



The Law of Attraction

吸引力

《秘密》背后的秘密

一本价值百万的「吸引力法则」实践与应用手册

刘景澜 著



这是一本教你如何运用吸引力法则**提升领导力、打造钢铁团队**的实践指南
这同样是一把帮你打开**健康、快乐、财富、情感和幸福之门**的钥匙

民主与建设出版社

吸引力

《秘密》背后的秘密

刘景澜◎著

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

吸引力: 《秘密》背后的秘密 / 刘景斓著. —北京: 民主与建设出版社, 2012. 7

ISBN 978—7—5139—0215—1

I. ①吸… II. ①刘… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ①B848.4—49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第123141号

责任编辑 李保华
装帧设计 红色调文化
出版发行 民主与建设出版社
电 话 (010) 86598040 85698062 13581684618
社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里208号
邮 编 100020
印 刷 北京建泰印刷有限公司
成品尺寸 170 × 230
印 张 19
字 数 200千字
版 次 2012年9月第一版 2012年9月第一次印刷
书 号 ISBN 978-7-5139-0215-1
定 价 45.00元

注: 如有印、装问题, 请与出版社联系

前 言

你不是要来读这本书，而是要来消化这本书

你不是要来读这本书，而是要来连接这本书

你不是要来读这本书，而是要来分享这本书

你不是要来读这本书，而是要来对话这本书

你不是要来读这本书，而是要来生发这本书

你不是要来读这本书，而是要来应用这本书

如此，读完本书的时候，

也是自己写完一本属于自己的吸引力的作品的时候

是为前言

与你心灵同频

是为友

—— 刘景澜 ——

目录

1	第一章	吸引力法则的多维思考
6		吸引力法则的运作原理
8		你的身体就是一个信息发射器
10		你的身体是信息的接收器
11		生命当中所有的经历都是吸引力运作的结果
15		神秘的宇宙，神奇的生命
19		改变你的吸引力频率——同频相吸
21		谁影响了吸引力频率
24		吸引就在一瞬间
27	第二章	潜意识——吸引力法则运作的秘密
29		一、打开你的潜意识之门
50		二、潜意识的工作原理
65	第三章	倍增吸引力的实用工具
68		一、形象
71		二、天时
74		三、财富
76		四、环境
80		五、梦想
84		六、重复
86		七、目标
101		八、庆祝
102		九、圈子
106		十、图片、照片、影像
108		十一、品牌

110	十二、宣传
111	十三、声音
116	十四、气场
121	十五、演说
124	十六、语言
130	十七、个性

137	第四章	吸引力的加速器——梦想板
-----	-----	---------------------

157	第五章	增强吸引力的心法修炼
-----	-----	-------------------

159	心法修炼一：相信
162	心法修炼二：童心
164	心法修炼三：爱
169	心法修炼四：心念
173	心法修炼五：默念
175	心法修炼六：信念
184	心法修炼七：注意力
186	心法修炼八：聚焦
187	心法修炼九：感恩
192	心法修炼十：境界
194	心法修炼十一：定心
195	心法修炼十二：人和
198	心法修炼十三：静心
203	心法修炼十四：祈祷
206	心法修炼十五：自制力
207	心法修炼十六：冥想

211	第六章	吸引力法则遵循的10大定律
213		一、能量守恒定律
214		二、物质不灭定律（质量守恒定律）
217		三、平衡定律
219		四、公平法则
222		五、因果定律
226		六、从众定律
227		七、“鲶鱼效应”定律
232		八、二八定律
235		九、互悦机制定律
237		十、期望定律（“皮格马利翁效应”）
243	第七章	吸引力法则的实践与应用步骤
245		步骤一：明确我要的目标（结果）是什么
248		步骤二：把目标写下来，用数字表达并有达成期限
249		步骤三：向宇宙发射订单
250		步骤四：每天坚持向宇宙下订单
251		步骤五：把目标视觉化（想象目标已经达成并在头脑中不断重复这个画面）
251		步骤六：制定详细的达成目标的策略、方法与步骤
255		步骤七：吸引一切与我的目标有关的人、事、物来达成目标
256		步骤八：最短的时间采取最大量的有效行动
258		步骤九：坚定不移的相信自己的吸引力会梦想成真、心想事成，并满心欢喜的接收
259		步骤十：持续的感恩

第一章

吸引力法则的多维思考

第一章

吸引力法则的多维思考

你的生命和思想就是一块活生生的磁铁；你能自然地吸引与你的思想相和谐的人、事、物、状态和环境。不论你心中想的是什么，它都一定会在你的生活和环境中表现出来。

花朵吸引蜜蜂，龙门吸引鲤鱼，大海吸引河流，太阳吸引地球等等，这都是与吸引力有关的有趣的自然现象；神九飞天，亚运会、奥运会以及世博会成功在中国举办，还有现在人人津津乐道的“神秘2012”都在牵动着我们的心，我感觉我们的生命似乎每天都在体验着吸引力的存在，以致于我迫不及待地想用文字来呈现出吸引力的美妙之处。

我们能透过吸引力一跃“龙门”吗？

我们能运用吸引力采摘到生命中的“蜂蜜”吗？

我们能像太阳一样成为天空中的焦点吗？

我们能把所有美好的事物都集于一身吗？

带着这一系列的困惑，让我和你一起走进这本书中，你也一定迫切想知道所有这些问题如何能迎刃而解呢？你更想知道是什么力量妨碍你现在仍是这个样子？又有什么力量能驱动你成为你所期待的模样？

多年来，真实的答案似乎一直鲜为人知。直到世界五百强著名企业家稻盛和夫在他的百万畅销书《活法》中谈到这个令世人震惊的宇宙法则——吸引力法则。我们才渐渐对它有了一些模糊的认知和了解。吸引力法则到底是什么？静下心来，读完接下来所有对吸引力描述的文字，你就会慢慢明白吸引力到底是怎么一回事了。

前段时间全球热播的一部电影《永无止境》似乎激起了每一位观众对未来美好生活的热议，如果你也跟电影里的男主角一样，每天只需吸食一片所谓的“能量片”，你每天就能充满智慧、精神、魅力、行动力，然后财富、爱情、幸福、人际关系等美好的人、事、物全被你吸引而来，我想你对这个角色所拥有的美好人生一定充满着期待与幻想。一片能改变人生命运的“能量片”——4天让你写完一本畅销书，3天让你掌握一门外语，10万美金投资一周裂变成数百万美元……如果你也能拥有这种能量，你也会对此梦寐以求。这个世界上真有这种“能量片”的存在吗？如果没有的话，那为什么世界上96%的财富掌握在1%的人手上？难道他们懂“吸金”大法吗？你想成为拥有这种“能量片”的人吗？到底拥有什么样的能量才会吸引事业、财富、爱情、人际关系、幸福等等呢？

观察一下你今天穿的衣服，你会发现在你的衣柜里有几十件衣服是属于你的，可你曾经逛过的服装店里面有几百件甚至几千件衣服依然陈列在那里，为什么今天你偏偏选择把这件衣服穿在你身上呢？照照镜子，看看自己的发型，我们知道男生和女生的发型加起来有数千种，为什么你今天是剪这个发型而不是剪别的发型呢？你会发现在你的生命当中，你每天的际遇，你每天的经历，你戴的手表，你所开的车子，你所住的房子以及你所遇到的人，你用的办公室以及你生命中所有的经历和遭遇，它都跟吸引力有关。我想试图从你的身体运作原理上来获得某种解释，你们觉不觉得你们的身体也很神秘？事实上我们对自己的身体了解也很多，但是我们对未知的不了解可能

更多，或者我们不了解的未知更多。例如我们到底从哪里来，会到哪里去？我们吃的食物为什么会有效地转化为养分？我们的身体有时为什么会有神秘的感觉？为什么我们会做梦？为什么我们的潜意识运转速度会比意识快很多？你的外来经历和内在体验都与吸引力息息相关！等等。

其实，你的身体就是一块磁铁，你越相信它，它的磁力就越强。

大家有没有见过磁铁？你不仅见过，而且知道磁铁会吸引铁钉。我现在手上有块磁铁，你会发现这上面吸满了铁钉，那铁钉会不会被话筒吸引？会，因为话筒里面也有磁铁。相比之下，大的磁铁比小的磁铁吸引力要大很多。那木头会不会被磁铁吸引？不会。磁铁仅仅会吸引钢铁制品，它对木材、铜、橡胶或者其他任何不含钢铁的物质都没有吸引力，因为磁铁只能把和它内部构造有联系的物体吸引过来。同类相吸，所以磁铁不能吸引木头。我们的身体就像一块大磁铁，大磁铁总是吸引小磁铁，也就是说在这个世界上越有磁力的人总是吸引那些小磁力的人。

当我们拿出一根铁钉放在手中，我们松手的时候，铁钉往下垂直下落，铁钉在经过磁铁的时候，尽管它们之间存在一些距离，但铁钉还是被磁铁吸引过去了。在你的生命中，你会发现你时常会跟一些人擦肩而过，你会跟另一些人交叉在一起，你会跟一些人交往在一起，甚至你会跟一个人结婚在一起，为什么？全球约有70亿人口，依照数学的概率，人见人见面的机会并不是太多，只有一千万分之一而已，人和人共事的机会更少，只有1.5亿分之一，人和人结婚的机会更少，只有6.5亿分之一。为什么你会嫁给你现在的先生，为什么你会娶了你现在的夫人，有人不禁要问这到底是什么原因？所有这些神奇的经历都说明了你的生活中有吸引力法则的存在。我们可以这么来理解：不论你的注意力、能量集中于哪个方面，也不论这种注意力和能量是消极的还是积极的，你都在吸引着自己的生活。

下功夫把事情做深，唯有做深，才能做长。如果船大了，需要很多水才能浮起来，如果水不够就搁浅了，要聚更多的水。

吸引力法则的运作原理

我们可以更客观地来触摸一下吸引力的存在，也可以微观地去体验到它就在我们的身边，而且永恒地存在于万物之间。吸引力法则正是那股大至支撑宇宙间每一颗星辰、小至形成每一个原子和分子的力量。太阳靠它的吸引力紧紧吸引住太阳系的行星，让它们不至于猛然冲进太空而是有规律地围绕着它转动；重力的吸引力则抓住你和地球上的每个人、动物、植物及矿物。你也可以在万物中观察到吸引的力量，例如花朵吸引蜜蜂、种子从土壤中吸取养分以及每一种生物都会被同类物种吸引。吸引力在陆地上所有的动物、海里的鱼和空中的飞鸟身上运作，让它们数量倍增并成群；吸引力让你身体的细胞、你房子的材料、你家里的家具得以聚合成形，而且让你的车能正常行驶在路面上、让水能装在杯子里。你使用的每个物品都是在通过吸引力而成形。

吸引力的另一种呈现是那股把人们带到其他人面前的力量。它吸引人们形成城市和国家以及有着共同兴趣的团体、俱乐部和社团。正是这股力量吸引这个人进入教育领域、让那个人对汽车感兴趣；它牵引人们从事不同的工作、欣赏不同类型的音乐、喜爱某种动物和宠物。吸引力牵引着你到你最喜欢的事物那儿去、前往你喜爱的地点，也是这股力量把你带到你的朋友及所爱的人面前。

我们再来真切地触摸一下吸引力。

从另一个角度来说，事实上科学已经证明，我们的周围存在着多种形式的能量：原子的、热能的、电力的、运动的和潜在的，它们是可以相互转化的、守恒的，绝对不会被摧毁。

我们早就在教科书里面学过，一切物质都是由原子构成的，而且每一个原子都有一个原子核（包含质子和中子），原子核之外则是旋转着的电子。

电子总是以固定的轨道或能量等围绕着原子核旋转，以确保原子的稳定状态。原子在稳定排列的状态下，如果发生意外的“振动”，那么这些原子就会形成一种动能，而且这种动能指向同一个方向，就好像金属块按同一方向排列磁力分子后就能被磁化一样。依据自然和科学的解释，在这种状态下就会产生正极（+）和负极（-）。毋庸置疑，科学的事实已经表明，如果一个领域的物理法则可以被观察到或者可以被量化，那么在大多数相似的情况下，这种法则也适用于其他领域——即使在当前情况下这种法则不一定能被量化。

这个规律，同样适合于吸引力法则（定律）。

可以说，吸引力法则并不是靠凭空想象出来的词语或者新出现的魔法。它是一种自然法则，你周围的每个原子都会对这种吸引力法则产生反应，不论你知道与否。

课后练习：

1. 准备一块磁铁，亲自体验一下磁铁的吸引力的存在，并写下真实感受。

2. 写下自己亲身经历的与吸引力有关的故事：

很多时候我们都为形式所累，若是心是相近的，一样的，一体的，是又何必在乎那么多形式呢？

你的身体就是一个信息发射器

你的身体就是一个信息发射器，简单得如同一部手机，有的人他的身体发射信号很强，能被很多人收到，因而他的影响力很大，很多人都知道他，很多人都被他感染，很多人因为他的存在而发生改变。经常用手机的人都知道，有些地方没有信号，因为当地没有基站，就是没有发射信号的机器，你会发现如果我们要真正实现全球通，我们要向太空发射很多颗卫星，这些卫星发射出信号，我们的手机才能接收到，我们的身体与思想犹如一个强大功能的信息发射器，有的人的意念非常强，他身体发出一个愿望，即使远在千里之外的母亲都会想到孩子是不是想她了，正好有这个意念的时候，她就拿起电话打给自己的儿子，而自己的儿子正好在那一刻想自己的母亲，心和心相连，彼此就通过电话接通了。当你在心里想一个人的时候，你渴望见到某个人时，那天晚上在你经常去的餐厅里面，正好你这位朋友也出现了，你有没有这种经历？其实你的身体是一个强大的信息发射器，它有时影响了你的生活甚至命运。

为什么有的人信号发射器弱而有的人信号发射器强呢？比方说在一个教室后面，有个人在后面看着你，他也认识你，他就特别想让你回头，他看着你的背后，他心里想回头吧，一定要回头一下，因为我在看着你、在想着你，有的人被看了半个小时，他也没回头，而另外有些人就莫名其妙感觉身后有个人的眼睛在看着他，或者不知道什么原因，就回头一看，正好四目对视，发射给你的那种信号被你收到了，原因是后面那个发射信息的人信号比较强，你收到了，有的人发射的信号太弱了，对方就没有收到。那么，是什么力量让他们的信号比你强呢？你对此想必已经充满了好奇心理。

男生经常有这样的体验，通常在马路上走路，走着的时候突然发现前面有个长发美女，身材非常好，头发也非常漂亮，这个人整体看上去相当不错，所以你特别想跑到前面去看她一眼，但是你又觉得不好意思，万一你跑到她前面去回头看她，人家会

觉得你这个人太好色了，你就想说她如果现在能回头一眼该多好，我能看到她的面孔该多好，当你有这种强烈暗示、强烈想法的时候，后来发现这个女生果然回头了，有的时候你的意愿怎么发射，别人都收不到，就是因为你这个信息发射器太弱了。我们现在可以通过吸引力法则帮你建立一个强大的功能，原来你这个信息发射功率可能只有五十匹马力，现在我们要帮你加强到一千匹马力。有人说这个吸引力法则到底是科学还是迷信，吸引力法则到底是心理学还是自然规律？在这些答案给出之前，最终由你自己判断它到底是规律还是迷信，它是心理学还是科技，每个人的答案不一样，我们不能把它当做结论，因为这门学科正在不断向上演进、向深度演进，不断的根据每个人的觉悟和体验不同他得到的答案也不同，我们不能因为在你的身上答案不明显，所以认为它就不存在；我们不能说在某个人身上是百分之百的规律，因此在你身上也是百分之百的符合规律。这门学科的神奇就是在每个人身上使用的效果不同，在每个人身上显现的真相不同，在每个人生命当中运用的结果不同，但是它确实存在，可以触摸，在这本书里我们要深度触摸吸引力法则的存在，触摸到它产生的效应。

课后练习：

1. 闭上你的眼睛，想一下你在心里吸引的千里之外的亲人或朋友，感受一下吸引力的存在然后再给他们打一个电话问候一下？

晨悟：我小时候晕车，晕得特别严重，而现在坐车还是有些晕，开车却不晕车，开几小时都不晕车，一直以来不得其解，今晨忽然悟到了原因：原来开车是人进入了车的频率，而坐车是车影响了人的频率，至此结论：做事情要频率一致，方成为一体。

你的身体是信息的接收器

你的身体是信息的接收器。每一天我们经历的事情是非常多的，比如在一个大教室里，我们的眼睛一睁开，我们可以看到这个教室里超过十五种颜色，超过一两百张面孔，超过几百种服装，各种各样的信息，你的身体接收了很多信息，你的潜意识跟意识接收的信息量完全不一样，各种信息透过你的眼、耳、鼻、舌、身，透过你的五官，透过你身体的感受，传递到你的记忆系统、储存系统里面，你会发现一个事实，你的潜意识所接收的信息量远大于你的意识所接收的信息量。所以你的潜意识里面储存的信息要比你的意识储存的信息大很多倍，所以潜意识的力量比意识的力量要大很多，也是这个原理。我们的身体就是信息的接收器，我们身边正在发生的事情有没有可能我们没有接受到？角落里也许有一只蟑螂在爬，它存在，但是你的身体没有接收到。在教室里面有很多细胞正在迅速的死去，你没有接收到，有很多细胞正在迅速的再生，你没有接收到。也许有只蚂蚁在墙角，你没有接收到，有株植物的芽在茁壮的成长，你没有接收到。总而言之，在这个教室里有非常多的信息存在，但是我们的身体只接收可能与我们有关的信息，我们有两种接收信息的通道，一种是叫主动的接收，另一种叫被动的接收。举例，你今天看到一位很好看的人，你觉得想多看她几眼，然后你就主动去接收她身上的信息。比如说前些天我们北京下了暴雨，突然一声炸雷，大雨倾盆而下，那就是你必须被动接收，你不接收也得接收。你的身体在随时随地在主动或被动的接收非常多的信息，它对你的身体产生很多的影响。有时候你的情绪突然很糟糕，不是因为你自己，而是因为你被动的接收了信息，比如说你看到了很多你不想看到的景象，你会觉得心里酸酸的，有时候你身体变得热血沸腾，是主动地接收信息，比如你的朋友过生日带你到一个慢摇吧里，看到里面的帅哥靓女在激情热舞。感觉那个节奏和频率让你充满活力，然后你就在那里跳动起来，你会发现一个事实，你在跳动的时候你的身体会产生不