

# 潜意识操控术



[潜意识操控术\\_下载链接1](#)

著者:哈利·卡本特

出版者:华文

出版时间:2011-7

装帧:

isbn:9787507534870

这个时代最大的跃进，是发现人类透过改变内心的态度，就可以改变生命外在的行为。

改变信念，可以改变你的人生。你的潜意识会应允你任何愿望。他可以帮你达成目标、甩开恶习。

根据统计，一般人只用到了10%的潜意识力量，想开发这个你我过去可能都听闻过有巨大力量，但却难以探索甚至体验的自我领域，本书就是你“找到另一个更厉害的自己”的敲门砖。

本书搜集了目前关于潜意识有强大力量的许多证据，同时每个章节均附上潜意识引导者的引导用话，读者可以按着这些部分练习进入与潜意识对话。

事实上，潜意识并不是什么神秘的领域，它可以在我们许多日常生活中的角落被发现，同时我们也可以由这些蛛丝马迹中寻找使用我们这种强大内在心智的方法。

作者介绍:

作者简介

哈利·卡本特 (Harry W.Carpenter)

现为已退休的太空工程研究员，卡本特由于幼年经历过潜意识治疗的神奇体验，因此医生都在从事这方面主题的研究，他也在加州长期担任相关主题课程的讲师。

本书是他在多年推广潜意识训练后，首次以系统性的介绍及方法汇整出版的潜意识开发DIY入门书。

译者简介

申文怡

于台北出生长大。台北中山女中毕业后考上台湾大学，并获双学士学位；兴趣广泛，喜爱文字工作。曾担任《Live ABC》和台湾天下文化出版公司编辑、《电子时报》编译等职，目前任职于投资机构。

目录: 目录  
CONTENTS

作者序

前言 练习心想事成的8堂课

潜意识不是神迹，而是力量

第1课 心智是超强的主宰

让人们不药而愈、超越极限的信念

第2课 各有所长的两个自己

让潜意识与显意识携手合作

第3课 你的超级生物计算机

让潜意识辨认目标、使命必达

第4课 潜意识的法则

期待，就是预言的自我实现

第5课 和潜意识沟通

怎么许愿，你的精灵才会懂？

第6课 操控潜意识I

指派工作、让它为你全力以赴

第7课 操纵潜意识II

打开你的“喜乐中心”

第8课 操控潜意识III  
用经典制约找回身心健康  
终曲 你的超级市场  
后续课程 潜意识里的祷告  
让宇宙心智听见你的声音  
本书的潜意识实作练习索引  
设定心灵闹钟  
练习当个演员  
进入alpha状态：逐步放松  
自我形象的想象练习  
进入灵感花园  
解除压力的步骤  
紧绷／放松制约练习  
为你的潜意识命名  
保持警觉练习  
清理废物练习  
练习：启动喜乐中心  
表演练习：显意识／潜意识一起合作  
在潜意识植入给自己的健康建议  
．．．．．(收起)

[潜意识操控术\\_下载链接1](#)

## 标签

潜意识

心理学

潜意识操控术

自我提升

心理

催眠

不可思议的力量

励志

## 评论

这东西还是要有医生协助进行比较好，自己折腾有点难度。

看多了这类书，就只能说内容一般了。适合对潜意识不是很了解的人。

要求再实用点的话，我是不是就成实用主义者了？有启发，但大多数和实际内容无关。

也没什么嘛。。。

只是这些练习都无法独立完成，也没有人帮助

待实践

the best book I read ever,I'm saved!

总而言之 言而总之 读了一部分 没有想象中的好 包装精致 题目像是个噱头  
全書都在講一個事——如何心想事成 或者說 如何調成心態 今後除非是贈書  
否則再不花錢買此類書 費錢占地方

没什么实质性操作手法。越来越唯心了。

实用！ good

-----  
这种很水的伪专业书还是少看好

-----  
没意思没意思没意思

-----  
The subconscious is a elf to help us achieve the aspirations.

-----  
翻译不太好

-----  
有些论点有用，有些绝不接受

-----  
好久之前读过，不过现在已经记不清书里写的事啥了，只记得是好书一本，因为的确解决了我当时的问题。

-----  
很挫。买这类书的原则起码还是要立足于是相关专家写的。

-----  
感觉实行起来有点困难。。

-----  
除过开头的案例有些玄，反复阅读用心体会对内心成长还是很有帮助的。

-----  
洗脑书

书评

如果有人告诉你，你现在取得的成就仅仅是你能力的十分之一甚至更少，你本应获得你目前所得到的十倍、二十倍甚至更多，你会有什么感觉？恐怕应该是先激动后质疑，这很正常，因为这完全取决于我们自身，而又是隐藏在大脑中看不见摸不着的——潜意识。运用潜意识获得成功的例子很...

-----  
操控你的人生——《潜意识操控术》  
其实这本书可以叫做“自我睡眠术”。操控你的潜意识，其实就是利用催眠来控制我们的潜意识。十多年以前二十多岁的时候，我对心理分析和催眠术很好奇，先后买过几十本关于心理学的书，那时候心理学的书很少，我去沈阳把跟这个方面的书都...

-----  
从“棍棒之下出孝子”的质疑声到“赏识教育”的普遍认同，从“万般皆下品惟有读书高”的价值准则到提倡“全面发展、素质教育”的现代观点，从“夜以继日、废寝忘食”的学子楷模到“高效学习、快乐学习”的精英典范……这些现象的变化背后，正代表了现代教育意识的发展和转变。...

-----  
作者以自己幼年的亲身经历，展开了本书对潜意识的介绍。什么是潜意识？学习操控潜意识真的有助于达成目标，甩开恶习吗？  
带着这两个问题，我翻开了《潜意识操控术》这本书。全书分为八个部分，用通俗易懂的文字、典型的案例以及相关权威著作的引经据典，将潜意识在人们脑中的...

-----  
  
-----  
  
-----  
  
-----

书名的涵义似乎是一本工具书，通过一定的步骤和训练方法，可以帮助人获得大脑的力量，让脑洞大开、心理暗示的力量发挥出来，很有诱惑性。不过读不下去，可能是作者在自说自话，总感觉如果存在这种方法，一个小册子就能说的清楚，没必要繁复反复的用文字说明，适得其反。大脑科...

-----  
\* 本人阅读本书的目的 1. 增进对潜意识的了解 2.  
获得一些可操作的向潜意识植入积极简易的方法 3. 开发潜能，突破自我设限。  
我从这本书中得到的收获  
1.关于显意识、潜意识的论述，我至今尚未能完全掌握，在自己的生活当中用心观察，对照书中理论来反思自...

-----  
作者说：潜意识不是神迹，而是力量。看完书的我要说：潜意识是神迹般的力量。所谓潜意识，是指潜藏在我们一般意识底下的一股神秘力量，是相对于“意识”的一种思想。又称“右脑意识”、“宇宙意识”。潜意识，也就是人类原本具备却忘了使用的能力，这种能力我们称为“潜力”， ...

-----  
从“棍棒之下出孝子”的质疑声到“赏识教育”的普遍认同，从“万般皆下品惟有读书高”的价值准则到提倡“全面发展、素质教育”的现代观点，从“夜以继日、废寝忘食”的学子楷模到“高效学习、快乐学习”的精英典范……这些现象的变化背后，正代表了现代教育意识的发展和...

-----  
据说大爆炸的时候产生了无数个平行宇宙，在某一个宇宙里存在着你，却没有我，在另外一些宇宙里或许只有我而没有你，我们只在这个只有自己存在的宇宙里做梦。我们有时候，这个梦做得太久了吧。  
那就醒来，操控自己的潜意识，给自己的无数个相关的可能。我想，在那么多的可能里  
...

-----  
我们最常说道的一句话说“只有你想不到，没有你做不到。”话虽如此说，理也是这样的，但最关键的一点是，又有几个人能知道怎么才能做到呢？我们更多的感慨是：目标未能达成，理想未能实现。当然，坚持，是一种，用心，也是一种，而这都是外在的显象，都只是一种通往“可能”...

-----  
[潜意识操控术\\_下载链接1](#)