

<<信念力>>

图书基本信息

书名：<<信念力>>

13位ISBN编号：9787229033668

10位ISBN编号：7229033667

出版时间：2011-2

出版时间：重庆出版社

作者：[美] 奥里森·斯维特·马登

页数：226

译者：马林梅,秦邕

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：<http://www.tushu007.com>

## 前言

让信念力来改变你的贫困、疾病或不幸 我们可以清晰地看到，当前的时代与古往今来的历史如此不同，因为人们从来没有预见到人的思维力量能在社会文明进程中发挥这么大的作用。

在文明世界中，尽管那些以抽象思辨符号为特征的学院派正统理论随处可见，但人们对于神圣的真理、乐观仁爱的福音，以及有关幸福与智慧的哲学，其实仍然了解得不够深入。而这些关乎真理、幸福与智慧的命题，才恰恰是改善和提升我们生存环境的关键所在。

观念的不断革新，促进了人们对思维、品格、身体、成就等方面的感悟，而这些恰恰又是人类社会欣欣向荣的核心关键。

于是，我们意识到，肯定存在着一种神秘的力量，它冥冥中将我们与赋予我们生命的至上神性紧密相连，但是，我们尚不清楚这种神秘力量源自何方，我们发现，这一可能源自我们生命本身的神秘能量，可以带来使我们所有人都获得新生的福音，进而使我们的生命世界变得更加和谐和美妙。

通俗地说，人们的生活可以远离平庸和失范，人们的生命可以更有意义，更富风采。

本书就是要告诉你，如何掌握这些法则，如何在日常生活中有效地运用这些法则。

有一种逐渐为许多人所认可的观点：“上帝不需要人类去弥补他的过失。

”上帝不需要，人类同样不需要，我们只是在自己力所能及的范围内，做自己所能做的努力。

我们试图寻找出那些真正的可以指导生命的“神圣原则”。

“神圣原则”对人生来说就是真理，它创造了我们，更新着我们，也完善着我们，它还能治愈我们在人生旅途中遭遇的种种创伤。

人类日渐发现，生命中确实存在这样一种法则，它主导着我们的健康。

我们只要顺应这一法则，它就会为我们所用，治愈我们精神的累累伤痕，安抚我们内心的悲伤孤寂。

你通过本书能懂得什么呢？

我可以这样告诉你：从本质上讲，我们每个人的生命个体，都是一种精神的实体，肉体的状态取决于精神的状态。

一个人，是灾病缠身还是活泼健康，是欣喜快乐还是伤悲忧虑，是青春萌动还是未老先衰，是博爱宽仁还是冷漠自私，这些都取决于这个人控制自己精神的深度和力度。

让信念力照亮你的人生：一个人，如何通过完善心灵，来改善身体状况；如何通过改善心灵，来提升一生的品格。

一个人不能甘心做外部环境的受害者，相反，人应该成为自己命运的主宰者；要相信，没有谁能决定你一生的生活处境和人生目标，那种“命运”的假设与安排，是不存在的。

每个人都可以创造一个适合他发展的环境。

当一个人面临贫困、疾病和不率，最好的态度是什么？

是回到生命之源那里去，去寻找富足、健康以及和谐安宁的真谛。

这种心灵的力量，与赋予我们生命的造物主紧密相连，它才是人世间所有安宁、力量和富足的秘密所在。

一个人，怎样才能充分认识到自身与充满着无限生机的普遍世界之间，有着怎样的密切联系，他该怎样才能不再为匮乏和贫困问题所困扰。

一个人，如何能够坚守自己精神世界的大门，有效地防止外敌的入侵。

如果具备这样的力量和智慧，能进入他灵魂世界的，就只有与他和谐统一的、可以给他带来快乐和富足的东西，而那些有可能给他带来失序、痛苦和失败的东西，统统会被他挡在门外。

“你的理念决定着你的最终的成就”，“思维是命运的别名”。

要记住：你完全可以通过思维的力量来远离失序、疾病、黑暗、仇恨、贫困和失败；你还可以借助思维的力量，获得和睦、健康、光明、仁爱、富足和成功。

要想提升自己的财富、力量，首先要提升自己的思想。

当你学会控制自己的心灵、保持精神开放状态时，你就知晓了人类福祉的秘密。

这预示着人类一个崭新时代的到来，而更为重要的是，这也预示着你的生命历程将迎来一种全新的状态。

<<信念力>>

## <<信念力>>

### 内容概要

300位世界名人公开表示奥里森·斯维特·马登博士编著的这本《信念力》教会他们： 对自己的定位是你能否取得成功的最好尺度。

如果你认为自己行，你就一定行；如果你认为自己不行，你就注定不行。

要把成功的渴望保持在沸点，而且要把全部努力投入到实现目标的过程之中。

400所欧美日韩高校用这本《信念力》告诉自己的学生： 勇敢地进行自我肯定能够带来巨大的创造力。

应该养成一种习惯，把我们渴望的目标当做已经存在的现实。

大胆地明确你想要的东西，它就会出现在你的生活中，被你所拥有。

500强企业机构指定《信念力》培训员工： 一个人的精神高度，决定了他将得到什么。

正是对财富的怀疑和恐惧，使你成了这么穷的人！

想做成某事的信心和精神态度，直接关系到最后能否成功。

出版75年后，75%读过这本书的人认为：《信念力》在事业、财富和人生幸福三方面对自己有“巨大的推动作用”。

## &lt;&lt;信念力&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 让信念力来改变你的贫困，疾病或不幸Part 1 信念力驱动着我们的肉身亨利·欧文之死意志力是生命最好的补药让藏在内心深处的潜能拯救自己Part 2 贫困是信念力走偏造成的坚信自己是穷人，注定一辈子受穷整天想着“贫困”，会真的把“贫困”招来起点在哪里不重要，朝哪个方向走才重要钱是挣出来的，不是省出来的要想当富人，先像富人那样思考Part 3 信念力带来真正富足的人生决心为富足而战，是获得富足的前提财富本无穷尽，只观望不奋斗，注定受穷你想要的东西不是太多，而是太少坚信自己是为富足、庄严和神圣而生Part 4 信念力塑造好品格与好身体别用愚蠢或恶毒的方式对待自己把所有工作留在办公室里睡眠有令人惊讶的神奇力量睡觉可以治好你的“贫困病”Part 5 信念力带来健康思想和正确思维你的情绪最容易引起哪种病？

健康的思想能预防多种身心疾病病痛是担忧、焦虑、嫉妒和懊悔的产物健康在很大程度上是一个道德问题任何呻吟和抱怨都是可耻的Part 6 信念力催生全新的精神世界坏情绪，给你招惹过多少麻烦？

你为坏情绪付出的代价还不够吗？

改变坏情绪，不能“战”，只能“爱”信念力不仅影响大脑，还影响全身用信念与意志力再造自我Part 7

信念力通过想象决定身心健康用面粉或钮扣救活垂危的病人一个印度年轻官员亲历的荒唐事他死于自己“想”出来的病暗示的力量令人震惊一对老夫妇怎样让孩子生出病病不是治好的，而是被医生“暗示”好的宗教故事对信念力的记载Part 8 信念力不足让人未老先衰70岁的大法官在生日那天自杀信念力不但影响你的财运，还影响寿命相信自己年轻，是“抗衰老”战役的首场胜利学会忘记那些不愉快的事看看吧，你就是这样变老的你时光中变得越来越孤独了吗？

自私让你变老，公义让你年轻让年轻的心态成为一种生活习惯爱让人保持生命活力、创造力的最大能量Part 9 你的信念力决定着你的成就不要介意别人对你的期望、计划和目标嗤之以鼻应该相信自己将是下一个“幸运儿”不要选择成为任人踩踏的土块自我定位决定成就大小要把成功的渴望化为实际的行动想要成功就不要惧怕被别人嘲笑最大程度地相信自己Part 10 把你的意志和信念大声讲出来“我已经向上帝保证，我会做到的！”

“我精力充沛如同朝阳冉冉；我信心十足如同宗教信徒！”

“必须敢于大声喊出信念和自己说话——克服弱点、找回自信你必须反抗恶习的控制！”

人生在世就应该挺着胸膛做人Part 11 信念力造成的两种心理暗示“天然兴趣”使他锒铛入狱心理暗示在潜移默化中决定命运学会用暗示来拯救失败的自己钞票虽然染尘却改变不了它的价值Part 12 极力摆脱焦虑的困扰“焦虑”是你的孪生兄弟很多人貌似强大，在焦虑面前却不堪一击请你检验自己是否处于过度焦虑焦虑能让人未老先衰告诉你清除焦虑的简单方法Part 13 学会用信念力战胜恐惧恐惧让你与美好人生失之交臂你最担忧的那些事其实从未发生敏感、焦虑和身体虚弱的人最容易恐惧几个启发性的事例你必须立刻用信念驱赶恐惧！

恐惧本质上源自迷信和死后的惩罚不要相信江湖骗子的所谓预测真正健康的心灵不知恐惧为何物Part 14 用信念力提高自制力不幸往往喜欢纠缠那些不会自控的人坏脾气到底给你带来什么坏脾气招来的麻烦还少吗？

一时的冲动会把永久的朋友变成敌人狂妄、自私和虚荣导致易怒的脾气Part 15 快乐是上帝恩赐的灵丹妙药笑声如气垫般缓冲人生旅途的颠簸多微笑可以使身体更健康当今社会中的快乐重于一切实财富应该培养获取快乐的能力快乐影响着我们的的人生观和价值观Part 16 我只记录阳光的时刻应该不断地清理精神垃圾为自己的大脑装进阳光遗忘那些不友好的人和事Part 17 有因必有果是万物之规律你的收获取决于你播下的种子恨由恨生，爱由爱生报复心态会让你付出惨痛代价

## &lt;&lt;信念力&gt;&gt;

## 章节摘录

70岁的大法官在生日那天自杀 前不久, 纽约最高法院前大法官在其70岁生日那天自杀了。在他的遗体旁边留着一份关于“合理寿命”和“奥斯勒生命简论”的笔记, 里面有这样几段话:

“七十岁, 这是《圣经》规定的合理寿命。

超过这个年龄, 作为人的积极工作就该停止, 在地球上生活的期限也该结束了……” “我今年七十岁了, 而只是处于生命的转折点, 我还很健康……” 奥斯勒理论认为, 人一旦超过六十岁, 实际上就没有什么用处了, 只会成为自身和世界的负担。

这位大法官长期思索这个莫名其妙的理理论, 又因《圣经》以70岁为人们的合理生命限度, 以至于他最终决定在70岁生日那天结束自己的生命。

暂且不提奥斯勒博士的理论, 单说完全接受《圣经》70岁寿限的观点, 无疑也会对生命带来消极影响。

我们深受自我强加的寿命期限和信仰的影响。

众所周知, 当这种信仰塑造了人们时, 虽然很多老年人仍很健康, 但是很多人仍在接近自己设定的70岁寿限时就选择了死亡。

然而, 赞美诗的作者大卫不可能设定寿命的限度, 或不可能想做什么就做什么。

人们完全盲目地接纳了《圣经》中关于生命长短标准的说法。

而这些说法可能只是为了说明某种观念而使用的表示数字。

《圣经》实际上可以将生命期限设定为120岁或玛士撒拉的寿命(969岁), 这和设定为70岁或80岁是一样的。

《圣经》中从没有哪句经文表明生命存在期限, 一旦超过这个期限, 人就不应该继续活下去。

事实上, 《圣经》的要义在于鼓励人们凭借心智健全和身体健康的生活方式而长寿, 它指明人们有责任过有意义的高贵生活, 有责任尽可能地展示真我。

信念力不但影响你的财运, 还影响寿命 有人认为, 造物主将人的寿命限制在大概90岁以内, 因为寿命长短是成熟期(30年左右)的三倍, 乃是造物主意志的反映。

在自然王国中尤其是在动物界, 生物寿命也有类似的表现, 有的物种寿命甚至是其成熟期的五倍之多。

人类是上帝造出的最高级生命体, 难道不应至少和动物的寿命一样长吗?

事实上, 生命如树, 寿命则是果实。

在果实成熟以前, 就是想再多的办法也难以摇下树上的果子。

我们并不知道自己如何受自己的思想控制, 不知道信仰到底有多大的力量, 大到可以影响生命的程度。

但许多人由于深信寿命不能超过某个界限(可能是父母死去的年龄), 而义无反顾地主动缩短自己的寿命。

比如, 我们经常会听到有人说: “我可不想活得太老, 我爸妈就死得很早。”

前不久, 有个身体健康的纽约人, 突然有一天告诉家人, 他会在下次过生日时自杀, 他说他的寿命理应到这天结束。

第二年, 在他生日到来的那天上午, 由于那天他拒绝工作, 声称午夜之前, 一定要死, 全家人都很警惕, 坚决叫医生给他做检查。

医生说, 他什么病都没有。

但这个纽约人开始拒绝进食, 身体也越来越虚弱, 最终在午夜前死去。

他要自杀的想法根植于意识深处, 成为一种信念。

这种信念如此强烈, 以致他的全部意识都集中在结束自己生命这件事上, 最终信念力完全抑制了他的生命活动。

现在看来, 如果有人用更强的信念力来扭转他的自杀信念, 或者说这个人自己对生的精神信念可以战胜自杀信念, 那么, 他还可以再活很多年。

如果你相信——或者有某事件迫使你相信, 你大概会在五十岁左右显现出年老迹象, 在六十岁时



## <<信念力>>

丧失生存能力，失去对生命的兴趣，日渐衰老直至死去，那么，这世界没有任何力量能阻止你的衰老和死亡。

然而，信念力具有双面引导作用。

暮气沉沉的思想会招来身体的衰老；朝气蓬勃的思想或是活力四射的思想，则会让身体保持年轻。

思想的衰老会比身体的老化来得早，因为身体的老化是思想衰老的产物，它源于思想的老化。

当看到有些跟我们年龄相仿的人，身体已经开始逐渐衰退，显示出衰老迹象的时候，我们就会想象自己也是如此，于是也照行不误。

结果，我们在思想意识的引导下开始衰老。

这种提前衰老的现象之所以无法避免，仅仅是因为我们的思想已经接受老化，认可衰老，信服代际交替。

相信我们的信念力，如果我们不想变老，如果我们坚持年轻的思想，保持年轻、希望、活泼，那么衰老就会延时到来。

.....

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:<http://www.tushu007.com>