

<<你能行>>

图书基本信息

书名：<<你能行>>

13位ISBN编号：9787549602506

10位ISBN编号：7549602506

出版时间：2011-7

出版时间：文汇

作者：奥里森·斯维特·马登

页数：233

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>

## <<你能行>>

### 前言

世上的成功者无数，但他们中没有一个是悲观者。  
您也许听说过美国著名的“吸引力定律”，本书所讲述的内容正是这条风靡全球的定律的出处。  
每个人都是一座宝库，里面蕴藏着无尽的资源。  
开启宝库的钥匙不是父母、不是学校、也不是社会，而是我们自己。  
究竟是谁决定着这一切？  
家庭背景，教育程度，还是上帝？  
都不是，是我们自己。  
爱能治愈一切思想痼疾。  
勇气将打破所有困难坚冰。  
在这本书的翻译过程中，译者不止一次被感动得热泪盈眶。  
马登激励了一代美国人，不知为何，我竟然觉得这本书与我“相见恨晚”。

## <<你能行>>

### 内容概要

你能行——但是你愿意去做吗？

你是“时代的结晶”，如果你愿意，这个时代已经赋予了你良好的环境、优越的条件以及潜在的机会。

向前走，做你想要做的事情，只要你愿意，你就能行。

从现在开始，不要等到明天，明天未必会比今天更有利于你，今天就是这一年中最好的一天，今天就是你向着目标起航的一天，让今天成为你迈向目的地的第一步。

你生来就是个胜利者，你最终能否取得胜利，一切均取决于你自己。

人生七大法则——

想法不断，永不懈怠。

如果有人说：“我能行，我要去做，我会去做”，这种信念必将支持着他坚持到底。

最具难度的一件事就是让人们相信自己是一个了不起的人，让人们相信自己的能力。

大部分人的大脑中未被使用或被错误使用的部分要远大于得到了正确和高效使用的部分。

你的身体里蕴藏有一种力量，如果你能发现并利用它，你将成为自己梦想或理想中的那个人。

最重要的事情不是你所处的位置，而是你所面对的方向。

生活中崇高的事业绝不会欺骗任何人，除非一个人是在自欺欺人。

## <<你能行>>

### 作者简介

奥里森·斯维特·马登，美国成功学奠基人、最伟大的成功励志导师，他的主要作品有《第一本快乐心理学》《信念力》《这辈子一定要精彩》《最伟大的励志书》《一生的财富》《你能行》等70余部作品。

马登的成功学著作在美国乃至全世界都影响巨大。他将拿破仑·希尔、奥格·曼狄诺、安东尼·罗宾等引入当今世界著名成功学家的殿堂。同时他的成功学著作也改变了无数人的命运，从艾森豪威尔、尼克松、卡特、布什等美国历任总统，洛克菲勒、比尔·盖茨、索罗斯等企业巨子，到阿诺·施瓦辛格、大卫·贝克汉姆等巨星，都提到了马登成功学著作在青少年时期对他们的决定性影响。美国总统威廉·麦金莱将马登的著作推荐给全美国的青少年时，这样说道：“马登的书对所有具有高尚和远大抱负的年轻读者来说都是一个巨大的鼓舞。我认为，没有任何东西能够比马登的书更值得推荐给美国的每一个年轻人。”

## <<你能行>>

### 书籍目录

#### 译者序

您也许听说过美国著名的“吸引力定律”，本书所讲述的内容正是这条风靡全球的定律的出处。

#### 第一章 你的金矿

人们常常因为不了解自己的弱点而受到责备，然而更多的时候，人们却恰恰不了解自己的优势所在。  
人好似一片土地，有时候自己并不知道自己竟然还潜藏着一座金矿。

#### 第二章 新的生活哲学

一个坚信自己拥有超凡能力的人，不论是在遇到突发状况之际，还是陷入困境之时，他都不会感到害怕，更不会失去勇气，因为他深知自己具有的非凡能力会立刻发挥作用。

#### 第三章 不断创新的力量

每一个热忱的人都能够听到自己灵魂深处的呼唤，这种呼唤来自火热的心。

#### 第四章 重新认识上帝

用你的肉眼，你无法看到我。  
但我给了你一双神奇的眼睛，用它，我的力量将被一览无遗。

#### 第五章 你能行

生活是一场战役，但无所谓谁更强壮、谁更快，只因最终获得胜利的是认为自己一定能行的人。

#### 第六章 流浪猫意识

外表气质影响着个人的好坏，思维的局限必将制约一个人的进步。

#### 第七章 如何坚持自己

人的品格分量最重。  
它会迫使人们透过一张不漂亮的脸、透过贫穷、透过人们的偏见、透过周围的环境去看待这个人，它让我们重新看待一切。

#### 第八章 开创事业的哲学

做事情不能只靠手，更要靠大脑。  
只有思考过后做出来的事情才更具价值，因为思想是一切新事物的开端，是创造力的源泉。

#### 第九章 将美好渗透到每个细胞

人其实是用身体的每个细胞在思考，而这些小小的细胞究竟如何，则完全取决于你的思想。

#### 第十章 正确面对生活

不够强大的志向、希望以及灵魂深处不够坚定的努力，都会从筛眼中无情地被过滤，而架在上面的，则是大块的、令人讨厌的问题。

#### 第十一章 你的大脑效率

从幼儿园到大学，一切教育的主要目标就是要让孩子的大脑得到对称、均衡的发展。

#### 第十二章 将问题埋藏起来

## <<你能行>>

力量源于振奋中，希望寓于饱满的工作热情里。  
而沮丧则驱散灵感，让人一蹶不振。

### 第十三章 赢在中年

成功与年龄无关，却和自信有关。  
在生活中胜出的前提，是我们必须相信自己有能力获胜。

### 第十四章 如何实现理想

理想激励着一个人同命运作斗争，失败不是指犯错误，而是指胸无大志。

### 第十五章 命运之网

希腊有一位笛子吹奏家，他双倍收费于曾师从二流老师的学生，理由是，矫正不良习惯要远远难于培养新的习惯。

### 第十六章 发达的日子

无论你现在多么贫穷，但如果你抱有良好的心态，相信富有是自己与生俱来的权利，贫穷终将会远你而去，那么，你定会有发达的一天。

### 第十七章 将胜利写在脸上

如果你脸上是一副失败者的样子，又有谁会支持你呢？

## &lt;&lt;你能行&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 你的金矿 传说中有一面能够带来奇迹的魔镜，于是来自世界各地的朝圣者都纷纷 前来，希望能够照上一照。

据说这面魔镜能够让你看到真实的自我，魔镜中的你也许并不是你的朋友或敌人所看到的那样。

有一次，一个朝圣者来到魔镜旁边。

他是个极为谦逊之人，甚至还有点看不起自己的味道，他从来没有想过自己会在这个世上做出什么惊人之举，但是他却惊奇地在魔镜中看到一?全然不曾想到过的自己。

在魔镜中，他清楚地看到了自己的形象，一个完全不同的形象，强壮、自立、浑身散发着男性的魅力。

他并没有看到自己认为的那些弱点和缺点，他的能力也丝毫不亚于任何人。

在魔镜中，他的脸部和在自己在家中所看到的也截然不同，那是另外一张脸，找不到任何瑕疵，也看不到虚弱的线条，但这张脸却和他的脸极为相似。

他惊异地看着魔镜中的自己，形象越来越清晰，最后，他终于意识到，那是他的另外一个自我，一个更高层次的自我，这个自我已经等待他许多年了。

魔镜中这个优秀的人正是上帝期望?成为的那个人，他极有可能成为眼前看到的这个人，而不是自己心中那个软弱的、渺小的他！

魔镜中的形象深深地留在了朝圣者的脑海中，令他一直无法忘却，因此他不停地努力，要将自己打造成魔镜中的形象。

他不断提高自我要求的标准，通过各种途径克服自己的弱点、改正自己的错误、提升自己的外表形象，与此同时，魔镜中那惊鸿一瞥留给他的印象也渐渐成为了他生活中的一个部分。

最后，一直存在于他脑海中的那个完美形象终于变成了现实，取代了当初那个胆小、怯懦、自卑的他，没用了几年?功夫，他的整个外在形象、内在思想，他的举止、风度，他的一切都发生了彻底的改变，一直到今天，他仍在不断进步。

实际上，他现在比魔镜中所看到的那个人还要棒。

不仅如此，这几年来，他的事业蒸蒸日上，获得的成功也远远超出了自己的预期。

即便在这个时候，他仍然说自己才刚刚开始发挥潜力。

倘若有人告诉你，你可以看看魔镜中的自己，它会告诉你，你将成为一个大有前途的人，而不是自己想象中的弱者，那么，你愿意尽自己最大的努力来获得这份优势，实现魔镜的预言吗？

或许你并不知道，这正是现代生活哲学将带给你的影响，它让你拥有一个全新的概念，让你明白人类同造物主之间有着千丝万缕的联系。

它会让你看到另一个更强大、更高尚的自我，也就是你想要成为的那一个人，但是，种族信仰或遗传特征等诸多不利因素会影响你，让你迟迟未能发现它的存在。

它不仅会告诉你，在你自认为渺小的自我之下，还潜藏着一颗极具潜力的自己，它还会告诉你，你能取得什么样的成就。

它不会将你已经做了的小事情显示给你，它将显示给你的，是要去做的大事情。

这种新的生活哲学要远胜于传说中的魔镜，因为它不会将那个令你失望的人、无法实现最初承诺的人、毁掉你的志向的人呈现在你面前。

它也不会显示出一个软弱无能、胆小怕事、缺乏自信、一事无成的人。

他就像是一道思想X射线，穿过表面的你，探测到你深层的内容，它能发现你?曾开采过的宝矿，它能看到你的潜在的可能性与有待发展的能力。

它将告诉你，你有自己的能力，从而树立起你对自己的信心，帮助你最大限度发挥自己的能力，让你实现自己渴望已久的愿望，成为理想中的人。

在这个世界上，最具难度的一件事就是让人们相信自己是一个了不起的人，让人们相信自己的能力。

如果我们对自己潜在的能力有一个更全面的了解，更信任自己，那么，就算那些已经取得一定成就的人，他们完全能够获得更大的成功。

## &lt;&lt;你能行&gt;&gt;

如果我们对人类的神圣有更多的了解，我们定会有更强的自信。

一些守旧的、正统的理念认为人类是微不足道的，这种理念削弱了我们固有的能力。

然而，人类是上帝的杰作，人类根本不可能是卑微的，一切卑微的思想都是人类强加于自己的，上帝制造的东西是完美的。

但问题就在于，大多数按着上帝的意愿所创造出来的人类，仅仅在进行着一场场拙劣的表演，原因就是对自己没有坚定的信心，不了解人类非凡的潜能。

所有的自卑感、所有的失败都源于我们没有看到自己同上帝之间亲属关系。

一位已经离开大学多年的哈佛毕业生在最近写给我的一封信中说，因为他缺乏自信，所以每周的收入从来没有超出过十二美元。

一位普林斯顿的大学毕业生说，除了较短的一段时期之外，他每天的收入从来没有超过两美元。

这两个人都具备一流的知识水平，不论从脑力上还是体力上来讲，都应该是能够做出一番大事业、取得巨大成功的人。

但他们都是失败者，只因为他们不敢承担责任，他们的胆怯和缺乏自信将自己的效率破坏殆尽。

从他们获得的物质资料来看，他们所受的教育、他们健康的体魄、他们的天赋才能都统统被埋没了，只因他们对自己的信心不足。

除非他们看到了自己作为上帝之子身上所具有的非凡品质，除非他们做出一些改变，否则，他们将一事无成，永远是一个失败者。

新的生活哲学这面魔镜让我们能够将自己看作是上帝的孩子，上帝将祂无穷的力量赐予我们，它告诉我们，自卑是一种罪恶，人生来就是一个征服者，而不是一个奴隶；是一个成功者，而不是一个失败者。

要充分利用上帝赋予我们的与生俱来的非凡的力量，以最大的程度发掘自己的潜力，而不是像大多数人那样，长期运行在自己的能力之下。

如果你的情形和前面提到的哈佛、普林斯顿大学的那两位毕业生差不多，因无法取得进步而感到失意、郁闷，总处在不利的情形之下，那么，这种新的生活哲学能够对你起到最大帮助作用。

它将有助你成就理想中的你，那个上帝早已计划好的更充实、更伟大的你。

它能够帮助你将以往那个不成功、平庸的你踩在脚下；它将有助于你实现和发展自己的潜能，不再像过去那样胸无大志，只着眼于简单的工作。

现在，你心中那个给你力量和支持的形象，那个你神交已久的形象正是理想中的你自己，你将逐渐接近他，并在思想模式上超越他，然后重新树立一个更强大的自我，一直到你彻底脱胎换骨，成为你理想中的、你渴望已久的经典形象为止。

你能做到，因为这就是你本来的面目。

换句话说，只要你心中还留有那个有缺陷的、能力平平的老形象，你就无法继续前进。

如果你想要向上爬，想要摆脱自己为自己设定好的陈规俗套的束缚，你就必须同那个旧的自我彻底脱离关系，旧的自我从来都看不到你的潜能，总是在阻挠你的志向，让你不断对自己失望。

你必须永远从自己旧的模式中退出来，不断扩大和提高自己的精神层面，并且尽自己最大的努力去达到自己设定的目标层次。

对你最为重要的，也就是和你密切相关的并不是你那渺小的、卑微的自我，也不是你那缺乏勇气、沮丧的自我，而是那个更大的、更有气概的、更宏伟的自我。

魔镜中，你看到了自己的灵魂深处，那是上帝在创造你之初就早已打下的伏笔，魔镜中不会出现那个渺小狭隘的、软弱无能的人，因为这个人是你的恐惧与错误的产物。

魔镜中，你将看到一个伟大卓著的人，这才是当初上帝对你的期许。

你的言行举止、思维模式和生活方式一定要同魔镜中的你相一致，那么你定能同你的造物主保持和谐，而不是逆着祂，这样你就会实现祂的计划，你将以一个成功者而不是以一个失败者的形象立足于天地之间。



## <<你能行>>

### 媒体关注与评论

“奥里森·斯威特·马登教导我们说每个伟大的生命都孕育着无限的生命，我们有义务亲自发现和开发机遇，这是每个人都应该遵循的规律。

”——博恩·崔西（美国畅销书《超级成就》《成功是一次旅程》作者）

“奥里森·斯威特·马登成功的秘诀和当下我们倡导的一样普世和实用。他的话发人深省，针对性强。

他激情洋溢令人激发斗志，获得成功秘诀之后，你需要立即积极改变人生，并能发挥你最大潜力。

”——罗伯特·H·舒勒（杰出的积极思想家和水晶大教堂的创始人）

<<你能行>>

#### 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>