第一图书网, tushu007.com

<<正能量>>

图书基本信息

前言

作者自序“人有着无穷无尽的能力，当这种无限的能力被我们充分利用起来，世界上还有什么事能难倒我们呢？
”这是一位诗人对人类的无限能力发出的赞歌。
我们明白，往往是一些超越人类日常经验的想象力激发出了诗歌创作的激情，所以从某种程度上说，诗歌总带着夸张的、浪漫化的色彩。
可是，我们在一般情况下无法想象的真理，往往就蕴藏在这些诗歌当中，这是一些更切近于世界本质、更为深刻的真理。
人究竟有多大的能力？
无人知晓。
可是，即便是最优秀的人类学家或观察家，也无法准确计算出人的能力。
并且，人类的大部分能力都有着惊人的能量，起码我们能说，一个人只要能充分发挥出自己的某些能力，就能够成就任何愿望。
大概每个人都想知道，要是这些能力被我们自如地运用，那又将会如何呢？
考察人类的历史，我们注意到，现在的人类有着和过去基本一致的价值和力量。
所以我们就得出了这样一个论点，这种平凡的状态就是人类的宿命，永远无法改变。
然而，我们要是把目光放到另外一些人身上，看到他们如何将更大的能力开掘出来，如何变得更富有智慧，我们就会彻底改变那个关于平凡的观点。
那些人类中最优秀的个体所展现出来的人类的能力和优势，雄辩有力地向我们证明了——奇迹将不断从人类的手中涌现，人类的成就将比梦想更为宏阔。
对于人类思维和行动的新的科学观，现代人类学家的研究还不足30年时间，所以，就人类运用自己的能力和力量取得成就方面的论证，我们做得还不够全面。
然而，仅仅在这么短的时间内，人们就发现了大量有力的证据，这些证据包括各种奇迹。
运用自己的双手和能力，人类能够创造奇迹；运用这种能力，人们能够取得任何想要获得的成功；先辈们只能在想象中获得的价值、能量和能力，如今都已成为现实。
在我们这个时代，已经看到了如此灿烂的曙光，那么我们可以想象，要是再过一个世纪，哪怕半个世纪，我们将人类所固有的这种无限可能性进一步运用并发展，那么，还有什么事情是人类做不到的呢？
还有什么愿望是人类不敢想象的呢？
我们下面所要陈述的就是关于这方面的知识，我们不仅要将人类身上那些伟大的无限可能性展示给大家，更会将运用这些能力的实际方法同诸位读者分享。
有这样一个事实在几百年之前就被人们意识到了：人类有着比表面上展示出来的大得多的潜能。
可是，对于这种伟大潜能的系统研究才刚刚开始不久，然而，关于如何全面而有效地将这些能力运用到日常实际生活当中，我们已经掌握了不少技巧和方法。
当然，因为我们所要论述的话题太过新颖而广阔，所以乍一看来，本书中的很多论点让人有信口开河之嫌，或感觉不太真实。
然而，只要你认真阅读下去，对这些陈述的基础根据加以全面研究，就会认识到，本书中的观点不但并非信口开河或任意夸张，反之，这些观点曾经很多次被实践所验证。
当我们对人们的生活深入进行探索，去追问到底是什么伟大的事物蕴藏在人们平凡的生命能量和精神物质层面之下时，我们惊讶地认识到，上帝创造的最优秀的作品就是人类，任何语言都无法描述人类那精彩多姿的生活，哪怕所有的词汇加起来，也描述不了生活中的一个小小场景。
此时此刻，为了表达我们的想法，我们搜肠刮肚地寻找最有说服力的形容词和最有感染力的陈述，然而，一切都是徒劳无功，因为生活本身太过丰富。
所以，我们可以说，一切有关人类潜能的描述都是蹩脚的。
对于这一点，我们只能老老实实地承认，然而换一个角度来思考，我们要是不再去想着如何描述这种伟大的潜能，而是努力将自己的潜能充分挖掘出来、运用到实际生活中——后一种做法，不是更为明

智吗？
要是有谁依旧让陈旧的观点捆绑住自己的思想，觉得人类的平凡和软弱是无法改变的，那他就是最不幸的人。
让我们回顾人类的历史，看看在这些年中，有多少令人瞩目的成就出现在各个行业中！
人类获得了多么伟大的进步！
另外，他们或许还会忽略这一点，即人类身上有着无穷无尽的潜能，人类目前对自己能量的运用，就好像是在海边捡到一片贝壳，就以为贝壳是最好的，却没有发现眼前那浩瀚的大海。
很明显，因为人类在对自身能力的发掘和运用这个领域下的功夫，远不如在其他领域那样大，如果我们能将精力集中到对那伟大潜能的发掘和利用上，那会获得怎样的结果呢？
若果然如此，那么，毋庸置疑，人类将获得有史以来最为伟大的进步，如诸神一般的男人和女人将出现在世界的各个角落，这壮观而意义重大的历史性一幕，将成为人类历史上最精彩的高潮。
就此问题，每个人都可以有自己的看法，然而所有人都应该形成一个共识，即哪怕我们更加乐观、更加富于激情地预测人类的未来，也无法想象到那时人类社会的成就和美好。
笔者之所以写作本书，就是想尽己所能地鼓励大家对自身的伟大潜能加以发掘和运用，使得那些研习这种技艺的人，能够更为成功、富有、幸福；而我们一直梦想中的、那诸神世界一般的更高级的人类民族，就要由那些掌握了这种技艺的人去创造、去探索、去开辟。

内容概要

拯救无数美国人度过“大萧条”时代的旷世之作
激励亿万人找回正面能量、改变命运的黄金之书
本书是一本与精神和心理因素十分相关的著作，写作背景发生在美国大萧条期间，本书作者看到无数人在股灾、失业的困境中精神崩溃，不愿面对人生。
为了让更多的人重拾信心，度过人生中的冬天，作者隐居山洞两年之久，不断思索生命的真相和人类的真谛。
通过本书，作者告诉了读者如何以正确的心态和技巧面对生活中的困难与不幸，如何保持“正能量”激励自己和他人。

作者简介

克里斯汀·拉尔森，美国著名作家、思想家，同时也是《宗教科学》、《心理科学》杂志创办人和美国“新思想运动”的领导者和精神领袖之一。

书籍目录

作者自序01章 认识最高法则02章 如何掌控你的力量03章 发挥精神的作用04章 认识你的潜意识05章 让潜意识不再沉睡06章 如何训练客观思维07章 思想决定成败08章 改变你自己09章 用信心引导力量10章 欲望带来进步11章 全神贯注的力量12章 发展自己的意志力13章 让思想伟大起来14章 性格决定命运15章 怎样塑造自己的性格16章 你的力量无穷无尽17章 懂得说话才能成功18章 放飞你的想象19章 打开潜能的闸门20章 生命中有着不尽的潜能

章节摘录

05章让潜意识不再沉睡真正能实现梦想者，只有那勇于拼搏之人。
你若是决心已下，你若是有了如火焰般燃烧的愿望，那么就每天一千次地重复自己的愿望吧。
不久之后你就会看到，你的面前已经出现了一条实现梦想的最优路径，你就能梦想成真。
你若想拥有更加美好的未来，那就勇敢地拼搏吧，现在就开始起步！
要想让自身潜藏的能量充分发挥，就必须全力以赴。
要想真正地实现自己的梦想，就必须勇于拼搏。
生活所有的问题都有解决的办法，生活中所有的一切都能变得更好，你只需要对自己的思维加以掌控。
外界的力量无法左右我们的命运，我们的人生要由自己书写。
我们的未来，就取决于此时此刻我们的所想所为。
1．我们必须遵守以下法则，才能有效地对自己的潜意识思维进行训练：印象、建议、期望和欲望都受到潜意识的支配，如果意识和潜意识达成了某种共鸣，那就连意识思维的方向也由潜意识思维所决定。
所以，有意识思维和潜意识思维达成共鸣，就是问题的关键，惟其如此，思维才能有明确的方向；而必须让有意识思维完全沉浸到你的内心世界，才能使得两种思维形态达成共鸣；换而言之，要让自己感觉到你已经和整个宇宙融为一体。
同时，面对一切时还要泰然自若，镇定而冷静。
你必须将自身尽善尽美的一面发掘出来，仅仅发掘肤浅的表面性的东西，就没有多大的意义了。
2．首先，你要在头脑中形成一个关于自身健康的清晰概念，才能在潜意识思维当中融入自身健康的愿望。
你要打开心灵之眼对这个概念加以理解，然后努力将这些概念的具体内涵全面地传递给潜意识。
其中的深刻含义若是被你体会到，那片神圣而宁静的心灵世界就对你敞开了大门，在那儿，你就能感觉到健康而完整的精神内涵。
3．也就是说，你必须把健康的完整概念在脑海中建立起来，并让自己的全身都接受并感觉到此概念。
不管什么时候，如果你觉得可能会生病，只要运用这个办法，就能很快恢复健康。
其中的原理就在于，若是你的潜意识思维接受了你关于身体健康的愿望，它很快就会由内而外生发出健康的能量，将那或有或无、若大弱小的疾病的力量涤荡一清。
4．所有融入在潜意识里的思想，很快都会通过潜意识表现出来，并成为你个性的一部分；假若你有改善自己身体状况的愿望，它就能唤起强大的潜意识的力量，让你的身体重新回归和谐与健康。
对于这一点，必须铭记在心。
5．如果长期以来你都处于疾病或虚弱的状态，那你就必须更加努力地唤醒潜意识的能量。
有一条法则必须记住，只要你引导潜意识思维改善身体状况的努力能够坚持不懈，那最终你必然会实现自己的愿望。
6．潜意识有着难以想象的巨大力量，它可以改善心理或生理的不良状态，能让我们拥有良好的环境，能帮助我们实现理想。
然而，你必须遵守一条规则才能实现目标，即你的渴望必须是从心底而发的，而且对于自己追求的理想，你的头脑要有清晰的认识。
7．要不断提高自己引导潜意识思维的水平，才能更好地实现自己的理想。
你要明白，想让潜意识的工作保持在最佳状态，我们在奔向目标的时候就必须全力以赴。
我们如果希望身体健康，在潜意识里面就要对个人的健康状况更为重视。
我们如果想拥有力量，在潜意识中就要对越来越多的力量加以追求，而不能满足于获得一部分力量。
就此而言，在一开始，我们就要有意识地调整自己努力的方向。
8．我们若能对自己的潜意识思维努力地加以训练，那么梦想实现的速度将会超出我们的预料。
同时，面对挫折和失败，我们也要泰然自若。

我们必须脚踏实地地前进，每天进步一点点，然后才能获得更大的进步，直到我们最远大目标的最终实现。
哪怕你身上的某些个性不为你所喜，只要它能帮你获得成功，那就不要试图改变它。
9．无论我们深入地思考什么，它都会被潜意识思维更深入地研究。
因此，如果我们对曾经的失败、自身的缺点和不足总也放不下，那这些消极方面的印象就会越来越深刻地影响自己的潜意识，导致你现在比之以往更受到这些缺陷、不足和失败的影响。
我们若想改善某种性格，只需将相反的性格在脑海中加以想象，然后那些我们想要戒除的性格就会被我们彻底遗忘。
我们只要发展了自己优秀的一面，就自然驱除了不足的一面。
你若将善的堡垒建筑起来，就相当于消除了恶的阴影。
10．一个毋庸置疑的事实是，一个人的才干和能力可以通过潜意识得到增长。
只要开启了潜意识思维，就会提升自己的工作能力和心理力量，就会变得才华卓著。
某些人就是因为发掘了潜意识的潜能，从而使得自己超越了自身局限，取得了巨大功业，这类事情我们都听说过。
只要我们能积极、果断地行动，就能发掘出潜意识的巨大能量。
11．不管在什么环境之下，不管是什么人，都拥有足够的力量掌控自己的思维、支配自己的未来，都能够提高自身的能力。
换而言之，一个人只要发掘出自身的潜在能量，那他不管面对什么样的条件和环境，都必然能获得最后的成功。
12．我们必须记住，无论想实现什么愿望，都要利用潜意识的巨大能量。
我们只有对有意识思维和潜意识思维这两种思维形式加以激发，才可能获得越来越完美的生活。
潜意识的巨大力量是我们随时都要意识到的，只有这样，你才能使自己拥有更高的才华和更突出的能力，才能实现自己的梦想。
13．如果你想在某项工作或研究中获得新的灵感，那就引导自己的潜意识对之加以寻找吧，它很快就会出现在你的面前；你若能对潜意识思维的方向加以引导，就能获得潜意识最有力的帮助。
我们要知道，在寻找灵感的时候，如果仅仅利用了有意识思维，也许不会成功，然而，若是加入了潜意识的力量，那就必然能达到目标。
此中原因在于，这时你拥有更加强大的思维体系，它的敏锐和能力远胜于系统中某个部分的单独运作。
14．如果我们有着非常深刻的感受和极为迫切的需求，这种需求就能得到潜意识的快速回应。
你要想实现什么梦想，就必须要有绝对的信心，并全力以赴地投入其中。
15．一旦有了做好某事的坚定决心，你就必然能找到合适的方法和足够的力量。
一个人要是有强烈的信念想做成什么事，哪怕这件事超出了他的能力，但因为他已经调动了潜意识的力量，就好像获得了什么神奇的力量，因此也就能实现目标。
这其中的秘密在于，你若拥有无比强烈的信念，就会产生非常深刻的感受和强烈的渴望，此时，你就能充分调动和引导自己潜意识的能量，于是最终必然成功。
16．如果你时刻梦想着实现自己远大的志向，那就时刻对自己的潜意识思维加以引导，睡觉之前更要进行这项工作，如此一来，实现理想的路径就会出现在你面前；只要你拥有足够的勇气和韧性，必然就能梦想成真。
此处我还要强调一下，你的目标必须是固定的。
如果你总在几个目标之间游移，就会涣散自己的思维，无法集中调动起自己的潜意识，最终只能一无所成。
17．在你的生活中融入你的理想和抱负，对于远大理想所带来的巨大能量，要时刻加以感受。
若能如此，你必将梦想成真。
对于未来的担忧是纯粹的杞人忧天、自寻烦恼，因为你若真正了解自己的力量，并在此方向上对自己的潜意识进行引导，你就必然可以提高自身能力，找到成功法门，如此一来，你还能不成功吗？
你还需担心吗？

18．不管想实现什么目标，都要在潜意识中将相应的信息和方法找出来。
在潜意识的帮助下，我们一定能做到“有志者事竟成”，因为若是你对某个目标有着深切的渴望，就能拥有愈发强大的内心力量，也就是说，整个思维的巨大力量都会被你调动起来，以达成目标。
如果你在工作中集中精力，对有意识和潜意识两种思维都能充分运用，你就能梦想成真。
19．如果你想获得某种更好的才能，那就把你的这项渴望传递给潜意识思维，并尽量引导它实现这个目标，这样你就能拥有更出众、更强大的才能。
假若你已经对承担某项工作作好准备，那就要用“枕着新计划入眠”的方法帮助自己。
20．在睡眠之中，我们的潜意识思维能更好地发挥作用，它会全面审视、反复咀嚼我们的那些想法。也就是说，潜意识思维会在睡眠中全方位考核这些想法。
所以在睡觉时，要用潜意识对这些想法反复思考，这项工作在清醒之时也要做；如此坚持一段时间，我们就会寻找到最佳方案。

编辑推荐

拯救无数美国人度过“大萧条”时代的旷世之作激励亿万人找回正面能量、改变命运的黄金之书当人类无限的能量被我们充分利用起来时，世界上还有什么事能难倒我们呢？
☆一般人因为没有认识到自身的伟大潜力，没有意识到自己还有着深层次的生命，更没有努力对自身潜在的可能性加以探寻，所以才软弱无力、才能平庸。
☆在做任何事的时候，你都要提醒自己那伟大的潜力就在你的身上，这股潜力太过强大，没有任何东西可以束缚它。
你要用你的心灵一点点接触这股力量，慢慢地，这股力量就能为你所用。
☆我们的世界就是这样，人之所以脆弱，是因为他们选择了脆弱；他们若是将伟大作为自己的选择，那他们就能成就伟大的荣耀。

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