第一图书网, tushu007.com

<<超级心理调节术>>

图书基本信息

书名：<<超级心理调节术>>

13位ISBN编号：9787562258995

10位ISBN编号：7562258996

出版时间：2013-3

出版时间：华中师范大学出版社

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

前言

调节身心、改变命运的“吸引力法则” 有这样一个人，他曾被视做无人理解的“怪才”。
他的作品充满了奇特的想象力，他研究的对象竟是宇宙间那最玄奥难懂、千百年来无人可以说清的东西——精神。
他有着丰富的经历，从青年时代，他便来到加利福尼亚州，做过矿工、厨师、教师、讲师、作家等，他的知识和理论大都来源于自我学习与体悟。
他曾经像隐士一样生活，无人知道他的存在。
他也曾经活跃在圣弗朗西斯科的文学圈和19世纪60年代波西米亚风潮的圈子中，与马克·吐温、哈特等知名作家结为朋友。
他并不是科学家或者工程师，却对飞机和收音机的出现作出了预言。
他的根据并非出自科学上的原理，而正是他所迷恋的东西——人类的精神。
他认为，人类那些具有同质化的精神会相互吸引，相互靠近，这种“吸引力”会“物化”为更方便的交通工具、更迅捷的交流方式。
他死于平静的孤独中，他的死因至今仍是个谜。
他的离去和他本人以及他的思想一样，神秘而离奇…… 在他生前与死后的很多年间，他的作品与书籍少有人问津。
而今天，这些作品与书籍却被翻印了无数次，激励着无数人鼓起对生活的勇气。
还有很多希望走出人生困境的人，从他的思想中得到了启发。
金融危机过后，越来越多的人开始关注他的思想理论，人们急于寻找一种自我改变的方式，以适应变化莫测的世界。
2009年，一本书名叫“秘密”的畅销书风靡全球。
据说，这本书为人们揭开了关于生命、健康、成功、财富、命运的千年秘密。
而这本书的第一句就引用了这个人的名言： “你的每个思想都是真实存在的东西——它是一种力量！
” 这个人终其一生都力图告诉人们实现人生成功和幸福的基本原则。
他这样对人们说：“改变了你的思想，就改变了你的命运！
” 他就是普仁切斯·马尔福德(Prentice Mulford，1834—1891)，19世纪美国“新思想运动”的创始者和代表人物、作家、心理学的先驱、人类灵性的导师。
他的作品指导着越来越多的人走出人生低谷，找回了内心的平静，让他们充满力量地迎接一种真正幸福和健康的生活。
那么，在他的作品中，到底会告诉我们哪些生活的真谛和成功的秘诀呢？
和同时代的那些“新思想运动”(New。
Thought Movement)的领袖一样，普仁切斯·马尔福德是个敢于破除陈规、进行独立思考的人。
“新思想运动”虽然是一次对基督教神学思想的革新运动，但它的影响却远远超出了神学的范围，后世很多心理学家、教育家和励志大师都从“新思想运动”中吸取了营养。
而马尔福德，从他的作品来看，他很可能博览古今，特别是从东方的古老智慧中学习了一些东西去丰富自己的思想。
所以，他的思想在我们中国人看来，会有一些亲切的感觉——虽然具体的表述方式不同，但却符合东方民族的一些思维方式：比如“顺其自然”；比如通过一种由内而外的人生修养，去达到一定的精神境界，从而获得事业上的成功。
马尔福德认为，始终有一种“大自然的规律”在掌控着这个世界。
对它，马尔福德并没有给出一个固定的名称，他有时称其为“永恒的力量源泉”、“宇宙的终极力量”、“永恒的作用力”，有时又将其定义为“上帝”、“造物主”，或者定义为“无限思想”、“超级力量”、“无限精神”、“最高的神圣思想”……正所谓“道可道，非常道”，马尔福德虽然没有对他自己的“终极之道”给出一个界定，但他认为，我们每一个人都是这种“无限思想”、“终极力量”的一部分。

所以，我们每个人都拥有无限的潜能，这种潜能远超出我们自己的想象，我们完全可以运用它，去创造生活中的种种奇迹。
　同时，马尔福德给予我们一种类似于“冥想”“灵修”的方法，去帮助我们开发自身的无限潜力，从而获得健康的身体，远离疾病困扰，不断提升智慧，赢取成功和财富，最终获得真正的幸福与心灵的安宁。
马尔福德将这种方法称为“吸引力的法则”，他认为，人们的心灵趋向什么，有什么愿望，他们就会最终“吸引”到什么。
每个人都可以梦想成真。
然而，很多人错用了这种本能力量，于是给自己招来疾病、不幸和堕洛。
　于是，马尔福德给人们提供了一系列的具体方法与措施，帮人们从头脑彻底清除旧思想的垃圾，让人们懂得如何去追寻那“向上的吸引力”，向着一切美好、纯洁、强大的事物去靠近。
因为只要改变了一个人的思考方式、信念模式和行动方式，就能完全改变他的命运！

内容概要

《超级心理调节术》通过多年的实践经验和众多生动的案例，讲述了对各种疾病进行心理治疗的各种方法。
作者认为，只要满怀信心和善于接受正确的指导、教育，每个人都可能成为自己的心理治疗医生——真正做到“求医不如求己”。
因为心理问题、疾病的复杂性和顽固性，许多人的“心病”还需自己解开心结，从而踏上健康的人生之路。

作者简介

作者：（美国）马尔福德 编译：江月 马尔福德，20世纪美国著名心理学家、美国新思维运动作家，倡导通过改变人的思想来改变其生活。
他一生完成了大量实用心理学著作，除本书外，他的代表作还有《如何消除恐惧》《暗示与自我暗示心理法则与应用》《如何让你一切如愿》《性格解读》等。

书籍目录

心理调节术1：发展心灵的神奇力量 为什么我们活得不快乐 怎样找到真正的“我”思想是一种强大的“气场”不断发展我们的心灵力量 心理调节术2：跟随精神的指引 你本身就是个伟大的存在 解除旧观念的“咒语”生命的本质是不断创新 改变思想，就能改变命运 心理调节术3：寻求通向健康的捷径 寻求“身·心·灵”的和谐 疾病，其实是个“必要过程”摒弃“使你患病”的旧思想 健康，就是力争做完美的人 心理调节术4：建立纯净、有力的人际关系 不要把血缘变成枷锁 义务，还是爱心 自虐并非“无私”忘掉他人的错误 远离能毒害你的思想 最高境界的人际交往 心理调节术5：汲取大自然的力量 走进树木的精神 对万物的爱使我们强大 善待动物，就是善待自己 与大自然一起呼吸 过有节奏、有灵性的生活 心理调节术6：主动拥抱成功 想获得力量，就“邀请”它吧 会正确思考，你就有勇气 内心强大的人活在当下 不设限，唤醒你学习的潜能 成功，需要一点儿“游戏心态”心理调节术7：让生命不断推陈出新“上帝从不哀悼往事”活出崭新的自己 不能把财富变成垃圾 要坚持你的理想 生命是不断地迈进 新思想让我们“重生”

章节摘录

版权页： 为什么我们活得不快乐 也许你很想知道，为什么自己总是在某个时候情绪有些低落？
或者有时怒气冲冲而不能自控，无法心平气和地与别人交流？
还有，为什么自己的心态时好时坏，容易受到种种因素的影响，无法左右自己的心境？
究竟是什么东西使我们的心灵世界总是出现问题？
使我们总是得不到梦寐以求的幸福快乐？
其实，我们生活在世上，总会受到周围环境的影响，特别是周围那些不和谐因素，必然会影响我们的思想。
如果我们重新审视我们早已“ 习惯 ”了的这个世界，我们会发现：竟然有那么多过去我们习以为常、视而不见的不和谐因素。
比如，对待我们大自然中的朋友——动物，人类是否真的温和、仁慈？
比如鸟儿，它们本是我们最自由的邻居，它们生来要把巢建在树林里，而人类对森林无节制地开发，却使得它们失去了家园。
而那些人工饲养的动物则完全失去了自由，最终失去了在自然界生活的能力。
动物本来有着和人类一样的生存权利，可现在它们不能顺其自然地生活，而是以扭曲的方式、按照人类的要求繁衍后代。
人们那病态、残忍的欲望，使它们成了餐桌上的美食。
我们身边所有的人都吃着这些病态的生物，于是，种种不快乐的因子通过食物会直接、间接地影响着我们的身心。
人们的心理也都变得越来越病态，这种病态直接表现为身心的不愉悦。
为了住得更舒服，在冬天，我们的房子、汽车和小船都需要取暖，而取暖所用的燃料会释放出有毒的气体。
这种气体与人体散发出的气味融合在一起，会形成更加不利于健康的空气。
也许你习惯性地认为，自己理应舒舒服服地躺在床上，享受着冬日里温暖而豪华的家。
其实，你却是不知不觉地“ 享受 ”着有害的空气，直到身体出现不适才有所察觉。
实际上，现今种种人们以为天经地义的享乐方式正在损害着他们的身心健康。
生活在今天的人们一不小心就吃到变质或腐败的食物，也无时无刻不在目睹着野蛮、残忍、不公正的现象，尽管我们假装对这些现象忽略不计，可这些现象无疑影响了我们的心情。
按照自然规律，人应该食用那些细胞机理良好的食物，因为只有新鲜的食物才能给人朝气蓬勃的生命力。
可现实却是人们不得不经常食用腐败变质的蔬菜水果，这无疑让人变得忧郁。
物质是精神的载体，我们的思想（或者说精神）所受到的影响，与其“ 载体 ”是分不开的，比如食物，比如我们居住的空间。

编辑推荐

《超级心理调节术》是一本利用心理学原理和法则而阐述的关于暗示与自我暗示及其运用的实用指导读本。
全书洋溢着积极向上、乐观开朗，真诚善良的精神和讲求实际、救死扶伤、治病救人的科学态度。
让读者唤起内心的精神力量，引导自己积极而乐观地生活。

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