

<<你相信什么就能得到什么>>

图书基本信息

书名：<<你相信什么就能得到什么>>

13位ISBN编号：9787512336339

10位ISBN编号：7512336330

出版时间：2013-1

出版时间：中国电力出版社

作者：孙科炎

页数：225

字数：172000

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>

<<你相信什么就能得到什么>>

前言

在翻开这本书的时候，你就一定知道，这是一本心理励志书，是一本意图帮助你了解成功和幸福的奥秘，让你找到拥有成功和幸福的方法的指导读物。

现在，你可以顺着这样几个问题，想想自己的答案：此时，你的心情如何？

最近一次，让你感到忧愁的事情是什么？

在你忧愁的时候，你还相信自己拥有或者能够拥有成功、幸福、快乐吗？

你认为谁能拥有这些东西？

你应该相信，自己能够拥有成功和幸福。

不要认为那些东西是小部分人的特权。

你应该也必须知道，这是你天生的权利。

无论你生于哪里，来自何方，或者有什么不足，你都有权利获得这一切。

因为你是大自然最爱的孩子，除了你自己，没有人能将你遗弃；也因为你的能力、才华、天赋和力量都是无限的，只要你愿意，没有你不能做到的事情；更因为，不管曾经发生了什么，也不管你已经度过了多少春秋，你的内心都始终存在着一种伟大的力量，当你相信的时候，这种力量就会开始显露，引导你，保护你，指挥你，支撑你，把你变成一个最有力量的人，帮你去实现自己的愿望。

仅仅是相信，就能发挥如此巨大的力量吗？

是的。

因为它能控制你的潜意识。

什么是潜意识？

潜意识是潜藏在我们一般意识底下的一股神秘力量，是相对于“意识”而言的一种思想。

它因为聚集了人类数百万年来的遗传基因层次的信息，拥有人类过去所得到的所有最好的生存情报，若能得到充分开发，就能产生不可估量的作用——它会给你身体内的所有器官下命令，让它们在最恰当的时候做出最恰当的行动，从而达成你的愿望。

不管你的愿望是事业成功，还是家庭幸福，它都会遂你所愿。

当然，要它做出这样的行动，是需要条件的——你对事物做出了积极的认知，你产生了一个积极的愿望，而且你认定了这个愿望。

如果这些条件达不到，你的潜意识就会遵从你内心真实的想法，如果你感觉自己会失败，或者你感觉这个愿望无法实现，它就会让现实与你的愿望相背离。

因此，你成为一个成功者还是失败者，不在于你已经具备什么样的条件，而在于你在内心对事物做出了什么样的认知和判断，对结局做出了什么样的预测。

如果你的认知、判断和预测都是积极的，那么你就会拥有一个积极的结果；反之，潜意识将会给你带来一个消极的结果。

换句话说，只要你相信你能够拥有成功和幸福，并且你的潜意识也感受到了你的这种相信，那么它就会帮助你实现这个“相信”，让你真正地能拥有成功和幸福。

这就是本书所要传达的理念。

本书共分为九章，每一章都涵盖了几个影响人们行为的心理学原理，比如选择性知觉、归因理论、验证性偏见、习得性无助、自我妨碍、暗示、直觉、练习律、过度合理化、行为态度理论等，旨在从科学角度说明“潜意识”的力量，“相信”和“潜意识”的关系，从而指导你用一個可以实现的方法来操作自己的潜意识，让潜意识发挥作用，让你的生活变成你希望的样子。

<<你相信什么就能得到什么>>

内容概要

你认为自己能成功吗？
你相信自己会幸福吗？
无论现状如何，你都要为自己塑造一个理想的目标，并且由衷地相信它。
因为，你相信什么，就能得到什么。

《你相信什么，就能得到什么》通过讲述众多鲜活的心理案例，剖析其科学道理，揭示了信念的神奇力量。
最重要的是，书中还告诉我们应该怎样做才能让信念发挥出这样的力量，帮助每一个人实现梦想。

选择性知觉、习得性无助、直觉、暗示等一系列原理将为读者推开一扇照亮自己的门，现在，让我们一起推开它。

<<你相信什么就能得到什么>>

作者简介

孙科炎，企业管理咨询师、人力资源管理专家，华通咨询公司总经理。拥有近十年组织管理咨询、研究与实践经验，研究方向包括企业战略管理、人力资源管理及员工职业素质教育等，长期为企业提供战略管理、人力资源管理以及团队职业素质、执行力培训等方面的咨询与服务。著有《大误区：中国企业经营管理的批判性反思》等相关著作十余部。

<<你相信什么就能得到什么>>

书籍目录

前言

第一章 你的世界，就在你的心中

你看到的，只是你想看到的东西

因为你相信，所以你得到了它

即使是“错误的意愿”，也可能成真

当你专注的时候，你就能释放潜能

第二章 信念决定你的命运

当一件事情发生了，你怎么看待它

因和果，有时候是你决定的

当你认定如此，你也就只能如此

第三章 当你觉得改变不了局面，你就真的改变不了

为什么一头大象挣脱不了一根小木桩

我们不一定是在追求成功，我们可能是在故意失败

当你感觉到成功，你就能成功

没有什么比信念和成功感觉更重要了

第四章 让自己拥有信念和目标为什么如此重要

那些失败的自我暗示，会让你窒息

一个积极的信念，就是对潜能的无限挖掘

当你有目的地控制自己时，你离成功更近

第五章 身体里有一台机器在帮助你

你经常在想象，但你真的知道想象的神奇吗

我们的心理与身体，是严丝合缝的超级计算机

用想象可以唤醒你内心中的强大能量

第六章 修正你内心的冲突，沿着一个声音前进

如果你选择相信它，就不要怀疑它

我们的无力感，都出自内心的冲突

相信你的直觉吧，那是你的秘密武器

第七章 有一种成功方式，能让你更轻松

成功，常常是从成功开始的

当你成功了一处，在别处试试

100%记录你的成功经验

总结你的行动效果，否则你会沮丧

第八章 成功和失败都不是必然的，都需要你去争取

为什么你的成功之后是失败

.....

第九章 现在，告诉你所有的秘密

后记

<<你相信什么就能得到什么>>

章节摘录

版权页：你相信吗，所有你看到的东西，都只是你想看到的东西！

这里所说的“东西”，不仅仅指那些实实在在的像一朵花、一张桌子之类的物体，还包括你心理上的那种东西，例如你觉得自己会成功，或者可能会失败；你是幸福的或者不幸的，诸如此类。

这个结论是毋庸置疑的。

想想以前曾听过的那些类似的故事，你会发现它们大体上都在说着同一件事情：当你感受到痛苦的时候，是因为你相信了让你痛苦的那些事；或者当你认为吸烟有助于你思考的时候，是因为你在心理上确实存在着这样的认知；以及，当你认为自己会失败的时候，是因为你没有看到成功的轨迹，而看到了失败的轨迹。

实际上，一个人经受了同样的事可能并不会觉得痛苦，一个不吸烟的人也能够有效地思考，一个人也不是命中注定非得走上失败的轨迹。

这个世界上所有与你有关的那些事，当你看到它们的时候，是因为你在潜意识中想看到这些事物；而当它们对你产生作用的时候，是因为你相信了它们。

当你想看而又看到，当你看到而又相信的时候，你的命运就定格了。

一个苗条的少女为什么非要减肥？

有一个少女患上了厌食症，原因很简单：减肥。

她的身高是1.68米，减肥之前的体重是45公斤。

但是，她仍然每天节食，以至于最后不得不依靠医院的强制性进食来维持体能。

人们很不明白，她为什么要减肥？

而且如此顽固？

为了揭开这个谜底，一位谙熟神经语言学的心理学家马尔茨与这位少女进行了深入的心理对话。

分析发现，在这位少女的潜意识中存在着一个对自己形象的“心理意象”，这个“心理意象”很瘦，甚至超出了我们常人的理解。

就是这个“心理意象”牢牢地控制了她。

当她看着现实中的自己时，尽管身材是标准的，她还是会感受到严重的不协调，认为自己很胖，身材很不好。

这一顽固的念头使她不吃不喝，非要把体形降到想象中的那个样子不可。

你的所思所想，可以决定结果上面是一个极端的、明显的个案。

但是，这并不是说，当你具备了这样的常识，在生活的其他方面就一定不会犯类似的错误。

下面这个故事对很多人来说并不陌生。

有一位农夫上山砍柴的时候，弄丢了一把斧头。

他认为这把斧头是被村子里的一个小青年偷走的。

所以，他一直留意这个小青年的言行举止。

开始时，他发现这个人的言行举止很可疑。

所以他更进一步地观察，随之也更加确信自己的斧头就是这个小青年偷的。

就在他几乎快要认定的时候，他找到了自己的斧头。

然后，回过头来再看，这个小青年的言行举止又是正常的了。

一个苗条的少女，只是因为觉得自己太胖，就无法克制地要减肥；一个农夫只是因为相信小青年偷了自己的斧头，就怎么看小青年都像贼。

这都是因为他们相信了他们的“看法”，然后依此行事，并最终决定了他们的行为结果。

你很可能也是如此。

<<你相信什么就能得到什么>>

后记

闻悉本书即将出版，不胜感慨。

本书从最初的调查研究到中途的设计与写作，再到随后的审阅出版等，经历了一个艰难且辛苦的过程，但同时也是一个自我学习的过程。

这样说的原因在于，围绕本书的研究与写作，我们获得了专家大量的帮助，包括资料收集论证上的协助，具体写作过程中的指导，以及心智上的点拨。

还需特别说明的是，本书的创作融入了团队的智慧，我们团队中的大部分人都参与了本书的撰写或资料调查、收集和分析工作。

这些人包括孙健、洪少生、孙科柳、洪少萍、李瑞文、秦术琼、宋松红、谭海燕、谭汉贵、王晓荣、杨兵、杨选成、袁雪萍、孙东风、孙丽、李国旗、石强、孙科江、钟侣艳、罗先凤、安航涛、姜婷等

。

在此，对以上人员衷心地表示谢意！

孙科炎 2012年9月

<<你相信什么就能得到什么>>

编辑推荐

《你相信什么,就能得到什么》选择性知觉、习得性无助、直觉、暗示等一系列原理将为读者推开一扇照亮自己的门,现在,让我们一起推开它。

《你相信什么,就能得到什么》由孙科炎著。

<<你相信什么就能得到什么>>

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>