想要了解详细资料,请您 E-MAIL 给我: helen@rebeccachina.com

Rebecca Li

是人的身體,你自己和別人都可以看得也摸得到,但人的心和靈是看不到也摸不到的。REBECCA 開始研究身心靈融合一體對人的益處。最後她總結了一套身心靈全方位的訓練系統。比方說,有的人外表看上去很健康,可是他生來就沒有同情心,不會關心人也不會愛人,那么他的心靈就不能說是健康的。REBECCA 這一套身心靈教學課程,就會幫助體驗從人的呼吸和氣流感應里發現問題,來幫助引導和解決問題。

再說 REBECCA 的愛情浪漫史,她和 DAVID 是在紐約華爾街金融界里認識的,他先生也是全球有名的鋼鐵金融專家,五年前他自己創立了全球公司 Global Principal Partnership LLC (GPP),該公司是全球唯一投資鋼鐵為主的金融機構,他們也是合作夥伴,REBECCA 幫助夫君為中國和美國的鋼鐵企業搭建了一座橋樑。他們兩人最後一起工作的項目是中國寶鋼的境外收購。他們的工作是全球跑,他們在中國北京和美國紐約加州都有家。而他先生因為出生和成長都在克里夫蘭臨近的城市 ROCK RIVER,DAVID 要留住他美好的童年回憶,他們倆化了五



2005 8 20

年時間,建造了又一棟豪華住宅。DAVID 平易近人,喜歡自我介紹他的姓是 LI,他跟 REBECCA 姓。先生對不僅漂亮而且智慧超人的太太十分尊重並且總是給以無微不至的關懷。他還說給太太最厚的禮物就是嘴巴天天講我愛你。

今天的 REBECCA 可以專心享受生活,跟隨她多年的北京阿姨在黃唯大律師的幫助下,第二次簽證順利通過到達美國,REBECCA 有了幫手,因她停不下來的性格讓她整天忙忙碌碌,她中國美國兩邊跑,她下月要到中國,現已經有十五個世界媒體要採訪她,因為她有過人的智慧,對自己充滿自信。她只做自己喜愛的事,而其他的,她很願意花錢去請專業的人來做,比如說桌子上要放一盤玫瑰花,她請花師傳到她家做,她說,我樂意給每一個人提供賺錢的機會,她們靠自己專業賺錢,同樣我也希望別人因為我的專業而給我賺錢的機會。因為這是 REBECCA 的真理:精神和物質就像鳥的兩只翅膀一樣缺一都不行。



2005 7 30



Rebecca 的自勉勵:每個人做什么事業都不重要,重要的是你要喜歡和投入,成功不只是您賺了很多錢,是您身心靈能有一個共鳴和提陞



Rebecca 來克城不久,由於華報她結交了不少朋友,她願意將她的健身藝術和大家分享。