



## <<简单学>>

### 内容概要

突破认知隐形墙，成功其实很简单 为什么生活中总有点什么让你郁郁寡欢？

你摩拳擦掌，却找不到具体的目标。

为什么来自父母的要求总是让你难以抗拒？

你不能率性而为。

为什么来自社会的影响总是让你彷徨迷惘？

你无法做你自己。

为什么别人的谎言你总看不透？

你难辨是非真伪。

为什么要把注意力放在你不愿意做的事情上？

你对现实的安排无可奈何。

你百思不得其解…… 本书将简单明了地向你阐述以上问题的症结所在——人们的心中普遍存在着各种“隐形墙”——并清楚地说明怎样在梦想与现实之间搭起成功的桥梁。

将注意力和资源集中在最简单、最奏效的方法上，不但可以帮助你实现所想，而且能够让你的付出最小化，实现快速化，过程轻松化。

《简单学》是马克·乔伊纳为渴望成功者提供的大脑思考指南；融合了最前沿的科学与研究，伴有实际可行的、已被验证了的方法；阐释了我们应怎样看待这个世界，教会我们如何突破挡在梦想与现实之间的隐形墙，让自己从“必然王国”进入“自由王国”，为自己争取成功、开心的人生！

## 作者简介

马克·乔伊纳 (Mark Joyner)

当代成功学大师

网络营销权威

电子商务和互联网销售领域先锋

马克·乔伊纳拥有心理学学士学位，他曾为美国军事情报部门工作多年，对美国政府和韩国政府都有重大贡献，其工作曾获得美韩军方、韩国总领事馆、美国国防部语言学院及美国总统的嘉奖。

他白手起家成立了伊索营销公司 (Aesop Marketing Corporation)，创立了著名的营销网站 (www.mindcontrolmarketing.com)，离开伊索营销公司后，马克全力投入到写作和个人咨询工作中，客户对他每小时2000美元的个人咨询业务非常满意。

马克开创了许多互联网营销技术的先河 (如远程主机广告追踪、远程锁定客户端ASP模型等)，如今这些技术在互联网上被广为应用。

他还推出了许多访问量高居全球前100位的网站，并于1994年完成了一部下载量高达100万次的电子书。其代表作有经典畅销书《三秒成交》、《伟大的公式》等。

## 书籍目录

致中国读者权威推荐读者推荐卷首语引言第一章 精神的图圖为什么你会被桎梏于现状愚昧从某种意义上讲，任何让我们偏离正确轨道的行为都是愚昧的一种表现。

科学“科学”是一种看世界的有效途径。

“科学家”是富有科学的探索精神、并科学地思考和行事的人。

隐形墙一个人越聪明，语言辩解的能力就越强，而事实上，这反而会阻碍他进一步学习和解决问题。

逃脱的途径为什么从我们的行为中获益的更多的是他人，而不是我们自己?第二章 隐形墙阻碍你成功的大脑软硬件因素世界观我们眼中的事实并不是事实。

我们观察事物的过程很可能已经改变了这个事物。

信仰执拗的信仰是导致大脑思维障碍的一套价值观。

影响力当你无意识地伸出手指指点他人时，你已经悄悄启动了对他人的控制。

语言许多当今比较知名的权威人士指出，词语本身可以对人体产生物理作用，而且“量子物理学证明了这点”。

贴标签当我们的情感被调动起来后，我们的所想和所为就很难理性化了。

错误思维让我们设想你喝了些牛奶。

一个小时后，你感觉胃痛。

你喝了变质牛奶?伪科学当人们意识到上当时，已无处去讨回被骗的钱财了。

他们被伪科学骗了……虚假信息5世纪，神奇的“36计”第一次被提出。

从本质上讲，它们就是通过36种途径，向“敌人”隐瞒你的企图。

焦点世界上所有的事情都可以对你有利，但是如果你的焦点游离了这个事实，也会导致失败。

催眠术许多人将催眠术斥之为伪科学，但临床心理学家们的治疗却都有着不俗的效果，有的更成为传奇。

失控的大脑软件每当你过度兴奋或激情燃烧时，就好比许多程序在同时运行一样，你的RAM和CPU可能无法跟上步伐了。

神经网络当我们的世界观发生改变时，我们大脑中的“线路”，也随之发生改变。

第三章 支配现实一套全新的大脑操作系统逻辑如何评价口头语的合理性呢?说得更明白点：如何知道某人所说的话是不是胡言乱语呢?再论科学逻辑为我们用以描述世界的众多符号提供一个组织框架，而科学是我们通过观察对世界获得深层认识的一种方法。

精确英语即使你已经掌握了你们的母语，你依然会遇到一些问题，而这些问题绝不仅仅是由语言或者你的思维模式造成的。

第四章 简单学让你心想事成的简单科学波利亚方法做一个练习，想象一下你在一个前不着村后不着店的地方，车没了油，看看你是否可以运用波利亚四步骤来解决这种困境。

UMF规则经常通过模仿来指导自己行为的人，永远不会知道什么样的思想或行为能带给他所渴望的结果。

走直线你们两人的目标都是穿过马路到街区的对面。

让你的朋友先绕整个街区走一圈再走到马路对面。

而你直接走到街的对面……明晰目标它们或许会撞上这20个目标中的某一些，或许一个也未击中。

问题出在哪里呢?只击中一个目标不好吗?集中注意力如果一个医生正在做心脏搭桥手术，你认为他可以一边做手术，一边观看足球比赛吗?集中精力你知道一把刀子与一块钝石之间的不同吗?多数人会回答：“刀子是锋利的，而石头不是。”

行为与反应不可回避无论为了获得什么，你必须停止那些不能给你带来理想结果的行为，开始尝试那些能使你如愿以偿的行为。

给你的新大脑制订一个维护计划

## 章节摘录

插图：爱因斯坦是这样概括这种行为方式的：愚昧，就是一次又一次地重复相同的错误，却期待着出现正确的结果。

爱因斯坦的话只指出了问题的一半，人们每天都在做的愚昧行为远不只这一种。

对世界的错误认识能让人抓狂；一些人控制利用着我们，而我们却不明究竟，这也会使我们发疯。

我们每个人时不时都会疯狂一下，这并没有什么问题，真的！

这甚至是不可避免的。

只不过这种疯狂的行为换来的往往不是我们想要的结果。

从某种意义上讲，任何让我们偏离正确轨道的行为都是愚昧的一种表现。

这个定义放在我们这个话题的语境中来看是十分贴切的。

为了得到我们想要的结果，请走出愚昧，从第2节开始，让我们一起踏上科学的道路。



编辑推荐

《简单学:在最短的时间内,以最小的付出获得你想要的》：开这本书，翻看从“想要”到“得到”的“5条法则”！

细细品味，你会惊讶于你的发现。

复杂的事情简单做，简单的事情天天做。

国际畅销书《说服你其实很简单》、《引爆吸引力》作者联袂推荐越简单越成功的工作生活双赢智慧书在最短的时间内，以最小的付出获得你想要的

#### 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>