

《秘密》唯一对应的实践书 全球销量逾百万

Law of Attraction

吸引力法则

修订版

[加] 迈克尔·J·劳塞尔 (Michael J. Losier) 著 蒋永军 译



joy
fun
rich
smart
happy
power
health
wealth
beautiful
lucky joy
power
health
health
wealth
beautiful
knowledge
lucky joy
fun rich
smart happy

东方出版社

Law of Attraction

修订版

[加] 迈克尔·劳塞尔 (Michael Losier) 著 蒋永军 译



图书在版编目 (CIP) 数据

吸引力法则 / (加) 劳塞尔著; 蒋永军译. -- 修订本. -- 北京: 东方出版社, 2011
书名原文: Law of Attraction
ISBN 978-7-5060-4135-5

I. ①吸… II. ①劳… ②蒋… 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 (2011) 第 030675 号

Copyright © 2006 by Michael J. Losier
Copyright licensed by Liza Dawson Associates
Arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited
Simplified Chinese translation copyright © 2011 by Oriental Press;
All rights reserved.

本书由安德鲁纳伯格公司授权出版
中文简体字版专有权属东方出版社
著作权合同登记号 图字: 01-2007-5956 号

吸引力法则 (修订版)

作 者: [加] 迈克尔·J·劳塞尔

译 者: 蒋永军

责任编辑: 姬 利 杨英瑜

出 版: 东方出版社

发 行: 东方出版社 东方音像电子出版社

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京印刷一厂

版 次: 2011 年 3 月第 1 版

印 次: 2011 年 3 月第 1 次印刷

开 本: 680 毫米 × 890 毫米 1/16

印 张: 10.5

书 号: ISBN 978-7-5060-4135-5

字 数: 100 千字

定 价: 25.00 元

发行电话: (010) 65257256 65246660 (南方)

(010) 65136418 65243313 (北方)

团购电话: (010) 65245857 65230553 65276861

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65266204

序 言

这本书受到全世界那些想要学习和使用吸引力法则的人们的喜爱。吸引力法则的概念从 19 世纪末期以来就一直陪伴在我们周围。对人体能量的探究在中国传统历史文化的背景下一直受到重视。事实上，中国的太极、阴阳、五行、八卦等传统文化的瑰宝正在给全世界带来深远的影响。另外，中国读者肯定也会喜欢这本书的结构方式，它非常具有实用性、可操作性，读者可以把自己的信息整合到吸引力法则的训练进程中，同时可以使用吸引力法则打造成功、实现愿望。

通过阅读《吸引力法则》这本书，你能明白什么是吸引力法则，它是如何运转的，为什么你既能吸引积极的事物，也能吸引消极的事物。这本书适合于各个层面的读者，包括：学生、父母、企业人士、商业领导人、雇员以及所有想要吸引更多理想事物——尤其是良好的人际关系和成功的读者。

这本教你如何训练吸引力法则的书使用了简单、快捷的学习技巧，它能让读者在最短的时间内获得最佳的效果。读者只有将身心融入这本书，才能掌握更多关于吸引力法则的真谛，并理解吸引力法则到底是如何运转的，为什么在我们的生活中既会出现积极的事物，也会出现消极的事物。本书所提供的工具被众多读者赞誉为最有效的吸引力法则训练工具。

语言学在吸引力法则的训练中发挥着重要的作用。因为吸引力

法则是探究人类能量（心灵感应）的科学，它涉及我们所使用的话语以及我们的思想——能够引起我们向宇宙发出心灵感应的话语和思想。所有年龄层的读者，不论是儿童还是成年人都会喜欢本书所提供的吸引力法则训练工具、训练过程以及训练实例。对于《吸引力法则》这本书，我从读者那里收到的最多的赞誉就是，它很容易阅读、很容易理解，同时也非常有利于把吸引力法则运用到自己的实际生活中。我能切身感受到，读者对我的吸引力法则之培训方式和效果非常满意。

非常荣幸能够与东方出版社合作出版《吸引力法则》的简体中文版，另外，我还要感谢这本书的译者蒋永军先生，是他们的共同努力才使得我能与中国的读者朋友们一起分享吸引力法则的思想。

迈克尔·劳塞尔

2007 年 11 月

各方佳评

迈克尔·劳塞尔献给读者的这份珍贵礼物能够把抽象的定则转变成起作用的结果，而且最为重要的是，它真的起作用！

——玛丽·马克丹特，《我的母亲，我的朋友》

一书的作者、演说家

迈克尔·劳塞尔的信息资料将会改变你分析观察自己和别人的方式。

——埃塞尔·G·劳德，团队培训发展学会高级培训师

如果你想要真正理解为什么你的生活方式是这样的，如果你想要真正知道如何得到任何你想要的东西，那么这就是一本很好的指导实践的书籍，而且这本书的语言也是简单易懂的。

——马克·福斯特，英国威根区

我阅读过其他关于吸引力法则的书籍，但都没有给我留下多少印象。迈克尔·劳塞尔通过他清晰的差异与意愿传达使我弥补了这一“被忘却的章节”。

——詹尼特·鲍艾尔，《新时代》编辑

这本书真是太伟大了！迈克尔使用简短的公式吸引你心里想要

的任何东西，无论何人只要认真而长久地遵从这种公式，就会获得很大的成就。我强烈推荐你们把这种法则应用在你的生活中，以获取更大的成功！

——泽弗·塞福特拉斯，《工作动机》一书的作者和
www. EmpoweringMessages. com 网站的创建者

这本书遵从了那种简单化就是最好设计的倡导与理念。作者运用短小精悍的语言形式给读者提供了一个吸引力法则的最佳应用图景，然后又为读者提供了吸引力法则的具体实施方案。

——安提戈涅·W，亚马逊网站读者

完全出于巧合，我非常幸运地目睹了迈克尔·劳塞尔讲解吸引力法则的研讨会。迈克尔是一位风趣、可信又有活力的演讲家，他的培训改变了我的生活。作为一个乐观而又积极向上的人，我非常吃惊地发现，我每天的“自言自语”实际上都在破坏我吸引各种想要获得的关系和事物的努力（我已读过当代顶级大师们关于个人发展的数百部作品）。迈克尔的培训材料非常实用，并好学易懂；材料虽然简单，却拥有巨大的力量。《吸引力法则》一书有着很高的价值，我强烈向那些想提高生活质量的人们推荐这部作品。

——约翰·古迪，风险咨询师

在我所购买的以“创造一种理想生活”为主题的书、录音带和资料中，迈克尔·劳塞尔的《吸引力法则》一书绝对是我读过的最好的涉及具体细节的指导材料，没有哪一本书能做到这一点。在这本书中，迈克尔所指导的不是让你成为一个吸引理想结果的人——

实际上你已经这样做了；相反，他以平白而没有行话、俚语的语言指导你如何才能做一个主动的吸引者，并且开始有意识地吸引你所想得到的东西，而放弃你所不想要的东西。我强烈向各位读者推荐这本书，如果这本书买不到了，你出1 000美金我也不会卖给你我的这一本。

——托尼·拉斯，美国阿拉巴马州生活培训师

序言

各方佳评

.....

吸引力法则的魅力

你对吸引力法则的了解有多少 / 002

本书与众不同之处 / 003

你正在体验吸引力法则 / 004

吸引力法则的科学 / 006

吸引力法则的参照体系 / 007

积极的和消极的“心灵感应” / 010

无意中的吸引 / 014

理解你话语的意义

为什么在这里如此强调话语的重要性 / 019

吸引你不想拥有东西的话语 / 020

问你自己：“那么，我想要什么？” / 023

重新调整你的心灵感应 / 026

目录 contents

主动的吸引力

培养主动吸引力步骤 1：辨清你的愿望 / 031

什么是差异 / 031

分辨差异对你有帮助吗 / 031

为什么辨清差异是重要的 / 034

简单地观察差异是多长时间 / 036

你的目标是要辨清生活中各个方面的差异 / 039

▲ 案例分析与研究 / 040

贾妮丝——朋友关系 / 041

格雷格——金钱 / 044

通过差异明晰进程表来辨清你的愿望 / 047

整合步骤 1：辨清你的愿望 / 049

培养主动吸引力步骤 2：高度重视你的愿望 / 050

高度重视能增加心灵感应 / 050

我的心灵感应罩里包纳了什么东西 / 051

我正在把愿望包纳在心灵感应罩里，还是把它们从

心灵感应罩里驱赶出来 / 052

提升你的心灵感应以刺激你愿望的两个工具 / 057

为什么使用确认功能能够提升你的心灵感应 / 057

工具 1：重新表述你的确认，使你的感觉更好 / 061

工具 2：愿望陈述的工具	/ 062
如何创建你的愿望陈述	/ 071
我如何知道自己正在做的是正确的	/ 073
整合步骤 2：高度重视你的愿望	/ 073
培养主动吸引力步骤 3：愿望实现	/ 074
所有的一切都是愿望实现	/ 074
愿望实现游戏	/ 077
愿望实现的力量	/ 079
怀疑来自哪里	/ 082
帮助你愿望实现的一个工具	/ 085
创建愿望实现陈述的公式	/ 086
如何创建你自己的愿望实现陈述	/ 090
▲帮助你愿望实现的更多工具	/ 093
工具 1：明示例证（证据）	/ 095
工具 2：记录吸引力法则的例证	/ 097
工具 3：欣赏与感恩	/ 101
工具 4：使用这一表达方式，即“我正处于……的过程之中”	/ 103
工具 5：使用这一表达方式，即“我肯定能……”	/ 104
工具 6：使用这一表达方式，即“很多情况可能发生……”	/ 105
工具 7：寻求信息	/ 106
工具 8：制作愿景箱	/ 107
工具 9：创建一个空间	/ 108

工具 10：让吸引力法则自行运作吧 / 109

整合步骤 3：愿望实现 / 112

整合所有内容 / 113

超越 3 步骤公式

变得更加富有，并吸引更多金钱 / 118

充裕的资源（实例） / 119

把你充裕的心灵感应包纳在你的心灵感应罩里的工
具 / 121

整合：充裕的生活与吸引更多的金钱 / 124

人际关系和你的心灵感应 / 124

如何保持积极的心灵感应 / 129

吸引理想的人际关系 / 130

吸引理想人际关系的秘诀 / 132

整合：人际关系和你的心灵感应 / 133

父母和老师：学会如何向你的孩子传授吸引力法则 /
134

秘诀 1：使用简单的话语 / 134

秘诀 2：让孩子们接受新观念，方法是让他们通过
自身的经历回答问题 / 135

秘诀 3：孩子们喜欢秘密 / 136

教授孩子们学习吸引力法则的工具 / 139

整合：教你的孩子使用吸引力法则 / 141

整合所有内容 / 142

+++++

与吸引力法则的相关信息保持畅通 / 143

特别致谢 / 145

关于作者 / 146

读者对本书的赞誉 / 148

目
录
contents

吸引力法则的魅力

你以前可能听说过吸引力法则，也可能读过关于吸引力法则的书籍。这本书以明晰而简单的方式阐释了吸引力法则在实际生活中的含义，这种方式每个人都能理解、都能“听到”——不论是对于从来没有听说过吸引力法则的人，还是对吸引力法则有一定经验的人。这一法则既是鼓舞人心的，也是抚慰心灵的，它将引导你不断地提高生活和工作的质量。

你对吸引力法则了解多少

你们有些人可能从不同的渠道听说过关于吸引力法则的事情，而其他人也许正在打算学习如何掌握这种法则。现代意义上的有历史记载的吸引力法则出现在 20 世纪初期。下面向您介绍吸引力法则的历史：

1906 年——威廉姆·沃尔特·阿特金森（William Walter Atkinson）所著的《思维波动或思维世界的吸引力法则》；

1926 年——欧内斯特·赫尔姆斯（Ernest Holmes）所著的《心灵科学的基本思想》；

1949 年——雷蒙德·霍利维尔博士（Dr. Raymond Holliwell）所著的《让吸引力法则伴随工作》。

在 20 世纪 90 年代初期，关于吸引力法则的信息和培训资料逐渐通过杰瑞·希克斯和埃丝特·希克斯的出版物被广大公众所接受（现在，这些资料可以通过以下网址获取：www.abraham-hicks.com）。正是通过这些资料，我才真正明白了吸引力法则的真谛。

从 2000 年开始，很多关于吸引力法则的文章和书籍得以面世，吸引力法则传递的思想也对越来越多的公众产生了吸引力。将来一定还会有更多关于吸引力法则的资料出现，而吸引力法则也一定会

继续吸引越来越多的公众注意力。

本书与众不同之处

在1995年的时候，我学习了神经语言程序学（Neuro Linguistic Programming，简称NLP，即身心语言程序学，习称神经语言程序学，其创始人约翰·葛瑞德和理查德·班德勒将催眠治疗大师密尔顿·艾瑞克森、家族治疗大师维吉尼亚·萨提尔、完形治疗创始人弗瑞兹·皮尔斯、沟通大师葛瑞利·贝特森的学说融会贯通并加以改良，创造了NLP。经过30多年的发展，已被公认为是一套效果显著的实用心理学，并广泛应用于教育、儿童成长、心理治疗、个人发展、人际关系及沟通、商业管理、医疗健康等范畴——译者注），懂得了我们的头脑和思维是如何运转的。这也让我对人们的学习方式有了一定的见解。在阅读本书时你会发现，它会吸引着你改变你的阅读风格。这本书的一个写作特点是，各个章节是紧密联系的，正如很多的培训指导手册一样，你可以使用这些工具、练习方法和资料来演练你的吸引力法则。

我读过的很多书都是从理论方面涉及吸引力法则的主题，但却从它们中找不到问题的答案——我该如何使用这一法则呢？凭借着神经语言程序学的知识以及我所掌握的各种培训和指导风格，我创作了这部使人们易于学习和接受的吸引力法则指导书籍。使用本书中的练习方法和操作工具，你会很快掌握吸引力法则，并能在日常的生活中有效地使用。

感言

关于这本书我所收到的最多的、也让我最满足的赞美之词就是：它是一部简单易读并且可操作性很强的书。这本书受到了不同信仰、不同精神团体的赞许与珍爱。除此之外，这本书还成为很多销售团队、网络销售公司、房地产经纪人、金融顾问和其他商业团体等的必读书目。总体来说，这本书对广大的公众有着巨大的吸引力。

你正在体验吸引力法则

你是否注意到有时候你心中想要的东西会接连不断地降临在你的身上：一个突然打来的电话会带给你某种好运；有可能在大街上突然碰到你梦寐以求想要见到的人；可能你遇见很满意的客户或终身伴侣是命运使然；也可能是在一个恰当的时间和恰当的地点碰到了他们。所有这些经历都说明了你的生活中有吸引力法则存在。

你碰到过有些人总是不断地面对各种糟糕的人际关系，并总是抱怨他们只能吸引一种关系吗？吸引力法则在他们中间也起到了作用。

吸引力法则可以这样界定：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。阅读完这本书，你就会明白这一切为什么会发生以及如何发生。