

<<正能量>>

图书基本信息

书名：<<正能量>>

13位ISBN编号：9787511329882

10位ISBN编号：7511329888

出版时间：2012-12

出版时间：中国华侨出版社

作者：拿破仑·希尔

页数：218

字数：150000

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>



## <<正能量>>

### 内容概要

什么是正能量呢？

科学家们给出了一个解释：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。由此延伸出许多其他定义，比如在文学界，正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。

那么，拿破仑·希尔又是如何阐释正能量的呢？

在这一世界上，唯一最重要的只有一个人——你自己。

在你的身上，时时都随身携带着一个看不见的法宝，这个法宝的一边装饰着四个字——正向心态，另一边也装饰着四个字——负向心态。

既然如此，你会如何选择？

如果你不选择前者，并且紧紧地抓住它的话，后者就会被迫自动送上门来，二者之间没有任何折中和妥协。

那么，你必须在两者中选择其一。

正向心态并不具有一种神奇的魔力，可以无中生有，给失业者变出一个工作，而是一切都有迹可循，最终还得靠我们自己。

正向心态是迈向成功不可或缺的要素，正向心态是成功理论中最重要的一项原则，你可将这一原则运用到你所做的任何工作上，运用于你处理生活中的任何一件事情上。

@当当网2012年度畅销好书推荐：

淡定：内心强大的力量（畅销珍藏版）（引爆你内心强大力量的秘密法则。

乔布斯/马云/张德芬/刘墉/林青霞/希拉里等获得的圆满与富足的积极能量）

## 作者简介

拿破仑·希尔

拿破仑·希尔（Napoleon Hill，1883—1969年）全世界最早的现代成功学大师和励志书籍作家，曾经影响美国两任总统及千百万读者的成功学大师。

在美国，拿破仑·希尔（Napoleon Hill，1883—1969年）这名字家喻户晓，由于他创造性的建立了全新的成功学，他在人际学、创造学、成功学等领域比戴尔·卡耐基有着更高的地位。

.也是世界上一最伟大的励志成功大师，他创建的成功哲学和十三项成功原则，以及他永远如火如荼的热情，鼓舞了千百万人，因此他被称为“百万富翁的创造者”。

<<正能量>>

书籍目录

第一部分 一切从改变开始

- 第1章 要想成功，只有改变
  - 学会接受，学会改变
  - 在不满中升华自己
  - 换一种态度工作
  - 接受批评就是一种进步

- 第2章 提升你的能量水平
  - 绽放奇迹的能量
  - 如何补充自身的能量
  - 活用自己的大脑
  - 打开内心的宝藏

- 第3章 学会吸引快乐
  - 快乐权在你手中
  - 让快乐从家庭开始
  - 语言是快乐的引导
  - 永存希望在心中

第二部分 信念赋予你正能量

- 第4章 自我暗示，默念成功密码
  - 你有没有让自己惊奇过
  - 我将会变得越来越好
  - 善用积极的心理暗示
  - 积极进取使你受益匪浅

- 第5章 开启心灵潜能，心想事成
  - “流浪汉”与爱迪生的故事
  - 淘金者的故事（一）
  - 淘金者的故事（二）
  - 改变命运的原则

- 第6章 前进的动力源，燃烧你的欲望
  - 欲望就是力量
  - 给野心留一个位置
  - 梦想的力量超乎想象
  - 梦想要远大而具体
  - 摧毁梦想的六大杀手

第三部分 超级意志力重塑全新的自己

- 第7章 改掉坏习惯，培养好习惯
  - 培养习惯，支配生活
  - 浪费时间就等于挥霍财富
  - 优柔寡断：成功的大敌（一）
  - 优柔寡断：成功的大敌（二）
  - “剪掉”多余的事情
  - 留一些时间来思考
  - 勤思考，更要会思考

- 第8章 培养自信，坚定不移地战胜畏惧
  - 恐惧是隐形的杀手
  - 自卑是自信的绊脚石

<<正能量>>

行事正当，才有底气

自信可以克服万难

如何培养自信心

第9章 坚持，再坚持，不放弃

没有人记得失败者

失败是为了走向更高点

在坚持中摸索，在摸索中实践

永不放弃，直到成功

第四部分 转变思维，激发正能量

第 10 章 家庭和谐是幸福的力量

家庭是幸福的温床

绅士的幸福婚姻

淑女的幸福婚姻

爱情不应只是过去式

表达出你的爱意

经营“性”福，获得幸福

第 11 章 积极心态让你出类拔萃

成功源自积极的心态

以积极的心态直面人生

规划造就成功

没有永远的滑铁卢

第 12 章 正向思考带来正能量

利芬沃斯监狱的挑战

想象是一切行为的源头

想象，带来意想不到的惊喜

你将从正确思考中受益匪浅

人无远虑，必有近忧

第五部分 对抗负面情绪，获取身心的健康

第 13 章 寻求一种轻松的活法

讥讽苛责，报之一笑

爱己必先爱人

健康才是无价的

不放任自己的情绪

第 14 章 健康的身体是宝贵的财富

要有一个健康的身体

健康的观念是长寿的基础

树立正确的饮食观

第 15 章 清扫心灵的灰尘

清除体内的人格障碍

消除心理压力

从自身消除误解

第六部分 能量场改变周围的关系

第 16 章 打造你的迷人个性

做个会说话的人

别吝惜你的同情

微笑的魅力

认错的艺术

## <<正能量>>

### 第 17 章 热情满满，让正能量爆棚

热忱是一种重要的力量

热忱——内心的神

永葆热忱的方法

#### 附录

##### 附录1：他们的故事

如何用正能量对抗负面情绪

No.1：“我就是瘦不下来！”

”

No.2：“我的生活没条理！”

”

No.3：“工作太不舒心了！”

”

No.4：“我的钱永远不够用！”

”

No.5：“儿子是个同性恋！”

”

##### 附录2：正能量测试

No.1：正能量爆棚你做得好吗

No.2：职场正能量，你缺乏哪种

No.3：你的正能量数值是多少

结束语

如何阅读一本书

## 章节摘录

版权页：要时时记得我们所想成为的那种理想的人。

牢记你对自己能力、自己各方面素质的期望，不断地克制自己。

不要总是想着自己的弱点、不足或失败，而要牢记理想，勇往直前、顽强拼搏，这才有助于你实现自己的目标。

时时期望，相信自己能实现雄心壮志，这种习惯会产生一种神奇的力量，促使我们的梦想变成现实。

时时充满希望，坚信事物是在向好的方向发展而不是朝着坏的方向发展，相信我们是在走向成功而不是在走向失败，这种积极向上的生活态度会使我们精神振奋、备受鼓舞。

无论发生任何事情，我们都会感到快乐。

你要完全相信，你能完成你想做的事情。

对此，你不能有一丝一毫的怀疑。

如果这种怀疑的念头爬上你的心头，你要毫不客气地把它驱逐出去。

在你的脑子里，只能保留那些与你的理想一致、对你理想的实现有帮助的思想，而要排斥一切敌对的思想，抛弃一切令人沮丧的情绪，包括那些有可能导致失败和不愉快的情绪。

你想做什么事，或者说，你想成为什么样的人，这倒没什么关系，重要的是，你要时时充满希望，保持乐观的态度。

这样，你各种能力的增长、你全面素质的提高，会令你本人也大吃一惊。

一旦你形成了乐观、快活、充满希望的精神风貌，你就不会轻易陷入与之相反的颓靡状态。

要是我们的后代获得了这种良好的素质，就会使人类的文明很快发生彻底的革命，使我们的生活水平极大地提高。

一个受到此种训练的心灵会时时保持一种良好的状态，它会最大限度地发挥自己的潜力，克服人生旅途中的种种不和谐、不友善，消除那些妨碍我们的安宁、舒适和成功的敌对因素。





<<正能量>>

媒体关注与评论

任何人都有能力做到我所做的一切，甚至超越我。

但实际上有些人能够做到，有些人却做不到。

那些做不到的人并不是因为世界不允许他们成为巴菲特，而是因为他们自己的原因。

“这个自己的原因”，就是人的心态。

——巴菲特 主要的思想或者心态，就是磁铁，同类相吸，就是法则。

结果必然是，心态会吸引其本质相呼应的状态。

——查尔斯·哈耐尔（《硅谷禁书》的作者） 宇宙中有一股强大的能量，这股“能量”能让人拥有想要的一切。

——朗达·拜恩（《秘密》的作者） 只有你才拥有改变自己的力量。

如果你对自己的生活不满意，那就改变它。

读读这本书吧，它向你展示了如何通过简单有力的步骤去实现自己理想的生活。

——汤米·霍普金斯

## <<正能量>>

### 编辑推荐

《正能量:正向心态带来非凡的成功》为美国最畅销的十大心理自助经典之一。  
简单应用，即获能量，这个时代最值得一看的心灵励志读物，改变你心智力量的最佳读本。  
从今天开始，掌握并积攒正能量，你的生活将会发生翻天覆地的变化。  
到底什么是正能量？

科学的解释是：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。  
在此书中，正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。  
不可思议的有趣启示，有求必应的美妙体验！

<<正能量>>

名人推荐

#### 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>