

<<这样想，人生就会不一样>>

图书基本信息

书名：<<这样想，人生就会不一样>>

13位ISBN编号：9787508056982

10位ISBN编号：7508056981

出版时间：2010-3

出版时间：华夏出版社

作者：（日）端河光二

页数：148

字数：73000

译者：陈新秀

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>

<<这样想，人生就会不一样>>

前言

有一种思考方法，它能让所有的梦想和愿望实现你有自己的梦想与愿望吗？

你的愿望究竟有多强烈？

大多数人都有自己的梦想与愿望。

但也有这样一些人，他们虽然没有明确的目标，却依然盼望着自己的人生会变得更加美好。

如果梦想不大不小，伸手就够得着的话，那么，只要你稍加努力就能实现了。

但如果是一个遥不可及的梦想，那结果又会怎么样呢？

你会不会在一开始就认定它不可能实现，因而便中途放弃它呢？

有一种思考方法，它能让所有的梦想和愿望都实现。

这就是本书要告诉你的事。

凭自己现在的实力无论如何也不可能实现的愿望，却可以用一种意想不到的方法让它奇迹般地实现。

本书所介绍的就是这样一种思考方法。

我运用这种方法，实现了许许多多连自己都觉得难以实现的愿望。

首先是我成功地进入了当时以我的学历和经历来看简直就算是天方夜谭的大型广告代理公司。

具体情况后面还会有详细的介绍。

许多次偶然的机会有重叠，让我感觉到冥冥之中似乎有一种力量，它将我引向梦想的终点。

这简直就像奇迹一样！

随后，为了实现自己“青年企业家”的愿望，我辞去了原来的工作，和几个朋友一起开始创办自己的公司。

当时的公司主要经营语音通信、人才派遣、游戏机开发等业务。

在短短一年间，公司的业务迅速发展，不久就在年交易额达十亿日元之多的企业名单中占据了一席之地。

当公司运营步入正轨之后，我们又设立了支援其他企业的产品研发和事业发展的咨询公司，将源源不断的钱财纳入囊中。

此时的我又思忖着“和优秀的伙伴一起做一些有意义且能改变芸芸众生命运的事情”，于是成立了与手机媒体网络服务相关的公司(以占卜、待机等功能为主的i-MODE手机菜单设计和研发)(编者注

：i-MODE是日本NTTDoCoMo公司于1999年推出的移动上网服务，是全世界最成功的移动上网模式)

当时的我们连i-MODE是什么都不知道，在既没有技术也没有员工的情况下，一切从零做起。

后来这个公司随着手机的普及、手机官方网站的普及及其规模的不断扩大，终于在本行业中站稳了脚跟，最后成了日本屈指可数的几家大型公司之一。

但是，我的梦想并没有因此而终结。

当一个愿望实现了之后，在我的脑海里又萌生了新的愿望。

这次的愿望是“我要从自己的经历中总结经验，从取得的成果中归纳原因，通过书本、教材或培训的方式传递给这个世界上需要它们的人”。

我想支持和帮助那些努力奋斗着的人，促进他们成长，并协助他们获得成功。

到现在为止，包括这本书在内，我已经出版了六本书。

此外，我还是几家企业的研修方案制作人兼顾问，我不断出版能开发人类潜能的书籍，还不时地开展培训等工作，朝着自己的梦想不断前进。

“很抱歉”——梦想成真的“一秒钟魔法”梦想不断地在脑海里浮现，也不断地被实现。

这是因为运用了“一秒钟魔法”。

那么，“一秒钟魔法”到底是什么呢？

简单地说，它就是一种将梦想与愿望“抓住一秒钟随后便忘记”的方法。

让愿望在脑海里浮现一秒钟，然后立即忘记，这看似非常简单。

似乎谁都可以做到。

然而，真的实践起来，又需要一些规则以及点滴技巧的帮助才可以做到。

<<这样想，人生就会不一样>>

而本书所介绍的就是这种技巧。

或许你会怀疑，用这种方法能实现我的愿望吗？

“很抱歉”，它真的能够实现。

信不信由你。

甚至，从阅读完本书之后，你也许已经在无意识中应用这个“一秒钟魔法”，一次又一次地实现了自己的愿望呢。

想想看吧。

在你脑海里是否也曾闪过一个“如果能变成那样就好了”的念头，之后你便遗忘了它。

但令你颇感意外的是，最终，事情也真的如你所愿。

你是否也有过如下经历？

“要是能见她一面该有多好啊”，你这样美滋滋地想着，随后便忘记了，结果却真的在车站遇见了她：“忽然好想有个现在流行的包包啊”，正当自己已忘记时却有人把它当礼物送给了你；再比如面对着近乎不可能签下的合同，你绝望地幻想“如果能签下这份合同多好啊”，之后就忘记了，结果你却奇迹般地签成了这份合同。

如此这般，不一而足。

或者，不知为何，在某一瞬间你会突然坚信结果会演变成某种样子。

然后，就像理所当然的一样，事态真的就朝你所希望的方向发展了。

我想，这都是“一秒钟魔法”在起作用吧。

捕捉关好未来的希望天线在我们生存的这个时间和空间里，遍布着能够连接未来的天线。

我们暂且将其称为预兆吧。

你总是在不知不觉中，两手抓着那些能够与未来相连接的天线。

这些天线只代表未来的一部分，所以当你抓起一根天线的时候，你就无法看到整体像。

然而天线就是天线，它就像拼图游戏一样，只有许多的拼图放在一起才能拼出你的未来。

如果你抓住了通往理想未来的天线的话，那它就将孕育出美好的未来。

然而，一旦两手抓到的是通往不幸未来的天线呢？

它会让你不断地担心“如果真的变成那样怎么办呢”，让你变得心神不宁，未来也会与希望背道而驰。

。

请你放心。

如果运用“一秒钟魔法”的话，你随时都能捕捉到那根连接着理想未来的天线。

有些时候，我的生活也会陷入一团糟的境地。

有一次是因为一家和我们有贸易往来的公司倒闭了，所以6000万日元打了水漂，公司因此而负债累累。

。

当时我连房租都付不起，只能抱着睡袋窝在事务所里过夜。

当然，在那个时候我完全没有指望过自己能够东山再起。

那时候，正是因为心里有“一秒钟魔法”，所以我才得以从霉运中翻身。

那时，我偶尔还会坚信“肯定会有一种连我自己都意想不到的方法可以让我摆脱困境”，但随即我也就忘记了这个念头。

第二年，等我发觉的时候，公司已经把所有的债务都还清了。

债务是已经偿还了，但是公司的年收入却锐减到了200万日元。

忽然，“很抱歉，不过明年的年收入将是2000万日元哦”这样一个念头在我的脑海中一闪而过，又随即消逝了。

当然，在那时公司还完全没有年收入能达到2000万日元的征兆。

当我再次回想起自己曾以“一秒钟魔法”来祈祷的时候，公司的年收入早已经达到2000万日元了。

世界上有许许多多讲述成功法则的书籍。

可实际上，却没有多少人能够因为相信那些成功法则而成功。

也就是说，虽然很多人都去尝试某种成功法则，但他们所尝试的并不适合他们。

然而，我在此介绍的“一秒钟魔法”却是一种适用范围极广的成功法则。

<<这样想，人生就会不一样>>

我本人及我周围的人通过灵活运用“一秒钟魔法”也不断地取得了成功。理想未来的天线就在你的眼前晃动，要不要抓住它完全取决于你。如果运用“一秒钟魔法”的话，那么，你就能随时抓住这根连接理想未来的天线。如果本书也能成为你走向幸福生活的契机，那将是我莫大的荣幸。

端河光二

<<这样想，人生就会不一样>>

内容概要

有一种思考方法，它能让所有的梦想和愿望实现 你有自己的梦想与愿望吗？

你的愿望究竟有多强烈？

大多数人都有自己的梦想与愿望。

但也有这样一些人，他们虽然没有明确的目标，却依然盼望着自己的人生会变得更加美好。

如果梦想不大不小,伸手就够得着的话，那么，只要你稍加努力就能实现了。

但如果是一个遥不可及的梦想，那结果又会怎么样呢？

你会不会在一开始就认定它不可能实现，因而便中途放弃它呢？

有一种思考方法，它能让所有的梦想和愿望都实现。

这就是本书要告诉你的事。

<<这样想，人生就会不一样>>

作者简介

(日)端河光二，生于1963年。
日本新型管理株式会社的董事长兼首席执行官。
他为帮助人们最大限度地挖掘身上隐藏的潜能，结合自身丰富的经历，在融合大脑生理学、人际心理学、神经语法程式学(NLP)、心理治疗以及催眠等方面知识的基础上，提供了各种各样的实践方案。
此外，端

<<这样想，人生就会不一样>>

书籍目录

序言 有一种思考方法，它能让所有的梦想和愿望实现 “很抱歉”——梦想成真的“一秒钟魔法” 捕捉美好未来的希望
天线第一章 在遗忘的状态下更容易实现目标 目标越鲜明，希望之路越坎坷 长跑最后一名是如何进军年级前三强的？

在心仪的异性面前。

为什么不能侃侃而谈？

动机太强烈，反作用就会伺机而来 没有异性缘的我，缘何忽然问受欢迎了呢？

奇迹发生了 一天，令我憧憬已久的A公司忽然来了电话 无须处心积虑，只是顺其自然 梦想成真的“一秒钟魔法” 敲开奇迹的大门，施行魔法的时只需一秒钟 利用“一秒钟魔法”，我收获了宝马车 一秒钟的积累，将“成功”二字植入大脑第二章 实现梦想的关键是淡然处之 带着淡然的态度做好当前的事才能如愿以偿 在忘记梦想的那一刻实现梦想 即使迷茫也能有条不紊 运气乘风而来 无论你选择什么，那都是你理想的未来 如果你还在犹豫，让硬币来帮你决定吧 扪心自问，真的不惜如此代价？

如果想达成十亿日元的交易额 奇迹是上帝对你的考验第三章 从另一个侧面看待消极 积极思维的另一面是消极思维 有两种类型的人 无法积极的时候怎么办？

改变视角，让“消极”成为你的武器 做好最坏的打算…… 学会使用“很抱歉”法则 她试唱时不再紧张的原因 和部下沟通，管用的“很抱歉”法则 过分执著会毁了你自己 创造奇迹的并非“积极思维”第四章 确信愿望的“一秒钟魔法” “确信”创造未来 直觉中也有“杂音” 分辨直觉中的“信号”和“杂音” 如果不愉快的一瞬间闯进你的大脑 将不好的“信号”认定为“杂音” 谁都能接收直觉“信号”第五章 灵活利用你所拥有的“另一种意识” 粉刺脸是如何变光滑的？

身体感觉灵敏的日本人 用身体感觉来帮你减肥 预先知道思维、情绪与身体感觉的不同 身体反应有了变化，思维和情绪也会随之变化 让你联想起理想状态的事物 用图形来感受自己的良好状态 随身带着有表意符号的护身符 用表意符号来解决未来的问题后序

<<这样想，人生就会不一样>>

章节摘录

插图：目标越鲜明，希望之路越坎坷如果只祝愿一秒钟，之后便忘记，梦想就会实现……在发现这个规律之前，我也曾有过坎坷的经历。

那我就首先来说说自己是如何发现这个成功法则的吧。

不知道为何，从小时候开始，每当我确定目标并为之拼命努力时，却反而很难顺利实现它。

这样的经历不断重复。

当我心里念叨着“这次的算术考试要拿满分”并为之努力的时候，却因粗心失误只拿了个可怜的九十几分；考高中和大学时在墙上贴着“考上志愿学校”，每天专心复习，最后却依然名落孙山。

或许是因为我的祈祷不够虔诚吧。

我当时这么想。

具体说来，也可能是因为我当时坚信“积极思维”的成功法则吧。

所谓积极思维，就是清清楚楚地想象自己理想中的样子。

因为对自己理想中的样子感到模糊，所以我最终会惨遭失败。

要想成功，只能更真实、更鲜明地在心里描绘理想中的样子。

想着想着，动机也就会变得很强烈，然而它却容易使你陷入徒劳的陷阱里，这样恶性循环就会不断地持续下去。

幸运的是，不知从哪里飘来一个声音告诉我：“或许，是这种方法错了吧。

”这就是越是在没有定下明确目标的时候，事情反而会进展得越顺利的原因。

比如说，小学的时候。

我跑步总是很慢，所以不管我怎么使劲儿，在运动会上，也总是被远远地落在后头。

那时，我是多么羡慕那些因为被选为接力队员而受到大家关注的同年级学生啊。

如果能像他们那样跑得飞快，那该多好啊。

在这一瞬间，我心里充满了羡慕之情。

当然，现实中，还是完全没有发生奇迹的征兆，我也很快就忘记了这个愿望。

长跑最后一名是如何进军年级前三强的？

让我难以忘怀的是中学时的第一次运动会。

当时我心想，真讨厌运动会啊，我肯定又要跑最后一名了。

于是，我又闷闷不乐地站在了起跑线上。

可是，当我跑起来的时候，你们猜怎么着？

哪里是最后一名啊，我跑了第一！

而且是全年级的前三名！

我这是怎么了？

当然，解释自己为什么突然跑得快的借口想要多少有多少。

比如，进入中学了，身体也急剧地发育，比如，练习空手道以后锻炼了肌肉，比如，周围都是跑得很慢的小子……但是这些也都不是问题的根本原因。

最关键的是，我曾在脑海里闪过一阵“我一定要跑快点”的愿望，随即又忘记了。

梦想，要在被遗忘后，才能得以实现。

当梦想还没有进入你的意识时，实现梦想之日就翘首可待了。

这才是成功的关键。

我在中学运动会的时候，就已经接收到了这样一种讯息。

即使如此，为什么“梦想，要在被遗忘后，才能得以实现”呢？

我认为，其中的一个原因是，在你忘记这个愿望的时候，你也就埋葬了“我不行”这个消极意识。

因为，像我这种思维消极的人，如果动机太强烈的话，反而会起反作用。

也许你会有些不懂了。

为什么愿望强烈反而会阻碍愿望的实现呢？

因为，你的愿望越强烈，也就越容易产生“也许我不行吧”这样的想法。

<<这样想，人生就会不一样>>

这样，一旦你觉得自己不行的时候，不安和担心的感觉也就会蜂拥而至了。

“如果能变成那样多好 阿！”

” “不行，不可能实现的。”

” “不行不行，为了打消那些消极的念头，我要尽力祈祷。”

” “但是，如果没有变成那样，那怎么办呢？”

”这样去想的话，事情怎么可能顺利进行呢？”

人要是动机太强了，事情反而会变得很棘手。

<<这样想，人生就会不一样>>

后记

还记得四年前的某一天，当我无意间看到SUNMARK出版社的宣传广告上赫然印着自己的书时那惊讶的表情。

那一刻，我脑子里想的是：“什么？”

我的书居然在SUNMARK出版社出版了？

啊，真是没有办法……”然而，我也迅速地控制了自己这激动的心情，转为坦诚地体验那一瞬间的感受，随后忘记。

为什么呢？

因为在那之前，我连一本书也没有出版过。

SUNMARK出版社最近几年出版了许许多多的畅销书。

从前几年出版的《脑内革命》(春山茂雄著)、《与神对话》(尼尔·唐那·沃尔什著，吉田利子译)、《别为小事抓狂》(理查德·卡尔森著，小泽穗译)，到最近的《不生病的生活方式》(新谷弘实著)和《活法》(稻盛和夫著)都曾在图书市场上被抢购一空。

消极的潜意识里有一种声音告诉我：“当你还在怀疑这本书是否能出版的时候，居然在SUNMARK这么好的出版社出版了，怎么会有这么好的事？

不可能。

不可能，绝对不可能！

期望越大，失败时受伤的是你自己！

不抱希望的话即使失败也不会伤心绝望了……”然而，另一种声音却说：“我并不是靠投机取巧才使这本书出版的。

虽然不是很确定。

但这本书总有一天会出版的吧。

”就这样，两种声音不断地在我的大脑里交战。

于是我决定什么也不想。

然而，事实却远远超过了我潜意识中的预想。

于是，我的梦想这么快就实现了。

当时SUNMARK出版社的负责人斋藤龙哉打电话对我说他们想出版我的书。

距今已经已有一年了吧。

不用说，我完全忘记了自己曾经祈祷过自己的书会在SUNHARK出版。

忽然，斋藤先生问我写什么比较好。

接着他又说：“在还没有确定题目之前请接受我几次采访吧。

这样的话，肯定会有一些只有端河才能传达的，而且是应当传达给世人的内容吧。

”我从来没有过在未确定题目的情况下就写书的经历，所以当时就懵了。

即便如此，在每次三个小时的采访中，我们谈天说地，交谈的范围从枯燥的经营管理到“奇怪的”第六感，我们的思维不断地跳跃扩散，变得非常活跃。

“这本书究竟定什么题目好呢？”

”在采访将要结束之前，我的想法也渐渐地变得明朗了。

就像许许多多的拼块突然自动拼成了一幅图摆在了我的眼前。

这一瞬间，一直非常安静的斋藤先生也禁不住大声欢呼喊了出来。

“我看见了！”

”我忽然间感觉到在座的斋藤先生，还有过由美子小姐和我看见的是同一幅图。

这时候大家都明白了：原来我们的拼块早已齐全，之前那些看起来乱七八糟的拼块原来是彼此联系着的。

回到事务所，我向我的得力助手七波提起这件事时，他说了一句话。

“啊，果真是这个题目！”

”我反问道：“什么？”

<<这样想，人生就会不一样>>

你说什么？

”他笑着说：“您记得吗？

三年前您曾说过：‘如果我的书在SUNMARK出版了的话，书中的言论就不会随便被当作无稽之谈而被推翻，而成了一种能真正帮助需要它的人的成功法则。

”原来未来早已在我没有察觉的时候就已经注定了。

两年前，我邂逅了一个女子，遇见了她之后我确信：总有一天我会定下这本书的题目。

为了给她鼓劲，我曾对她说：“一个人的人生如果总是一帆风顺的话会很没意思吧。

但是，当事情不能按照自己的想法进展时，你就会想方设法采取一些措施，这样你的生活就会充满活力。

有时候我的生活也不能如愿呢。

”她说了一句：“只要我们坚信自己能行的话，愿望真的会实现。

”我当时顿了一下：明明是来鼓励她的……积极的弊病在于，它让人脑子里装满了关于积极的知识，并让你无时无刻地提醒自己要变积极。

然而，一旦日常生活中不能如愿的事发生时，人就很容易变得沮丧、急躁。

在我看来她的想法很危险，看起来像是马上要崩溃了一样。

我对她说：“积极本身并没有什么不好。

但要想成功，不断地积累生活中的成功经验才是重中之重，而不是一味地往大脑里塞一些无用的东西

。

”就拿她喜欢的滑雪来举例吧。

刚开始将双脚固定在滑板上时肯定会觉得很恐怖吧。

然而一旦你学会了一点时，你就会玩得非常开心，越滑越想滑，越滑越有劲儿，也自然会变得敢于在比较陡的坡面上挑战了。

“成功的经验不断地积累的话，人就会变得比之前任何时候都更接受自己，喜欢自己。

人一旦接受自己了，就会变得更有自信。

当人有自信的时候，做什么都不会害怕。

这种感觉才是真正的积极向上。

”就这样，我把我要写在书里的内容提前告诉了她。

她听了我的话之后，很受启发。

从那之后好像就开始认真地按照我所说的去做了。

结果可能和大家想象的一样，也可能远远超过了大家的预想。

从那一天起，我忽然觉得像她那样陷于积极的泥潭里而不能自拔的人或许比我想象中的还要多呢。

于是，在同这些人(我也曾是这种类型的人)接触的过程中，我说了这样一些话。

“我也能行！

？

”还是无法自信？

好啦，无须担心。

你信或不信都无所谓，因为“很抱歉”，事情进展得非常顺利。

因为当你捧起这本书的时候，你已经抓住了未来的天线。

嗨，奇迹马上就要出现了。

请灵活运用这本书中的法则，开启你的未来之门吧！

端河光二

<<这样想，人生就会不一样>>

媒体关注与评论

对于不容易实现的愿望，你只要想象它已经实现了，并且迅速将其遗忘就可以了。这样做的好处就是消极的想法不会因你的胡思乱想而缠绕于脑海，你可以自得其乐。

日本电吉他的发明者正木和三也说过同样的话。

我把这本书推荐给那些因为积极思维而烦恼不堪的朋友们。

——日本知名媒体评论人 筱冢一成和成功学著作所提倡的观点完全不同。

带着淡然的态度做好当前的事，不去想明天的结果与今天的关联，只是集中精力做好自己能做的事。未来便会超越你的想象，为你带来许多惊喜！

——日本读者 直木宏仁你无法真实想象自己的目标，所以即使你运用积极思维，也无法抵挡消极观念的侵袭，因此而放弃梦想的人比皆是。

在消极思维袭来之前的一秒钟，你只需将自己的愿望输入大脑，随后忘记。

这样，你的梦想就会在某一天真的实现。

当我读着这些的时候，好像自己也在朝那美好的未来行进了。

——日本读者 村山雪穗

<<这样想，人生就会不一样>>

编辑推荐

《这样想,人生就会不一样》:我爱你、对不起、请原谅、谢谢你——四句话能解决所有问题?一位夏威夷治疗师不必见到病人,就神奇治愈精神病罪犯的故事将告诉你,一切就是这么简单!

《这样想,人生就会不一样》介绍了一种用于疗愈的夏威夷古老心法.它提倡释放内心的有害能量,让个人通过感恩与忏悔将耗费于记忆中的能量,转化为接收灵感的能量。

通过恢复个体内在平衡.再恢复宇宙万物平衡。

《这样想,人生就会不一样》作者,即全球畅销书《秘密》的作者之一——乔·维泰利在介绍这种方法的同时,加入许多同修的真实案例,生动解读夏威夷疗法在生活中的应用方法与独特疗效。

这《这样想,人生就会不一样》让我们在一种纯粹的爱、包容与平静的状态下,聆听自己内心的声音,吸收灵感与力量.进而创造一种健康、平静与快乐的人生!

自1979年首次出版以来,《这样想,人生就会不一样》曾被译为29种语言.销售量超过400万册,是心灵成长领域意义深远的作品之一!

这本为人带来帮助和希望的小手册由12节精心策划的课程组成,旨在帮助人们摆脱对过去的依恋,将注意力完全集中于当下,从而充满自信地走向未来。

著名的心态疗愈创始人及儿童与成人精神病专家,作者杰拉尔德·G扬波尔斯基提醒我们,意识强加给生活的诸多限制令我们在人生中苦苦挣扎。

为重新展现真实的自我,展示爱这个生命的本质,我们需要摒弃那些固步自封的想法。

拓宽你的思维,敞开你的胸襟,热烈地拥抱这《这样想,人生就会不一样》吧,它将带你走向一个崭新的世界。

在那里。

你可以尽情享受积极、快乐与真挚的爱意。

<<这样想，人生就会不一样>>

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>