

<<这辈子你能活得更好>>

图书基本信息

书名：<<这辈子你能活得更好>>

13位ISBN编号：9787802503564

10位ISBN编号：7802503566

出版时间：2010-11

出版时间：中国言实

作者：科劳德·M.布雷斯托

页数：163

译者：董凤姣,成晨

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>

<<这辈子你能活得更好>>

前言

你将要阅读的是一本拥有数百万读者的畅销书。

科劳德·布雷斯托的著作给了我所需要的鼓舞和支持。

它以一种极简单但又具说服力的方式说明如何使用潜意识的能量来突破自我极限、获取更大成功。

它使我相信自己的潜力，并向我提供了产生和保持这种信念的有效方法。

比如，布雷斯托在书中说他过去常在他书桌上的所有纸张上涂鸦美元符号。

听上去很奇怪？

好吧，这远非不用脑子的练习，而正是为加强自我力量的有意的形象化方法。

我保证，这方法有用！

差不多数以千计的公司和个人利用布雷斯托的“卡片法”帮助他们实现目标。

我也使用布雷斯托的“照镜子的技术”并常常在我的演讲和专题讨论会上介绍它。

是的，这部克劳德·布雷斯托的著作不是普通的著作。

它是非比寻常的。

读者对于这本书的态度，正如布雷斯托建议的：读，读，再读，直到它成为你日常生活的一部分。

于是，当了解自己能够应付生活中的挑战时，你就可以将你的所有潜能转化为现实。

<<这辈子你能活得更好>>

内容概要

你将要阅读的是一本拥有数百万读者并空前畅销的杰作!

作为享誉全球的潜能开发大师,克劳德·M布雷斯托用20多年的时间潜心钻研、阅读和研究大量心理学、科学、玄学、宗教和古代魔法方面的著作;从中,他发现了一套开发潜意识、释放人体潜能的有效方法。

如何开发人的潜意识?这是所有潜能开发、成功学和心理学理论的根本。如果不能有效地开发人的潜意识,一切所谓的成功方法都将事倍功半、甚至流于空谈。在本书中,布雷斯托以一套简单、但却有效的方式彻底解决了这个问题——即以精神性图像和重复暗示与潜意识沟通,让潜意识为你的理想服务。

本书将是一张地图、一套计划,也是一整组的工具,让你可以突破自我,释放自己的极限潜能!

<<这辈子你能活得更好>>

作者简介

作者：（美国）科劳德·M.布雷斯托 译者：董凤姣 成晨 等科劳德·M.布雷斯托（1891-1961），美国知名商界人士，著名畅销书作家。

20世纪美国首屈一指的演说家，其著作被誉为潜能开发领域的经典，销量超过400万册。被誉为与戴尔·卡耐基齐名的成功学大师。

<<这辈子你能活得更好>>

书籍目录

美国读者对本书的评价

专家推荐序

本书逻辑关系图

第一章 思想是一切的答案

你是你自己思想的产物

有渴望：持续成功的法门

思想力量的运行方式

第二章 与潜意识沟通

意识与潜意识的基本运作原理

潜意识——能量的发源地

如何与潜意识沟通

附录：与潜意识沟通的6个步骤

第三章 构想技术：创造未来景象

关注什么吸引什么

构想!构想!构想!

想象力如磁铁

正确使用潜意识

学会放松

构建属于自己的蓝图

第四章 卡片法：精神性想象的实用技巧

想象力的力量

偶像画像或座右铭的暗示作用

激发你的欲望

制作你自己的“卡片”

重复暗示，直到理想充满你的大脑

附录：信手涂鸦：简单有效的自我暗示技巧

第五章 坚定信念

信念是所有成就的源泉

把你的信念付诸实践吧

信念的巨大力量

你的信念足够强大吗?

第六章 重复性暗示：你信，所以成真

重复性暗示：坚定信念的秘诀

重复性暗示可以成为可怕武器

你相信什么，什么就会成真

图像化的暗示具有更大力量

暗示在生活中的运用

第七章 照镜子：助你实现自我转变

一个通过照镜子转变自我的实例

照镜子的技术：必将给你带来突破

照镜子的方法

第八章 学会聆听心灵的声音

第九章 剔除消极思想，拥抱积极能量

第十章 果断行动，全力以赴

附录 关于天发潜能的一些常见问题和答案

<<这辈子你能活得更好>>

译者后记

<<这辈子你能活得更好>>

章节摘录

我再做一个简单的比喻。

被投掷到池塘中的石子立刻会激起一连串的波纹或小波浪，并在水面上环状泛开，最终到达岸边中止。

石子越大，激起的波浪越高。

两个不同大小和重量的石子被同时非常接近地抛进水中，每个石子都会激起一连串的水波，波与波相汇合。

在两组水波相交的地方看起来会有水波之间为克服或超越彼此而进行的斗争。

就我们的生理视力而言，如果两组水波的范围相同，那么它们的形状似乎会在相交点中止或渐渐消失。

但如果一组的范围大于另一组，那么范围较小的那组水波会被一扫而光，并在渐渐消失之后产生新的波浪。

现在，把上述的解释与你自身的思想方式结合起来思考——例如，一个人的思想是如何阻止或压服他人的。

而你很容易理解这种思想越是强大或集中，它的速度就越快，振动就越强，它就越能排除较弱的思想振动，越能快速地进行它的创造性工作。

我们听说过很多有关冥想的不同阶段、觉悟的不同水平、思想集中的不同程度、人类信仰力量的不同大小的知识——所有这些都涉及从我们自身发出的力量的强度或程度。

只有当一种思想被完全酝酿释放，当想象力能够设想你的雄心壮志被实现并在头脑中将你想得到的物体一一形象化——一幢房子，一辆车，一台电视——就好像你已经拥有了它们，创造性力量才会降临你身。

<<这辈子你能活得更好>>

后记

本书作者科劳德·布雷斯托，是20世纪60年代开始的美国新思想运动（American ideas and movement）的代表人物之一。

美国新思想运动，在心理学层面上强调潜意识的作用；在哲学层面上则混杂了唯心主义、基督教思想和神秘主义等诸多因素；在人生哲学层面上，则主张身心灵修炼，通过积极进取的精神赢得富足、幸福、属灵的人生。

显然，这种文化背景的思想观点，与我们是存在差异的，还望读者在阅读时予以鉴别。

但是，进取的人生态度，重视潜意识的作用，注重人内心世界的修养，这却是跨越地域和文化的普适性价值。

因此，我们才向读者翻译介绍这本书。

本书在策划和翻译过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师的大力支持，在此向以下参与本书编写的人员致以诚挚的谢意：许长荣、齐艳杰、孙亚兰、上官紫微、史慧莉、闫晗、李娜、杨青、聂小晴、李良婷、陈艳、常娟、廖瑶瑶、杜慧、杨秉慧、武敬敏、王艳明、李爱莲、张琦、孟宁、雒逸云、欧俊、杨莉、黄晓林、肖冬梅、李佳、罗语、李文静、李颜垒、蔡亚兰、王杰、范小北、陈润、周珊、赵一、赵红瑾、齐红霞、曾桃园、赵广娜、张保文、杜莉萍、张艳芬、李伟楠、王鹏、杨英、杨艳丽、于海英、姚晓维、刘红强、毛定娟、李伟军、魏清素、何瑞欣、付欣欣、王艳、黄亚男、曹博、陈小婵、贺兰、焦亮、廖春红、慈艳丽、黄薇、付玮婷、常悦、姜波、张云、杜艳洲、白雪、江瑞芹、丁敏翔、闫瑞娟、杨云鹏等。

<<这辈子你能活得更好>>

媒体关注与评论

<<这辈子你能活得更好>>

编辑推荐

《这辈子你能活得更好:被400万人验证、彻底掌控你的潜意识》：如何释放潜意识的能量、构想：把理想传递给潜意识、卡片法：把理想画出来、照镜子：实用的自我暗示技术、如何进行重复性自我暗示、这些方法很简单，却能改写你的命运。
畅销50多年，世界级的自我实在工具书。

<<这辈子你能活得更好>>

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>