

# 《墨菲心想事成法则》

## 图书基本信息

书名：《墨菲心想事成法则》

13位ISBN编号：9787530957387

10位ISBN编号：7530957384

出版时间：2009-7

出版社：天津教育

作者：植西聪

页数：229

译者：陈菲菲

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](http://www.tushu000.com)

# 《墨菲心想事成法则》

## 内容概要

《墨菲:心想事成法则》讲述了：决定人生命运的绝不仅仅是才能、环境和外在条件，更取决于你的思考方式，你的想法。你的命运会因你的想法而变得更好或更坏，如果想让某种好的现象显现出来，那么你就需要认识到潜意识力量，并将积极的想法灌输到你的潜意识里，因此你必需时刻保持积极的心态！这就是墨菲心想事成法则，一部集成功学、心理学、人际关系学于一体的心灵秘密经典，让你最大限度地发挥潜在的精神力量。

# 《墨菲心想事成法则》

## 作者简介

植西聪，日本著名的心理咨询师，毕业于学习院大学，之后学习经营心理学。

最初供职于资生堂，从事市场营销工作，这使他积累了大量的生活实践。之后辞职创办了成功学研究所，并从此开始致力于成功哲学的潜心研究。他将从实践中提炼出的独特成功理论集结为《成心学》，并以此为基础进行心理辅导。在总结实际与升华理论的交叉中，他帮很多读者和心理咨询人士找到了生活定位，并助之成功。

# 《墨菲心想事成法则》

## 书籍目录

导语写在前面第1章 愿望是这样实现的 01 衷心期盼的必将实现 02 实现愿望的关键 03 富于想象才能成功 04 心态决定结果 05 潜意识会无差别地实施想法 06 相信潜意识，就会发生奇迹 07 命运掌握在自己手上 08 要想成功，就要自信 09 先从小的愿望开始 10 目标是成功的源泉 11 给愿望排序 12 目标越积极，成功率就越大 13 放手去搏 14 不要总说自己忙 15 如何变不可能为可能 16 不要一口吃个胖子 17 不要逃避现实第2章 把你的想法灌输到你的潜意识中 18 将想法深深印刻到潜意识中 19 语言越简单越好 20 要能想象出愿望达成后的情景 21 幸福感缘于想法的成功印刻 22 如何使用成像法 23 如何寻找你的另一半 24 在睡眠中获得成功 25 祈祷有方 26 成功不能光凭祝愿 27 藏在潜意识里的答案 28 闪念与直觉会助你实现愿望 29 寻找生活中的刺激 30 对信息要敏感 31 主动出击第3章 坚定“的确会如此”的信念很重要 32 心态决定命运 33 热情，信念让你走向成功 34 成功是信念的产物 35 勤动脑，多思考 36 向成功人士多学习 37 视不幸为命运好转的预兆 38 人生未必善始就能善终 39 培养预见能力 40 成功之机需要自己创造 41 潜意识能改变某些社会需求 42 好吃懒做让人生失乐 43 总结失败的要点 44 失败后的成功更有滋味 45 要敢于从失败中走出来 46 让占卜的结果成为你的良方第4章 改变人生道路的思考方式 47 活着就要创造价值 48 天生我材必有用 49 选对职业，你的人生就不会有失败 50 放弃虚荣心 51 罗列出你的优点 52 潜意识的力量 53 有服务意识的人更容易成功 54 具备自我牺牲意识 55 掌握一门专业知识或技能 56 要能够认识自己 57 斩断思想的束缚 58 坚定“我必成功”的信念 59 人不能甘于现状 60 让自己变得更“愚蠢”些 61 要做到更好 62 上天不会辜负努力进取的人 63 成功需要持续力 64 不要产生违背使命的意识 65 无法改变现状，就要改变自己 66 切断退路的瞬间，或许人生就此转变 67 忍耐是成功的积极要素 68 坚持到最后，成功便指日可待 69 困境中往往埋藏着幸福的种子 70 学会换位思考 71 把逆境当做成功的良机 72 谨慎行事 73 所有想法都影响你的潜意识第5章 掌握“自我改造”的要点 74 愤怒、憎恨就像体内的毒素 75 不要轻易抱怨 76 注意日常措辞 77 注意说话方式 78 以积极的语言作为结束语 79 与人交流就像做投接球练习 80 有时顺其自然也不错 81 智者善于思考；愚者善寻烦恼 82 庆幸于上司的批评 83 在无聊的工作中寻找价值 84 无聊的工作中也会暗藏发展空间 85 拒绝倾听消极信息 86 不要总觉得邻家的草坪更绿 87 要懂得感恩 88 不要总看到自己的缺点 89 人人都有天赋第6章 世界随你的改变而改变 90 转移注意力 91 良好的人脉助你成功 92 人际关系是一面镜子 93 感恩的心是一剂特效药 94 不要觉得自己比对方更优秀 95 从认同对方的价值观开始 96 不要太在意面子 97 充分享受人生乐趣 98 认同对方的价值 99 否定对方之前要先给予肯定 100 如何得到美妙的爱情 101 谁是你的命中人 102 成功者与失败者的区别 103 有奉献更会有收获 104 成为幸运儿不能仅凭运气

## 章节摘录

第1章 愿望是这样实现的01 衷心期盼的必将实现我们每个人心里或多或少都抱有各种愿望。也就是说我们每个人都是预成功者，那么我们究竟该怎么做才能实现自己的愿望呢？一些研究愿望达成法及成功哲学的权威人士曾这样说过：“将你的想法（迫切希望达成愿望的心情）灌输到你的潜意识，这样你的所思所想就能成为现实。”然而遗憾的是，真正做到的人实在是少之又少。事实上，大多数人都这样抱怨道：“到头来什么愿望都没实现”，或者“果然还是失败了”之类的，甚至有人说：“真是越来越不走运了，事态竟然比以前更糟糕了。”为什么会出现这种现象呢？原因有很多，在此就不一一列举。但有一点无论如何也要指出的是，你希望这件事能够实现的真切程度到底是多高。也就是说，对于“希望自己在事业上取得成功”，“希望自己能成为一个有钱人，然后过着富裕的生活”等想法，你并不是茫然地去想，而是发自内心、伴随着“不管怎样”“无论如何”的强烈愿望，深深地刻印在潜意识里的。因此，首先需要你明确自己的愿望。比如说，你想成为一个有钱人，就不能只想着拥有更多的钱，而是要清楚地认识到自己大概需要多少钱，那笔钱又是想作何用。这是至关重要的一点。希望能从事自己梦想职业的人亦是如此。有的人希望自己能成为一名平面设计师，那么他就需要认真考虑自己作为一名设计师，想要亲手设计出什么样的作品来。而不是臆想自己将来的生活会过得有多富足。像这样，明确自己的职业理想，并悉知职业内容的人，就能自然而然地明确自己的前进方向，也能越发坚定自己的职业信念。这种情况下，意识就会逐渐集中起来。换句话说，所谓集中意识也就是进一步加强这个信念。除非你是“衷心”地期望，否则能助你达成愿望的“潜意识”是无法为你效劳的。02 实现愿望的关键松下电器的创始人松下幸之助以及本田汽车的创始人本田宗一郎在面对新闻记者采访时都曾回答过这样一个问题：“你认为自己取得成功的因素当中最重要的一点是什么？”他们这样答道：“我只是想让公司作为电器制造商取得更好的发展。”“我只是想把一个街道工厂推广出去，成为世界的HONDA而已。”还有。如今闻名全球的计算机软件行业巨头——微软公司主席兼首席软件架构师比尔·盖茨（于2008年6月27日退休）也被问到过类似的问题，他的回答是：“因为我想让微软公司成为世界排名NO.1的企业。”不论什么职业，多数大获成功的人都是抱着这种想法一步一步走过来的。另一方面，虽然你也在不断地这样想，但事实却并非如此，最终依然一无所获的情况也不在少数。那么，难道松下幸之助、本田宗一郎、比尔·盖茨他们是“特例”吗？当然不是，和我们这些普通人相比，他们的大脑构造并不见得有多特别。唯一不同于我们的就是，他们会认真地为将来考虑，考虑自己应该付出什么样的努力来实现自己的梦想，而不是像我们一样脑海里只有一个模糊的概念。如果你也能这样认真的考虑，那么你就能明确自己的职业前景并能知道该从哪儿着手。不仅如此，真正发自内心地投入热情、坚定信念，也一定能使自己充满干劲，从而离愿望的实现也会更近一步。03 富于想象才能成功不久前，一位30岁的上班族（暂且称之为A）来找我做心理咨询，他说了这样的话：“自从看了墨菲的书，我无时无刻不将‘成为有钱人’‘过上富足的生活’这些话铭记在心，可现在呢，事情根本没有任何好转。这究竟是怎么一回事？”他还说了自己最近向放高利贷的人借了钱，为了还债费尽心思，如今事态却进一步恶化，比以前更糟糕了。听了他的话，我问道：“不管出于何种原因，你认为是否该与放高利贷的人扯上关系？”我刚问完，A就立即说道：“可我实在没有办法了呀，银行根本不会理睬我这样的穷人，我只能去借高利贷。我对他们银行职员的做法可以说是恨之入骨，只理会行政官员和有钱人，根本不把我们平民放在眼里。”听了A的这些话，我虽然也很同情他，然而也必须告诉他：“可是照你现在这个样子，是一辈子都不会过上美满富裕的生活的。”我之所以会这么说，绝非妄自揣测，而是有依据的。因为很明显，A把墨菲法则的真正意义理解错了。墨菲所说的“一个人整日思考的事情”，是指一个人从日常生活中的喜怒哀乐衍生出的所有念头。因此，除了一时的乐观主义，那个人考虑了什么，采取了什么行动，都与积极思考有着很大的关系。像A这样，每天内心都充满了对银行职员甚至对社会的怨恨，这就使他所有的想法都变得消极化，从而逐渐减少了他积极思考问题的时间。也就是说，除了他自己有意识地积极思考以外，他的潜意识已经在不断地被灌输各种消极想法了。假如保持愉快的心情，坚定信念去实现自己的愿望这一行为是积极思考的话，那么消除从日常生活中衍生出的“怨恨”“愤怒”以及“不安”等负面情绪也是极为重要的积极思考方式。04 心态决定结果墨菲曾断言：“弗洛伊德和荣格等人对潜意识的证明是本世纪最大的发现。”墨菲为什么会如此断言呢？因为潜意识具有这样的特质：它能接收人心中最强烈的想法，从而引发出各种现象。同时接收的不只是喜悦、感动、乐观等积极的正面情感，恐惧、不安、悲伤等消极的负面情感也一并全收。因此，心里总是想着好的事情，好事就会发生；

## 《墨菲心想事成法则》

相反，如果总是去想那些不愉快的事情，就会招来不幸。有时也会发生这样的情况，自己明明一直想的都是好事，可结果却只有坏事发生。下面我来说明原因：由于我们的大脑思考问题是不分时间上的早晚的，甚至在睡眠中，各种信号都在24小时不间断地被潜意识接收，而“我要成功”“我要实现愿望”等想法却都只是偶尔才冒出来一下，尽管这种愿望表现很强烈，但也只是暂时的。相反，用余下的时间来考虑消极的事情，那么潜意识自然会优先接收这些消极的想法。我身边就有不少人有过这种遭遇，无论他想取得成功想获得幸福的想法有多么强烈，到头来也只有不好的事情发生。不幸接连不断地发生，都和你过去的所做所为、所思所想有很大的关系。过去的种种不安、担忧、恐惧、憎恨、嫉妒等消极想法都作为种子埋在潜意识里，而如今一起发芽结出了恶果。对于墨菲的“想坏事，坏事就会发生”这个法则，我们如果反其道而行之的话，也就是心里只想好的事情，就能扭转自身的命运使其朝好的方向发展。因此，“降临到你身上的种种不幸以及灾难都是你自己内心的产物”，在这种认识的基础之上，时刻怀有积极乐观的想法就显得至关重要。05 潜意识会无差别地实施想法或许这令你难以置信，但的确是事实，下面我要为大家讲述一则趣事。我有一个朋友十分讨厌荞麦，因为他对荞麦过敏。不光是荞麦，像荞麦包什么的只要他吃上一口，就会出现过敏——全身长满疹子。有一天，他在一家小酒馆喝酒，喝的是青苹酒。当他喝得正开心时，店主走了过来。店主知道他对荞麦过敏，但是想跟他开个玩笑，于是就逗他说：“你喝的青苹酒其实就是荞麦酒。”店主刚一说完，朋友的脸瞬间就红肿起来。这下轮到店主着急了，于是急忙说：“我是开玩笑的，这是普通的烧酒。不是什么荞麦烧酒。”可却为时已晚，最后致使我那位朋友当场出现全身痉挛，店主不得不叫救护车将其送到医院。玩笑是不可以开得太过分的，可能读者朋友当中也有不少人会出现这种情况：“喝了牛奶一定会拉肚子。”“一吃花生就会起疹子。”从医学角度来讲，这是一种习惯性过敏现象，其实这是由于隐藏的潜意识特有的作用所引发的结果。以前喝牛奶或吃花生的时候。有过一次吃坏肚子或起疹子的经历，于是这种恐惧的体验就被灌输到潜意识中，并在以后反复引发出过激的反应。还有这样一个例子，是发生在战争年代的故事。据说当时新几内亚的战地流传着这么一种说法：患上疟疾的人洗个冷水浴就能瞬间治好疟疾。事实上，患上疟疾的人在水里泡着的行为本身就是很荒谬的，但当时人们都相信“冷水浴能够治百病”，因此疟疾就真的被治愈了。像这样，潜意识会根据人们的思考方式制成一剂剧毒或一剂灵药，那么我们不妨试着只在内心描绘出美好的未来蓝图。需要注意的是，潜意识只接收你内心的真正想法，这点希望大家不要忘记。

# 《墨菲心想事成法则》

## 编辑推荐

《墨非:心想事成法则》：1. 全球最具影响力的秘密法则，书中隐藏着财富、健康、成功与幸福的秘诀。2. 这不仅仅是一部法则，更是我们可以借鉴的生活经验。3. 《墨非:心想事成法则》与其它同类书籍的区别在于，它没有对法则进行枯燥的阐述，而是吸纳了大量真实有趣的生活故事，语言诙谐幽默，使读者在轻松愉悦中就能感受潜意识的伟大力量。继《秘密》之后的又一部成功心理学经典 教你如何开启宇宙间最神秘的精神之锁全球最具影响力的秘密法则！一部永恒的经典！易于阅读和理解。对于实现愿望而言，强烈的念头是一个极为重要的因素。但现实中的念头有好有坏，摒弃坏的而留下好的就成了关键中的关键！问题是，怎么做才能只留下好的，即保持积极的心态呢？只要你能按照书中说的去做，你的人生将会就此转变！不论你是谁，都能收获你希望的果子——健康、成功、幸福... 这些原本就属于你的美好！

# 《墨菲心想事成法则》

## 精彩短评

- 1、告诉你一些事：1、潜意识的作用。为了自己的目标，约束自身，让自己的目标成为我们一切行为的出发点与落脚点，自己所做的事都是为了这个目标而去的，然后你会发现一切就像是多米诺骨牌一样...2、执行力。制定自己的目标不是一句空话，你所做的无时无刻不是为了想你的目标而靠近，类似于蝴蝶效应，你为了目标所做的事会改变你的处境...
- 2、人人都想成为幸运儿就像我们每天都希望有个很大的馅儿饼能够掉下来砸在自己头上但是什么都不是我们想怎样就能怎样的没有努力没有付出一切都不会有自己想要的结果就像书中提到的我们要找到自己的人生价值我们不能依靠成为幸运儿的梦想过生活只有自己真的为某件事情全力以赴过我们才最有可能接近成功接近心想事成这本书翻译得不错值得一读
- 3、篇章较短 内容丰富 最喜欢的一句话：要相信在黎明来临之前总是最黑暗的时刻。坚持地等下去，黎明就一定会出现。
- 4、我将此书的内容传教于身边的人。
- 5、无趣啊.....始终无法对这种书燃起爱--
- 6、=
- 7、保持
- 8、潜意识的巨大力量
- 9、这个也没看，你叫我评论啥啊
- 10、嗯，还好，为什么说的我都知道了呢，看来，是时候试验一下才行，要行动啊
- 11、用简洁有力的句子。成像法。人生善始未必善终。好吃懒做不会带来幸福感。无人交流就像接投篮。选对职业，你的人生就不会失败。
- 12、因为看了这本书(给四星半)，我写下等身大的目标，还挺顺利地进行中；我知道不只偶尔的积极思考，而是一整天的思考都会对潜意识产生影响；睡前的思考最容易对潜意识产生影响；只是还不知道如果忍不住想了不少负面的想法，事后可否弥补？不能仅限于积极思考，而是要付诸行动才有实现的可能；想要实现的愿望，可以使用成像法；坏事，换个角度来看，也能看到闪光点；不喜欢的工作，找到它有价值的部分，也能提高积极性；勿忽视“言灵”的作用（说出口的话潜意识更容易相信）；找到自己的天职；找到自己所长的事（虽未必天赋异禀），然后将其一直坚持下去。作者通过大量的事例，现身说法，使抽象的墨菲定律变得具体化起来，变得容易下手。隔一段时间就该来对照一下。
- 13、你天天想着某件事时，让更科学地去实现它。
- 14、人的言行与他心中所想的是有关的，有些书提供你的只能是一种积极的作用，最重要的还是你内心的想法。内心的想法决定着你的喜怒哀乐。
- 15、不知道我买了这书是不是真的就能心想事成了。。。书做得不错，翻译得老师真的翻译得很轻松。



## 《墨菲心想事成法则》

### 精彩书评

1、这本相对成功，可能更加详细，不过还是更喜欢《秘密》，记得一年前初读秘密时，已经发觉其中的奥妙，很是美妙。原本唯物的我，却在读秘密之后，有些唯心，或者已经半信半疑。又到年关，又到要祝福彼此心想事成之时，但如何能心想事成？是否能心想事成，多半人都将信将疑，只是随口说说罢了。本书的论点与秘密一致。清楚自己的想要得到的，围绕这个目标不断努力，当然是正面的正向能量的目标，然后发挥自己最多的正向能量，持续努力，相信“只要你向着目标努力，梦想和结果就在那里，不会跑不会变，只是时间问题，只是你是否尽力……”

## 章节试读

### 1、《墨菲心想事成法则》的笔记-墨菲心想事成法则

反复愿望，刻入，潜意识，语言，简单，节拍，重复，  
心灵映画法，想象，愿望达成后，情景，  
到愿望相关地方，亲自走走，使愉悦之地，  
成像法，越具体，越有效，  
寻找伴侣，成像法，潜意识，即使失望，暂时，接受，  
睡前成像，香气，音乐，祈祷，暗示，  
不怀疑，行动，  
闪念，直觉，顺从，去做，机会，意外光临，  
有意识，变化，生活内容，对info，敏感，主动出击，  
新年，利己利他，改变世界，不甘现状，天职，  
积极思考，日常措辞，说话方式，积极，结束语，  
无聊之事，使其有趣，换个角度，  
拒绝听，消极info，  
感恩，人际关系，镜子，面子NB，认同对方

# 《墨菲心想事成法则》

## 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](http://www.tushu000.com)