

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

图书基本信息

书名：<<火星人和金星人爱的奇迹>>

13位ISBN编号：9787802236752

10位ISBN编号：7802236754

出版时间：2011-1

出版时间：中国三峡出版社

作者：约翰·格雷

页数：224

译者：于海生

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>

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

内容概要

奇迹不是天方夜谭，而是每天真实的生活经历。正如现在人们的生活节奏大大提速一样，你拥有的改变人生的潜力同样显著增强。只要唤醒创造人生奇迹的潜力，你就能够更从容地面对人生的挑战，获得更多的宁静、快乐、自信和爱。

我们能否为自己的命运负责，完全取决于我们自己。美国首屈一指的情感励志类畅销书作家约翰·格雷在本书中将告诉你创造人生奇迹的九大法则以及改变个人命运的九大技巧。

你会发现：现在，创造人生奇迹的力量，就掌握在你自己手中。

人人都有创造奇迹的非凡能力，无论是谁，不管你过去犯过什么错误，有过怎样的缺陷，只要从今天开始努力，掌握并运用这些法则和技巧，你就可以在爱情、事业、健康各层面都拥有空前的成功！

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

作者简介

约翰·格雷

心理学博士，国际知名的人际关系和情感问题研究专家，著有超级畅销书《为什么男人来自火星，女人来自金星——一辈子不再争吵的秘密》（Why Men Are from Mars& Women Are from Venus）系列15本。

他多年来以“男女天生有别”为出发点，在美国及世界各地创建了“亲密关系研讨班”，致力于两性关系咨询工作。

此外，他还经常以两性情感关系专家的身份，为美国多家报刊杂志（《纽约日报》、《洛杉矶时报》、《底特律自由报》等）撰写以“火星人和金星人”为主题的专栏文章。

并主持互联网讲座，人气超高；他还一直担任时尚电子杂志RedBook的特约编辑、《新娘》和《婚恋》杂志的首席撰稿人。

现与妻子及三个孩子定居美国加利福尼亚州。

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

书籍目录

序言Part 1 火星人和金星人的奇迹时代 寻找自己的天国 目睹现实的奇迹 自然能量的治疗力治愈了我的失明 人人都能创造奇迹Part 2 发掘崭新的潜力 自信——唤醒内在潜力的最大秘密 把人间变成天堂——现在就是最好的时机Part 3 幸福人生的9个基本原则 如何运用9个基本原则 履行所有的原则Part 4 意识的代数 作好创造奇迹的准备 唤醒你的潜力 上帝与宗教 科技进步揭示我们崭新的潜力 从模拟到数字 火星人的关心和金星人的信任 创造一生的爱 宗教的开放性Part 5 生活在奇迹时代 人类进步的本质 时代正在改变 每七年出现一次飞跃 箴言与常识Part 6 摆脱生活的负担 过分依赖伴侣是一种不良习惯 “飓风卡特”的宽容 现世现报 “因果报应”的简史 用宽容代替惩罚 关于“因果报应”的过时观念 “因果报应”与上帝的恩泽Part 7 人生的9种基本需求 出生~7岁：脆弱，哺育，依赖 7岁~14岁：乐趣，友谊，相互依赖 14岁~21岁：成就，自我依赖，独立 21岁~28岁：爱，经验，自我满足 28岁~35岁：亲密感，交流，慷慨 35岁~42岁：义务，责任，承诺 42岁~49岁：服务，奉献，创造 49岁~56岁：精神，治疗，平衡 56岁以后：真实的自我，满足感，继续成长 创造奇迹的可能Part 8 人生的平衡艺术 需求的误区 需求因人而异 对于治疗力的需求 治疗过去的创伤 暂时性的需求Part 9 不可思议的治疗力 如何解决健康危机 富有活力的健康40岁以后的性生活 治疗身体、大脑、情感和心灵Part 10 创造奇迹的9个技巧 9个技巧的使用方法 9个技巧的作用Part 11 补充能量技巧 为什么要补充能量 学习感知自然能量 运用自然能量 补充能量的准备 弹指尖 选择正确的祈祷词 与自然共振Part 12 释放能量技巧 好人怎样得到好报 把灯打开 找到真实的自我Part 13 自然能量饮食技巧 清除我们吸收的压力和痛苦 恢复正常的饥渴感Part 14 积极回应技巧 写一封“积极回应的信” 我们为何无视对方的反馈 重新诠释伴侣的话Part 15 清除情感障碍技巧 写一封“让感觉变得更好的信” 使用“清除情感障碍清单” Part 16 调整态度技巧Part 17 即兴呼吸技巧Part 18 自然能量治疗技巧 第一个阶段：启动 第二个阶段：为疾病或疼痛释放能量 第三个阶段：在释放能量后再次补充能量 自我治疗Part 19 假定事实技巧Part 20 力量，就掌握在你自己手中 创造更加幸福的人生 实践与信念 宗教的局限 放弃“唯一道路”的思维模式 充满奇迹的全新时代鸣谢

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

章节摘录

序言 许多人都有这样一种习惯：每当新年到来之际，总是雄心勃勃地制订各种美好的目标或计划，然而用不了几个星期，这些目标或计划就会统统被放弃。

想想看，你有多少美好的愿望或动机，很快就被泼上冷水，随即成为过眼云烟了呢？

我们都渴望让自己的人生向好的方向转变，但我们不久就会失去动力，生活又回归到原有的状态。

一段时间以后，我们不但对自己失去了激情和信心，对他人也是如此。

而当我们再次产生转变的冲动时，我们要么轻视这种冲动的价值，要么对其弃之不理，因为我们对自己深为怀疑，认为自己没有能力改变人生。

要想改变人生，最有效的办法就是相信我们有能力改变，并能坚持到底。

不相信这一点，我们就不可能获得足够大的动力，不可能发现我们创造奇迹的非凡能力。

我们要相信，只要了解奇迹是如何产生的，我们就能够运用个人潜力，实现我们理想中的转变。

通过举办大量关于成功学的研讨班，我发现，一味拖延是阻碍人们进步的罪魁祸首。

他们渴望实现某种转变，但总是半途而废。

他们勉强前进了最初的几步之后，一种奇怪的力量就会束缚住他们的脚步，使他们的情绪受到严重影响，最终变得进退不定、犹豫不决。

他们越是努力尝试，就越是深陷泥潭。

几乎每一个人都有类似的情形。

我们首先必须了解如何才能发生转变，不然的话，我们要么只能继续艰苦跋涉，要么就会彻底放弃转变，尽管这种转变对于我们的人生至关重要。

我们的人生是动态而非静止的，它终归需要某种转变，更何况我们今天的生活节奏远比过去快得多。

如果对于如何转变缺乏明确的认识和深入的了解，我们就注定要比过去吃更多的苦头。

幸运的是，如果在转变来临时，我们运用某些崭新的、有益的原则和技巧，那我们的人生就可以变得更加顺利。

这些原则和技巧可以指导我们作出必要的调整，而且这种调整绝不是一件苦差事，还可以让我们的梦想成真。

这样，我们的人生之舟就无须逆水航行，而是轻松自在地顺流而下。

<<火星人和金星人爱的奇迹>>

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>