

总能做出正确决定的幸运法则



[总能做出正确决定的幸运法则_下载链接1](#)

著者:【英】理查德·怀斯曼

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2018-11-30

装帧:平装

isbn:9787540488499

《怪诞心理学》《正能量》作者、实验心理学大师理查德·怀斯曼又一思维实验，四大

心理学法则助你识别运气和机会，总能做出正确决。

你一生当中会有很多运气，不同的运气造就了不同的生存状态，很多我们习以为常、看起来毫不起眼的行为实际却悄悄决定了我们一生的路径。运气经常在一念之间，决定了生与死、兴与衰、喜与悲。人们早已意识到运气的重要性，但一直误认为运气是一种神秘的力量，只能受到迷信和宗教仪式的操控。于是人们试图通过佩戴幸运符、占星算卜、膜拜塑像、避免不吉利的数字等方式来增强生活中的好运气。然而这些方法都不会管用，因为这些迷信的想法都是出于人们无法正确地认识运气的本质。

英国实验心理学大师理查德·怀斯曼教授基于多年人类实验观察，系统地揭示了运气背后的心理学法则。怀斯曼教授总结出运气的4大基本法则和12项子法则，并提供了各种实用的方法来帮助你将这些法则融入到自己的工作和生活中，彻底改变你生活的方方面面——包括你的人际关系、个人财务和事业。

在本书内容法则的指导之下，你可以做出正确决定，识别并抓住日常生活中的运气和机会。

作者介绍:

理查德·怀斯曼（Richard Wiseman），英国实验心理学大师。怀斯曼教授致力于以科学方法研究人们日常生活中看似无法用理性思维理解的行为，曾获得爱丁堡大学心理学博士学位，并且拿到声名显赫的剑桥大学三一学院专为心理学研究设立的Perrott-Warrick奖金。他的作品被翻译成30多种语言，影响了很多人和组织的思考方式与行事原则。怀斯曼教授的经典畅销代表作还有《怪诞心理学》《正能量》《夜脑》等。

目录: 引言

发现你的好运所在

打造你的“运气日志”

运气练习1：运气档案

第一部分 为何幸运的人总是幸运

好运能把不可能的事情变成可能，它能带来生与死、兴与衰、喜与悲的巨大差别。运气潜藏在我们的生命中，往往能在短短几秒之内改变一切，不分时间、地点，也不会预告。在本章中，我们一起发掘幸运背后的神秘原因。

第一章 运气的力量

运气练习2：运气在你生活中的作用

第二章 全民幸运大调查

运气背后的奥秘

运气与彩票的故事

运气练习3：运气调查问卷

运气练习4：生活满意度问卷

改变命运的四项基本法则

第二部分 幸运的四项基本法则

幸运有很多种方法，比如保持从容的态度、积极拓展人脉圈、勇于尝试新体验等。让自己变得幸运需要大智慧，只有激发更多吸引美好事物的法则，才能将各种好的情境、人和事件带进你的生命当中。

第三章 基本法则之一：最大化你的每次机遇

法则：幸运的人能够创造、发现并把握生活中的机遇

子法则一：建立一张强大的“运气网”

子法则二：放松的生活态度

运气练习5：你错过了人生中的哪些机遇？

子法则三：幸运者欢迎生命中的新鲜事物

运气练习6：你的运气档案——法则之一

总结 如何增强你的幸运指数

第四章 基本法则之二：听从你的幸运预感

法则：幸运者能凭借直觉和预感做出正确的决定

子法则一：聆听“内心的声音”

运气练习7：直觉在你生活中的作用

子法则二：增强自己的直觉

运气练习8：你的运气档案——法则之二

总结 运气是可以被创造的

第五章 基本法则之三：期待好运

法则：幸运者对于未来的期盼帮助他们实现梦想和目标

子法则一：好运能一直延续到未来

运气练习9：积极期望

运气练习10：消极预期

子法则二：机会渺茫也不放弃

子法则三：与他人的相处能很幸运和成功

运气练习11：你的运气档案——法则之三

总结 激活好运的有效方法

第六章 基本法则之四：化厄运为好运

法则：幸运者能够将自己的厄运转化为好运

子法则一：厄运的积极一面

运气练习12：想一想厄运

子法则二：总会时来运转

子法则三：不沉溺于厄运裹足不前

运气练习13：对待厄运的态度

子法则四：采取措施避免厄运

运气练习14：你的运气档案——法则之四

总结 厄运中的蜕变

幸运法则总结 幸运的四项基本法则和12项子法则

第三部分 放手去做，创造更幸运的生活

挖掘幸运的秘密是个漫长却很有价值的过程。几千年来，人们认识到幸运的重要性，但认为这是一种神秘的力量，用尽一切手段却遍寻不着。实际上，你才是自己未来的创造者，依照书中的方法，你就能收获生命中想要的一切。你所要做的只是秉持一种真诚的转化的愿望，一种以全新的方式来看待你的幸运的意愿。现在就行动起来，未来掌握在你的手中。

第七章 揭开幸运的秘密

第八章 通过学习使自己成为运气好的人

第一阶段——签订“幸运宣言”

第二阶段——制作你的运气档案

第三阶段——将方法融入你的生活

运气练习总结

第四阶段——写下你的运气日志

第五阶段——最后的思考

第九章 打造全新的自己

帕特丽夏的故事：摆脱厄运阴影

卡罗琳的故事：关注事情的积极面

其他的毕业生：改变让人生更幸运

结语 朝着更幸运的未来进发

附录

• • • • • ([收起](#))

[总能做出正确决定的幸运法则 下载链接1](#)

标签

心理学

行为模式

正能量

个人管理

外向型性格

心理

非虚构

卦神

评论

如果一个运气不好的人去卖雨伞，大雨就会停止；如果他去卖蜡烛，太阳就会永不下山；如果他去做棺材，人们就会长生不老。

提升运气法则一：创造、发现并把握机遇。走出家门多去社交，努力增加生活纬度。以开放的心态接受变化，少些焦虑多些放松，你会发现生活中更多的可能。法则二：相信自己的直觉。有些事情从细节中就告诉我们要及时止损，这时要听从内心声音，不要活在自己的幻想里。法则三：积极的期待未来并为此付诸努力，不能消极的看待未来，那样只会把一个可能扼杀在摇篮里。不要害怕失败而放弃尝试。法则四：将厄运转变为好运，积极心态面对一切，多关注自己获得的和还可以提升的，不要总是吃堑而不长智，经历过就要有所成长，哪怕一点点。

「看到这本书，我还是挺幸运的。」

我在没看这书之前就是这么做的

就，还行吧

真的不错 很多有实际借鉴意义 虽然是无法测量的东西 却给出了可丈量的措施
希望更多人受益 生活更加美好

盲目乐观的好处之一就是不容易得抑郁症

很喜欢书中那个苹果树林的比喻，打开了我某一层面的思维模式

现在我相信了，运气也是实力的一部分，一大部分，但不是命运安排的，而是我们自己选择的。

有点意思

幸运模式的科学解读以及如何变幸运的操作手册。可以实践看看。

一句话总结：放低期待，相信直觉，不要焦虑，心态决定一切。

我将从此踏上科学增好运的道路

啰啰嗦嗦

畅销书写法，口水文，没啥新东西。

吸引力法则的另一种表达方式

总之就是要乐观、要积极 20190623

冲着作者是心理学家买的，还是比较符合预期。作者总从心理学角度提出了很多可以拓展资源的好方法。

亲测有效！

最后还是验证了，能力越强越幸运。

[总能做出正确决定的幸运法则_下载链接1](#)

书评

原理

我们的期望对我们的思维、感觉和行动都会产生重大影响。还影响我们的健康，影响我们对待他人的方式及他人对待我们的方式。恶性循环or良性循环，取决于你的期望

法则一，主动制造更多机遇

1.遇贵人的前提是“认识很多人”。扩大朋友圈，建立一张关系网

2.心态越放松，越能...

总能做出正确决定的幸运法则 下载链接1