

高英高級工商職業學校 101 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	資處 1-2	學生姓名	羅欽文		
研讀書名	祕密	書籍作者	保羅·哈林頓		
出版單位	方智出版社	出版年月	2010 年 04 月 26 日	版次	初版
班級導師	盧沛明老師	國文老師	王千銘老師		

心 得 報 告 內 容

一、圖書作者與內容簡介：

本書介紹生命的價值觀、熱情、產生並給自己力量與信心，而不要讓自己洩氣與氣餒，讓自己的想法如何走向正面的；而不是悲觀的想法。

例如：生活中的每件大大小小的事情做對做好，做事情容易放棄，信心就跟著流失，累積做好的事情就是累積信心，所以不是沒信心所以不去做任何事，而是不做任何事所以就變得沒有信心，以此類推，有了信心未來無限可能。

有了信心就推動了思想的力量，也就會有了熱情，就能創造屬於自己生命的價值觀，讓自己導向好的正向未來道路。

二、內容摘錄：

思想也是能量，有它自身的振動頻率及磁性，這就意味著你的思想會吸引事物、會成為現實。因此，你的心會塑型你周遭的世界。我們的思想就像是磁鐵一樣，把心裡所想的事物吸引到自己的生命中。〈P. 17〉

當你對已經擁有的東西不知感恩，就不可能讓更多事物進入你的生命裡。為什麼？因為當你沒有感恩之心時，發出的思想和感覺都是負面的振動。〈P. 55〉

無論是忌妒、怨恨、挫折、憤怒，這些感覺都無法帶給你所需要的事物。這些感覺、想法和態度只會讓心裡更沮喪、更悲痛，所以當然後吸引更多讓你感覺沮喪和悲痛的情境到來。〈P. 56〉

觀想之所以會有這麼神奇的效果，是因為你的心智本來就是以圖像的方式運作，而你對自己所抱持的影像畫面非常重要。當你在心中刻意製造影像時，你就會發出十分強大的能量，這種能量集中在「真正成為、變成及擁有那種體驗」，彷彿現在正發生。〈P. 62〉

三、我的觀點：

人為什麼遇到困難、瓶頸、挫折時總會抱怨或者逃避?原因是人們通常都往不好的方向去想事情，然而產生了自卑感、沒有信心、沒有了推動的力量，而吸引了許多非正向的事物!這證明了思想是多麼可怕的一個東西，是一種能量、力量。所以想是人很厲害的一種工具，想造就了人的智慧，只要你想的通所有你疑問的事情都能找到解決之道，並且去實踐它，然後要求自己不管過程中有多麼千辛萬苦都要解決你的疑問、如果別人能做到的事情，相信自己一定也能做到，這樣一來所有的問題、疑難雜症都能獲得解答!這麼一來你就是一個有信心的人了。

我有時總是在想別人能做到的事情，為什麼我卻做不到?但自從我看了這本書我才了解到，我並不是做不到，而是我沒有努力去付出，讓得到了一個啟示，在想為什麼做不到，還不如馬上去做，如果是自己想做到的事，就要以正向的態度去做，意思是做事情不要抱怨、要有耐心，因為時間不可少而必要的、不要半途而廢，所以要有恆心與毅力、要時常自我感覺良好，並且鼓勵自己能成功!完成任務，因此讓我感覺這本書能帶給我力量，讓我得到任何我想要的、去做任何我想做的事，再或者擁有任何我想要擁有的、我所渴望的事物，感覺能讓我實現。

我想讀這本書的人都能感覺到這本書的魔力，就如吸引力法則一樣，而吸引力法則就是一種吸引的能量，例：「在生活中，我吸引到我所關注、關心、聚焦的東西，不管是好事壞」，而這就是一種思考的能量，感覺想什麼就能吸引到你所得有關的事物，是一種人自然的法則，讓人感覺很不可思議!所以一般人是不會意識到它的存在。

我很喜歡這本書，所以希望大家都能來讀這本書，能解決你的疑惑、讓你自信滿滿的走向未來，不管是什麼問題，這本書都能幫你解決，這就是這本書最厲害的地方，會讓你覺得這本書根本是一個寶物!讓你在情緒最低潮的時候讓你又活了過來，創造一個全新的自己，會讓你自已感覺全世界、未來操縱在你的手中。

四、討論議題：

有了正向的思想就能成功嗎?

為什麼有了信心就能導向好的未來?