

相信



[相信_下载链接1](#)

著者:[英] 苏·斯通

出版者:江苏文艺出版社

出版时间:2012-5

装帧:平装

isbn:9787539950310

《相信:幸福源于最简单的信仰》介绍了作者亲身故事以及她得到的启发。在15年前，

苏·斯通迎来了人生中最糟糕的一段时光，苦心经营的公司破产，相爱10年的丈夫不堪压力选择逃避，从小到大生活的老房子也迫不得已出售。不过，这些不幸的往事不是苏·斯通希望大家关注的，《相信:幸福源于最简单的信仰》的真正重点是：她在潜意识思想以及情感三个方面，领悟到了不可思议的神奇力量，从命运手中扳回一局，获得幸福快乐内心宁静和富足生活。方法很简单，那就是相信！相信是一种力量，当你相信自己美丽、富有、强大、幸福……便真的可能拥有。

苏·斯通为我们完美验证了相信的力量：她看中一所大房子，于是经常像回家一样去看那所房子，想象给房子换上漂亮的地板窗帘栅栏……一年后，她带着孩子们搬了进去。

她最中意蓝色宝马敞篷车，于是想象开着它带着孩子们兜风，翻山越岭，来去自由……一年后，拉风的宝马车也成为她的家庭一员。

她希望在5月31日卖掉公司，于是写下目标，并想象完美结束最后一笔业务，和家人朋友一起共饮香槟……三个月后，签订出售合同时发现正是5月31日。

《相信:幸福源于最简单的信仰》教你如何让自己拥有相信的力量？对产生在大脑中的思想进行过滤，消除所有消极思想，替换成积极思想。想象自己像丢垃圾一样把负面想法扔掉，然后立刻在脑海中画满幸福画面。

作者介绍:

苏·斯通 (Sue Stone)

“幸福和活力化”教练、生活指导师，国际知名的演说家，“相信”能量的完美验证者。

接受过她指导的人数不胜数，包括普通民众、公众人物、企业高管以及政府要员。

以演讲、座谈、讲习以及私人对话的方式激励广大受众，与BBC等多家英国媒体长期合作，家喻户晓，被称为“英国的芭芭拉女士”。

目录: 第一章 我这辈子最糟糕的一年

一旦你的内心走上正确的道路，你的生活也将奇迹般地向着美好的方向前进，因为内心世界是外在生活的真实反映。

第二章 我们真正想要的生活，要靠自己的力量去创造！

如果我们希望遇见一些不同的人，不同的境遇，不同的事情，我们必须改变内心世界。

第三章 那些约定俗成的原则

每一个利用吸引力法则创造巨大财富的人都会懂得，在很大程度上，财富和我们的情绪是紧密联系在一起的。

第四章 简单量子物理学，我生活中的重要角色

不论你所相信的是不是真实的，不论你的信仰是不是正确的，你的思想和信仰都决定了以后的人生将如何展开。

第五章 我的转变之旅

试着对大脑里的各种思想进行过滤，努力控制它们，用积极思想取代消极思想，相信自己，相信正向思考的力量！

第六章 既然责任是无法逃避的，那就接受吧！

如果你想创造梦想中的生活，就必须肩负起人生的责任。从现在开始，和你的内心一起，朝着积极的方向迈进。

第七章 该放手让它走了！

愤怒和怨恨会耗尽你的能量，将你禁锢在过去无法自拔。忘了它们，解放自己，能使你充分享受生命的美好和欢乐。

第八章 让自己充满力量

仔细感受梦想实现时的心情，这样你就能向外界发出正确的振动频率，吸引你所希望的未来发生在你的人生中。

第九章 给自己设定一个目标吧！

有了目标并充满力量地生活，你的潜意识会感受到这种力量，它会为你吸引更多的机会，使你的生活更加愉快幸福。

第十章 多给自己正面力量

如果你希望变得富有，就用现在时肯定自己吧，这样潜意识会以为这件事情正在发生，那么你很快就会有所收获了。

第十一章 给自己思考的时间，让内心安然

我们的情绪强大到足以影响自己的生老病死或幸福富裕，所以，请相信思想的力量，只有它才能真正让你内心安然。

第十二章 感受幸福！

宽容是一种心灵的慷慨。当我们全身心帮助别人并不求任何回报时，宽容便出现在我们的生命中。

• • • • • [\(收起\)](#)

[相信_下载链接1](#)

标签

励志

潜意识

信仰

心理学

正能量

幸福

快乐

简单

评论

生活会是你想要的样子，就是这么简单，作者很想解释清楚这件事情但是最后好像都没讲清楚，只是不断在拿自己做例子。不够振奋人心呢

最新上市就马上入手看了！通俗易懂，清晰的问题陈述与内容的展开，层层深入，具可执行性。非常受用。

我相信相同磁场的人彼此之间存在着引力

吸引力法则！书写的一般

生活本来如此简单！你得相信自我暗示的力量，创造自己的潜意识。

[相信 下载链接1](#)

书评

答应自己的，要改变自己，改变自己的表现形式，比如，读这本书，比如写下这本书的读书笔记，无论写成什么样子，我都答应了自己要写下去。
这本书，和之前一个对我影响很大的人的观点一致，甚至很多话都是一模一样的。我想让自己更好，不对是我现在这一秒比上一秒更好。我现在...

那么久的事情，那么久的伤害，为什么到现在还会感到无助和绝望呢？算了，如果再这么想下去，今天看书所得又不见了。
去年就碰到一大师，出现在我的生活里，他每天向我传播着正能量，可我还是心如死灰一般，关了内心和耳朵，依旧沉浸在自己悲伤的情绪里。今年6月份的半夜，我问...

首先来介绍一下这本书，书名“相信”，原著名“LOVE LIFE, LIVE LIFE”小标题“幸福源于最简单的信仰”，作者Sue Stone（苏.斯通），英国人，生活指导师，国际知名演讲家。本书共分十二章，一二两章是全书的引子，作者通过自己的不幸遭遇和其自创的“相信”理论最后获得...

这本书正好我读到这里：一味地纠结于这些事有什么目的吗？这样做能帮助我前进吗？这样做在某种程度上能够帮助我吗？作者告诉我们，如果我们的答案都是否定的话，那么证明低落消沉是帮不了我们的，所以应该积极面对。我觉得这些很好理解，就像我们上学要迟到了，心里想着千万...

幸福源于最简单的信仰。非常喜欢这句话，可以说我就是因为这句话才下单购买的。每个人都渴望幸福，但是付诸于实践的时候往往都复杂化，其实幸福就是简单的相信。我认为作者的观点可能是，你相信好的，相信能够升职，相信能够赢得爱情，相信能够买房……然后你就会不知不觉的...

本书的作者生活不是一帆风顺的，也经历了痛苦的洗礼，但并没有因此而倒下。她在潜意识、思想以及情感三个方面，领悟到了不可思议的神奇力量，从命运手中扳回一局，获得幸福快乐、内心宁静和富足生活。方法很简单，那就是相信！相信是一种力量，当你相信自己美丽、富有、强大...

书中告诉我那些约定俗成的原则发生在每个人的身上都不同，而每一个利用吸引力法则创造巨大财富的人都会懂得，在很大程度上，财富和我们的情绪是紧密联系在一起。在生活中不管迷信不迷信，都会感到一点，当一天的开始心情好的时候，那么一天伴随自己的都是好心情。而反之则...

看到开始作者遭遇最糟糕的经历的时候，一些其实和我很相似，因为找到共鸣，所以我读了下去，我没能像她一样有所作为，或者说发现相信的力量。但是通过读这本书，我觉得我找到了这种力量，学会了如何排解掉负面的思维，把正向思维变成一种有力的力量。相信我的生活会随着发生意...

读完这本书真的获得了相信的勇气，现在的女性真的非常劳累，承受的压力不比男人少，但是女人却有一个柔弱的肩膀，但我们可以依靠自己的力量去支撑自己的这片天空，那就是相信的力量。始终保持乐观向上的心态，这就是关键。

偶然在新浪读书上看到这本书，鬼使神差的在当当上搜索，结果正在预售中，几乎等了将近半个月的时间才拿到手。

到手后并没有万分的激动与迫不及待，反而是翻看了书的后面，想必每位买到书的朋友都看到了，这也是作者的亲身试验结果。她看中一所大房子，于是经常跑去看，就想回

...

信仰之对我们都不陌生。信：相信、信奉。仰：敬慕、依靠。信仰：对某人或某种主张、主义、宗教极度相信和尊敬，拿来做为自已行动的榜样或指南。

信仰在我们的生活中显得是如此的重中之重，历史的宗教之争甚至发展到了极致，流血和杀戮在历史的教科书中都有沉重的一笔，而在现...

我是看完在线试读的部分章节后才决定要买的，静下心来读的时候，觉得她的文字享有魔力一般，深深吸引我去读。终于了解为什么她会成为BBC年度最具影响力的英国女性，她本人可能经过这些磨难，形成了一种特殊的吸引力吧。

试读部分章节的第一段，她特意强调了种下正面的思想种...

相信是一种力量！如果说一句话总结，那我想说的只有这句，读这本书时这句话就时时刻刻萦绕在我的耳畔。

这本书首先打动我的，是作者的经历，这个传奇的女人，她几乎经历了女人都不愿经历的种种磨难。苦心经营的公司破产，相爱10年的丈夫不堪压力选择逃避，从小到大生活的老房...

[相信_下载链接1](#)