

<<潜意识的力量>>

图书基本信息

书名：<<潜意识的力量>>

13位ISBN编号：9787507421781

10位ISBN编号：7507421783

出版时间：2009.11

出版时间：中国城市出版社

作者：约瑟夫墨菲

页数：254

译者：吴忌寒

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>

## <<意识的力量>>

### 前言

我曾周游世界。

在此期间，我多次目睹令人叹为观止的奇迹，发生在形形色色的人身上。

我相信，这样的奇迹同样会在你的身上发生，因为它往往就在你触手可及的地方。

只要你具备一点点神奇的魔力，就可以让奇迹与自己的命运紧紧相连。

而这神奇的魔力就在我们的潜意识中，我们完全可以毫不吝啬地运用它，去实现生命中一切最美好的愿望。

这本书的目的正在于帮助人们重塑自身的思考习惯。

正所谓思想决定行为，行为决定习惯，习惯决定命运。

一个人在他的潜意识里把自己想象成什么样，他就会变成什么样。

## <<意识的力量>>

### 内容概要

从我们来到这个世界的第一天起，意识的力量就已经属于我们了。

约瑟夫·墨菲博士在本书中以科学的态度阐明了意识的存在，并列举了大量来自生活的实例，以说明意识的影响力。

同时，他还向我们介绍了一些简单而有效的练习方式，通过这些练习，我们将学会——如何吸引丰盛的财富；如何获得事业的成功；如何建立和谐的人际关系；如何经营美满的婚姻家庭；如何战胜内心的恐惧；如何在思想上永葆青春；如何追寻幸福的人生……此版本是唯一一个在“墨菲信托”——墨菲博士著作的正式托管机构——的指导下，经其授权并出版的修订版本。

## <<潜意识的力量>>

### 作者简介

约瑟夫·墨菲（Joseph Murphy，1898～1981）是哲学博士、神学博士、法学博士，也是一位深受世人尊重的思想家和心理学家。

作为“潜意识的力量”运动的发起者，他花了将近五十年的时间，透过书信、写作、顾问、演讲等各种形式，向世人传播人生的法则和生命的内在含意。

他继承了我们熟知的励志大师如詹姆士·艾伦（James Allen），戴尔·卡耐基（Dale Carnegie），拿破仑·希尔（Napoleon Hill）等人的思想，同时也是托尼·罗宾斯（Tony Robbins），齐格·齐格勒（Zig Ziglar）和厄尔·南丁格尔（Earl Nightingale）等当代励志演讲大师的先驱。

墨菲博士一生中著有几十部心理学和潜能开发方面的作品，被翻译成数十种语言，销售量达数千万册。

《潜意识的力量》是其最核心、最畅销的著作。

## <<潜意识的力量>>

### 书籍目录

引言 奇迹随时发生，你准备好迎接它了吗第一章 灵魂深处的宝藏第二章 心灵工作的原理第三章 潜意识的神奇效力第四章 古代精神疗法第五章 当代精神疗法第六章 实用精神治疗技巧第七章 持续一生的潜意识功能第八章 怎样能达到目标第九章 如何运用潜意识致富第十章 富足的权利第十一章 潜意识是你成功的搭档第十二章 科学家如何运用潜意识第十三章 潜意识和睡眠奇事第十四章 潜意识与婚姻第十五章 潜意识与幸福第十六章 潜意识与和谐的人际关系第十七章 运用潜意识宽容别人第十八章 运用潜意识消除心理障碍第十九章 如何运用潜意识来消除恐惧心理第二十章 如何在思想上永葆青春

## &lt;&lt;潜意识的力量&gt;&gt;

## 章节摘录

奇迹随时发生，你准备好迎接它了吗我曾周游世界。

在此期间，我多次目睹令人叹为观止的奇迹，发生在形形色色的人身上。

我相信，这样的奇迹同样会在你的身上发生，因为它往往就在你触手可及的地方。

只要你具备一点点神奇的魔力，就可以让奇迹与自己的命运紧紧相连。

而这神奇的魔力就在我们的潜意识中，我们完全可以毫不吝啬地运用它，去实现生命中一切最美好的愿望。

这本书的目的正在于帮助人们重塑自身的思考习惯。

正所谓思想决定行为，行为决定习惯，习惯决定命运。

一个人在他的潜意识里把自己想象成什么样，他就会变成什么样。

你知道答案吗为什么有的人快乐，有的人悲伤？

为什么有的人愉悦又富有，有的人却痛苦又贫穷？

为什么有的人永远摆脱不了恐惧和焦虑的纠缠，而有的人却始终能够对生活满怀信心？

为什么有的人能在美丽奢华的家里安然度日，而另外一些人却不得不在拥挤的贫民窟里挣扎一生？

为什么有的人成就卓著，而另外一些人却终生落魄？

为什么有的人说起话来叫人心服口服且备受欢迎，而另外一些人却言辞乏味又令人厌恶？

为什么有的人在专业领域堪称权威，而另外一些人却终其一生也学不会一技之长？

为什么有的人在罹患“绝症”后还能重获新生，而另外一些人却因为一点小病就一命呜呼？

为什么有的人明明善良温和，拥有纯粹的信仰，却不得不停地为生活的苦难所折磨？

为什么有的人道德败坏而且内心空洞浮浅，却能够享受荣华富贵并长命百岁？

为什么有的人能够享受甜蜜的爱情，而另外一些人却只能在孤独抑郁中咀嚼遭人拒绝的痛苦？

现在，你能猜到这些问题的答案了吗？

是的，所有的疑问都指向同一个答案：潜意识。

本书缘起我之所以写这本书，是因为我有一种强烈的愿望，想要与人分享上述问题的答案。

在书中，我尽量使用浅显易懂的语言进行解释。

我相信这些心灵方面的基本原理，是完全可以简单的语言表达清楚的，那些生僻晦涩的词语纯属多余。

我强烈建议你仔细研究一下这本书，同时不妨把其中的技巧运用到日常生活中去。

试着采纳我的建议吧，你会发现，生活被一种好似魔法的奇妙力量所围绕。

这力量将会带领你走出困惑、痛苦、抑郁和失败，让你摆脱身心的束缚，发现生活的真谛，从而踏上通往自由、幸福和平静的康庄大道。

如果你身患重病，潜意识的力量同样可以让你恢复健康，获得新生。

在学习使用内在力量的过程中，你将冲破生命的牢笼，从而享有无与伦比的尊荣与自由。

释放潜意识的魔力我曾亲身体验过潜意识治愈疾病的神奇故事，我相信这最能说明潜意识那不可思议的力量。

多年前，我治愈了自己身上的恶性肿瘤（也就是通常所说的癌症），而我的方法就是发挥潜意识的治愈力量——正是这一终极力量赋予了我们生命，并使之得以延续。

我将在本书中详细地说明我所使用的技巧。

我相信，当你听完我的进一步介绍，深入地了解关于人类潜意识的知识，你就会对发生在我身上的治愈效果深信不疑了。

在此，我觉得有必要向一位医生表示感谢，是他告诉我，既然是我们的思想使我们的器官获得了生命，并让我们的心脏跳动昼夜不息，那么思想应该也能治愈它自己创造出来的杰作。

就像一位古代预言家说的那样：“医生包扎伤口，而灵性治愈它。

”科学的祈祷可以为你带来奇迹这里所说的祈祷，不只限于传统意义上对神灵的祈祷，还包含对某一种思考方式的信赖，甚至可以说是信仰。

想要发挥精神的力量，必须建立在对这种力量充分信任的基础上，而且这种信赖不能盲目，必须有的

## &lt;&lt;意识的力量&gt;&gt;

放矢。

何谓有的放矢？

就是以科学的方法去祈祷。

科学的祈祷方法，乍一听是个新鲜词，实际上它追求的效果是将潜意识和意识同时指向一个特定的目标，以达成意识和潜意识之间的和谐对话。

每个人都在祈祷你知道怎样祈祷最有效吗？

你把祈祷当作日常生活的一部分了吗？

你上次祈祷是多久以前的事情了？

当紧急、危险、疾病和死亡靠近我们的时候，我们就会自然而然地开始祈祷。

不妨仔细听一下电视新闻，其中相当一部分报道都在向我们传达这样一个信息，那就是：世界各地的人们随时都在祈祷，为生病受苦的儿童祈祷，为世界各族人民的和平祈祷，为困在透水矿井下的矿工祈祷。

当那些矿工获救之后，我们得知，当他们在井下等待救援的时候，同样也在祈祷。

虽然每当我们身处困境之时，都会想到借助祈祷的力量，但是为什么你一定要等到危急时刻，才发现自己需要祈祷呢？

危急情况下的祈祷，确实常常带来神奇的效果，这不仅给媒体提供了头条，更有力地证明了祈祷的有效性。

因为工作的缘故，我有机会去研究人们祈祷的方法。

我亲身体验过祈祷带来的神奇效用，也曾经同其他人有过相当多的交流，他们都曾因祈祷而受益。

我发现，最大的困难在于：怎样告诉另外一个人科学祈祷的方法。

因为当人们麻烦缠身的时候，常常难以理智地思考和行动。

他们被麻烦威慑住了，于是失去了倾听自我和了解自我的能力。

所以，他们需要旁人为其提供一种简单而具体的准则。

每天都祈祷的人这本书独一无二的特点就在于它的实用性。

你将从书中找到简单而有效的技巧和准则，每一条都可以轻易地付诸实践。

我已经把这些技巧和准则带到世界各地，形形色色的人们都曾尝试过我的方法。

你将会知道，为什么你的祈祷常常失败，事情的结果甚至与你的祈祷完全相反。

记不清到底有多少次，世界各地的人们都向我提出同样一个问题：“为什么我祈祷了，却没有任何效果？”

”这本书中，我将为你解答这个常见的问题。

然后，我还将告诉你，到底怎样才能塑造自己的潜意识，并使之发挥功效，从而得到你希望得到的幸福快乐。

我相信这本书是极有价值的，它将为困境中的你带来巨大的帮助。

你信仰什么一个人进行祈祷，然后就会得到某种结果。

那么，这种结果到底是由什么决定的呢？

通常人们会认为，意识中相信什么，祈祷的结果就是什么。

然而事实恰好相反，决定一个人祈祷结果的，并非是人们意识中相信的图景，而是一个人的潜意识深处的图景。

这一定律完全围绕“信仰”二字产生，与此同时，它也是全世界所有宗教的通行法则。

所有的宗教家都是按照这一定律，用心灵去影响世界。

尽管不同的教派所主张的宗教教义完全不同，但是他们都能通过祈祷得到他们想要的结果。

这是怎么回事呢？

答案很简单，原因并非在于那些看似特别的信条、信仰、仪式、法会、礼拜、咒语、祭品或者许愿，原因在于他们对于自己的祈祷完全接受、深信不疑这一点。

生命的法则就是信仰的法则。

所谓的信仰，简单地讲就是指你心头所想之事。

一个人在脑中所思考、感受和信仰的一切，都会牵动他的思想、身体和周围的环境。

## &lt;&lt;潜意识的力量&gt;&gt;

明白自己的行动，以及自己为什么要如此行动后，就意味着你学会了让潜意识成为自己所期待的幸福的化身。

而那些祈祷的应验，不过是你内心深处愿望的一种实现形式罢了。

祈祷就是渴望每个人都渴望着健康、幸福、安全、内心的平静和真诚地表达自我的能力。

但我们当中又有多少人能够享受所有的这些好处呢？

最近，一个大学教授告诉我：“我知道，只要我能改变自己的精神状态，为感情生活找到新的方向，那么，我的心智水平将会显著提高。

对此我深信不疑。

但问题是，我不明白到底怎样才能实现这一点。

在所有的矛盾和问题面前，我的心来回摇摆，我觉得自己在生活的道路上停滞不前，我感到挫折、失落和压抑。

”这位教授强烈地渴望着身心健康。

他需要的正是关于人类心灵运转的知识，凭此就能够实现他的愿望。

于是，我建议他去验证一下本书中的心理治疗方法。

果不其然，他完美地达成了自己的目标，成为了一个身心健全的人。

全人类心灵的永恒法则潜意识这种魔法般的力量已存在很久了，比你我的出生甚至各个国家的建立都还要早。

可以这么说，这一关于内心和生命的真理法则，比任何文化都源远流长。

正是基于以上原因，我强烈地建议你在接下来的章节中，仔细了解这种神奇的魔力。

它可以重塑你的人生，治愈你心灵和身体上的创伤。

有了它，饱受恐惧折磨的心灵终将见到自由的曙光，而你，将从此彻底摆脱贫穷、失败、痛苦、贫乏和挫折。

你所要做的，就是把你的心理和情感，同你想要达到的愿望结合起来。

你潜意识中的创造力将自行做出回应。

从今天开始，从现在开始，让奇迹降临到你的身上吧！

你的潜意识是一个暗房潜意识对每个人都非常重要。

它就像一个冲洗胶片的暗房，你外在的生活状态，都是从这个地方冲洗出来的。

所以，塑造出今天的你的，并不是你的姓名、着装、父母、邻居或者是你乘坐的小汽车，而是你的信仰。

它通过一点一滴的影响，将一幅又一幅的图景叠加在你的生活中，最后，将现实生活中的你塑造成了潜意识中的那个你。

从伦理学上讲，潜意识是一个道德中性的角色。

它无所谓对错，远离一切善恶是非，你的一切习惯，不管对自己利弊如何，对于它来说都是无可无不可的。

起作用的一直都是内在的思想，而不是外在的习惯。

我们在不知不觉中把各种负面的思想滴加到潜意识里，日积月累，直到某一天，我们突然发现，这些阴暗的思想已充斥了我们的日常生活，占据了人际关系的每一个角落。

事实上，现实生活中的麻烦事都是暗中积累，达到质变以后才爆发出来的，无一例外。

要让你的世界发生改变，你就必须先改变自己的内心，这就是所谓的“诚于中、形于外”。

只要你接受我的潜意识理论，你就会觉得，过去潜意识对你造成的那些伤害实在是无足轻重。

我们只要仔细一想就会发现，改变生活并非难事。

改变一个人内心的图景很困难吗？

一点儿也不。

有了这样的思想认识就意味着，你已经开始了一段建立积极人生态度的愉悦之旅。

让人惊奇的是，你童年时期建立的所有信仰和行为模式，至今依然存在于你的内心之中，它们不时浮现，并且影响着你的生活。

我们每个人都有这一类来自于童年的思想和信仰，它们早已经被意识忘掉，只能藏身于我们潜意识暗



## &lt;&lt;潜意识的力量&gt;&gt;

房的某个隐秘的角落里。

知道了这一点，也就明白了为什么你需要从现在开始，对自己的潜意识加以照顾和培育了。

比方说，如果你相信坐在电风扇旁边太久会让你得斜颈病，你的潜意识就会让你表现出斜颈的症状。

其实这并非由于电风扇的作用，它只不过引起了一种无害的气体分子的高频率震动罢了。

之所以会让你感到不舒服，只是由于你这么相信而已。

又比方说，你的办公室里面有同事感冒了，你便开始害怕得感冒。

于是，你的恐惧成为了一种可以自我实现的内心活动，也就是说，你所害怕和相信的事情会成为现实。

最后你发现，办公室别的同事因为不相信会被传染，所以平安无事，而你却不得不独自在家休息养病。

而另一方面，你认为治愈的力量又来自何处呢？

当然也是来自于潜意识的力量。

如果你的潜意识暗房里面存在着真理，那么这种真理就会投射到外部世界。

你的潜意识力量会接受真理，而你就此拥有了一种能够治愈创口，并使心灵平静的潜意识动力。

如同一个苹果经过消化，最终成为你血液的一部分，这些内在的思想也会逐渐融入到你的现实生活中。

这一切就和你学会走路、游泳、跳舞或者拉小提琴一样。

你一遍又一遍地重复同一思想，不久之后，这种思想就会变成你的第二本能。

其实所谓的祈祷，就是让自己去顺应内心更高的行为准则。

驱动汽车的其实并不是液体的汽油，只有变成气态，汽油才能在发动机里燃烧。

如果想成为一个有能力的人，那么，从现在开始就必须改变自己。

首先改变你的内心，然后你的行为和外部世界都会随之改变，成为你所心仪的样子。

除了治愈之外，你的潜意识暗房也是你财富的源泉。

我的秘诀就是，只要先让自己的内心富有起来，随后你就会在现实生活中得到同样丰富的财富。

现在，你正在成为心灵法则的一个学生，你应该毫不怀疑地相信，只要能够让财富的理念深深地植入内心，把财富的照片放进潜意识暗房，那么，不管经济形势是繁荣还是萧条，不管股票市场如何上下波动，不管战争和其他社会事件如何层出不穷，你都能够过上富足的生活。

你要让你的潜意识相信，金钱会永远按照你的需求流入到你的生活中来。

哪怕明天整个国家的财富就顷刻破产了，届时你将一文不值，你也能够坦然面对一切，继续吸引新的财富到你的生活中来。

你就是一台永恒的“吸金器”，谁也不能掌控你，除了你自己。

你的潜意识暗房中若充满了各种伟大的创新，你就不必担心旧意识会阻碍你前进。

从现在开始，在心中默想着真理、喜悦和高贵，你就会发现这些美好的图景逐渐在身边显现。

请记住，上苍为我们创造了美好，你要在自己的生活中进行同样的创造。

如果你能够从这样的角度展开，那么你的心理就会变得健康、自尊和自信。

你就再也不会因为“意想不到”的事件而受到伤害了。

<<意识的力量>>

媒体关注与评论

<<潜意识的力量>>

编辑推荐

<<潜意识的力量>>

名人推荐

<<意识的力量>>

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>