第一图书网, tushu007.com

<<心灵财富训练>>

图书基本信息

书名：<<心灵财富训练>>

13位ISBN编号：9787807472728

10位ISBN编号：7807472723

出版时间：2008-11

出版时间：海天

作者：李胜杰

页数：245

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

第一图书网, tushu007.com

<<心灵财富训练>>

前言

詹姆斯（WJAM）说过，心灵是一种非常个人化的作品，它来自个人经验，而每个人的经验都有其独特性，经验是个人独有的，离开个人就失去了意义。
因此，真正意义上的成功应该是非常个人化的东西。
我们身边的许多人，把自己当作谋取名利的工具，他们每天忙碌着，似乎一刻也不能停下来与他人分享一下生活的乐趣；还有很多人，他们才华横溢，却生活在困惑与沮丧之中，因为他们不知道宁静以致远、淡泊以明志。
在这务实与进取的时代，人们忙忙碌碌地追逐着物质和名利，却忘记了该如何调整自己的心灵。
其实，一个人的幸福，应该是一种深层愉悦的精神体验，而真正的成功应该是人格和心灵的成长和完善。
一个真正成长为自己的人，一个活出意义的人，一个知道如何索取，更知道如何奉献的人，才是一个成功的人。
但正像贫穷不是社会主义一样，贫贱也一定不叫成功。
“ 邦有道，贫且贱耻也 ”。
在今天改革开放的年代里，找出适合自己的路，使自己成为“ 富且贵 ”的成功之人，不但不应受到批判，还应受到鼓励支持，对大部分人来说，要超越世俗意义上的成功，首先要取得世俗意义上的成功。
《心灵财富训练》试图为一般人寻找世俗意义的成功之路提供方法，而同时又能够为已取得世俗意义上成功的人提供超越世俗意义的成功的方法。
这不是一件容易的事，但李胜杰先生在努力，在勇敢地探索。
我无意评价他探索的成败和对错，但我对他勇敢的探索精神表示赞赏。
我衷心地希望李胜杰先生继续探索并取得成功！
我看不惯一些经院派的心理学者，总对社会和大众的一些事情不屑一顾，或持一种酸溜溜的破坏性态度去冷嘲热讽；我也不欣赏一些心理学工作者为了一些利益就丧失原则，不负责任地一味吹捧跟风。
我认为应该以一种建设性的科学态度关注大众和社会的事情，并以自己的专业知识和学术良心参与做好这些事情。
心灵财富训练本身仍然要不断完善，但是我坚信，现今的中国，我们更多的人需要心灵财富训练。
因此，我也希望有更多的朋友能通过这套《心灵财富训练》走向成功之路，也希望心灵财富训练在这一过程中不断发展和完善。
于复旦大学心理研究中心（孙时进复旦大学心理研完中心主任）

第一图书网, tushu007.com

<<心灵财富训练>>

内容概要

《心灵财富训练》为大家提供了一套可以给予千万人成功信念的训练方法，让您打开一扇通往成功的心灵之门，给您带来一段全新的体验。
《心灵财富训练》首先对心灵财富训练原理进行了大解密，进而读者可以进行心灵财富训练初接触，接下来介绍了心灵财富实战七大步骤，帮助大家全面地进行训练，粉碎心灵枷锁，挑战成功！

第一图书网, tushu007.com

作者简介

李胜杰，国际催眠激励大师，著名企业教练，美国NGH/AAH催眠协会顶尖催眠师，亚洲国际催眠师培训学院院长，李阳疯狂英语训练营首席激励导师，福建省情商研究会副理事长，团中央、国家妇联、关工委“关注未来关注孩子”活动演讲专家，具有华文讲师中公认的第一魔力声音的称号，训练足迹遍布中国各地，培训了数十万的学员，曾辅导培训的企业：德国ABB、中兴通讯、摩托罗拉、中国电信、TCL、联丰恩康明斯、香港瑞安、中国移动、胜利油田等数百家国内外著名企业。

第一图书网, tushu007.com

<<心灵财富训练>>

书籍目录

第一章 心灵财富训练原理大解密心灵财富新概念潜意识理论暗示理论第二章 心灵财富训练初接触心灵财富训练总则心灵财富必备心态心灵财富训练基本功心灵财富CD特色心灵财富CD轻松使用法心灵财富CD使用三大忌心灵财富CD双色板第三章 心灵财富实战七大步骤实战步骤一：时间规划实战步骤二：确认放松实战步骤三：自我确认语言信息实战步骤四：成功预演实战步骤五：心灵财富暗示训练实战步骤六：成功练习实战步骤七：效果检验第四章 粉碎心灵枷锁一号枷锁二号枷锁三号枷锁四号枷锁五号枷锁六号枷锁七号枷锁八号枷锁九号枷锁十号枷锁第五章 心灵财富训练第一部分：成功十大课题第二部分：21天钻石闪光之路门第三部分：成功十日挑战第六章 学员之声

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

插图：观想暗示法是以“ 成功预演 ”和“ 自我心像 ”两个理论为基础创立的有效暗示方法。
成功预演就是运用冥想在脑海中勾画出目标已经达成的情景。
它包括感受目标达成时的心情，还有目标达成时的每一个情景、细节，甚至包括看到了什么、听到了什么、嗅到了什么、摸到了什么、尝到了什么及内心中的每一个细微的感受，越清晰、越兴奋、越信以为真越好。
潜意识有不能分辨真假的特点，它会全部记录下来，并信以为真，你思想中相信的，你就会想出办法来实现它。
20世纪心理学最伟大的发现是“ 自我心像 ”（selfimage）。
不管我们是否了解，我们每个人都有一幅心里的蓝图或一个自己的画像。
在我们的知觉里，这张画像或许模糊不清，事实上，我们也可能不了解它。
但是，这幅画像却是存在的，它完整详细地摆在那里。
所谓的自我心像，是“ 我是何种人 ”的自我观念，是由我们的自我信念所造成的。
大部分的自我信念，都是从我们过去的经验：成功、失败、屈辱、胜利以及他人对我们的反应——特别是童年早期的经历所形成的。
由此，我们建立了自我心像。
就我们自身而言，自我的观念或信念一旦进入这幅画里，它就会变成真的，我们不会去怀疑它的真实性，反倒会借着这个似真的观念去行事。
自我心像之所以会成为开启美好生活的一把金钥匙，是源于以下两项重要的发现：（一）一个人的一切情感、行为甚至才能，永远与自我心像相吻合。
简而言之，你将遵照你自认为是什么而行事。
不仅如此，你将逐步地依样行事，不顾自己的力量与意志力。
自认是“ 失败型的人 ”将会想尽办法去失败，而将他的意志、善意甚至面临的好机会弃之不顾；自认是“ 不公平的牺牲者 ”，自认是“ 注定要受苦的人 ”，将不断地去寻找各种借口去证实其观点。
自我心像是一个前提、一个根据、一个基础，由此引发整个个性行为甚至环境的改变，我们的体验，似乎是要证实并加强我们的自我心像。
所以，一个谬误的循环或有利的循环，也因此而建立起来。
举例来说，一位销售业绩不好的业务员，总是在业绩上发现他的能力不行，他因此有了“ 证明 ”。
一位自认为没人喜欢的女孩，总被排斥在情感的大门之外，她的态度将招来更多的排斥：她那哀愁的表情，爱理不理的态度，想过分取悦于人的忧虑，或是她对周围人的F意识的敌意，都会将她所喜欢的人拒之于千里之外。
同样的，一位成功人士也会倾向于发觉他的实际表现“ 证明，’他的自我心像正确无误。
这种“ 客观的证明 ”很少有人会发现他的问题是出在自我心像或自我评价上。
自我心像告诉业务员，只要他想他能签定的业务，即使他有所怀疑，可一试再试之后，业绩仍然“ 证实，，他的自我心像是对的。
自我心像告诉推销员，他好像无法赚取超过某个数量的钱，他可以拿定货单来证实这件事，结果不管他已下过多少功夫，最后还是失败了。
可是，如果他们改变他们的自我心像，那么他们的成就，将会发生近乎奇迹性的转变，这在以后我们还会作更详细的说明。
（二）自我心像是可以改变的。
无数个事实表明，一个人无论年纪大小，都可以改变他的自我心像，并借此创造新的生活。
心灵财富训练中的观想暗示是针对自我心像改造的心理技术，通过不断地观想练习从而彻底改善不良的自我心像，建立起成功的自我心像。
心灵实践是观想暗示的重要体验。
心灵实践就是用心灵去现实生活中寻找与目标、梦想吻合的场景，用身心直接通过视、听、触、味、嗅的方法实践，在你的心里会形成更深刻的影响，更深地让你相信一定能做到。

第一图书网, tushu007.com

比如你到车行去，看到你心爱的车子，你坐进去，嗅一嗅新车的味道，摸一摸坐椅、方向盘，打开车窗向前望一望，打开音响，听着歌。
如果有可能的话感受一下你驾驶着车子，飞驰在高速公路上的感觉就更好了，这一定会使你拥有车子的动力越来越强。
思想是不设防的。
成功与失败都是思想的结果。
思想一注入情感，就能引发“磁场”的力量，吸引相应的人、事、物。
你目前的自我形象是根据你的“自我心像”中的那个过去的自我而形成的，过去的自我形象又是你对经验所作的解释和评价。

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

这是一系列能帮助个人改变态度、信念与思维方式的书，这同样是一本能提升管理者处理各种状况的书，这当然也是一本能提升团队领导力的书，这更是一本能改变企业结构建立高效、健全、有价值的沟通渠道，引发自我创新、目标坚定、成就高效能团队的书。

——李践（云南风驰传媒集团CEO、行动成功学创始人）李胜杰老师将他八年来素质训练的丰富经验，总结出一套适合中国人提高成功素质的系统办法，希望它能够为二十一世纪不断努力奋斗的所有中国人提供帮助。

——李阳（疯狂英语创始人）如果你想增强团队的凝聚力、战斗力，让大家树立团队精神、爱心意识和互助观念，并希望增进彼此之间的信任，同时希望增强员工的表达力、协调力、管理能力及心理素质。

把“心灵财富”带回家，我深信它就是你想要的。

——刘景斓（北京人间远景文化交流公司董事长超级口才教练、亚洲一流演说家）心灵财富简单实用，却渗入了中国文化精髓。

李胜杰老师独特的训练风格，教练理念能够迅速提升管理者的能力和团队的领导力，能使每个渴望成功的人找到自己的成功之路，实现自己的理想。

——吴井军（北方工商管理学院院长）心灵财富带给我的震撼是前所未有的，它使我的生活发生了巨大的变化，它改变了我的思维方式、态度和信念，把我带领到一个更加积极、乐观、自信的天地，相信它能给更多的朋友带来成功和财富。

——汪启君（三德利酒业集团董事长）

第一图书网, tushu007.com

<<心灵财富训练>>

编辑推荐

《心灵财富训练》讲述一段全新的体验，一扇通往成功的心灵之门，一本最值得拥有的心灵手册。一本不得不看的经验之书，一套给予千万人成功信念的训练方法。

第一图书网, tushu007.com

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