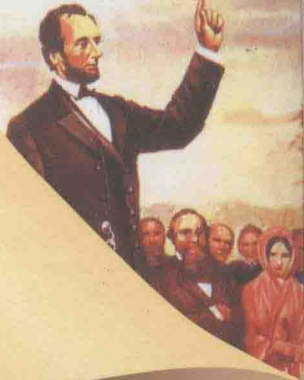




青少年励志经典文库
POCKET BOOK

31



让你光彩照人、魅力四射的休闲读物！
让你站在舞台中央接受灯光聚焦的励志经典！
告诉你获得吸引力的全部秘密！

成为有吸引力的人

Get Magnetism

【美】奥里森·马登 著
王晓芸 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

31

成为有吸引力的人

Get Magnetism

【美】奥里森·马登 著
王晓芸 译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(C I P)数据

成为有吸引力的人 / (美) 马登著 ; 王晓芸译. -- 北京 : 新世界出版社, 2013.6

ISBN 978-7-5104-4136-3

I. ①成… II. ①马… ②王… III. ①个人—修养—通俗读物 IV. ①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第050496号

成为有吸引力的人

作 者: [美] 奥里森·马登

译 者: 王晓芸

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: 144 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 978-7-5104-4136-3

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

目 录

Get Magnetism

成为有吸引力的人

CONTENTS



第01章	让自己变得有吸引力	001
第02章	给人一个好印象	013
第03章	学会吸引别人	021
第04章	这样才讨人喜欢	029
第05章	塑造迷人的个性	037
第06章	勇气使你充满力量	053
第07章	肯定自己	063
第08章	如何赢取别人的欢心	079
第09章	礼多人不怪	095
第10章	仪表是你给人的第一印象	107
第11章	优雅的举止使人欣赏	117
第12章	衣着要得体	143
第13章	聊天也是一门学问	155
第14章	做一个演讲高手	165
第15章	写出漂亮的文章	181
第16章	礼貌会为你加分	189
第17章	成为人人喜欢亲近的人	219

III

Get Magnetism

第 01 章

让自己变得有吸引力

Get Magnetism

无可非议，思维文化是生活的核心议题。虽然平日里我们全力声称我们渴望得到的只是真实的自己，但现实的习惯就如同一块磁力强大的磁石一般不断为我们吸引到我们渴望得到的东西。在我们不断坚持强化成功思维的同时，我们吸引成功的能量也越来越强。

对富足、成功的渴望会让一个人思维开阔。你内心的愿望会真实地反映在你的生活所得中。你发出去什么样的思维，现实世界就会回应你与此对应的现实。

人就如同一块磁石，每个人都可以从任何他渴望的方向引导这种吸引力，利用这种力量使自己得到渴望的东西。

你应该先为自己想要的东西做一个自己的磁场，进而再让自己的生活变得更高效。必须学会如何将那些能够帮助你在工作中成功的东西吸引到你的身边，因为它们会使你达到目的。

摆脱贫穷的有效方式就是通过为自己打造一个富足的磁场来战胜它。生活就像一条奔腾的溪流，给我们提供源源不断的补给。如果不能从中得到你需要的东西，错在自己。

很多人都知道同性相吸的道理，我们生活中的很多东西正是从吸引定律而来。你的任何所得都是你通过自己的内

心愿望将它们吸引过来的。表面上看来，这些是你赚到的，是你用工资买来的，是你努力的成果。但其实你的成功思维、你的心理计划出现在你的现实努力之前，它们是收获成功的钥匙。如同蝴蝶效应一般，仅仅改变一下心态，很快就会让你生活的方方面面开始变化。你要为自己造一个成功的磁场，它会让你实现雄心壮志。

就如同那句话所说：“上天护佑那些眼睛能够看到富足的人。”这是一种基本的真理。你的心之所想、眼之所见是构建你的外部条件的基石。它们才是不断作用于不可知世界的力量。你对获得优越环境的欲望越强，让它变为现实的力量也就越大。

如果你想成为一个成功的磁场，就应该坚定地告别贫穷，奔向富足。从现在开始行动，不要总是想着：明天再开始吧！即便并不富足，也要尽量穿得像一个富足的人，在心中假想一个富足的形象，像这种人一样走路、做事，并以富足的方式思考。如果一个心理治疗师满脑子都是患者阴暗的画面和症状，是无法给身患绝症的病人以心理支持的。他必须将他的病人看成是完整、干净、健康的人，就像造物主刚创造的那样，并忘记一切疾病带来的苦痛挣扎。他必须在病人身上看到那个理想的人，并承认他的神圣性。

同理，只要你仍有忍受贫穷的心态，就无法改变现状。要想摆脱贫穷变得富足，就得有富足的思维，要将富足的画面时刻存放在心里。你一定不能让贫穷的影子出现在你身上。你必须根除你身上所有贫穷的标记，不论是在心态上，

还是在外观上。即使此时的你衣衫褴褛、风餐露宿，你仍然可以对你渴望得到的东西充满期待。怀抱希望是你与生俱来的权利，你能在身边所有的事物上反射出希望之光。

追寻富足的动力之源在你心中。你要尽力让自己置身于一种富足的氛围中，在思维上为获得富足打下基础。也就是说，你的所想和所做是结合在一起的，不论你怎么想，想些什么，这些都会对你周遭的事物产生影响，融入你的生活中。

我们常说有的人“总是很幸运”，“做什么都易如反掌”。其实，这都是思维力量的结果，这种看不见的力量将他们的现实行动直接指向设定的目标。发出多少思维力量，就能得到多少回报。

对穷人而言，在战胜贫困方面最先获得的心理助力就是将自己想象成一个富足的人：住得舒适，穿得体面，生活中有各种精美的东西存在，身处成功阶层中，有能力为人类美好的将来作更大努力。

我们生活中的一切，包括吃的食物、穿的衣服、住的房子，甚至我们呼吸的每一口空气，都源于大自然这个供应之所的无尽补给。阳光是生命之源，若没有了阳光照耀，长期乌云蔽日，无疑地球上的生灵将不复存在。离开它，任何生物都无法生存，任何植物都无法存活，将不会有花草树木、飞禽走兽，更不会有水果蔬菜供我们食用。没了阳光，地球将会和月球一样寒冷、荒凉、毫无生机。我们拥有的一切都来源于造物主的伟大创造，没有了这些，我们一刻也无法生存，那为什么不因此将它作为财富之源呢？

人人都渴望富足的生活，就连造物主也不会愿意他的子民整日在贫苦的辛劳生活中挣扎。人们生来就有权利获得生活必需品，有权利享受一切美好的东西。如果你一直过着食不果腹、闭塞麻木的贫苦生活，就要试着在自己身上找原因，弄清楚是什么导致你无法摆脱这种贫困状态。其实每一个人面前都有富裕之门敞开着，能否跨进此门全看自己。没有任何人有权关闭他人——哪怕是一个地位卑微的孩子的神圣富裕之门。内心的贫穷才是真正的贫穷，除了自己，没有任何人能控制你的内心。

要在心中时刻谨记，追求富足是你与生俱来的权利，富足的生活才是真正适合你的。正因如此，你应该有所要求，拒绝贫穷，应该告诉自己：“我什么也不缺，我是一个真正富足的人，因为我的天赋就是我无尽的生活之源。”

拒绝贫穷就意味着下定决心不和它有任何瓜葛，永远不会在心里接受贫穷的任何暗示。若你倾尽全力追求富裕的生活，在心中设想着富足的情景并切实地制订前进的计划，它就一定会向你走来。

假如你是一个身居陋室的穷人，你和妻儿在此刻确定了今后会努力实现的幸福目标，那么，自此以后，你的生活就会日渐走向富裕而非贫穷。要对自己说：“作为天父之子，不能以展示贫穷的面貌为荣。我不能不懂得感恩，不能在碌碌无为的平庸中耗尽一生，不能让人觉得我什么都不顺利，除了无尽的失望一无所有。至少我可以像别人一样抬头挺胸、昂首阔步地生活，至少我身体健康，并且有

幸能享受温暖的阳光和清新的空气，这就值得我去感恩。”

我们可以从这些地方着手改变：打扫你的家，让它更加清洁舒适；改变你的穿着打扮，让自己更大方得体；注意你的谈吐，让自己更有修养；振奋你的精神，使自己积极向上、努力奋斗。你的这些变化会使你的眼中闪烁着希望之光，你的邻居和朋友会感受到你身边氛围的不同，他们会看到你的家、你的伴侣、你的孩子都在发生变化：你们开始面向光明而非黑暗，充满希望而非失望——这些心态上的变化会对你和你家人的生活态度产生深远的影响。

当你展现出希望、信心和决心的光芒之时，你就已经为自己建立了一个充满吸引力的磁场。人们会忽略你衣着上的寒酸，通过你新的心态感受到一种蓬勃向上的精神，赞赏你不卑不亢的举止和整洁干净的面容。在你身上有一种充满力量的坚毅表情。这其实就是你为取得成功构建的条件。若你充满信心，把握机遇，向着你的目标不懈努力，决心跻身成功阶层，那么在这个过程中，你的决心和信心将会让你拥有一股无形的磁力，这种力量将会不断引领你上升。就像无线电电流一样，富足思维会源源不断地自你身上流出，与同类的电流连接，吸引人们帮助你实现目标。

虽然你穷，但并非生来就必须继承贫穷和卑下。那些你想要得到的东西，不论是地位还是金钱，你应该在心里相信你能得到它们，不管是什么，都不要怀疑自己是否拥有获取它们的权利。某种意义上来说，贫穷是一种心理疾病，你应该在心中对症下药。要懂得感恩，感谢赐予你生命和

健康并给你追寻财富的智慧和权利的那个人，你应该因为他的存在而积极面对困境，改善你的境况。

在心灵的管道堵塞之时，正确的观点就像心灵的管道维修工，将堵塞的管道疏通并使之顺畅。就像清泉不能在污秽的管道中流淌一样，富足永远不会偏向闭塞并充满怀疑和贫穷的思维。同性相吸的道理也能适用于此：思维的贫穷会让你愈加贫穷，担心的心态只能使你徒增担心，恐惧的思维只会引发更深的恐惧，内心的焦虑则会导致更多的焦虑。相反，那些正面且积极的思维，比如忠诚、信心或信任等，会为你吸引与它们类似的事物。

什么可以治愈贫穷之疾呢？其实，富裕的思维就是杀死贫穷病菌的天然良药。贫穷只能通过富裕来治愈。贫穷的思维和富裕的思维是不相容的。一种思维会赶走另一种思维。只有你心中所想并鼓励着你行动的那种思维会与你同在。

对我们而言，最首要的供应应该是心灵上的补给，所以，很多人无法脱离桎梏的原因正是在于过度追求物质供应。要在精神上意识到你和万物之源是同在的，保持你们之间的供应管道畅通无阻，摒弃一切可能阻断这种供应的有所局限的思维，防止贫穷的思维、担心的思维、怀疑的思维、恐惧的思维阻断供应。你会渐渐发现，你在世界中的收获其实取决于你想象了什么，作了些什么努力。供应之路的畅通与否取决于我们自己的意识。往往是我们怀疑的思维、恐惧的思维将贫穷变为了现实。正如建筑师在建房子之前会先构思设计一样，生活中我们的思维也往往先于物质。

如果你满脑子都是贫穷的思维，富足就永远不会降临在你身上。如果你从来不相信自己能够得到它，又怎么配拥有它呢？因此，我们要坚定地朝着我们的思维认定的方向前进。

为自己追求的东西营造具备强大吸引力的磁场的首要条件是：在你获得成功之前，你必须坚信自己无论如何都会成功。不管你渴望得到的是工作还是金钱，又或者是地位和健康，不论是什么都不重要，关键在于你必须对它保持积极、肯定、坚定的想法。软弱怯懦的思维不会帮你在这个世界上得到任何东西，所以，要摒弃诸如“也许我可以得到”，“也许它某天会到来”，“我没有把握真可以做到”，“如果我可以做到”之类的不坚定的想法。

商业王子约翰·万那梅克在年轻时就将自己描绘成一个伟大的商人，当他推着手推车开始为卖出的第一批衣服送货时，他就已经开始向他辉煌的商业之路迈进。在他身处大型服装店时，他将自己描绘成一个拥有最大服装店的店主。他从不怀疑自己将雄心变为现实的可能性。

很多人因为想得太多，不敢大步前行。万那梅克的例子则正说明了，人可以用思维的力量给自己营造一个充满吸引力的磁场，以此来帮助自己前行。万那梅克正是用这种磁场来一步步靠近自己的目标，为自己吸引到那些可以帮助他成为商业王子的力量。

马歇尔·菲尔德也是一个依靠想象力的翅膀努力攀上人生高峰的范例。他本是一个在乡村小店里工作的寂寂无名的穷小子，背负着梦想进了芝加哥当了一名普通职员。在

他的不懈努力下，从小职员成了合伙人。他总是让自己向前看，向上看，并不会因为暂时的成就而停下脚步，仍然朝着梦想不断攀登，最终成为了美国最大的商业王国的首脑，他用想象力为自己营造了一个助他成功的磁场。

万那梅克如果满足于开始的状态，就不可能成为世界上最伟大的商人之一，可能他至今还会待在费城的一个小店里。而马歇尔·菲尔德如果没有了想象力的翅膀，停止了自己的希望，那么他就会像小城匹兹菲尔德的小店主所预言的那样，永远成不了一个成功的商人，也永远不会为人所知，就算那个小店主对马歇尔的父親说他“再过一千年也成不了合伙人”的时候，也没能让马歇尔放弃对美好生活的向往。他对自己说：“去芝加哥，这是个机会之城。”马歇尔一直坚持这个信念前行，结果那个曾经预言他会失败的小商人与他比起来是那么渺小。

这些成功人士可能并没意识到他们的故事里潜藏着什么规律，但是他们的故事的确都有相似之处，符合成功的准则。在他们没意识到的情况下，他们遵循了这种规律，因而最终取得了成功。

只要有毅力、决心和意志力，有坚持到底的信心，任何一个将积累财富当做目标的人，最后都能成功实现自己的目标。但是在目标实现之前，他肯定会经历许多挫折。成功的准则不论是对安德鲁·卡内基还是对诸多的百万富翁或者是对从穷孩子白手起家的人，又或是对那些在世界的某种活动中占据重要职位的人来说，都是一样。

单纯地以获取金钱为个人目标和想要消除贫困是两回事，是两种不同的情况。如果你不断地抱着灰暗、无望的贫穷思维，不断地将自己描绘成穷人，一直到自己完全被贫穷控制，你摆脱困境的能力就会被日渐摧毁。而因为全心为实现财富的梦想努力，则不会花费更多的时间产生与此无关的杂念。

政府部门的专家应该设立治疗贫穷病人的机构，因为他们患有失望和无望的心理疾病，和住在医院里的病人一样需要治疗。陷入经济困境的人们首先会陷入心理困境，他们需要心理专家的建议。他们需要有人为在生活道路上迷路的他们指明出路。为了能面向光明而非陷入黑暗，他们需要心理上的调整。应该向患有贫穷疾病的人们明示，他们正在贫穷的打击下用闭塞、有限的思维斩断自己和万有供应之源的交流，正在关闭自己的富足之门。一个人的外部环境会与他头脑中想象的图画相吻合，这是一条自然规律。当他的心态全部指向失败、贫穷时，外部环境也会渐渐与此相合。

通过适当的心理治疗可以治愈大部分人心中的贫穷之疾。今日众多的失败者如果能早点儿明白只要他们依然面带悲伤或者拒人千里的表情，依然没有摆脱贫穷的思维，仿佛改变无望，他们就会一直贫穷下去。那些让心中充满富足思维的治疗正是通过在人们心底激起新的希望来使他们重新焕发精神。这些治疗会让他们知道，转身面向阳光后，生活的阴影就会被他们甩到身后，环境会得到改善，他们很快就会满怀勇气地投入新生活。

想想看，如果让世界上的穷人都有一年的时间从脑中驱除贫穷思维，他们将会得到什么样的启示？如果在心里除去了贫穷思维，在行动上排除了这种思维所暗示的事物，在这一年里他们就能得到和贫穷相反的东西——富足。他们能自然地想着、谈论着富足，就像他们生来即是如此！他们从脑中清除了贫穷的画面和一切会让他们灰心丧气的暗示，就是这种思维、心态的转变，让他们改变对生活的看法，从而大大地改善他们的物质生活。

不论本来有多穷，新的生活态度会改变一切，所有的事情都会焕然一新。生活中卑下的一面会日渐远去，他们会振奋精神，整装出发，满怀雄心。他们眼中会闪烁着一种从未有过的光芒，容光焕发地期待美好事物的降临，并为之不懈努力。他们会吃惊自己的变化：不再恐惧，不再惧怕贫穷，勇往直前地追寻新的生活。

眼下并没有一种专门教育人们如何将贫穷的思维转化为富足的思维的事业，但是这种职业应该马上就会出现。将会有专业的人士来指导人们如何将心理吸引力不断放大，让大脑变成一个强有力的、吸引富足的磁场。在未来，牧师将会做更多的工作来消除贫穷，他们会帮助周围的人积极地面向富裕、光明的生活，教会人们如何沐浴在富足的阳光下。这些专业人员会引导人们发现正确思维的创造力，而非像现在很多人所做的那样用错误的思维扼杀它。他们也会指引人们如何在困境中充满渴望。

健康的心态在对身体疾病的治疗中所起的作用主要是基

于对医生、治疗方法和治疗者的信任唤起了病人自身恢复的力量。健康的心态可以在战胜疾病的过程中发挥重要的作用。

对贫穷的治疗也是通过类似的方法，因为贫穷在某种程度上也能算做一种心理疾病。贫穷疾病的患者面对的是力量伟大的宇宙医生，同样要在医患之间建立信任，这样医生很容易就能将患者的大脑装满富足的思维。值得欣慰的是，人们能因此开始掌握富足的规律，并有能力通过为自己营造磁场来吸引富足的力量战胜贫困。

在流淌着无尽资源的溪流边，众多的上天之子在忍饥挨饿，这简直就是灾难。没有任何人有任何理由要忍受这种可怕的悲惨和不幸。永远不允许自己被贫穷和失败打败的人总能够在心中期待最美好的东西，对明天的富裕坚信不疑，用光明的未来蓝图替换心中的黑暗画面。成功的思维习惯能挽救那些在贫穷、痛苦和羞辱中挣扎求生的人——若他们能在潜意识里说服自己，坚信自己是为成功而生，通过不懈的努力守住成功的思维，那么，很快就能看到幸福的彼岸，找到属于自己的财富。

在我们意识到与万物之源接触是我们与生俱来的权利时，当我们向天父索要我们的遗产并肯定自己的神圣性时，当我们知道贫穷或挨饿并非理所当然时，我们就找到了成功的根本法则。

要克服不利因素对你的影响，就要以一种成功的态度去面对生活。