

《寻觅未知的自己》

图书基本信息

书名：《寻觅未知的自己》

13位ISBN编号：9787802513570

10位ISBN编号：780251357X

出版时间：2010-5

出版社：金城出版社

作者：慧心 编

页数：221

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《寻觅未知的自己》

前言

每颗蓬勃葱郁的心中，都藏着一个秘密花园。在那里大多数人都有着对生活相似的渴望和困惑。追求一种有意义的、充实的生活，是人们最根本的渴望。每个人都想获得指引人生道路的正确答案。人们尤其希望能获得持久的爱和被爱。但往往是渴望得越多，获得的满足就越少。事实上，生活中的任何人和事都不会无由而生。这些事情如何产生、发展都是由来自你心灵的力量所决定的。这股力量将这一切连在了一起。无论我们是否认同，这股力量就是一切的源头。它决定着我们的感觉并左右着我们的行为。当你洞悉了这股力量的奥秘，并且依次有意识地塑造你自己，你所渴望的人和事就会走进你的生活。本书向读者揭示了存在于我们每个人心灵空间的神秘力量。全书共十章，笔者引用了大量的事例为读者阐述了这股神秘力量的精髓。它们包括爱、吸引力、影响力、暗示、欲望、预言等六种源自人内心最原始的心灵力量。最后三章向读者阐述了我们该如何走进心灵的世界。

《寻觅未知的自己》

内容概要

《寻觅未知的自己》内容简介：每个人的心灵空间都存在一股神秘的力量。它会引导我们走出困境，赋予我们快乐、希望和勇气。作者将通过引用大量的事例为读者阐述这股神秘力量的精髓，并将其归结为爱、吸引力、暗示、欲望、预言等十个秘密，而每一秘密都诠释了一个古老的哲理。相信，只要你读懂了它们，并且努力去完善它们，就能获得一种新的意识并成为一个人充满魅力的人。

《寻觅未知的自己》

书籍目录

序言 / 1 第一章 解读你的心灵 / 1 关于心灵 / 3 感知你的心灵 / 4 挖掘心灵的力量 / 7 找回自己的能量 / 12 让心灵茁壮成长 / 13 别让你的心灵破碎 / 16 第二章 一切由爱开始 / 19 一切由爱开始 / 21 爱会怎么做 / 22 珍爱你自己 / 24 坦然面对自己 / 28 你并没有罪过 / 29 让心灵感受爱与被爱 / 32 爱的奇迹 / 35 如何应对失去的爱 / 37 虚拟世界的爱 / 40 热爱你的生活 / 43 第三章 吸引力的磁场 / 47 吸引力 / 49 吸引力法则 / 50 寻找什么你就得到什么 / 52 什么人会吸引你 / 55 你吸引了谁 / 56 异性相吸的密码 / 60 改变你的特质 / 64 感受不一样的生活 / 71 第四章 影响力的秘密 / 75 影响力 / 77 你为什么会说是 / 79 影响力的相互性 / 87 决定影响力的因素 / 89 第五章 发现暗示 / 91 离不开的暗示 / 93 积极暗示与消极暗示 / 97 学会摆脱消极暗示 / 101 削弱特定的行为暗示 / 107 催眠与暗示 / 111 第六章 欲望的力量 / 115 永无止境的欲望 / 117 欲望的力量 / 119 欲望的障碍 / 121 唤起动力的种子 / 123 欲望的牵引 / 127 修剪欲望 / 130 第七章 自我实现的预言 / 135 认清预言 / 137 预言背后的秘密 / 141 如何实现自我的预言 / 145 潜意识与预言 / 150 预言梦与心灵感应 / 155 第八章 给心灵空间做保养 / 163 心灵空间的本质 / 165 舒缓被阻塞的心灵空间 / 168 自我警醒，拒绝悔恨 / 169 真正释放自己 / 171 让快乐住进心灵 / 175 给心灵空间留点白 / 178 保养心灵空间的方法 / 179 第九章 立刻行动 / 183 做出决定 / 185 即刻行动 / 187 一定要做点什么 / 193 主动出击 / 200 让你的行动更果断 / 202 第十章 感受现在这一刻 / 205 感受现在 / 207 爱情也需要现在时 / 213 爱情的解药 / 216 给对方留点空间 / 218 活在当下 / 219

《寻觅未知的自己》

章节摘录

心灵是人类所特有的，它虽然不是我们身体的某个部位，但它却存在于我们的头脑和心脏里，甚至在我们的每一寸肌肤、每一个神经里。人类的心灵就像一个能量聚集的中心，它随着作为个体的生命的诞生而诞生，并且有着自己的组成部分以及属于它自己的功能，这就好像头脑有它自己的组成部分与功能一样。心灵也有着属于它自己的成长与发育的过程和规律，就像我们的肉体一样。尽管，在无数因素的影响下，它不一定能够成熟。心灵在我们的生活中充当怎样的角色呢？比如：我们在行动之前所做的选择就是由我们的心灵所做出的，而非通常所认为的那样，是由我们的头脑所做出的。头脑只可能产生动机，而最终的选择是由我们的心灵所发出的；心灵还是一个感受器，是我们的情感以及情感取向的感受器。

《寻觅未知的自己》

媒体关注与评论

除真挚的心灵外，别无高贵的仪容。——【英】拉斯金
封冻。——【德】白尔尼
了天国，也建造了地狱。——【英】弥尔顿

伟大的心像海洋一样。永远不会
美都是从灵魂深处发出的。——【俄】别林斯基
心灵建造

《寻觅未知的自己》

编辑推荐

一次发人深省的心灵洗礼，一场发现自我的神奇之旅，抛开一成不变，永葆开放的心灵，开放自己的人生挖掘自身无限的生命可能。每颗蓬勃葱郁的心中。都藏着一个秘密的心灵花园。花园中藏着一股神秘的力量，这股力量将我们连在了一起。无论你是否认同，这股力量就是一切的源头，它决定着我们的感觉并左右着我们的行为。当你洞悉了这股力量的奥秘。并且有意识地塑造你自己。你所渴望的人和事就会走进你的生活。

《寻觅未知的自己》

精彩短评

- 1、可以静心，书里的道理都懂，很多东西在自己身上也有，只是很难按照自己的意愿完全克服，做好自己。
- 2、心灵建造了天国，也建造了地狱！这是一本简单易懂的心理励志小书！
- 3、开启心灵的钥匙，给灵魂一场肃穆的洗礼。让潜伏在心灵里的神秘力量慢慢苏醒，与自己进行一次心灵的交流。
- 4、那时的药

章节试读

1、《寻觅未知的自己》的笔记-吸引力法则

“ 1.你为什么希望靠近他？80%是被他内在的魅力所吸引，而只有另外20%才是因为他的外在因素。

2.当另一个人发掘出你的美丽，并不断给你以鼓励的时候，一种可能是促使你开始爱上自己以及自己的生活，另一种可能就是受到他的影响，最终在他的引领下，发现自己的长处、自我内心的意识和了解内心向往的自由。

3.你吸引了谁？
那些和你相似的人；
那些和你不同的人；
那些你想逃离的人；（你所拒绝的东西，反而能对你产生强烈的吸引——因为你对这种事物排斥感越强，它就越容易通过心灵世界被其他人所感受到。每个人的心灵世界也是由各种河网化性化的、传递不同感觉的影像组成。你所经历的或者希望感受到你传递的信息，或被它吸引、或毫无感觉、或完全排斥。到底是哪种结果，取决于他们想要经历什么或者希望避开什么。你不需要通过意识来改变你现有的状况。你不需要无休止地去寻找和尝试，也不需要浪费大量的金钱和时间，更不需要经历太多的失望。即使一些事情没有按照你所期待的路线发展，你也应该少一些自责，而将更多的时间用于重新规划上。这种对你自身心灵世界的了解将会使你变成一个对自己有着清楚认知的人，知道自己要的是什么，怎样去寻找。同时你也会更加理解，为什么其他人是这样而不是那样的。）

4.异性相吸的密码：

对于女性，我们希望是：感性的、委婉的、体贴的、对社会充满好奇的、随和的，拥有良好人际关系的；而对于男性，我们则会看重这些特征，例如：理智、逻辑性、权威性、行动能力、对权力的支配、追逐目标的决心以及决策能力。

每个人散发的特质都各不相同，这一切其实并不是由你所学到的知识所决定的，而是取决于你的经历和经验，取决于你对现实生活的感悟。经历的往往要比学到的来得更加直观、更有价值。这些经历对你自己的人生价值观的形成起到了很大的作用，它会给你力量，让你觉得安全，让你自己清楚地知道自己想要什么。只有你清楚自己想要什么，你受到的外界影响才会变小，而你心灵世界释放出的能量才会越大，对其他人的吸引力也就越大。”

2、《寻觅未知的自己》的笔记-影响力的秘密

决定影响力的因素：

- (一) 正确的人生价值观
- (二) 良好的沟通能力
- (三) 不错的表现力
- (四) 巧妙的说服力

3、《寻觅未知的自己》的笔记-第九章 立刻行动

“ 仅仅知道是远远不够的，你必须运用。仅仅希望是远远不够的，你必须行动 ” 法国诗人约翰·沃尔夫冈·冯·歌德。

人生就是一顿自助餐。自助，就意味着你要靠自己，要主动出击，寻找机会。只要你愿意努力，你想要什么都可以得到。但如果你只是一味地等待机遇，你将永远不能得到。你必须站起身来，然后行动。

4、《寻觅未知的自己》的笔记-第五章 发现暗示

暗示对心灵的力量有时会让人走进所谓的思维怪圈，你应该告诉自己，你到底想要什么，而不是

《寻觅未知的自己》

不断警示自己，你不想要什么。

- (一) 把信念大声地说出来
- (二) 编织美好的幻想
- (三) 不要惧怕负面信息
- (四) 养成良好的行为习惯

5、《寻觅未知的自己》的笔记-第18页

《寻觅未知的自己》

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：www.tushu000.com