

<<转念>>

图书基本信息

书名：<<转念>>

13位ISBN编号：9787302304890

10位ISBN编号：7302304890

出版时间：2013-1

出版时间：清华大学出版社

作者：亚诺

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>

## &lt;&lt;转念&gt;&gt;

## 前言

亚诺老师曾对我说：“我是一个幸福的人。

”我想这就是为什么他能写这样一本书的原因。

幸福是可以修炼出来的！

总让聪明人觉得不公平的事，就是他们往往输给看上去很傻，但却不知道为什么那么幸运的人。

这本书将告诉你“幸福胜过聪明”的智慧，不久，你就会发出和作者一样的感慨——我是一个幸福的人！

电影《叶塞尼亚》里有这样一个镜头，当叶塞尼亚因为极度伤心而哭泣的时候，会占卜的奶奶立刻制止她：“不能流泪，眼泪会给你带来坏运气的！”

”是的，坏情绪会给你带来坏运气！

可是，要排解那可怕而缠人的恶劣情绪谈何容易！

本书作者潜心研究30年情绪问题，即使假期里，也是买好票让家人去度假，而自己在家泡方便面，苦心钻研……所以，这本书可以说是呕心之作，还没有出版，已经使很多人受益，在圈子里引起了不小的轰动。

我的一位企业家朋友，曾经心情烦闷，无法排解，事业与家庭波折不断，陷入恶性循环，尝试了各种心理治疗，始终无解。

人们告诉他，“去找亚诺吧”。

于是，亚诺把自己的书稿打印给他看。

后来，朋友激动地说：“回家后一直看到凌晨5点，内心从来没有这样通透爽快过！”

”过了一段时间，竟然又打来电话，说最近又看了几遍，每一遍都有新收获，不仅自己转念，还拿给公司的经理和员工看，如今公司和气生财，家庭事业顺利美满。

我把这套书稿中的《没有怒火的世界》这一篇送给了一个常常被妻子的暴躁脾气搞得焦头烂额的朋友。

他以前总觉得太太身在福中不知福，不可理喻。

看了这篇文章之后，他明白是自己不了解太太的“潜藏心”，他们开始相互关注彼此的“潜藏心”，以心疗心，在家里刻意杜绝意见暴力，现在太太再也不发火了，对他非常体贴，全家幸福快乐。

我有个叫文开的朋友。

他工作后升职非常快，被圈子里戏称“职升机”。

他是个非常普通的人，要说与众不同，就是他爱好快乐。

后来，他开始传播快乐，在一些大学开了一门叫做“开心课堂”的课程，不仅帮助愁苦的大学生找到了快乐，还找到了工作和好职位。

最近在《开心课堂》的图书首发式上，主持人讲了这样一个故事：他原来的单位有一天让全体员工晚上加班，把两万份报纸装进资料袋里，因为第二天的一个大型会议上要发给每个参会者。

这本来是公关公司的工作，因为报纸印出来太晚了，所以，只好公司自己完成。

在做这件事的过程中，很多人抱怨公司让他们这样的大学生来做这种低级的工作。

只有两个人非常开心，因为他们觉得第二天将有两万人看到自己公司的报纸实在是太好了。

那天晚上非常开心的两个人，10年后，一个成了亿万富翁，一个成了500强高管，而那些抱怨的人还在继续做着他们正在抱怨的工作……世界上没有什么力量能比得过“万众一心”！

所以，我们的先辈圣贤才造了这样两个词——和气生财、家和万事兴！

现代人更是明白，“人心齐泰山移”。

所有希望事业顺利、工作顺心、家庭美满、人生幸福的朋友，都一定要读一下这本书，因为它将手把手教你怎样才能做到这些，怎样才能在你周围营造“绿色环保”的情绪环境，给你带来福气和运气的美好气场！

某位著名的全球公认的CEO认为，衡量好企业的标准，既不是公司绩效，也不是市值，而是——员工满意度！

看了亚诺的书，我特别仔细地观察了所了解企业，更深地体会到这一点。

<<转念>>

我想，应该让员工们读一读他的书，如果每个人来上班的时候，都是开开心心的，工作的时候都感觉是幸福的，那么，市值也好，绩效也好，何愁实现不了？  
抛掉先成功、后幸福的落伍观念，从这本书开始，学会先幸福开心，那么，成功将像春暖花开一样成为自然现象！

## <<转念>>

### 内容概要

《转念》内容简介：路不通时，转个弯儿，路更宽。

应用心识法则，在人生遭遇不顺和逆境时，学会彻底转念，改变想法，改变情绪，从而改变命运。

《转念》介绍了心识八大心法，让读者练习静心，体验意念的活动性，达到止念、转念，同时阐述了如何把控欲望所产生的行动力和过分欲望所带来的痛苦。

通过这些观点，读者可以有效实现念头的转变，发挥潜能，在命运的交叉路口找到属于自己的柳暗花明。

海报：

## 作者简介

亚诺，蔡炎龙先生的笔名。

曾担任美国的荣誉市长、多家大型公司的董事长和董事、台湾纺织业拓展会监察人、台湾手提包同业公会副会长及台商投资企业协会东城分会会长等社会职务，长期从事国际贸易，经常奔走于世界各地，对企业管理、研究开发、商务谈判、教育培训、品牌文化建设等工作有丰富的经验和独到的见解。近三十年来潜心研究心灵哲学、心理学、比较宗教学、情绪管理、励志文化等，并著有《心灵哲学》《心灵与情绪管理》《信仰的力量》《神奇的情智管理》等重要作品。

<<转念>>

书籍目录

PART 1 转念=转运第一章 不易觉察的觉知扭曲情绪觉知扭曲的心识原因八种情绪觉知的扭曲现象第二章 改善心灵的八大心识方法正反转三思释放负面认知远离感受环境播种善念净化心灵心灵充电静心信仰PART 2 发挥潜能的心灵哲学第三章 静心发挥潜能心念的自主性与抑制力意识状态的四种层次如何达到冷静意识启发灵感，发挥创意镇静发挥潜能第四章 情绪禅修起心动念超觉静心静心三略观想去执放空情绪渐修PART 3 修身养德是学问第五章 知欲节欲欲是行动力之泉，也是痛苦之源愿大力大知欲而后能节欲第六章 修炼德、悟、度情绪内功的“吸心大法”——以德立身决胜千里的“尚方宝剑”——悟性影响人生的“太极神功”——度量向老和尚学历练他们与你分享

<<转念>>

章节摘录

## &lt;&lt;转念&gt;&gt;

## 后记

我常在想，自己是最不会念书的人，却喜欢念书。

从小学到大学，断断续续，30岁才大学毕业，40岁才拿到企业管理硕士，快60岁才出书。

一生都在念书，花了很多时间在书堆里，最感兴趣的是信仰问题、心灵问题，钻研心理学、宗教学、比较宗教学，还有佛学的修心法、唯识论、唯物论、禅法……1994年开始撰写，2000年才完成《心灵哲学》，开始定论心灵四识和心识作用的基本逻辑理论，2003-2006年先后出版四版《心灵的情绪管理》。

2007年，经营策略大师潘其俊修改、修订为《情智管理》。

当地的文化局局长建议，这是一本具有学术理论的书，不要太商业化，应尽量找有实力的出版社出书。

很幸运的，经清华大学陈生民教授介绍，于2009年在清华大学出版社出版《神奇的情绪管理》。

此书编辑过程并不顺利，责编张立红主任费心费力，经过一年修改、润笔才完成，我问张主任，你一个月出版十几本书，为什么要花这么多时间在这本书上。

张主任说：“编辑是良心工作，我一生最大的心愿，是能够出版一些真正能够对人类有益处，能够帮助人家幸福的书，这本情智的理论论点足以使我相信这就是我要找的书。

”此书出版之后，果然获得好评——东莞的卢区长，对我说：“蔡会长，我要买200本，送给各位朋友。

这不是钱的问题，而是送和谐、送智慧的问题。

”全国台商企业协会会长郭山辉，也买了200多本送台商子弟学校的老师，希望老师能够教导学生智育和情育并重。

美讯达公司黎玉润总经理说，她拿到这本书时，她先生就抢着先看，一口气读到清晨5点，从书中得到启示不可对孩子有意见暴力，于是对叛逆的小孩改为谆谆教导。

小孩学业进步了，也得奖了，她很高兴。

高企公司王总经理说：“不知道为什么，我对员工总是很凶，看完本书之后，批评部属就懂得拿捏分寸了。

”一位老板打官司，他说：“真是如书里所说，冷静才不会说错话。

”某台企的郑财务长也说：“此书我先看，我先生后看，夫妻相处，真要懂得情绪的心理现象。

吵架时要节制，用词不要太苛刻，对方已经盛怒，不可再刺激他，不可有语言暴力。

”今年7月份，编辑与我商量，将此书改为三本，使之易读易懂——《自己可以定义人生的输赢》指导读者如何敲开幸福之门，最终获得卓越职场和人生；《开解》从分析心灵哲学逻辑入手，引述抱怨、恐惧、愤怒、仇恨等常见的情绪，分析情绪产生的原由，介绍如何开解心结；《转念》指出不易觉察的觉知扭曲现象，教会读者运用心识的八大法则和其他禅法修炼情绪，转变观念。

修订过程中感谢作家史青星、叶耘等人的补述、画家齐艺的绘画说明、设计师何莉和周珊珊的编辑与打字，更感谢中润集团康明亮总裁、均佳集团许俊铭会长、万德集团总裁庄文甫、大麦客集团执行长李春材、名匠公司庄坚总经理、名品公司钟红梅等企业家的鼓励和帮助，感谢出版社张立红、刘晚成及全体同仁的努力，使这三本书能够在短短三个月的时间内修改完成。



<<转念>>

编辑推荐

《转念》编辑推荐：起善念，愁云惨雾层层散消。  
困顿难解，学会转念，灵机自然再现。  
运用心识法则：释放负念，种植正念，正反转三思，心灵充电。

<<转念>>

#### 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>