

# 智慧的觉醒



[智慧的觉醒\\_下载链接1](#)

著者:杰克·坎菲尔德 等

出版者:北方联合出版传媒(集团)股份有限公司

出版时间:2014-8

装帧:平装

isbn:9787547027103

这是一本指导手册，里面汇集了《纽约时报》畅销书作者杰克·坎菲尔德、玛西·西莫夫、克里斯·阿特伍德、珍妮特·布瑞·阿特伍德，以及最优秀、最闪耀的励志作家，还有当代一些心理自助类新秀作家的隽永小文。

每篇文章都蕴含着一个令人耳目一新的理念，帮助读者积极地改变生活，而且每一篇文章的内容，也都像每位作者在生活中的角色一样丰富多彩。正是他们联袂倾情打造了这本别具一格的智慧之书。本书以冥想、心理暗示等作为手段，从如何聆听你内心的声音，到如何让自己全身心放松，再到寻找并遵循你的激情，将传统的观点和最新的技巧、主张、自省结合在一起。可以说，每一篇文章都具有现实的指导意义，充满着积极、向上的正能量，引领读者走出日常生活琐事的纠缠，走进更高尚、更幸福、更有品位的生活。

对于正在思考“我幸福吗”这个问题的任何人来说，这本书都给出了答案，且答案直接来自于几十位成功的励志大师，以及他们自身激励人心的经历。

作者介绍：

杰克·坎菲尔德

闻名世界的顶级励志大师，是备受读者喜爱的《心灵鸡汤》系列书的作者，这套书被翻译成47种文字、全球销量过亿，同时他还是全球顶级畅销书《秘密》的导师之一。此外，他还有7本书荣登《纽约时报》畅销书的榜单。

目录:	· 灵感行动造就成功 / 001
· 让生活充满激情的秘密 / 012	
· 如何在生活中激发自爱 / 019	
· 改变你的故事，改变你的人生 / 026	
· 每天一杯宁静 / 031	
· 创意：觉醒的秘诀 / 035	
· 原谅自我：寻求真正的宽恕 / 041	
· 放松五秒钟的秘诀 / 046	
· 做好你自己：获得内在喜悦的秘密 / 052	
· 你已经足够好了 / 056	
· 自主选择的力量 / 061	
· 吸引力习惯 / 066	
· 观想法：幻视成真 / 072	
· 意念放松法：通向平和的途径 / 076	
· 分形：探究我们身体中的图案 / 080	
· 坐下来：冥想前的例行动作 / 085	
· 快乐，成功就会随之而来 / 091	
· 记住，任何时候你都有选择 / 097	
· 家会对爱做出积极的回应 / 103	
· 来一次家庭休假 / 109	
· 过渡礼仪中的文化基因 / 116	
· 变煤石为钻石 / 120	
· 驻足思考，彻底扭转，庆祝成果 / 127	
· 黄金规则：全世界的金科玉律 / 132	
· 感恩的心态：通往觉醒的门道 / 140	
· 寻找你自己的路：终极探求 / 145	
· 助人就是助己 / 150	
· · · · · (收起)	

[智慧的觉醒\\_下载链接1](#)

## 标签

觉醒

潜能

智慧

身心灵和心理学

效率

找到你自己

成功励志个人提升

想读

## 评论

鸡汤文在中国慢慢变成了贬义词，如同这个这个国家的一切食物一样，变得让人开始警戒起来。但人啊，还是要吃饭，还是要聚餐，还是要腐败的啊

---

半小时翻完 冥想心灵部分可不看

---

20170126 厦门

---

文风受不了

## 书评

《智慧的觉醒》——杰克·坎菲尔德等

在看到这本书的封面的时候，我就初步断定，这一定是一本鸡汤类文集；当然，也可以说是我在没有了解“鸡汤”文的这个概念前提下所能做出武断的假想。对于鸡汤文我觉得一直像我对待生活一样，每个月会去好的饭店补偿一下自己的胃那样...

曾经有一本接连刷新畅销界神话的书，风靡一时，家喻户晓，你就算没看过书的内容，也肯定听朋友老师们提起过，它就是杰克·埃菲尔德所著的《心灵鸡汤——让你敞开心扉、重燃热情之火的101个故事》。你敢说你没看过、或者听说过？！只是畅销神话背后，成功就一定是理所当然？我...

你可以从别人身上获取灵感，但最终做出选择的那个人，必须是你。到底是选择改变现状，还是保持一切不变？这个选择在于你自己。意识、直觉以及能量转换研究领域的领军人物格棱斯·休斯这样告诫我们。

《智慧的觉醒》这本书是一座大宝库，里面满满的都是智慧和忠告，均来看自于...

文/张宏涛

不知从何时开始，心灵鸡汤开始成为贬义词，似乎不鄙视下心灵鸡汤就显不出自己的高大上。但北方联合出版传媒（集团）股分有限公司和万卷出版公司在2014年8月出版的《智慧的觉醒》无疑是为心灵鸡汤正名的力作。

该书不是某个人的作品，也不只是宣传某个理念，这是一本...

经常喜欢写文字的我给一个新闻媒体投了几篇“豆腐块”，编辑很谦逊地对我说：“建议多写些生活气息更浓一些的文字。”实际就是暗示我写的文章有点“高大上”了。接到反馈后我赶快重读了我之前写的文字，才发觉自己可能是心灵鸡汤类型的书读得多了些，所以想法也好，写出的...

-----  
[智慧的觉醒 下载链接1](#)