

<<信念力>>

图书基本信息

书名：<<信念力>>

13位ISBN编号：9787515501697

10位ISBN编号：7515501693

出版时间：2012-2

出版时间：金城出版社

作者：奥里森&#8226;斯维特&#8226;马登 著,朱红权,马林梅 译

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>

## <<信念力>>

### 内容概要

本书从人生的物质贫困、精神懦弱、身体孱弱、思维羞怯等各个方面入手，逐一分析，说明“信念力”在人们不得不面对的诸多困难前，可以起到奇迹般的作用，这个作用既有正面的，也有负面的。

本书就是通过大量的案例、耐心细致的论证，让读者明白，正确坚定的信念力，可以逆转人生，使人生奇迹般的摆脱物质和精神的双重贫困，实现内宁安心(peace), 力量强大 (power), 物质充足 (plenty), 身心健康 (healthy and wealthy)。

这本书在增强人的心灵动力上有着极为特殊的作用，本书内容从心理暗示出发，告诉你精神所具备的无限潜力，在学习、工作和生活中，运用好自己的精神武器，便能在困境中依然勇往直前，不但生活如此，在健康上依然这样，相信自己能行，你就一定能行。

## <<信念力>>

### 作者简介

奥里森·斯维特·马登博士，著名的成功学大师，《成功》杂志的创始人，他的名声在美国无人不知，他的演讲在美国曾经万人空巷。

他3岁丧父，7岁丧母，14岁开始改变自己，23岁考入大学，40岁前跻身社会名流。

他把毕生的经验都倾注在自己的书中，他找到了打开成功和幸福大门的钥匙，他和卡耐基一起被世界公认为美国成功学的奠基人，成功学之父。

## &lt;&lt;信念力&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 面临贫困、疾病或不幸时，最好的办法是什么？

## 第一章 信念力驱动着我们的肉身

1. 亨利·欧文之死
2. 意志力是生命最好的补药
3. 让藏在内心深处的潜能拯救自己
4. 忠告

## 第二章 贫困是由于信念力走偏造成的

1. 坚信自己是穷人，注定一辈子受穷
2. 整天想着“贫困”，会真的把“贫困”招来
3. 起点在哪里不重要，朝哪个方向走才重要
4. 钱是挣出来的，不是省出来的
5. 要想当富人，先像富人那样思考
6. 忠告

## 第三章 信念力助你人生变得真正富足

1. 决心为富足而战，是获得富足的前提
2. 财富本无穷尽，只观望不奋斗，注定受穷
3. 消极的情绪，会使你离成功越来越远
4. 坚信自己是为富足、庄严和神圣而生
5. 忠告：

## 第四章 信念力塑造好品格与好身体

1. 别用愚蠢或恶毒的方式对待自己
2. 养成一出办公室就放下所有工作的习惯
3. 睡眠有令人惊讶的神奇力量
4. 睡觉可以治好你的“贫困病”
5. 忠告

## 第五章 信念力带来健康思想和正确思维

1. 你的情绪最容易引起哪种病？
2. 健康的思想能预防多种身心疾病
3. 生病是担忧、焦虑、嫉妒和懊悔的产物
4. 健康在很大程度上是一个道德问题
5. 任何呻吟和抱怨都是可耻的
6. 忠告

## 第六章 信念力催生全新的精神世界

1. 坏情绪，给你招惹过多少麻烦？
2. 你为坏情绪付出的代价还不够吗？
3. 改变坏情绪，不能“战”，只能“爱”
4. 信念力不仅影响大脑，还影响全身
5. 借信念与意志力，再造自我
- 忠告

## 第七章 信念力通过想象决定身心健康

1. 用面粉或纽扣救活垂危的病人

## <<信念力>>

2. 一个印度年轻官员亲历的荒唐事
3. 他死于自己“想”出来的病
4. 忠告

### 第八章 暗示如何通过信念力把人催毁

1. 暗示的力量造成令人震惊的结果
2. 一对老夫妇怎样让孩子生出病
3. 病不是治好的，而是被医生“暗示”好的
5. 忠告

### 第九章 信念力不足，让人未老先衰——知道你是怎样变老的吗？

1. 70岁的大法官在生日那天自杀
2. 信念不但影响你的财运，还影响寿命
3. 相信自己年轻，是“抗衰老”战役的首场胜利
4. 学会忘记那些不愉快的事
5. 看看吧，你就是这样变老的
6. 你在时光中变得越来越孤独了吗？
  
7. 自私让你变老，公义让你年轻
8. 让年轻的心态成为一种生活习惯
9. 爱让人保持生命活力、创造力和最大能量
10. 忠告

### 第十章 信念力是奇迹的创造者

1. 不要介意别人对你的期望、计划和目标嗤之以鼻
2. 应该相信自己将是下一个“幸运儿”
3. 不要选择成为任人踩踏的土块
4. 你对自己的定位将会决定你的成就
5. 要把成功的渴望化为实际的行动
6. 想要成功就不要惧怕被别人嘲笑
7. 最大程度地相信自己

### 第十一章 把你的意志和信念大声讲出来

1. “我已经向上帝保证，我会做到的！”
2. “我精力充沛如同朝阳冉冉；我信心十足如同宗教信徒！”
3. 必须敢于大声喊出信念
4. 采用和自己说话的方式来克服弱点、找回自信
5. 你必须反抗恶习的控制！

6. 人生在世就应该挺着胸膛做人
7. 结语

### 第十二章 信念力所导致的两种心理暗示

1. “天然兴趣”使他锒铛入狱
2. 心理暗示在潜移默化中决定命运
3. 学会用暗示来拯救失败的自己
4. 钞票虽然染尘却改变不了它的价值

### 第十三章 极力摆脱焦虑的困扰

1. “焦虑”是你的孪生兄弟

## <<信念力>>

2. 许多原本强大的人被焦虑击倒
3. 请你检验自己是否处于过度焦虑
4. 焦虑能让人未老先衰

### 第十四章 学会用信念力战胜恐惧

1. 恐惧能够改变原本漂亮的容颜
2. 你最担忧的那些事其实从未发生
3. 敏感、焦虑和身体虚弱的人最容易恐惧
4. 几个启发性的事例
5. 你必须立刻用信念驱赶恐惧！

6. 恐惧本质上源自迷信和死后的惩罚
7. 不要相信江湖骗子预测你的寿命
8. 真正健康的心灵不知恐惧为何物

### 第十五章 用信念力提高自制力

1. 不幸往往喜欢纠缠那些不会自控的人
2. 坏脾气到底给你带来什么
3. 坏脾气招来的麻烦还少吗
4. 一时的冲动会把永久的朋友变成敌人
5. 狂妄、自私和虚荣导致易怒的脾气

### 第十六章 快乐是上帝恩赐的灵丹妙药

1. 笑声如气垫般缓冲人生旅途的颠簸
2. 多微笑可以使身体更健康
3. 当今社会中的快乐重于一切财富
4. 应该培养获取快乐的能力
5. 快乐影响着我们的人生观和价值观

### 第十七章 我只记录阳光的时刻

1. 应该不断地清理精神垃圾
2. 给自己大脑装进阳光
3. 遗忘那些不友好的人和事

### 第十八章 有因必有果是万物之规律

1. 你的收获取决于你所种下的种子
2. 恨由恨生，爱由爱生
3. 报复的心态让你付出惨痛的代价

<<信念力>>

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>