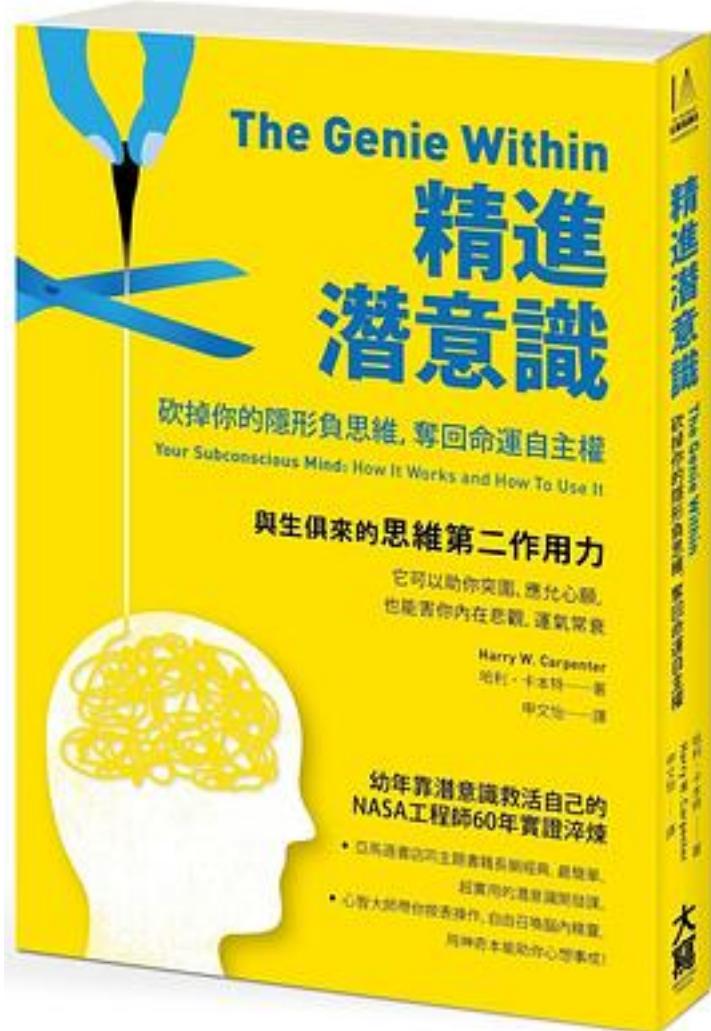


精進潛意識



[精進潛意識 下载链接1](#)

著者:Harry W. Carpenter

出版者:大寫出版

出版时间:2018-7-5

装帧:平装

isbn:9789865695859

幼年靠潛意識救活自己的NASA工程師60年實證淬煉

亞馬遜書店同主題書籍長銷經典，最簡單、超實用的潛意識開發課！

◎潛意識可以助你突圍，應允心願，也可能害你內在悲觀，運氣長衰！

◎以一般人都能了解的方式，真正學會使用、並持續精進操控潛意識的能力與技巧，學會準確下達指令、正向使用，達到完全快樂、身心健康的狀態！

潛意識是大腦無法察覺的意識活動，其能力之強超乎想像，蘊藏無限可能性。但研究顯示，大多數的人只用到10%

的潛意識，想開發更多這股神奇深厚的力量，你需要先了解潛意識的運作模式與使用方式：

【潛意識比顯意識更能多工處理及深度記憶】

顯意識一次只能做一件事，但潛意識可以一次執行數十兆個動作。例如你在學打高爾夫球的時候，揮桿的同時要考慮很多事，握桿的姿勢、腳的位置、手臂揮動的幅度等等，因此初學者的揮桿動作往往笨拙不流暢，但一旦把每個動作輸入潛意識後，揮桿時就不需多加思索，一氣呵成！

正因潛意識可以不費吹灰之力指揮多項功能同時運作，因此可以輕鬆圓滿達成任務。

【潛意識助你心想事成，也可能讓你惡夢連連】

潛意識可以助你改變任何事、應允所有願望，但它不理性，也沒有判斷好壞的能力，而是根據接受到的訊息直接反應、完成目標。一旦方法不對，或指令錯誤，將反過來傷害你！

你是否曾經一再地對自己說：「我很蠢？」如果你對自己這樣說很多次，你的潛意識就會回應你交辦的「任務」。然後，例如有一天你考試的時候，明明對內容爛熟，當場卻腦袋一片空白。這可能就是因為潛意識遵守了你的指令。

潛意識分不清真假，你給什麼都照單全收，因此監控進入你潛意識的資訊非常重要。

【潛意識中的不良程式無法清除，但可用正面想法覆蓋】

成人的潛意識中，有很多負面的程式和想法，包括忌妒、沒自信、報復、悲觀等。有些是在孩提時期就存在，且通常是由他人，就是父母、師長、同儕、大眾媒體等植入；也有些是成人期才寫入。這些負面程式會持續影響你的生理和心理健康，且一旦植入就無法從潛意識清除，不過，你可以用正面的想法覆蓋。只要透過「自我簡易催眠」、「想像」、「重複」、「表演」等技巧，持續在潛意識中投入正面的建議，就能取代纏繞在潛意識中的負面程式。

本書作者是一名退休的太空工程師，九歲時曾被心臟科醫生宣布得了不治之症，但靠著潛意識治療後而神奇復原，從此投入探索潛意識，本書即為他六十年來的心血結晶。

本書提供易學易用的技術，教你輕鬆精進潛意識的方法：

● 專業的催眠用語，讓你進入潛意識的狀態，並且深度放鬆

● 透過將目標圖像化、訊息重複等方式，持續在潛意識中投入正面的建議，取代負面思維

● 給自己的潛意識植入「身心健康」建議，讓你能對潛意識掌管的身體各器官溝通，增強自己的免疫力及自癒力

經常練習及使用本書的方法，你可以因此：

● 甩開惡習

● 增加自信

● 學得更快、記得更久

● 獲得成功

● 增加記憶力

● 更有創意

● 促進身心健康

● 和潛意識溝通，能夠分析直覺和解釋夢境等

● 教導你的潛意識和顯意識好好合作，而非保持對立

● 激勵自己改善工作習慣

● 監控進入自己潛意識的意念

● 更加完全放鬆，並更能一夜好眠

● 快速拋開壞情緒，轉成好心情

※本書為改版書，原書名：《操控潛意識，訓練更厲害的自己！：在家自修的心想事成課，開發你還沒用到的90%》

作者介紹：

哈利. 卡本特 (Harry W. Carpenter)

現已為退休的太空工程研究員，卡本特由於幼年歷經過潛意識治療的神奇體驗，因此一生都在從事這方面主題的研究，他也在加州長期擔任相關主題課程的講者。

本書是他在多年推廣潛意識訓練後，首次以系統性的介紹及方法彙整出版的潛意識開發DIY入門書。有關更多卡本特的報導及他的潛意識施作理念，可以上本書的官方：www.thegeniewithin.net參閱。

目录: 序

前言 練習心想事成的 8 堂課

潛意識不是神蹟，而是力量

第1課 心智是超強的主宰

讓人們不藥而癒、超越極限的信念

第2課 各有所長的兩個自己

讓潛意識與顯意識攜手合作
第3課 你的超級生物電腦
讓潛意識辨認目標、使命必達
第4課 潛意識的法則
期待，就是預言的自我實現
第5課 和潛意識溝通
怎麼許願，你的精靈才會懂?
第6課 操控潛意識I
指派工作、讓它為你全力以赴
第7課 操縱潛意識II
打開你的「喜樂中心」
第8課 操控潛意識III
用經典制約找回身心健康
附錄：後續課程潛意識裡的禱告
讓宇宙心智聽見你的聲音
• • • • • (收起)

[精進潛意識 下载链接1](#)

标签

繁體

心理學

[歐美]

HarryWCarpenter

2018

评论

三星半，裡面有很多練習,做的時候頭腦真的比較清醒。

[精進潛意識 下载链接1](#)

书评

[精進潛意識](#) [下载链接1](#)