

<<超越秘密>>

图书基本信息

书名：<<超越秘密>>

13位ISBN编号：9787501792825

10位ISBN编号：7501792828

出版时间：2010-1

出版时间：中国经济出版社

作者：张智玄

页数：216

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>

<<超越秘密>>

前言

每个人都想获得成功，但究竟怎样努力，才能开发自己的潜力，利用好自己的能量，走向辉煌呢？这是每个人都会怀有的疑问。

毋庸置疑，它的答案就是：掌控你的心态。

人与人之间只有很小的差异，但这种微小的差异，却造成了巨大的差别。

这种差异，就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差别就是由积极心态或消极心态所决定的不同人生成就。

在我们的日常生活中，积极的心态能使人看到希望，有助于人们克服困难，保持旺盛的斗志，从而使他在人生的道路上取得意想不到的成功；而消极的心态则会让人悲观地看待问题，带来沮丧、失望的情绪，对生活和工作充满了抱怨，进而限制和扼杀自己的潜能，即使你有良好的机遇、卓越的天赋、优良的条件，成功也不会光顾你。

因此，积极的心态能够创造人生，而消极的心态则会消耗人生。

如果你想要成功，想要拥有健康快乐的生活态度，就必须具备积极的心态，以乐观、理性的态度去对待所遇到的每一件事、每一个问题。

但问题是，怎样才能具备积极的心态呢？

这里有一个巨大的秘密，那就是“吸引力法则”。

它是主宰人生的强有力的黄金法则，代表了人类富有、成功、健康的秘诀。

从有人类的那一天起，人类就开始寻找这个秘密。

在“吸引力法则”看来，你生命中所发生的一切，都是你吸引来的。

无论你心中想什么，你都会把它们吸引过来。

因为每个人都是宇宙中吸引力最强的磁铁！

每个人心中都有着比世界上任何东西更强有力的吸引力。

当你选择积极健康的思想、行为、愿景、情绪时，你就能吸引到你所需要的成功。

<<超越秘密>>

内容概要

畅销书《秘密》为我们提供了一种全新的思维方法，那就是吸引力法则。

所谓吸引力法则就是：你身上发生的一切事情，无论好坏，都是你自己的思维和想法吸引来的。

吸引力法则告诉我们，我们生命中的一切都是我们自己吸引来的，这个概念给了我们很大的启示性，但是它过于思维化，无法给出具体的行动方法。

与吸引力法则不同，作为相同概念的“正向思维”却为我们提供了一种真正积极向上行动方法。

正向思维源自于正向心理学，正向心理学是一门新兴的心理学科，1998年由美国宾夕法尼亚州大学心理学教授马丁·塞利格曼开创，目的是研究人们如何生活得更快乐、更成功和更有意义。

简单来讲，正向思维指的是，在人们遇到困难、挫折或者挑战时，不要被负面情绪所左右，不要责怪自己、抱怨他人；要正面迎接挑战，积极思考解决问题的方法。

本书对正向思维作了详细的介绍，并提供了50个培养正向思维的方法，让您逐步远离消极心态，拥有积极快乐的人生。

<<超越秘密>>

作者简介

张智玄，曾任某报社编辑，现为自由撰稿人，专注于心灵励志图书创作，同时担任某杂志心理专栏作家，一向主张积极向上的生活方式与心理状态。

<<超越秘密>>

书籍目录

第一章 万事被秘密吸引，遇事需正向思维 1. 秘密与正向思维的力量 2. 相信自己是天才 3. 想拥有全部，就要放弃全部 4. 经营自己的长处 5. 增加想象力的功力 6. 心想事成是肯定句 7. 更改自己的负面脚本 8. 命运不是他人安排的 9. 挫折来了“迎上去” 10. 世事都有两种可能

第二章 最强的磁铁就是自己，乐观心态源自正向 11. 心灵平静胜过黄金 12. 让忧虑到此为止 13. 学会用乐观的意念鼓励自己 14. 战胜悲观，打破消极的念头 15. 贫困是一所最好的大学 16. 任何危机都可能成为一种转机 17. 主动接受并正视任何既成的事实 18. 克服恐惧心理，做生命的勇者 19. 有时你以为输了，其实你赢了 20. 营造良好融洽的人际关系

第三章 情绪决定人生顺逆，掌控情绪的惊人力量 21. 负面情绪就像毒药 22. 不做情绪的奴隶 23. 用内在对话来转换情绪 24. 接纳宽容你的坏情绪 25. 不发泄就不能心理健康 26. 情绪也需要经常锻炼 27. 别让“成功焦虑”搅乱了你 28. 从容应对生活的压力 29. 好心情可以“装”出来 30. 学会爱，做个懂爱的人

第四章 秘密法则创造未来，正向行为决定一切 31. 仅有知识是不够的 32. 行动才能看到结果 33. 用行动说话才有分量 34. 行动的马太效应 35. 提早制定行动目标 36. 每天切实向着目标迈进 37. 让自己成为以解决问题为导向的人 38. 过分追求完美会让你一事无成 39. 在得到答案前，绝不善罢甘休 40. 快速行动跟时间赛跑

第五章 选择什么就得到什么，把你的职业当成事业 41. 明白你的薪水从哪里来 42. 为你的工作负起责任 43. 不抱怨你才能进步 44. 主动工作是正向思维的直接表现 45. 别把工作当成鸡肋 46. 脱离职业倦怠的困境 47. 在工作中激发自己的热情 48. 以老板的心态对待工作 49. 遇困难，多找办法，别找借口 50. 公司的问题就是你的机会

<<超越秘密>>

章节摘录

第一章 万事被秘密吸引，遇事需正向思维1. 秘密与正向思维的力量小故事在若干年前，罗伯特博士在哈佛大学主持了一项为期六周的老鼠通过迷阵吃干酪的实验，这次实验的对象是三组老鼠，共有三组学生参加。

在实验开始前，他对第一组学生说：“你们太幸运了，因为你们将与一大群天才老鼠在一起。这群老鼠非常聪明，它们能够迅速通过迷阵达到终点。

所以，你们必须要多买一些干酪放在终点，作为对它们的奖励。

”他对第二组学生说：“你们将和一群普通的老鼠在一起。

这群老鼠虽然不太聪明，但也不太蠢笨，它们最后还是会通过迷阵抵达终点。

你们也需要在终点放一些干酪给它们吃。

不过，因为它们智力平平，你们不要对它们期望太高。

”他最后对第三组学生说：“我很抱歉，你们将跟一群蠢笨的老鼠在一起。

这群老鼠笨极了，表现会很差。

如果它们能够通过迷阵抵达终点，那纯粹是意外。

所以，你们根本不用准备什么干酪。

”六个星期过后，实验结果出来了。

第一组天才的老鼠能够迅速通过迷阵，很快抵达终点；第二组普通的老鼠也能到达终点，但速度很缓慢；第三组蠢笨的老鼠，只有一只通过迷阵抵达了终点。

有趣的是，其实根本没有什么天才老鼠与蠢笨老鼠之分，它们全都是同一窝的普通老鼠。

这些老鼠之所以有天壤之别的表现，完全是因为实验的学生受到了罗伯特博士的影响，对它们抱有的心态不同所产生的结果。

学生当然不懂老鼠的语言，然而老鼠知道学生对它们的态度。

大秘密这项实验，证明了“态度”的神奇力量。

态度影响了我们的能力，而能力影响了我们处事的结果。

你用什么样的态度去面对你的人生，你就会有怎么样的人生。

选择什么样的生活、什么样的人生，是由个人的态度来决定的。

“吸引力法则”和“正向思维”都认同这个基础。

然而，吸引力法则是一种自然法则，它是客观的，没有好坏之分，它只是接收你的思想，然后以生命体验的方式，把这些思想回放给你。

它在发挥作用时，不仅所有美好的事物会被吸引过来，那些不太美好甚至丑恶、有害的事物也会被吸引过来。

如何只吸引好的、摒弃没用的和有害的事物？

对很多人来说，是一种困惑，所以吸引力法则是难以被掌握的。

<<超越秘密>>

后记

读罢此书，或许你不仅已经知道了吸引力法则背后的巨大秘密，而且已经能够非常熟悉地运用这个可以改变你生活的行动方法了！

但是，我们还必须承认：大多数人无论怎样努力都很难控制自己的思想、情绪和行为，这也包括我们自己。

即便你再熟悉吸引力法则，再准确把握其背后的行动方法，你也不可能每件事都做得完美。

所以，在此我们还要重申一下运用吸引力法则的关键：其一：相信吸引力法则。

相信消极能量吸引消极能量，积极能量吸引积极能量。

其二：行动起来。

不要每天幻想目标和愿望实现，而不采取行动，要放下幻想并为自己的目标采取行动。

其三：付出不计回报。

只有这样，你才能启动能量循环，你才能会收到成倍的能量回报。

只要掌握了以上三点，你就能用吸引力法则实现你的梦想。

但切记，吸引力法则在发挥作用时，不仅所有美好的事物会被吸引过来，那些不太美好甚至丑恶、有害的事物也会被吸引过来。

所以，你要注意摒弃那些没用的、有害的事物，吸引那些正向的、积极的事物，这正是你能从本书中学到的秘密。

最后，感谢在本书创作中给予我帮助的所有朋友，他们是：徐鹏飞、王宝和、梁果、王志艳、张永年、马良吉、季洪涛、张来。

希望吸引力法则也能改变他们的生活，让他们幸福一生。

<<超越秘密>>

媒体关注与评论

一定要有自信的勇气，才会有工作的勇气。

——鲁迅能看到事情的好的一面，并养成一种习惯，这是千金不换的珍宝。

——约翰逊人类最可宝贵的财富是希望，希望减轻了我们的苦恼，也为我们描绘出欢快的远景。

——伏尔泰永远也不要消极地认定什么事情不可能的。

首先你要认为你能，再去尝试，再尝试，最后你就发现你确实能。

——拿破仑·希尔你就是一块活生生的磁铁，你能吸引与你的主体思想相和谐的人、状态和环境

。无论你在意识里是什么，它都会在你的生活中表现出来。

——博恩·崔西

<<超越秘密>>

编辑推荐

《超越秘密:正向思维培养法》：只有正向思维，才能找到解决问题的方法，只有正向思维，才能拥有快乐人生。

成功者拥有正向思维——积极的、开放的、建设性的、导向成功的思维方式；失败者拥有负向思维——消极的、封闭的、破坏性的、导向失败的思维方式。

<<超越秘密>>

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>