第一图书网, tushu007.com

<<心灵的重建>>

图书基本信息

书名：<<心灵的重建>>

13位ISBN编号：9787801798190

10位ISBN编号：7801798198

出版时间：2009-7

出版时间：中国致公出版社

作者：普兰特斯·马福德

页数：243

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

<<心灵的重建>>

前言

在畅销书《秘密》的开篇有这样的一句话：“ 你的每个思想都是真实存在的东西——它是一种力量。 ”这句话的作者是普兰特斯·马福德，美国“ 新思想 ”运动的先驱之一。
虽然普兰特斯·马福德是最早传授新思想的创始人之一，但是和其他创始人相比，无论是他本人还是作品仍不为大众所熟知。
仅仅靠着高价的六册散文集《白十字图书馆》的出版，他才在美国崭露头脚。
他再次被人们所熟知，则是因为《秘密》这部风靡全球的励志纪录片。
普兰特斯·马福德是该片中出现的首位“ 新思想 ”大师，更被很多《秘密》的观众誉为“ 大师里的大师 ”。
普兰特斯·马福德于1834年出生于美国长岛的萨格港。
他被称作人类中的异类，因为他能够预测到飞机和收音机的出现，而且懂得心灵感应并能熟练运用它。
22岁时，他航海到加州。
在加州的詹姆斯敦，他做过采金工人、厨师、教师、讲师、人性的观察员。
不过他的财富并非来源于“ 淘金 ”，而是来自他的那些风趣盎然、富有想象力的文章与书籍。

第一图书网, tushu007.com

<<心灵的重建>>

内容概要

你是否感到身心疲惫？
你是否觉得有无法承受的压力？
你是否经常处于亚健康状态？
你是否想摆脱疾病的折磨？
你是否对过去的事情无法释怀？
你是否无法化解心底的怨恨？
你想重建你的心灵吗？
“你的每个思想都是真实存在的东西——它是一种力量。”　畅销书《秘密》中的第一句话，这句话来自一位“新思想运动”的最早期的领袖人物——普兰特斯·马福德。
本书就是这位伟大的新思想灵性导师唯一本流传于世的心理学著作。
普兰特斯·马福德是“新思想运动”最早期的创始者和作家之一，他的一生过着隐遁的生活。
其作品影响了无数作家和教师，内容论及精神与灵性的法则。
流传于世的，只有《心灵的重建》（又译《思想即物质》）和论文总集《白十字图书馆》两本。
《心灵的重建》自诞生以来，激励了无数的人寻找真实的自我，被无数大师誉为“经典中的经典”，他本人也被人们称为“大师中的大师”。

第一图书网, tushu007.com

<<心灵的重建>>

作者简介

尽管普兰特斯·马福德是最早的新思想教育先锋之一，但他却鲜为人知，直到近年全球最畅销的励志纪录片《秘密》开篇就介绍这位伟大的灵性大师，他才再次引起人们的关注。

普兰特斯·马福德l834年-出生于美国长岛萨格港。
他被描述为最奇特的人。
他很早预想飞机和收音机，并预言心灵感应和实践它。

他在22岁时航行到加利福尼亚。
在加利福尼亚詹姆斯镇成为一个淘金矿工，但使他获得财富的并非来自金矿，而是他的令人感兴趣和富有想象力的文章和书籍。

他与马克·吐温、哈特等文学爱好者一起，是经常在圣弗朗西斯科文学圈和19世纪60年代出现的波西米亚风潮圈中活动的固定人物。

在1865年，普兰特斯·马福德在新泽西州帕萨克沼泽地作为一位隐士生活了下来。
正是在那里，他写成了举世瞩目的《心灵的重建》一书。

57岁时，马福德决定回到萨格港，但是他却平静地离去了。
在一个无名墓地埋葬了30年之后，他的遗体后来被转到萨格港的奥克兰公墓。
今天，他的墓前立着一块巨大的石碑，上面写着“改变思想，就能改变命运”。

第一图书网, tushu007.com

<<心灵的重建>>

书籍目录

第一章　做一个真实的自我第二章　谁能助你成功？
第三章　思想的力量第四章　培养你的勇气第五章　迎接新的人生第六章　无限的自然力量第七章　让你的身心合一第八章　不要成为笼中困兽第九章　你就是自己的上帝第十章　不断完善你自己 第十一章　让你的生命更伟大第十二章　梦想成真的法则第十三章　将思想转化为力量第十四章　积极思想的力量第十五章　神奇的心理疗法第十六章　自我学习的艺术第十七章　爱护你自己第十八章　遗忘的艺术第十九章　神奇的咒语，改变的法则第二十章　脱胎重生的奇迹

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一章 做一个真实的自我每个人都拥有一个高级的自我和一个低级的自我——一个随着年龄的增长而不断成长的精神的自我，另一个是肉体的自我，它只不过是明日黄花。
高级的自我接收超级能量，充满了进步的想法和灵感；而低级的自我则被认为是原始的、空虚的。
高级的自我为我们争取多于我们现在拥有和享受的潜能和力量；低级的自我认为，我们只能像先人一样生活和存在。
高级的自我渴望自由，远离身体的累赘、疼痛、残缺和限制；低级的自我认为我们生来就必须承受这一切，必须忍受疾病、痛苦，经受我们面前的种种苦难。
高级的自我希望拥有自己判断是非的标准；低级的自我则认为我们必须接受其他人按照通俗看法、传统观念、宗教信仰和偏见为我们制订的标准。
“做一个真实的自我”是莎士比亚的名言。
但我们要做哪一个真实的自我?高级的自我还是低级的自我?你至少拥有两种思想——物质思想和精神思想。
精神是一种力量、一个谜团。
关于精神，我们所知道的或者可能知道的只是：它是存在的，并且永不停息地工作着，制造一切我们看得见的生理现象和身体感觉，以及更多的我们看不见的东西。
任何实物都是可见的，例如一棵树、一头野兽、一块石头。
有一种力量将这些事物束缚在一起，成为我们所见到的样子。
这种力量总是或多或少地对它们产生作用。
它制作鲜花，使之全盛开放。
如果它停止对鲜花或树木起作用，就会产生一种结果，我们称之为衰落。
它不断地改变一切所谓组织物质的形状。
在下个月或明年，同一头野兽，同一株花草，同一个人的外形都将不再是这个月或今年的样子。
这种永恒的作用和力量隐藏在背后，并且从某种意义来说，它创造了世间万物，我们把这种力量称为精神。
运用关于这种力量的知识去看待、推理和判断生活和事物，就形成了“精神的思想”。
当我们意识到它，并懂得它的存在给我们带来健康、幸福和永远的宁静之时，我们就认识到运用或引导这种力量所带来的巨大能量的重要性。
由于我们是由这种力量构成的，我们不断地吸引这种力量，使之成为我们存在的一部分。
这种力量来得越多，我们掌握的知识必然越丰富。
一开始，我们任由它在我们体内盲目工作，与物质思想一样无知。
然而随着这种思想的成长以及这种力量的增加，思想开始觉悟，它提出疑问：“为什么现实生活中会有这么多的悲伤、痛苦和失望?”“为什么我们生来就是为了受苦受难，然后渐渐衰亡?”这些问题是精神思想醒来的第一声啼哭。
一个认真的问题，或对某种知识的渴求，必然会得到回应。
物质思想是你的一部分，它已经被身体调教和运用了，这就像教导一个孩子，是汽船的轮子使汽船能够在水面上滑行，却丝毫没有提到真正为汽船提供动力的蒸汽。
在这种无知中成长的孩子一旦发现汽船的轮子停止转动，他所做的不是找出轮子停止转动的真正原因，而是找人来修理轮子。
这正如现在许多人完全依靠治疗身体以保持健康，却从未想过缺陷源于身体的真正动力——思想。
身体或物质思想完全从物质的角度去看待、思考和判断一切事物。
它把身体看做你的一切。
而精神思想把身体视为思想或真正的自我与物质世界交流的一个工具。
物质思想把身体的死亡当做你生命的终结。
而精神思想认为死亡的身体只是从精神上剥落下来的一个破旧的工具。
精神思想知道你仍然存在，只不过物质的眼睛无法看见而已。

第一图书网, tushu007.com

物质思想认为身体的力量完全来源于你的肌肉，如果身体死亡了，你就失去了力量的源泉。
精神思想具有令人信服的力量，是唯一一种能使你在与他人交往的过程中取得成果的力量。
精神思想懂得你的想法会影响他人，或维护或破坏你的自身利益，尽管他们的身体距离你十万八千里。
物质思想并不把思想本身看做与水和空气一样的真实存在的东西。
精神思想懂得人们每天产生的每一个私密的想法是真正对他们的大脑起作用的东西。
精神思想懂得物质只不过是精神力量的一种表达方式；这些物质永远随着制造物质或使自己外化为物质形式的精神的变化而变化。
因此，如果健康、力量和思想被源源不断地输入思想之中，它们将在身体里显现自己，使生命永不止息，活力永不枯竭，使每一种感官的敏锐程度不断上升。
物质思想认为物质（或者我们的感官感觉到的东西）是存在的最大部分。
精神思想将物质视为精神较为粗糙的表达，是真实存在的最微小的部分。
物质思想会因为身体的衰亡而痛惜。
精神思想对身体的衰亡不以为意，它知道在这衰亡之中，万物的精神或进步的力量只不过是将死亡的身体或腐烂的树干撕成碎片，它暂时进入其他形式的生命和美丽。
它将重新制造新的身体、树木等形式的物质。
物质思想认为视觉、听觉和触觉构成了你所拥有的所有感觉。
而更高级的精神思想认为你还拥有其他与视觉和听觉相类似的感觉，只不过它们的力量更为强大，并且遥不可及。
身体的思想已经从各个角度阐述了“物质思想”“死亡论”和“宿命论”。
所有这些词语都指同一种思想，换句话说，它们指的是你真正的自我中已经被身体误导的部分。
如果你出生并成长于这样的环境中，那里的人们完全相信地球是一个平面，并且不是绕着太阳转动，那么你在青少年时期也会相信这一看法。
同样地，你在青少年时期会吸收离你最近的人的思想和信仰，他们认为身体是他们的全部，并从物质的角度去判断和解释一切事物。
这便形成了你的物质思想。
物质思想看重身体组织的解体和衰亡，却忽视了这样一个事实——真正的自我或智能在这个看似死亡的过程中蜕去了一层破旧的外壳，它认为衰落和死亡是所有人性的终结。
因此它无法避免由这个错误的观点所带来的悲伤和痛苦，而现在信奉这个错误观点的人却是如此之多。
这种悲观的思想是一个巨大的错误，它可能促使人们及时行乐，但随之而来的却是一百倍的痛苦和失望。
精神思想教导我们，存在的一个很大目的就是享受快乐，但它同时指明了获得持久快乐的方法，引用这些方法所得到的快乐是永久的，而不是运用物质思想的方法那样短暂。
精神思想，即面向更高级的和更新颖的生命能量的思想，认为存在某种支配每一种感官的活动的法则。
当我们学习和遵循这一法时时，我们就会得到更多的幸福和满足。
精神思想的含义是一种更为清晰地看待事物的精神视觉和同时存在于我们和宇宙之中的能量。
它们被大多数人忽略了，而现在我们已经瞥见了它们的冰山一角。
大量的证据证明，人类的疾病、悲伤和失望产生的一些真正原因在过去是不为人所知的，换句话说，人类曾经是一个孩子，天真地相信风车内部在推动风扇的转动，因为有人曾经这样告诉他们。
在这种误导下，他们处于无知的状态，不懂得风才是风扇转动的动力。
这种解释并非夸大其词，现存的无知拒绝这样一个观点，即思想就像空气一样围绕在我们周围。
许多人的大脑被物质思想和无知占据，在他们的错误引导下，思想推动着风车的风扇，一会儿朝这个方向，一会儿朝另一个方向，有时带来好的结果，有时带来坏的结果。
一套衣服并不是穿着这套衣服的身体。
然而物质思想总是以这样的逻辑进行推理。

第一图书网, tushu007.com

它不懂得身体和精神是两种有区别的东西。
它以为衣服就是人的一切。
一个人由于软弱而摔得粉身碎骨，被摔碎的似乎只是他的外衣，所有使他强壮起来的心血都被注入衣服之内，而不是增强制作了这件衣服的那种力量。
物质思想和精神思想在每个人身上的活动和作用的状况是不同的。
有些人的精神思想尚未觉醒，有些人的精神思想开始揉一揉惺忪的睡眼，就像一个刚刚醒来的人所做的那样，眼前的一切仍然模糊而朦胧，而有些人却已经完全清醒了。
他们在未加思索之时会感觉到两种或强或弱的力量的存在。
因此，物质思想和精神思想争夺控制权的斗争才有可能最为激烈，这种斗争在一段时间内，也学会伴随着生理上的疼痛、烦躁和紧张。
物质思想不断地被精神思想挑战和抵抗，直到被打败并服从于真理。
你物质的部分非常不愿意放弃这个已经长期习惯的思维方式。
首先，我们必须承认自己已经被误导，并决定放弃长期坚持的观念，我们才值得做出这样的斗争。
物质思想总想在人们的生活和大脑中占领更大的地盘，它越来越不喜欢改变，因为旧思想年复一年地在它的表面结下一层越来越厚的茧子。

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

第一图书网, tushu007.com

<<心灵的重建>>

编辑推荐

《心灵的重建》：全球畅销书《秘密》作者群中“大师中的大师”，美国总统奥巴马呼吁全美民众进行“心灵的重建”。
全球畅销励志巨片《秘密》制片人 朗达·拜恩，伟大的心灵导师、《新世界》作者 埃克哈特·托利，整体健康观念创始人、《生命的重建》作者 露易丝·海合力推荐。
最可怕的危机是心灵的危机，最可怕的灾难是精神的灾难！

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