

<<正能量>>

图书基本信息

书名：<<正能量>>

13位ISBN编号：9787504480712

10位ISBN编号：7504480711

出版时间：2013-7

出版时间：中国商业出版社

作者：张然 编

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>

<<正能量>>

前言

倘若以真空能量为零，那么能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。

正者自然就被称为正能量；反之，就是负能量。

受此启发，我不由想到我们的人生。

如果一个人有强大的精神正能量，那么他的人生将一往无前，无所畏惧。

所有的失败都将被他轻轻踩在脚下，最终他会成为高歌猛进的胜利者，摘取那个诱人的金苹果。

正能量之所以具备这样神奇的魔力，在于它能够给人向上的动力和希望、促使人不断追求进步，并在关键时刻、重要场合带来改变一切的力量。

拥有更多正能量的人，坚定自己的信念，拥有人生的目标，知道自己的所需并为之不断努力。

当困难来临时，他们不嫌麻烦或贪图安逸，他们知道山丘后面会有更美丽的风景。

当心灵疲倦时，他们知道如何调整自己的内心，让心灵重获平衡。

每个人身上都是带有能量的，健康、积极、乐观的人带有正能量，和这样的人交往，会吸收别人的正能量，令你感染到那种快乐向上的感觉，让你觉得“活着是一件很值得，很舒服，很有趣的事情”。

而悲观、体弱、绝望的人恰恰相反，除非你有足够的意志力，否则不要和负能量的人交朋友。

我们每天都会接触到各种负能量，当你状态不佳时就很容易让负能量入侵，这就是你需要修炼的时候，要尽量缩短将负能量转化为正能量的时间。

你可以通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉等负能量。

在这本书里，我将给大家指引一条正确的人生之路，那就是用信念改变自己，战胜自己，和以往的不良习惯作斗争，塑造一个全新的自我。

多年的研究表明，人的意志力来自人类自身，来自于人体的能量场，减少不该有的欲望，保持心态的平和，多做善事能增加这一能量场。

人的意念越专一，这个能量场就越大。

当你陷身困惑、争执或消极能量之中时，尝试解脱或改变破坏性的能量。

当积极的能量被引爆时，你的人生将会得到神奇的大转变！

朋友，如果你有兴趣读完这本书，你将会从中学到一系列实实在在的方法，提升你内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；削减自私、猜疑、沮丧、消沉的负能量，彻底改变你工作、生活、行为的模式。

<<正能量>>

内容概要

全球最权威、最卓越、最实用、最具影响力的人生智慧！

《正能量》是一本世界级心理励志书。

也是《怪诞心理学》作者的转型之作。

这将是继“不抱怨”之后，引发全国团购热潮的励志读本！

书中的内容深入浅出，为读者打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，并结合多项实例，教会我们如何激发自身的潜能，引爆内在的正能量。

《正能量》告诉我们：每个人身上都是带有能量的，而只有健康、积极、乐观的人才带有正能量，和这样的人交往能将正能量传递给你。

而人的意念力来自于我们内在的能量场，减少不该有的欲望，保持心态的平和，喜乐地生活能增加人生的正能量。

《正能量》严谨又趣味十足地阐释了“表现”原理与正能量之间的“亲密”关系，揭秘了什么样的行为模式可以影响人的信念、情绪、意志力。

它通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的负能量，是一本能彻底改变我们工作、生活、行为模式的心理学著作。

作者简介

卡耐基 (Carnegie, D?1888年11月24日 - 1955年11月1日), 被誉为是20世纪最伟大的心灵导师和成功学大师, 美国现代成人教育之父, 美国著名的人际关系学大师, 西方现代人际关系教育的奠基人。

他一生致力于人性问题的研究, 并运用心理学和社会学知识, 对人类共同的心理特点进行探索和分析, 开创并发展了一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育模式。

主要作品: 《卡耐基写给女人提升幸福指数的一生忠告》 《卡耐基口才的艺术与处事智慧》

<<正能量>>

书籍目录

一思维正能量改变意识就能获得改变世界的力量 你的生活是由你的思想创造的 / 003 避免行为与想法的背离 / 005 走一条和别人不一样的路 / 008 用创造性思维打破困局 / 010 梦想可以激发人的无限潜能 / 013 别让“标准答案”束缚你 / 015 想象力永远不会枯竭 / 017 创意是世界上最伟大的力量 / 020 二性格正能量唤醒能量巨人，人生无所畏惧 性格决定命运 / 025 不要被别人的看法左右 / 027 自卑是人生最大的错误 / 029 不要过于自负 / 032 冒险性格让你能量倍增 / 034 发挥自己的内向者优势 / 037 真正的成功始于行动 / 039 培养坚强的自制力 / 041 真心待人可以获取更多人情 / 044 三气场正能量积极辐射正能量，缩小心与心的距离 有气势不如有气场 / 049 自信和真诚最能打动人 / 051 关注对方让气场相合 / 054 热情拉近心与心的距离 / 056 别在气势上被对方压倒 / 059 分享利益让彼此靠得更近 / 061 和能量强大的人在一起 / 063 四心态正能量创造快乐，做最幸福的自己 正能量催生全新的内心世界 / 069 心中有光明，世界就不会黑暗 / 071 没有绝望的处境，只有绝望的人 / 074 告诉自己“我能行” / 076 任何苦难都不要放在心上 / 079 再难也要笑一笑 / 081 有些时候要选择遗忘 / 083 快乐总是与洒脱相伴 / 086 坚持下去就会交上好运 / 088 始终保持空杯心态 / 090 五暗示正能量正向的自我暗示打造超级意志力 六情绪正能量努力对抗负面情绪才会掌控命运 七人脉正能量和谐人际，让人乐于跟你合作 八口才正能量让热情洋溢的演讲发挥出你的魅力 九习惯正能量好习惯成就高效能人生价值 十形象正能量充分展示自信，永葆青春活力 附录 卡耐基经典语录

章节摘录

版权页：每个人的现实生活时时处处都有可能不完美，非要拿着想象去和现实碰撞，非要和完美较真，是自寻烦恼。

有这样一个故事：有个人非常幸运地得到一颗硕大而美丽的珍珠，他却觉得遗憾，因为珍珠上面有个小小的斑点。

他想，若除去这个斑点，它该是多么完美呀！

于是，他刮去了珍珠的一部分表层，但斑点还在；他又狠心刮去一层，但斑点依旧存在。

于是他不断地刮下去。

最后，斑点没有了，而珍珠也不复存在了。

此人于是一病不起，临终前，他无比怅悔地对家人说：“当时我若不去计较那个小斑点，现在我手里还会攥着一颗硕大美丽的珍珠啊！”

其实，我们每个人的脚边都有彩贝，手里都有珍珠，只是我们不懂得珍惜，不善于享用，因而错过了多少好运，辜负了多少美丽。

追求完美即是不完美。

生活中，多少失落、痛苦和不幸正是源于它。

东方有句谚语：“金无足赤，人无完人。”

现实就是这样的残酷，若过于执著且不肯变通，必然陷入完美主义的心理误区。

欲除掉珍珠斑点的那个人一定是最痛苦的人。

因为在他的眼中，看到的多是不完美，因而一次次与机遇擦肩而过，与成功遥遥相望，最终只落得两手空空。

过失与缺憾本就是人生的一大组成部分，只有经历过无数次的过失与缺憾，才能在风雨之后看到彩虹。

很多的时候，我们都在追求所谓的完美，想要拥有完美的亲情，想要拥有完美的爱情，拥有一个完美的人生。

其实，日有东升西落，月有阴晴圆缺，就连星星也有永恒和殒落。

我们所谓的完美，也不过是在种种缺憾美对比之下的完美而已。

不完美才是人生。

这是一个“平民的真理”。

接受不完美，是生存的智慧，是营造快乐人生的技巧。

善于接受不完美者，必定会随处有缘，拥有幸福人生。

上帝是最公平的，他关闭了一扇门，同样会为你开启另一扇门。

生活中的不完美恰恰是人生的最大魅力，因为不完美，所以总是想要做得更好，也因此出现许多杰出的人；因为不完美，所以人们更能珍惜现在所拥有的生活。

正是生活中的不完美成就了人们追求完美的心。

而那些好高骛远，刻意追求完美的人，只能一辈子郁郁寡欢、心浮气躁、患得患失、喜怒无常，“小事不愿做，大事做不来”，所谓的“高标准”“高追求”只能是黄粱一梦，最终一世潦倒。

只有真正做到平常却不消极、积极但不苛求的人才能真正获得成功和幸福。

坦然接受生活中的不完美，并在这些不完美之中发现美、发现幸福才是生活告诉我们的幸福窍门。

幸福生活不在天涯海角，不在汪洋大海，五个简单的法宝就能让你找到最真实的幸福：（1）为自己的目标做一个弹簧。

人的一生有起有落，我们不能保证总是向前走，总是走到正确的道路，所以不要对自己太苛求，按照自己的能力制定目标，过度的苛求只会让你陷入不能达到的焦虑中。

（2）时刻发现完美。

很多时候美就在我们眼前，只是我们太过于死板，认为鲜花只有完整的时候才是美的，其实被风雨打落花瓣的花也很漂亮。

（3）劳逸结合才能走的更远。

<<正能量>>

人不是机器，不仅需要休息，而且需要很好地休息，休息好了才能有好心情，也才能不断应对生活中的不完美。

（4）凡事往好的方面想。

生活中的不顺利是难免的，遇到什么不顺，你就要多想想这个不顺会给你所带来的经验，这也是一种收获。

（5）学会比较。

在你自信心不足的情况下，多往后看看那些不如你的人，然后再想想你的优势，这样，你的自信心会很快恢复。

当然在你自信心增强的时候，也要向前看，毕竟这个世界每天都在突飞猛进不停地发展。

媒体关注与评论

如果你要成功，你应该朝新的道路前进，不要跟随被踩烂了的成功之路。

——约翰·D.洛克菲勒失败也是我需要的，它和成功对我一样有

价值。

只有在我知道一切做不好的方法以后，我才知道做好一件工作的方法是什么。

——爱迪生人生的奋斗目标不要太大，认准了一件事情，投入兴

趣与热情坚持去做，你就会成功。

——俞敏洪

<<正能量>>

编辑推荐

推荐1：正能量是人生的支柱，是沙漠中的绿洲，是航海时的灯塔。

推荐2：正能量的力量在于，即使遭受厄运，也能点燃希望的火炬。

推荐3：正能量的伟大在于，即使遇到险境，也能扬起生活的风帆。

推荐4：正能量的魅力在于，即使身陷困窘，也能保持高洁的品行。

推荐5：每个人身上都带有正能量，让生活变得圆满幸福的动力和情感都是正能量。

正能量能够带来更多的正面情绪，促使人快乐，引爆自己的小宇宙。

推荐6：20世纪全世界最伟大的心灵导师戴尔。

卡耐基教你提升自我，积蓄强大正能量，开启正向心态，带来非凡成功！

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>