

<<吸引力>>

图书基本信息

书名：<<吸引力>>

13位ISBN编号：9787511326942

10位ISBN编号：7511326943

出版时间：2012-9

出版时间：中国华侨出版社

作者：罗伯特·贝恩

页数：258

字数：228000

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>

## &lt;&lt;吸引力&gt;&gt;

## 前言

“吸引力”这个词日渐深入人心，因为它与个人的人生规划心理和目标的关系越来越紧密了。这个在物理学上经常出现的名词，却和人的内心发生着环环相扣的连接。

从这个独特的词上，我们深刻体会到这样3个特点：“吸引力”证明你和自己的追求在接近，意味着你已经成为自己命运的主人；“吸引力”证明你和自己想做的事情在贴近，给你带来了一种动力感和快乐感；“吸引力”不仅给你的人生困境带来了不可想象的改变，使你从不起眼到引人注目，而且使你有可能最大程度地实现自我。

世上有几个人不愿意接近、贴近自己心中的所想呢？

任何目标都是靠双脚走出来的，走的过程就是你被目标吸引、目标吸引你的双向运动过程。

如今，很多人都为不能最大程度地实现自我而烦恼发愁，甚至连一种很小的自我突破都变得难以起步，关键就在这些人缺少一种驱动人生的吸引力——大多时候它是看不见的，却仿佛又在你周围徘徊着，包裹着你，眼睁睁地看着你身边的人一个一个取得了可观的成就。

的确，一个没有吸引力的人难以打开人生的局面——哪怕小小的一扇。

读到这儿，我的朋友们，你显然不甘心放弃自己那些闪光的愿望，不愿意坐以待毙，而是要站起来去寻找你认定的“吸引力”——给你一种振作力量的源泉。

从哪儿入手，从哪儿起步呢？

詹姆斯·特立先生的《全身心寻找吸引力》一书畅销美国，已经成为2012年众多训练师的必备教材，人们开始争相传阅这部被称为“全面开拓内心能量”的启示书，开始寻找自己能力的欠缺、糟糕性格以及与之对立的那些潜在的长处，重新规划自己切实可行的小目标、大愿景。

书中最珍贵的一条启示是：我们在寻找那个假定的“吸引力”的时候，表现出的一次次行动就已经在接近、贴近你最想要的东西，可称之为“心中的珍珠”。

吸引力帮助人们——尤其是那些急需看到一点亮光的人们解决很实际的问题：你究竟在什么地方，被怎样的心理纠结着？

你是否过于看到自己的不足而畏缩不前？

你是否会不停地更改自己的目标，像个袋鼠一样东奔西跳？

你是否因为一次人际关系的受挫，就开始瞻前顾后？

诸如此类的问题很多。

这里要问你“一张纸会有几种命运”的问题，你可能会说出几种，但是哪一种最好、价值最大呢？

这就是“吸引力”训练法中的一个关键问题，我将在本书中给出解释。

我在美国跟随詹姆斯·特立先生从事“吸引力”的研究，已经有20多年，与书中乔尔是好朋友，我们三人常在一起讨论问题，他们两人都是“中国通”。

我们深知很多人对“吸引力”还不太了解，即便了解，恐怕有的并不适合当下多数人的状况。

所以，我再次来到中国，专门把20多年乔尔聆听詹姆斯·特立先生的心得笔记和演讲报告整理成书，目的就是推动你向前动起来，从根本上解释心理与交际、成就与挫败、困惑与坦然等多种问题，意图是让你找到方向——跟随“吸引力”而动的方向，快速让自己变得好起来，强起来。

你能如此，算是我的一点贡献。

当然，我希望你在阅读这部书后，茅塞顿开，把吸引力变为成功点，再把吸引力变成经验，传达给另一位急需吸引力的朋友。

让我们一起分享吸引力带来的成就感，坐下来好好庆贺一番，你说对吗？

## <<吸引力>>

### 内容概要

吸引力帮助人们——尤其是那些急需看到一点亮光的人们解决很实际的问题：你究竟在什么地方，被怎样的心理纠结着？

你是否过于看到自己的不足而畏缩不前？

你是否会不停地更改自己的目标，像个袋鼠一样东奔西跳？

你是否因为一次人际关系的受挫，就开始瞻前顾后？

诸如此类的问题很多。

这里要问你“一张纸会有几种命运”的问题，你可能会说出几种，但是哪一种最好、价值最大呢？

这就是“吸引力”训练法中的一个关键问题，作者罗伯特·贝恩将在《吸引力(赢得内心强大的法则)》中给出解释。

<<吸引力>>

作者简介

## &lt;&lt;吸引力&gt;&gt;

## 书籍目录

## 导引

1. 从乔尔S的故事说起
2. 他开始解决自己的问题
3. 他在人生驿站等待吸引大师的到来
- 一、跟随吸引大师起步
  1. 主宰自己的命运并不难
  2. 你要激励自己变得更优秀
  3. 向上：拥有获取成功的信念
  4. 好运，需要你自己争取
  5. 将你的朋友“吸”过来
- 二、吸引大师解决9种性格问题
  1. 你以诚待人，别人以诚相报
  2. 宽恕别人，但不要原谅自己
  3. 世上比黄金重要的东西是谦虚
  4. 自问：我有足够的耐心和毅力吗
  5. 活法：慷慨生活，真正感到温馨
  6. 必修一堂课：学会尊重周围的人
  7. 牢牢守住忠诚的品质
  8. 你能像钓鱼一般专注吗
  9. 相信只有灵活，才不会有死路
- 三、吸引大师开出10大心理处方
  1. 千万不要坐在那儿叹气：“我不行”
  2. 找干劲：用积极的力量给自己暗示
  3. 不要夸大你目前的忧虑
  4. 抱怨，解决不了任何问题
  5. 学会管理好你的情绪
  6. 困难是逃避者的借口
  7. 贪婪会把你一步一步推向险境
  8. 不必太在意旁人的贬低
  9. 自私者最终给自己留下可怜
  10. 运用神秘莫测的心理训练法则
- 四、吸引大师行动指南(I)
  1. 最简单的道理：懒惰者一事无成
  2. 就像登山一样，从行动开始
  3. 重要的一步是扩展自己
  4. 把心理暗示化作使不完的动力
  5. 不需点亮所有灯塔，只要勇于踏出第一步
  6. 自我挑战在人生中的爆发作用
  7. 既然做事，就要有“输得起”的精神
  8. 在环境熏陶中，改变自己的习惯
  9. 用积极的心态，做最重要的事
- 五、吸引大师行动指南(II)
  1. 一定要记住他人对你的帮助116
  2. 运用读心术的神奇效果
  3. 能人法则：体察别人的处境和颜面

## &lt;&lt;吸引力&gt;&gt;

4. 千点万点，不如高人一点；千遇万遇，不如贵人一遇

5. 弄清楚什么叫真聪明

6. 一个人脸上的表情，比他身上穿的更重要

7. 拒绝，有时候也是一种必要的交往方式

8. 一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮

#### 六、吸引大师的进一步锤炼法则

1. 把他山之石拿来攻玉

2. 专注：在关键点开始突破

3. 就像雄狮猎取食物之前静卧一样

4. 你明白“精神胜利法”吗

5. 切勿凡事被动，做事总比别人慢一拍

6. 越有智慧，越懂得在什么时候糊涂

7. 躲闪术：藏一藏自己

8. 伪装是一种高超的智慧

#### 七、吸引大师给艰难生活的你指出明路

1. 一种能容天下事的坦然心态

2. 喧嚣会扰乱心情，纷争会带来烦忧

3. 豁达起来，就不会与怨恨计较

4. 最难得的是学会享受安静

5. 一定要用淡定戒除浮躁

6. 没有超然，就脱不了俗

7. 你缺希望，希望就不会来到你身旁

#### 八、你要主动地成为自己的吸引师

1. 输给自己就是一个十足的失败者

2. 最难时，把自己变成“变压器”

3. 你的黄手帕：奇迹

4. 做人不要虚无，用最真实的自己面对生活

5. 任何时候都是内心强大者胜

6. 慢慢修炼改变自己的功夫

7. 反省自己，比斜眼看人更好

8. 人生一大痛苦是，没有彻底发掘自己的优点

9. 弱点有时变成闪闪发光的优点

10. 不要让心灵圈在狭小的囹圄里

11. 不可操之过急，保持一颗平静心

12. 一张纸究竟有几种命运

#### 九、价值：你要成为周围人的吸引师

1. 做事不要心生杂念，你就会赢

2. 石头的故事：你会成为推石手吗

3. 一种至高境界：舍小利谋大利

4. 你的思想，决定你站立的高度

5. 通病：私欲最容易诱惑住大脑

6. 要敢于说话，还要会说话

7. 用幽默化解问题的经典案例

8. 多问自己的富有究竟来自何处

9. 哈利故事的启示在什么地方

10. 你能够做到怎样的完美

#### 十、奇迹来临：究竟什么吸引了你

## <<吸引力>>

1. 换个角度, 重新审视自己的方向
2. 发挥创造性思维的积极能量
3. 把人生的进度换算成方程式
4. 掌握自我推销的一些方法

吸引力训练成果

吸引力训练理由

吸引力训练使命

<<吸引力>>

章节摘录



## <<吸引力>>

### 编辑推荐

《吸引力:赢得内心强大的法则》由中国华侨出版社出版。

<<吸引力>>

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>