第一图书网, tushu007.com

<<正能量>>

图书基本信息

书名：<<正能量>>

13位ISBN编号：9787511329882

10位ISBN编号：7511329888

出版时间：2012-12

出版时间：中国华侨出版社

作者：拿破仑·希尔

页数：218

字数：150000

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

第一图书网, tushu007.com

前言

内容概要

什么是正能量呢？
科学家们给出了一个解释：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。
由此延伸出许多其他定义，比如在文学界，正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。
那么，拿破仑?希尔又是如何阐释正能量的呢？

在这一世界上，唯一最重要的只有一个人——你自己。
在你的身上，时时都随身携带着一个看不见的法宝，这个法宝的一边装饰着四个字——正向心态，另一边也装饰着四个字——负向心态。
既然如此，你会如何选择？
如果你不选择前者，并且紧紧地抓住它的话，后者就会被迫自动送上门来，二者之间没有任何折中和妥协。
那么，你必须在两者中选择其一。
正向心态并不具有一种神奇的魔力，可以无中生有，给失业者变出一个工作，而是一切都有迹可循，最终还得靠我们自己。
正向心态是迈向成功不可或缺的要素，正向心态是成功理论中最重要的一项原则，你可将这一原则运用到你所做的任何工作上，运用于你处理生活中的任何一件事情上。

@当当网2012年度畅销好书推荐：
淡定：内心强大的力量（畅销珍藏版）（引爆你内心强大力量的秘密法则。
乔布斯/马云/张德芬/刘墉/林青霞/希拉里等获得的圆满与富足的积极能量）

作者简介

拿破仑·希尔
拿破仑·希尔（Napoleon Hill，1883—1969年）全世界最早的现代成功学大师和励志书籍作家，曾经影响美国两任总统及千百万读者的成功学大师。
在美国，拿破仑·希尔（NapoleonHill，1883—1969年）这名字家喻户晓，由于他创造性的建立了全新的成功学，他在人际学、创造学、成功学等领域比戴尔·卡耐基有着更高的地位。
.也是世界上—最伟大的励志成功大师，他创建的成功哲学和十三项成功原则，以及他永远如火如荼的热情，鼓舞了千百万人，因此他被称为“百万富翁的创造者”。

<<正能量>>

书籍目录

第一部分 一切从改变开始
第1章 要想成功，只有改变
★学会接受，学会改变
★在不满中升华自己
★换一种态度工作
★接受批评就是一种进步
第2章 提升你的能量水平
★绽放奇迹的能量
★如何补充自身的能量
★活用自己的大脑
★打开内心的宝藏
第3章 学会吸引快乐
★快乐权在你手中
★让快乐从家庭开始
★语言是快乐的引导
★永存希望在心中
第二部分 信念赋予你正能量
第4章 自我暗示，默念成功密码
★你有没有让自己惊奇过
★我将会变得越来越好
★善用积极的心理暗示
★积极进取使你受益匪浅
第5章 开启心灵潜能，心想事成
★“流浪汉”与爱迪生的故事
★淘金者的故事（一）
★淘金者的故事（二）
★改变命运的原则
第6章 前进的动力源，燃烧你的欲望
★欲望就是力量
★给野心留一个位置
★梦想的力量超乎想象
★梦想要远大而具体
★摧毁梦想的六大杀手
第三部分 超级意志力重塑全新的自己
第7章 改掉坏习惯，培养好习惯
★培养习惯，支配生活
★浪费时间就等于挥霍财富
★优柔寡断：成功的大敌（一）
★优柔寡断：成功的大敌（二）
★“剪掉”多余的事情
★留一些时间来思考
★勤思考，更要会思考
第8章 培养自信，坚定不移地战胜畏惧
★恐惧是隐形的杀手
★自卑是自信的绊脚石

★行事正当，才有底气
★自信可以克服万难
★如何培养自信心
第9章 坚持，再坚持，不放弃
★没有人记得失败者
★失败是为了走向更高点
★在坚持中摸索，在摸索中实践
★永不放弃，直到成功
第四部分 转变思维，激发正能量
第 10 章 家庭和谐是幸福的力量
★家庭是幸福的温床
★绅士的幸福婚姻
★淑女的幸福婚姻
★爱情不应只是过去式
★表达出你的爱意
★经营“性”福，获得幸福
第 11 章 积极心态让你出类拔萃
★成功源自积极的心态
★以积极的心态直面人生
★规划造就成功
★没有永远的滑铁卢
第 12 章 正向思考带来正能量
★利芬沃斯监狱的挑战
★想象是一切行为的源头
★想象，带来意想不到的惊喜
★你将从正确思考中受益匪浅
★人无远虑，必有近忧
第五部分 对抗负面情绪，获取身心的健康
第 13 章 寻求一种轻松的活法
★讥讽苛责，报之一笑
★爱己必先爱人
★健康才是无价的
★不放任自己的情绪
第 14 章 健康的身体是宝贵的财富
★要有一个健康的身体
★健康的观念是长寿的基础
★树立正确的饮食观
第 15 章 清扫心灵的灰尘
★清除体内的人格障碍
★消除心理压力
★从自身消除误解
第六部分 能量场改变周围的关系
第 16 章 打造你的迷人个性
★做个会说话的人
★别吝惜你的同情
★微笑的魅力
★认错的艺术

第 17 章 热情满满，让正能量爆棚
★热忱是一种重要的力量
★热忱——内心的神
★永葆热忱的方法
附录
附录1：他们的故事
如何用正能量对抗负面情绪
No.1：“我就是瘦不下来！”
No.2：“我的生活没条理！”
No.3：“工作太不舒心了！”
No.4：“我的钱永远不够用！”
No.5：“儿子是个同性恋！”
附录2：正能量测试
No.1：正能量爆棚你做得到吗
No.2：职场正能量，你缺乏哪种
No.3：你的正能量数值是多少
结束语
如何阅读一本书

章节摘录

版权页： 要时时记得我们所想成为的那种理想的人。
牢记你对自己能力、自己各方面素质的期望，不断地克制自己。
不要总是想着自己的弱点、不足或失败，而要牢记理想，勇往直前、顽强拼搏，这才有助于你实现自己的目标。
时时期望，相信自己能实现雄心壮志，这种习惯会产生一种神奇的力量，促使我们的梦想变成现实。
时时充满希望，坚信事物是在向好的方向发展而不是朝着坏的方向发展，相信我们是在走向成功而不是在走向失败，这种积极向上的生活态度会使我们精神振奋、备受鼓舞。
无论发生任何事情，我们都会感到快乐。
你要完全相信，你能完成你想做的事情。
对此，你不能有一丝一毫的怀疑。
如果这种怀疑的念头爬上你的心头，你要毫不客气地把它驱逐出去。
在你的脑子里，只能保留那些与你的理想一致、对你理想的实现有帮助的思想，而要排斥一切敌对的思想，抛弃一切令人沮丧的情绪，包括那些有可能导致失败和不愉快的情绪。
你想做什么事，或者说，你想成为什么样的人，这倒没什么关系，重要的是，你要时时充满希望，保持乐观的态度。
这样，你各种能力的增长、你全面素质的提高，会令你本人也大吃一惊。
一旦你形成了乐观、快活、充满希望的精神风貌，你就不会轻易陷入与之相反的颓靡状态。
要是我们的后代获得了这种良好的素质，就会使人类的文明很快发生彻底的革命，使我们的生活水平极大地提高。
一个受到此种训练的心灵会时时保持一种良好的状态，它会最大限度地发挥自己的潜力，克服人生旅途中的种种不和谐、不友善，消除那些妨碍我们的安宁、舒适和成功的敌对因素。

第一图书网, tushu007.com

后记

媒体关注与评论

任何人都有能力做到我所做的一切，甚至超越我。
但实际上有些人能够做到，有些人却做不到。
那些做不到的人并不是因为世界不允许他们成为巴菲特，而是因为他们自己的原因。
“这个自己的原因”，就是人的心态。
——巴菲特　主要的思想或者心态，就是磁铁，同类相吸，就是法则。
结果必然是，心态会吸引其本质相呼应的状态。
——查尔斯·哈耐尔（《硅谷禁书》的作者）　宇宙中有一股强大的能量，这股“能量”能让人拥有想要的一切。
——朗达·拜恩（《秘密》的作者）　只有你才拥有改变自己的力量。
如果你对自己的生活不满意，那就改变它。
读读这本书吧，它向你展示了如何通过简单有力的步骤去实现自己理想的生活。
——汤米·霍普金斯

编辑推荐

《正能量:正向心态带来非凡的成功》为美国最畅销的十大心理自助经典之一。
简单应用，即获能量，这个时代最值得一看的心灵励志读物，改变你心智力量的最佳读本。
从今天开始，掌握并积攒正能量，你的生活将会发生翻天覆地的变化。
到底什么是正能量？
科学的解释是：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。
在此书中，正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。
不可思议的有趣启示，有求必应的美妙体验！

名人推荐

第一图书网, tushu007.com

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