

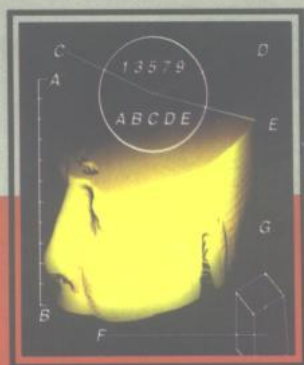
Unlimited Power 激发心灵潜力系列

世界最伟大的成功学

UP成功训练教程

迈向成功的阶梯

心灵革命



Unlimited Power

Unlimited Power

曾使千百万穷苦潦倒的人走向成功的宝典

唤醒你内心蕴藏的惊人潜力
当心灵脱胎换骨地改变
你就可以完成任何事情

柏桦/王立宇/编著 中国文联出版社

心灵革命

柏桦、王立宇 编著/中国文联出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

心灵革命/柏桦编著. —北京: 中国文联出版公司,
1997 6

ISBN7-5059-2693-5

I. 心… II. 柏… III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 20453 号

书 名: 心灵革命
编 著: 柏 桦 王立宇
出 版: 中国文联出版公司
发 行: 中国文联出版公司
地 址: 农展馆南里 10 号 (100026)
经 销: 新华书店总店北京发行所
责任编辑: 吴若竹
责任校对: 志 坚
责任印制: 董 华
印 刷: 成都市老年事业印刷厂
开 本: 850×1168 毫米 1/32
印 张: 14
字 数: 298 千字
插 页: 2 页
版 次: 1997 年 10 月第 1 版第 1 次印刷
印 数: 1—3000 册
书 号: ISBN7-5059-2787-6/I·2077
定 价: 26.80 元

如有质量问题, 请寄回印装厂调换

人人成功的性格模式

任何限制,都是从自己内心开始的

前 言

人是有人心的，这似乎是一个不争的真理，但是仔细想一下，你的心灵在什么地方，却根本没有正确答案。本书试着把心灵解释为一种心理经验和成功的性格模式，而“心灵革命”则是破除人们以往自我封闭的认知模式，建立一种新的成功者的心理素质。

虽然心理学方面的书籍早已多如牛毛，但是那些理论往往过于深奥或流于言表，根本不能去实践，而这本书写的却是那些活用学术理论，并以此取得实际生活的成功者，如安东尼奥·罗宾等人的成功精华。

读这本书事实上是你的一生“心灵革命”在每个人生命中，往往由于思考的惯性和习惯对许多完全可以达到的目标望而却步。“任何限制，都是从自己的内心开始的”。只有激发自己的心灵潜力，才能去克服这种思维的局限，让自己的潜力与能达到的顶峰相匹配。本书以学理上的分析和事实的论证，让读者从身心两方面改变自己，建立自己拥有“无限能力”的信心。

“如果不给自己设定限制，你的人生就没有任何阻碍的藩篱”，谨以此句与读者共勉，希望并且相信任何一位想改变自己人生的读者，都可以在书中找到永恒的答案。

上篇 心灵革命

目 录

第一章 掌握命运的权杖 (3)

“赫赫伟业是怎样建立的呢？它不在于你懂得的知识技能有多少，而在于你切实有效的具体行动。”

——赫胥黎

第二章 改变打开一个新世界 (23)

“有什么能与人生的奇特曼妙相比呢？人生无穷无尽的巨大魅力就在于，你如愿以偿的最美好的东西，往往是你不懈追求的结果。”

——索美塞特·毛姆

第三章 心境的神奇 (39)

“不论行善还是做恶，都在我们电光火石的念头中产生，悲欢贫富也具有同样的特点”。

——爱德蒙多·斯朋瑟

第四章 信念创造人生巅峰 (57)

“何谓信念？信念就是能够主宰你人生梦想的东西。你信念的大小就决定了你未来成就的大小。”

——安东尼·切科夫

第五章 成就卓越的谎言 (73)

“我们是自我心灵的主宰！万事万物皆在我心，是天堂还是地狱，全在自我的一念之间。”

——约翰·弥尔顿

第六章 开启心灵善用头脑 (87)

“不要总是把眼光放在
挑剔毛病上,你的当务之急
应该是探求改进之道。”

——亨利·福特

第七章 获取成功的心理施行序列 (110)

第八章 开启他人成功的心略 (117)

“人生就像只有一个入
口的曲折幽深的隧道,你必
须脚踏实地地从入口处开
始,一往无前地不断探索,直
到尽头为止。”

——李韦斯·卡洛尔

第九章 心态转移的魔力 (135)

“两手紧握,内外合一,
让幽灵畏惧你的存在。”

——棒拿赛·韦尼丝

第十章 身体是你的武器 (142)

人生事业和幸福的前提
保障是健康
——本杰明·迪斯诺尼

第十一章 什么才是你想要的 (156)

“成功就在你的脚下。”
——莫利

第十二章 精确的表达 (167)

第十三章 奇妙的默契 (176)

第十四章 建立自己的性格模式 (183)

第十五章 作个解题高手 (196)

第十六章 掌握视角方向 (203)

第十七章 一定要成功 (210)

“竭尽全力，尽我所能。”

——西奥多·罗斯福

第十八章 建立自己的价值体系 (223)

“人们只有各施其能
才可以问心无愧。”

——玛师骆

第十九章 美梦成真 (232)

第二十章 征服他人的心 (238)

能够风雨同舟的朋友是
你一生中最大的财富，它使
你在困难的时刻仍然能够看
见光明、走出泥沼。

——福斯特

009680

下篇 心灵年历

- 第一月 开启命运之门 (247)
——梦想·决定·行动
- 第二月 学会收获梦想 (265)
——痛苦与快乐的转换方式
- 第三月 信念的力量 (282)
——创造·毁灭
- 第四月 找寻终极答案 (299)
——提问·解答·提高
- 第五月 走出习惯 学会改变 (316)
- 第六月 词汇的力量 (334)
——词汇·随意·转化
- 第七月 心情的主人 (354)
——影响力·情绪·行动

- 第八月 开阔人生的视角 (376)
——注意力·角度·范围
- 第九月 改善价值认知 (395)
——空间·信念·价值观
- 第十月 体验自我奥秘 (411)
——自我认定·改变·毛虫到蝴蝶
- 第十一月 心的方向 (432)
——金钱·人际关系·健康
- 第十二月 快乐之本 (438)
——帮助·服务·付出



上篇 心灵革命

第一章 掌握命运的权杖

“赫赫伟业是怎样建立的呢？它不在于你懂得的知识技能有多少，而在于你切实有效的具体行动。”

——赫胥黎

他的足迹遍布世界各地，他的声音传向天涯海角。他一路上马不停蹄、风尘仆仆，接受着总统、首相的亲切会见、热情款待，也面临着战胜贫穷、病患的严峻挑战。他是和平的使者，是光明的象征。他孜孜以求的伟大理想就是使全人类的人们能够和和睦睦、幸幸福福地生活着、繁衍着。

为了自己的神圣而美好的理想，他不辞辛劳、鞠躬尽瘁。但是，他并不像大多数人一样，为了理想就必须得抛弃家庭、事业甚至故意承受苦难。恰恰相反，他婚姻美满，家庭幸福，与娇妻情深意浓，与家人和和美美。这就是他，年轻富有、健康快乐、事业成功。他就如一颗璀灿耀眼的明星，引起了人们的极大兴趣，也使我们心情激荡，下定决心寻根究底，一览庐山真面目。

令人难以置信的是，就在三年前，他还只是一个穷困潦倒、身无分文、屋无片瓦的流浪汉。他低声下气、死磨硬缠地

求得了一个立锥之地。那是一间肮脏不堪，充满恶臭、疾病与死亡气息的单身公寓，房子小得只够摆下一张单人床，一个破旧的写字台，其他的杂物不得不都堆在床底下。

恶劣的环境造成他恶劣的心境，渺茫暗淡的前途更使他心灰意冷、意志消沉。他头发蓬乱，胡子拉碴，每天吃了睡，睡了吃，过着自暴自弃和潦倒孤寂的生活。而如今，他却显得朝气蓬勃，健康、英俊而快乐，生活中充满着雨露和阳光，前途远大，如花似锦。只有高中学历、年仅二十五岁的他是怎么成就如此神奇的辉煌的呢？他这种充满理想色彩、天差地别的悬殊转变到底是怎样实现的呢？让我们来一窥奥秘吧。

或许有人会疑惑地问：“这是谁呀？安东尼奥怎么会对他有如此深刻的了解？”安东尼奥对他真是太熟悉了，他的音容笑貌、一举一动都在其掌握之中，就连他的口味也一清二楚，因为安东尼奥就是他，他就是安东尼奥。

什么叫做成功？恐怕是众口一词，莫衷一是。有人认为是获得大量的金钱和财富，有人认为是加官晋爵、权高位尊，有人认为是一次又一次的击败对手，甚至赢得心爱女人的芳心，通过一次考试也可以叫做成功。可见成功是有一定的标准的。在很大程度上，它是每个人的情致兴趣决定的。不过，人们通常把大家都赞赏、称誉和追求的东西叫做成功。

就目前而言，安东尼奥拥有了一定的身份、地位和财富，但这三者并不是他所不懈追求的终极价值目标。他认为他的真正意义上的成功应该是，持之以恒地去修身养性，用他全部的心智、技能、学识以及财富为尽量多的人们创造尽量多的成功机会，从而实现人类的共同发展、进步和繁荣。这就是他的成功标准，他的理想目标。安东尼奥将为着这一美好理想而