

<<心想事成暗示术>>

图书基本信息

书名：<<心想事成暗示术>>

13位ISBN编号：9787515503363

10位ISBN编号：751550336X

出版时间：2012-3

出版时间：金城出版社

作者：（美）布雷斯托，（法）科尔 著，杜星霖 编译

页数：149

译者：杜星霖

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>

<<心想事成暗示术>>

内容概要

本书根据潜能开发大师科劳德·M·布雷斯托和自我暗示创始人艾米·科爾的经典作品编译而成。书中提供了一套能够让人“心想事成”的暗示和自我暗示方法，其原理是通过语言、想象、重复等方式，对自己和他人的想法和感受产生影响，进而改变自己的命运。

通过暗示和自我暗示，父母可以培养出好孩子，教师可以教育出好学生，医生可以治愈病人，律师可以说服法官，你可以得到幸福、财富、快乐和健康的身体。

<<心想事成暗示术>>

作者简介

科劳德·M.布雷斯托：20世纪美国首屈一指的演说家，被誉为与戴尔·卡耐基齐名的潜能开发大师。其著作被誉为潜能开发领域的经典，销量超过400万册。

艾米·科尔：法国心理学家、最伟大的暗示技术实践者、“自我暗示之父”。科尔的暗示观点和主张在欧洲和美国十分盛行，与弗洛伊德的精神分析法同享盛誉。追随其思想之人，如诺曼·V·皮尔、罗伯特·舒勒、克莱门特·斯通等人都已成为影响广泛的潜能开发大师。

杜星霖：留法博士，身心灵成长导师，杜星霖顾问工作室首席顾问；专注研究现代心理学、领袖心理学等。

<<心想事成暗示术>>

书籍目录

引言

第一章 自我暗示的魔力从何而来

自我暗示直通潜意识，而潜意识蕴藏着人类巨大的能量

暗示改变认知，认知改变情绪，情绪决定命运

自我暗示是掌控自我的最强工具

第二章 只给自己积极的暗示：自我暗示的原则

自我暗示有积极和消极两个方面

你在关注什么，决定你给自己的暗示是否积极

问问题的角度，决定你给自己的暗示是否积极

是否自信，决定你给自己的暗示是否积极

如何从消极的自我暗示中脱身

第三章 在想象中预演：自我暗示的关键成功因素

图像是沟通潜意识的最佳媒介

想象的神奇力量

应该在头脑中想象些什么？

激发想象力的技巧（一）：陈列偶像 画像或雕塑

激发想象力的技巧（二）：制作“卡片”

第四章 重复、重复、重复：自我暗示的关键规律

重复是一支威力巨大的武器

重复的目的是让自己相信

给大脑重复注入积极的暗示

第五章 学会跟自己说话：自我暗示的核心方法

只说肯定自己的话

这些话，你不应该对自己说

每天都对自己说：我正变得越来越好

怎么和自己说话（一）：自言自语

怎么和自己说话（二）：照镜子

怎么和自己说话（三）：信手涂鸦

怎么和自己说话（四）：配合肢体语言

小结：自我暗示的方法与步骤

第六章 心理暗示在日常生活中的运用

暗示在改善身心健康中的运用

暗示在家庭教育中的运用

暗示在社会交往中的运用

附录一 暗示大师艾米·科尔在纽约的演讲

附录二 暗示大师艾米·科尔在华盛顿的演讲

附录三 暗示大师艾米·科尔的精彩观点

附录四 测试他人受暗示性的四个实验

<<心想事成暗示术>>

章节摘录

版权页：这听上去很傻吗？

不要忘记，一切传达到潜意识中的思想将会在现实生活中产生原样的对应物，潜意识越快接收这种思想，愿望就越早地转化为力量。

如果你正打算会见一位特别难对付的客户，或者正计划拜访一位你此前畏惧的老板，请运用照镜子的技术并且坚持下去，直到你相信自己能够在不紧张的情况下做出恰当的表达。

如果你是一位总经理或销售经理、并且想要推进整个公司的业务，就请把照镜子的技术传授给你的员工，并确保他们会使用这种方法，就像目前许多公司正在做的一样。

如果你体态不佳或不修边幅，在全身镜前的练习将使你产生奇迹般的塑身效果。

总之，镜子显示出别人眼中的你，而你可以把自己塑造成任何类型的人。

因此，不要轻视照镜子的作用，而要用它把自己塑造成你希望成为的人。

<<心想事成暗示术>>

编辑推荐

《心想事成暗示术:改变和优化命运轨迹的神奇方法》编辑推荐：掌握暗示，人人都可以活得更好，因为你的生活是由你接受的暗示塑造的!掌握暗示，人人都可以成为交际高手，因为暗示能让说服成功率达到90%!掌握暗示，人人都可以延长寿命，因为暗示可以让76%的疾病远离你!掌握暗示，每个父母都可教出成功的孩子，因为暗示就是教育的全部精髓！
暗示和自我暗示训练第一读本，风靡美、英、法、德等90余国。

<<心想事成暗示术>>

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>