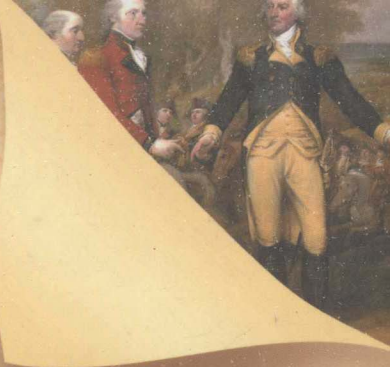




青少年励志经典文库
POCKET BOOK

47



研究如何获得吸引力的开山之作！

查尔斯·哈奈尔等成功学大师推崇备至的励志经典！

吸引力法则

The Law of Attraction

【美】威廉·沃克·阿特金森 著
杜颖达 译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

经典
随身读



青少年励志经典文库
POCKET BOOK

4



吸引力法则

The Law of Attraction

【美】威廉·沃克·阿特金森 著
杜颖达 译



 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

吸引力法则 / (美) 阿特金森著; 杜颖达译. -- 北京: 新世界出版社, 2013.6

ISBN 978-7-5104-4209-4

I. ①吸… II. ①阿… ②杜… 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 (2013) 第064506号

吸引力法则

作 者: [美] 威廉·沃克·阿特金森

译 者: 杜颖达

责任编辑: 王正斌 潘星汉

责任印制: 李一鸣 郑珊珊

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/32

字 数: 132 千字 印张: 7.5

版 次: 2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-4209-4

定 价: 20.00 元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

*The Law of
Attraction*

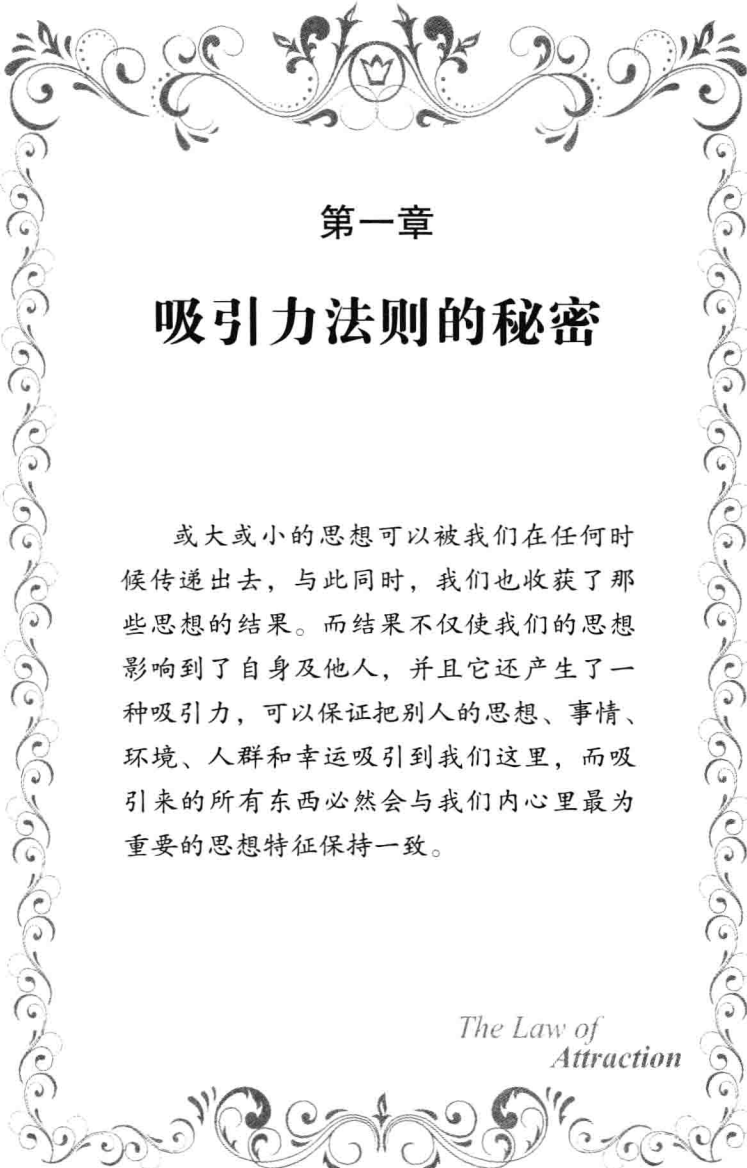
目 录 吸引力法则

CONTENTS



第一章 吸引力法则的秘密	001
第二章 思想具有斥力和引力	013
第三章 锻炼自己的头脑.....	025
第四章 沟通自我意志和宇宙意志	035
第五章 如何锻炼意志力.....	043
第六章 怎样赶走恐惧和忧虑	051
第七章 专心致志能实现奇迹	067
第八章 让惯性思维成为自己的好帮手	075
第九章 做情绪的主人	079
第十章 爱上它，才能得到它	091
第十一章 把精力用在刀刃上	097
第十二章 自信者才能成功	105

第十三章 你有个人磁力吗	113
第十四章 如何获得个人磁力	127
第十五章 让你的眼神魅力四射	145
第十六章 如何在不知不觉中影响别人	155
第十七章 人是自己思想的产物	179
第十八章 塑造完美的品格	187
第十九章 成功来自专注	199
第二十章 训练自己的专注能力	207
第二十一章 成功就在脚下	215
后记	221



第一章

吸引力法则的秘密

或大或小的思想可以被我们在任何时候传递出去，与此同时，我们也收获了那些思想的结果。而结果不仅使我们的思想影响到了自身及他人，并且它还产生了一种吸引力，可以保证把别人的思想、事情、环境、人群和幸运吸引到我们这里，而吸引来的所有东西必然会与我们内心里最为重要的思想特征保持一致。

*The Law of
Attraction*

一个至高无上的法则始终统治着宇宙，它的伟大无法形容，它的表现形式十分丰富，然而，从根本上看，它仅仅是一个法则。对于它的一些表现形式，我们已经很熟悉了，但与之相关的其他表现形式却几乎毫无所知。因此，假如能每天了解一些，其神秘面纱终究会被慢慢揭开。

万有引力法则可以被我们在不经意间提起，但同样令人惊叹的表象却被我们毫不犹豫地忽略了，那就是思想世界里的吸引力法则。

吸引物体到地面和维持圆周世界有序运行的法则力量已经被我们认识到，却没有足够重视它们。

思想是一种力量，是能量的一种表现形式。它具有磁性，就如同吸引力一般。当我们逐渐认识到这一点时，也就开始理解了为什么迄今为止很多事对我们来说仍然是不可知的。吸引力法则是思想世界里最伟大的法则，没有任何一种研究能够像它那样给研究者带来巨大回报。

一种美好而精妙的物质之波会在我们思考时被传递出来，它就如同体现为光、热、电和磁的波一样真实。即便我们五种感官不能明显地感受到它，但也不能证明它是不存在的。

一块强大的磁石不仅能释放出波，而且还可以施加足够的力量吸引一块一百磅重的钢铁，如此强大的力量我们却无法感觉到，更不要说看到、尝到、闻到或听到了。

对于那些思想领域的波，我们无法看到、尝到、闻到或听到，也不能用通常的方式感受到。一些记载案例已经表明感官特别灵敏的通灵者感知到了强大思想波的真实存在，甚至，我们中的很多人也能够证实感受到他人的思想波的存在，其中包括近在眼前的和远在天边的传播者。所以，心灵感应及其相似的现象并不是白日梦。

要知道表现为光和热的波远远低于思想波的强度，它们唯一的不同就在于波的频率。一线有趣的曙光已经从关于这个问题的科学研究中体现出来。伊利沙·格雷教授是一位著名科学家，他在《自然的奇迹》这本书里面写道：“我们的手中已经掌握了大量资料，可以进行推测：在思想领域里，存在着人类用耳朵听不到的声波以及用眼睛看不到的有色光波。在深邃、黑暗且无声的空间里，波的频率是在4万赫兹和40亿赫兹之间，而在无限空间范围中，波的频率则可以达到70亿赫兹以上，光在那个地方会停止。”

威廉斯则在他的《科学上的简短篇章》这部著作里讲道：“在那些波之间是没有等级的。有一个巨大间隔存在于两种波之间，它广阔的范围足以包容另一个运动着的世界，它就存在于我们的声音世界以及光与热的世界之

间。而且，我们没有任何理由去假定物质无法在这种中间状态里活动，换句话说，这样的活动无法引起中间状态，除非是有器官来感受或感觉它们运动。”

我上面所引用的论述是极具权威性的，但它只是供你思考的资料，并非试图向你证明思想波的存在。你只要进行深入思考，就会清楚它与你的亲身经历极为吻合。

关于精神科学的论述已经家喻户晓，然而，虽然我们会说“思想就是事物”之类的话，却始终没弄明白这种论述的确切含义。假如我们能充分理解这种论述的真实性及其背后所带来的结果，那我们就会理解很多原本被认为隐晦难懂的事物，并能轻而易举地运用这种思想方面的神奇力量，就像我们运用其他形式的能量一样。

如前文所述，当我们思考时，一种强度非常高的运动波就会被我们释放出来，它就如同光、热、声和电的波同样真实。如果能够理解并支配这些波产生和传送的法则，那我们就可以在日常生活中成功运用它们，就如同是我们很好地理解并运用不同的能量形态一样。这些波虽然不能被我们看到、听到、称重或测量，可并不意味着它们不存在。有些波是人类的耳朵无法听到的，然而，一部分昆虫却能很轻易地注意到它们，而其他一些波则可以被人类发明的精密科学仪器捕捉到。但是，一个巨大的间隔却存在于被最精密仪器捕捉到的声波和人类心理可感知到的声波之间，按照这个原则继续类推下去，

可知声波和其他一些形式的波之间必然存在着一条分界线。同样，有些波是人类的眼睛无法看到的，而其中一些很有可能会被精密的仪器观察到。当然，还存在着许多更纤弱的光波，而能观察到它们的精密仪器还没被发明，然而，随着科技的进步，尚未被探索到的领域正在逐渐缩小。

新型仪器的发明可以使人们注意到那些新波，但在仪器被发明之前，它们一直存在。如果因为没有合适的仪器来测量其磁力，就否认这种强大力量的存在很可能被认为是正当的，因为它们无法被尝到、摸到、听到、看到、称重和测量。

任何一种形式的波都需要符合它自身形式的仪器才能被检测出来。但就目前而言，人类的大脑似乎是唯一可以注意到思想波的器官。神秘主义者认为科学家会在这个世纪里发明出足够精密的仪器来捕捉和记录这样的思想感觉，这样的发明似乎是有望得到实现的，因为人类已经有了这种需求。可对于那些已经沿着实用心灵感应线路进行实验的人而言，他们的实验结果已经远远超过了现有科技的进展。

或大或小的思想可以被我们在任何时候传递出去，与此同时，我们也收获到那些思想的结果。而结果不仅使我们的思想波影响到了自身及别人，并且还产生了一种吸引力，可以保证把别人的思想、事情、环境、人群和

幸运吸引到我们这里，吸引来的所有东西必然会与我们内心里最为重要的思想特征保持一致。

爱的思想可以把别人的爱吸引过来，当然还有与这种思想相一致的环境、事物以及怀有这种思想的人们。愤怒、憎恨、嫉妒、厌恶和猜疑的思想则会把从别人那里散发出来的相似思想吸引过来，而我们所身处的环境也会被邀请来证明这些最为糟糕的思想。另外，来自于其他人同样糟糕的思想以及表现得和谐的人们也会被我们统统接受。如果你想使自己成为吸引别人相应思想波的中心，那么，就要保持一种强烈或长久的思想。要知道在思想世界里，永远是同类相吸的，因此，你播种什么就会收获什么。

不管是男人还是女人，只要他们的内心充满爱，那么，他们在任何一方面都能看到爱，并且可以吸引别人的爱。而那些满怀愤恨的人却只能得到愤恨。头脑中满是战斗思想的人在获得成功前往往不得不面对无数战斗。道理就是这么简单，所以任何一个人都可以通过心理的无线通信来获得自己所召唤的东西。在早晨起床后容易发怒的男人早餐吃完之前往往就会想方设法地使全家人都处于同样的情绪状态中，那种习惯于“唠唠叨叨”的妇人通常会在一整天里找到足够的事来使自己的“唠叨”感得到满足。

思想方面的吸引是一个非常重要的事实。因此，当你

停下来思考时，就会明白环境确实是由自己制造的，虽然你完全可以把原因归咎于别人，可事实不容质疑。掌握这个法则的人通常都会持有一种积极而平静的思想，并且不会受到自身周围不和谐环境的影响，关于这一点，我们已经逐渐了解了。这些人就如同是在装满油的容器里注入了烦人的水，当风暴在他们四周肆虐时，还可以无动于衷地平静休息。而一个懂得这个法则运行之道的人，不会任凭一阵思想风暴摆布。

躯体力量的时代已经被我们跨越过去，而智力至高无上的时代也逐渐被我们征服，因此，当下正在进入一个全新的且之前几乎毫无所知的领域，那就是精神力量的领域。这个领域就像其他领域一样，有属于自己的法则，而我们需要做的就是熟悉它们，否则，我们就会因为在这个层面上的无知而陷入艰难处境。如果想顺利地掌握关于这个领域能量的潜在原理，那么，我会努力为你铺平道路。这样的能量正在我们面前展开，而这种伟大力量完全可以被你充分利用起来，你可以把它用于合理且有价值的目标上，就如同现如今人们应用蒸汽、电能及其他形式的能量一样。

一次，我和一位朋友谈起了思想上的“吸引力法则”，他对这一点很不认同，他说那只不过是一种偶然而已，还说他不相信思想中存在着那样一种能把他想要的东西吸引过来的力量。而且，他认为自己每隔一段时间就会

走霉运，在那个阶段自己几乎事事不顺心，一旦度过那个时期，一切又都会好起来，可不知道什么时候“霉运”阶段又会开始。当他处于“霉运”阶段时，觉得自己做任何事都无法做好，原因很简单，因为他正在走霉运，所以什么事都做不成。因此，他不相信“吸引力法则”，并且认为那是碰运气的事。

实际上，他的话恰恰印证了“吸引力法则”的正确性，只是他自己还没有发现而已。他先是认定事情无法顺利完成，然后事情就按照他所认为的那样发展下去，对于这一点，他自己也亲口承认。这正是“吸引力法则”发挥作用的一个极为鲜明的例子，可他却仍然毫不知晓。他是一个固执己见的人，不愿意尝试从这样的怪圈中解脱出来，甚至每隔一段时间就会想自己好像又快要走霉运了。此后所发生的事也证明了他的想法是正确的，因此，下一次他就越发坚定自己的想法，别人的劝告也听不进去。

很多人都认为使“吸引力法则”起作用的唯一方法就是让自己的欲望变得强烈、坚定和持久，可他们没有意识到，强烈的信仰与强烈的欲望是同样有效的。那些成功人士始终相信自己所具有的能力，并且坚信自己一定能够获得最终胜利，尽管他们偶尔也会跌倒或迷茫，可前进路上的小困难和小挫折永远无法击倒他们。他们会坚定地朝着自己的目标大踏步前进，自始至终都坚信自

己一定能达成心愿。另一方面,在向着成功进发的过程中,他的观点和想法都很可能发生改变,他的计划也会因环境的不同而作出相应调整,然而,在内心里他却一直坚信自己会“到达那里”。他不是坚定地“希望”自己能够到达,而是“感觉”并且“相信”自己一定能到达,正因为这样,无数的“精神吸引力”才会被他获得。

同样,认为自己一定失败的人毫无疑问都走向了失败。究竟谁能拯救这样的人呢?他连自己都不相信,又怎么会相信别人?他所想、所说及所做的每件事都沾染上了失败的气息,当他感受到这种气息时,就开始怀疑自己的能力,而且会把这一切结果归咎于坏运气,而不是自己对于失败的信仰。失败的条件和前提正是他自己制造出来的,于是,他的失败也就在所难免。与此同时,他大脑中那一部分原本能够为他的成功献计献策的力量也被消极的想法阻止了,因为那部分思维只为那些对成功抱有坚定信仰的人服务。

当消极沮丧的想法占据了某个人的思维时,他的头脑就绝对不会闪现出智慧的火花。只有先使自己充满了激情和希望,才能使我们的头脑有效率地运转,也只有这样的精神力量才能为我们创造财富。

有些时候,我们能够从某些人的身上感受到失败的气息,而另外一些人则刚好相反,他们完全被成功的气息所笼罩,这种判断力源于人们的直觉,而绝大多数人都

具备这种直觉。因此,有的人遇到暂时困难时,总会说:“没关系,很快就会好起来的,我们是不会被打败的。”正是那占据主导性的思想态度导致了这种气息产生,那么,现在就行动起来吧,把你身边那些消极的气息彻底铲除!

在这个世界上,没有任何事是仅凭运气就能完成的。任何事物都遵循一些最基本的法则,任何事情的发生都在这类法则的控制下。仅凭运气就能完成的事根本不存在,不信你可以试试,找任意一件事来分析一下,到最后你就会发现任何事都是符合宇宙间的基本规律的。这个道理就如同“一加一等于二”一样。

不管是宇宙运转,还是一粒种子的萌芽生长,任何人的计划和目标及任何事物的原因和结果都遵循着一定规律。悬崖上的一块石头掉下来并不是偶然现象,那块石头很有可能是受到了几个世纪的地心引力影响才会掉下来。然而,地心引力的存在又是由于其他的原因,如此这般,我们能无休止地一直追溯下去,直到找出一种没有任何原因的原因。

生活中也存在着法则,它同样不是光靠运气。不管你清楚与否,相信与否,这个规律都在不停地运转着。或许你就是那个无知无觉地生活在规律之中的人;或许由于你对规律的无知或违背而不停地给自己制造麻烦;或许在有些时候你被卷入了法则的洪流中,生活因此而走向另一番天地。实际上,不管怎样抵抗,你都无法摆脱

规律的控制。你能任意制造矛盾，也能自由地反对它，然而所做的一切都不能伤到规律哪怕一根毫毛。你尽可能以这样做下去，直到自己接受教训为止。

我们通常用“吸引力法则”这个名字来称呼这个法则。在这里我需要重申一点：你的想法是十分重要的，所做的一切都源于你的思维，因此，你会接受那些与自己思维相近的东西，抗拒那些与自己的观念相悖的东西；你会去做自己感兴趣的事，而对不感兴趣的事不理不睬。如果其他人在有意或无意中发出了某种思维信号，你的大脑会自动地辨别那个人的想法是否与自己合拍。假如合拍，一种吸引力就会产生于你们之间；反之则不仅不会相互吸引，很有可能还会相互排斥，甚至产生巨大的矛盾。

假如你的思维一向积极活跃、乐观向上，那么，具有同样性质的人和事就会被你吸引过来。什么样的东西会对你产生吸引力，是由你的主导性思维决定的；什么样的人会成为你的朋友或配偶，也同样由它决定。你的气质是由自己的性格基调日积月累而成，因此，那些能够与你产生共鸣的人或事会主动与你靠近，同时还会为你造就出适宜的生存环境。而你会在不知不觉中受那些人影响，当然，你也会影响他们，久而久之，你们达成了一致目标，并且成为了生活道路上的伙伴，直到其中的某个人改变了自己的想法。