

LAW OF
THE ATTRACTION

吸引力法则

心想事成的秘密

HOW TO MAKE
IT WORK
FOR YOU



[美] 埃斯特·希克斯 杰瑞·希克斯 著
邹东 译

光明日报出版社

THE ^{LAW OF} ATTRACTION

吸引力法则

心想事成的秘密

[美] 埃斯特·希克斯 杰瑞·希克斯 著
邹东 译

光明日报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

吸引力法则 / (美) 希克斯 (Hicks, E.), (美) 希克斯 (Hicks, J.) 著; 邹东译. -- 北京: 光明日报出版社, 2015.2 (2016.4 重印)
书名原文: The law of attraction
ISBN 978-7-5112-7713-8
I. ①吸… II. ①希… ②希… ③邹… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 006130 号
版权登记号: 01-2014-8013

THE LAW OF ATTRACTION

Copyright © 2006 by Esther and Jerry Hicks

Originally published 2006 by Hay House Inc., USA

Simplified Chinese translation copyright © 2015 by Beijing Double Spiral Culture & Exchange Company Ltd.

ALL RIGHTS RESERVED

吸引力法则

著 者: 【美】埃斯特·希克斯 杰瑞·希克斯 译 者: 邹 东

策 划: 双螺旋文化

责任编辑: 黄海龙

责任校对: 傅泉泽

特约编辑: 唐 浒 申 海

责任印制: 曹 诤

装帧设计: 郭朝慧

特约技术编辑: 张雅琴 沈永勤 杨 骏

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67078248 (咨询), 67078870 (发行), 67019571 (邮购)
010-63497501、63370061 (团购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

邮 箱: gmcbcs@gmw.cn

法律顾问: 北京德恒律师事务所龚柳方律师

印 刷: 北京中科印刷有限公司

装 订: 北京中科印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 140 千字

印 张: 7.25

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2016 年 4 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-7713-8

定 价: 28.00 元

版权所有 翻印必究

免责声明



本书作者已声明其道义权利。

本书版权未经出版商书面许可,书中任何一部分资料都不允许通过任何机械手段、摄影手段、电子技术手段或录音记录手段进行复制,亦不能将之存储于检索系统,为个人或公共使用而进行传输、复制;在文章和评论中作为简短引言而进行“合理使用”的情况除外。

本书未经医生的直接或间接指导,作者并未发布医疗建议,也没有指定使用任何技术手段作为生理问题或医疗问题的治疗方式。作者的意图仅仅是为您的情绪稳定和精神健康幸福之诉求提供一般性的信息。基于您所拥有的基本权利,您可以使用本书所提供的任何信息,本书作者及出版商对您的行为不承担任何责任。

谨以此书献给——

总在渴望启示与向往幸福的人们
遇到人生问题和困境不断寻求答案的人们

献给我的孙儿们——四个快乐的小家伙：萝瑞尔(8岁)，凯文(5岁)，凯特(4岁)，还有卢克(1岁)。他们无忧无虑的生活，就是本书想让诸位达到的最终状态；他们对人生无所诉求，人生的大智慧往往在这样的人身上。

本书还要特别献给路易丝·海。感谢她对幸福法则的不断求索与学习，感谢她将之传播于全球的渴望，感谢她最终开创了 Hay House 出版发行公司，从而全世界的人们得以共享无限的智慧与快乐。

前 言



尼尔·唐纳德·沃尔希^①

好了,就是这本书了。

它将为你展现人生的全部智慧,你再也不必四处寻找。放下所有其他的书本吧;退出所有的工作坊和研讨会吧;告诉你的生活教练,你不再需要接听他们的电话。

美丽人生的智慧,生命之旅的“交通”规则,幸福生活的启动方式,尽在此书。

就在你打开扉页的这一刻,你的世界已经悄然改变。

看一看,看看捧在你手里的这本书。

你做到了!你把这本书摆在了它应该在的地方,摆在了你的眼前。它不偏不倚地占据着你的视线。仅此一点就足以证明:这本书肯定非同凡响。

你明白了吗?倘若不明白,千万不要略过此节。真正地弄懂这些,对你而言至关重要。

^① 尼尔·唐纳德·沃尔希,美国畅销书作家,一九四三年九月十日生于威斯康星州密尔沃基市,著有《与神对话》系列和《回归内心——过上永生的生活》。

听我慢慢道来。

在你意识所能碰触的最深角落,在你思维某处极为重要的位置,你设定了一个目标,吸引并接收生活的全部智慧——而这正是本书要传递的信息;否则,这本书只能与你擦肩而过。

请允许我告诉你,你手里所捧着的这本书,正是你内心的诉求吸引而来的——由此可以证明,吸引力法则真实无误、行之有效,并且已经在现实世界得到了力证。

这可不是无关紧要的小事,这是了不起的伟大发现!请相信我,吸引力法则即将为你带来人生的重大改变——它能把你原本计划和梦想的一切,精确地带动并全部实现。

这是我们一直渴求的。这是我们所设定的目标。我们早就期待能有这样一个指导了。现在仅有的疑问就是:**规则是什么?如何做到?**

那么,就此开始吧。你先要有所要求,才能有所收获。你要求什么,就能得到什么——这是吸引力法则的第一条。但吸引力法则并不仅限于此,还有更多的规则。而那些规则才是这本非同寻常的书所要告诉你的。阅读此书,你将不仅收获令人惊叹的方法——过上理想生活的方法,还将学到使用这些方法的实用性指导。

你肯定默默地期盼过,生活中能有这样一本指导书相伴左右。

哈,不错的愿望。正是由于你愿望的吸引,现在它出现了。

为此,我们要感谢埃斯特和杰瑞·希克斯夫妇。当然,还有亚伯拉罕——在那精彩迷人、令人心潮澎湃的后文内容中,你将了解他们的一切。埃斯特和杰瑞一生致力于分享来自亚伯拉罕

的精妙绝伦的信息,并且乐在其中。为此,我对他们钦佩不已,他们在这份光荣的事业中表现非常杰出,为我们共同从事的事业带来了荣耀:他们经历并体验到生命本身的灿烂,并且触及了生命真正的本质。

我知道,你肯定会为本书所蕴含的智慧而惊叹不已、心怀感激。我还知道,阅读本书,你的人生即将迈入的转折。这里不仅仅有宇宙间最重要法则的描述——这是你真正需要了解的,还有对生命原理通俗易懂的阐释。这是一本令人叹为观止的参考资料和事实素材;这是一部才思横溢、饱含真知灼见的集子。

我只对为数不多的几本书,真诚地做出如下建议:**仔细阅读书中的每一个字,照着本书中所写的去做**,它回答了你内心渴求的所有疑问。所以,毋庸赘言,全神贯注地用心学习吧。

书中的规则,是关于如何发挥注意力的力量的,一旦你关注到这点,用心去想,用心去做,你的每一个目标都会慢慢在现实中呈现出来——而这些必将永远改变你的人生。

序 言



杰瑞·希克斯

翻开本书,你会看到一种突破性的实用人生智慧跃然纸上,这些智慧并不是凭空来的,我和埃斯特在 1986 年找到了它们,而那时,我已经被一系列冗长的、悬而未决的人生难题困扰了多年。

徜徉于书页之间,你会领略到亚伯拉罕的智慧——交流的开始几天,他们就亲切地把这些智慧传授给我们。(请注意,“亚伯拉罕”是一群充满爱心的实体,所以用复数称呼“他们”。)

本书来源于录音记录。作为十套专题录音磁带其中一套的一部分,这些录音第一次正式出版发行是在一九八八年。从那时起,万能的吸引力法则——亚伯拉罕基础教导中的许多观点,就已经通过各种形式广为人知,散见于书籍、CD 激光唱片、DVD 光碟、邮寄明信片、日历、报刊杂志、广播、电视脱口秀节目和作坊,同时还有许多畅销书作家把亚伯拉罕的教导糅合到他们的作品中。尽管如此,在这本《吸引力法则》问世以前,还从来没有一本单独的书册将这些原始教导完完整整地阐释清楚。

(如果你想听听这个系列的原始录音,可以登录我们的网

站免费下载长达七十分钟的亚伯拉罕介绍,网址为:www.abraham-hicks.com。)

本书是通过誊写原始的“亚伯拉罕智慧”——五张入门系列 CD 录音而创作的,为了让你的阅读更加愉快,我们还请亚伯拉罕做了些许修改。

一直以来,数以百万的读者、听众和观众都分享着这些教导带来的惊喜,他们说,这些教导让他们内心快乐和安宁。所以,在整理这本《吸引力法则》的时候,我和埃斯特怀着极为激动的心情,谨以此书为你呈现亚伯拉罕的原始智慧。

这本书和亚伯拉罕的《有求必应》相比有何区别呢?您可以把《吸引力法则》看作是亚伯拉罕智慧的起源,所有的教导都源自此书。而《有求必应》则是前二十年亚伯拉罕教导的全集。

在本书准备公开出版发行之际,我们重温了这些足以改变人生的智慧。对我和埃斯特而言,这是一段美妙的体验,它让我们回想起多年以前亚伯拉罕生动讲解这些精妙法则的情景。

从一开始接受这些智慧,我和埃斯特就不遗余力地把它们应用于现实生活,而我们取得的非凡进步,简直令人难以置信。亚伯拉罕所说的一切意义重大,并且通过实际运用,我们已经在现实经历中得到了证实。带着这种非同寻常的快乐,我们以自己的生活经历向你保证:这本书很管用!

THE^{LAW OF}ATTRACTION
吸引力法则

目 录

前言 尼尔·唐纳德·沃尔希 / I

序言 杰瑞·希克斯 / V

第一部分 通往亚伯拉罕经历之路

简介 / 003

我不再恐惧 / 012

我和亚伯拉罕的对话 / 022

通往健康幸福的入门指导 / 028

第二部分 吸引力法则

万能的吸引力法则:详细定义 / 033

思维拥有磁力 / 038

亚伯拉罕的创造性工作坊 / 048

并非所有的法则都是万能法则 / 053

我决定改进我的生活 / 069

我想要更多快乐、幸福与和谐 / 075

目录

第三部分 有意创造的科学

有意创造的科学:详细定义 / 089

我可以信赖内心的指导 / 095

如何远离不想要的事物 / 109

为什么有人需要证明自己 / 121

第四部分 接纳的艺术

接纳的艺术:详细定义 / 135

接纳的艺术是我的生活重心 / 147

接纳,从极度贫困到富有和成功 / 157

第五部分 阶段计划

美妙的阶段计划过程 / 173

现在就是最好的时机 / 175

现在思考的想法正在预设我的未来 / 180

关于成功,有没有令人信服的衡量标准 / 189

为什么大多数人得过且过 / 197

有人能够不劳而获吗 / 206

关于作者 / 214

THE ^{LAW OF} ATTRACTION **第一部分**
吸引力法则 通往亚伯拉罕经历之路

简介



杰瑞·希克斯

我们写作此书,就是为了介绍吸引力法则和其实践方法,引导你清晰而准确地实现自然的健康、幸福状态。我一生积累的疑问,在本书中都得到了准确有力的解答,而通过阅读此书,你将亲身体验到这些独一无二的智慧,并且受益匪浅。如果你成功地学会了运用这个以快乐为中心的实用人生智慧,那么你也能够指导别人过上心目中的完美生活。

很多朋友向我表示,我所提出的问题,或多或少也是他们的真实写照。由此可见,亚伯拉罕的回答中所蕴含的明晰与精准,将为你扫清长久以来的疑惑,使你获得真正的满足,不仅如此,你还能像我们(我和埃斯特)一样,体验生命重新焕发的激情。使用全新的眼光看待生活,运用我们在此提供的实践方法,你将能随心所欲地实现想做的任何事情,成为理想之中的任何人,拥有想要的任何事物。

早在开始记事起,生命于我,就如同流淌的河流,有跳跃不断的美丽浪花,也盛产出无穷无尽的疑问。遇到困扰时,我强烈地渴望能找到一种智慧,来解决这些疑问,但很遗憾的是,我始

终无法找到满意答案。

然而,自从亚伯拉罕进入我们的生活后,开始向我和埃斯特揭示他们对宇宙间强大法则的理解,同时又向我们传授行之有效的实践方法,帮助我们将空想和理论转化为实际成果,我才终于认识到,在我的成长路途中,每一步都没有浪费,正是那些不断接触的书籍、老师和各种各样的生活经历,一步步将我领向发现亚伯拉罕之路。

阅读此书,你很快就会发现亚伯拉罕带来的智慧。同时,你也应该认真抓住现在拥有的机遇。我心里很明白,这些智慧极大地提升了我们的生活经历。我已经准备好了。我也很清楚,如果你还没有做好准备来接收这些智慧,那么你现在手里就不会捧着这本书了。

我替你激动不已,因为你即将沉浸于阅读本书的快乐之中,去发现亚伯拉罕带来的简单而强大的法则和实践方法。以此,你可以把任何想要的事物有意地纳入生活之中,也可以把任何不想要的事物抛开。

源源不断的宗教团体

我的父母虽然都不是宗教人士,但是以前我却对宗教有着非常强烈的冲动,千方百计地寻找教堂,沉迷于它们的宗教信条,所以我总对自己感到惊讶;一直到我成年,这种冲动仍然深埋我心,时刻发挥重要影响。也许这是一种尝试,试图填补我内心深处的空虚;或者是由于周围有太多的宗教人士,他们展示着各自的宗教狂热,并声称自己发现了真理。

十四岁以前,我的生活地点遍及六个州,总共在十八个地方安过家;因此我有机会来评价各种不同的人生哲学。在每个地方,我都会不由自主地走进一个又一个的教堂,每次都满怀希望,期待着在教堂大门里面能够找到我想要的东西。但是,每当我从一个宗教或哲学团体离开,转向下一个团体时,我的失望都会加深,因为他们各自宣称自己掌握真理,轻易断言别人的观点都是谬论。在这种情况下,我的心一次又一次地沉入谷底,我知道自己并没有找到想要的东西(惟有当我发现亚伯拉罕的智慧之后,才能够理解这些明显的哲学矛盾,并不再为此产生消极情绪)。所以,我继续寻找答案。

显灵板^①拼写英文字母

在我的个人经历之中,尽管从来没有接触过任何一块显灵板,不过,以前我倒是对它怀有相当强烈的反感。我认为,往好处想,它顶多只是一个游戏,往坏处想,它绝对是个骗人的把戏。所以,一九五九年,华盛顿州斯波坎市的朋友向我提议玩一玩显灵板时,我立即反对,认为这太荒唐了。但是朋友仍然坚持要玩,接着让我头一回真实地体验了一把,如此一来,我才亲眼看到一个奇迹的诞生。

既然我还在为一系列人生难题寻求答案,索性我就拿来问显灵板:“我如何才能做到至善?”一开始,它以一种极夸张的速

^① 显灵板,也称占卜板。是通灵人士使用的一种平板,里面印着字母、数字和其他的符号,参与者通过移动手指来指定符号,传达另一个世界的信息。