

# 《本能》

## 图书基本信息

书名：《本能》

13位ISBN编号：9787547708897

10位ISBN编号：7547708897

出版时间：2013-6-1

出版社：同心出版社

作者：【英】贝尔·格里尔斯

页数：232

译者：刘屈雯曦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《本能》

## 前言

本能的英文是Instinct，通常也会被译为直觉、天赋、冲动，是人与生俱来、无需学习的天生能力，是人最深层次的欲望，是推动个体行为的内在原动力。人的一切成就，无论其本质、动机如何，其开始必然是对欲望的炽热追求。本能蕴含着巨大的能量。你是不是有过类似的经验？在濒临绝境、无路可退的紧要关头，在求生（得到）欲望的驱使下，往往能完成在平时无法完成的事情，比如接住从10楼高空坠下的婴儿，飞越宽达5米的壕沟，2小时内记住1000个单词……本能是潜伏在人体的幽暗之火，不易察觉，因而往往不为人知，不知道如何运用。即便杰出如拿破仑、丘吉尔、爱迪生、爱因斯坦，他们有效运用自己的本能也不到60%。本书是一本教你如何正确训练自我、磨砺意志、激发本能、引爆能量、实现目标的心理行为学著作，从梦想、勇气、积极、行动等8个方面，揭示了本能在践行梦想、实现自我方面的巨大功用。运用本能所蕴含的巨大能量，能够让人超越自我、突破设限、完爆成功，实现个人的荣誉感、价值感、归属感、安全感以及幸福感，让人变得更加自信、更加自由、更加充满活力。

# 《本能》

## 内容概要







# 《本能》

## 媒体关注与评论

大部人的一生都在茫然而庸碌地活着……《本能》理应唤醒那些沉睡的人们，指引他们找到人生的方向。——英国《泰晤士报》





# 《本能》

名人推荐

## 精彩短评

- 1、挺口水的，当然，有一些亮点，不过很多书里面都有提到过，疑惑为什么分数这么高？
- 2、真的很励志呀
- 3、正能量的书读多了就觉得再也看不下去
- 4、家里有很多书，还没来得及读。但是装订很给力啊！！
- 5、书还没看 看了几页 不错,争取清明节三天看完
- 6、如果不是贝爷写的话，最多只给一分
- 7、哈哈，翻了一下，还好贝爷只是理想比较异于常人，心性挺好的，看看不算浪费时间浪费生命，有的话还是可以听听的，还行~
- 8、任性一回，是贝爷写的就满分
- 9、贝爷的书，说啥都得顶
- 10、相比这本书，我可能还是更喜欢去看他的节目吧
- 11、和心灵鸡汤差不了多少。
- 12、很棒的书，超级多的正能量，强烈推荐！
- 13、从内在进一步去了解贝爷是如何在一个个困境中存活下来，因为看过荒野求生，对书中内容会有感触.....
- 14、贝爷的所有节目我都一集不落看完了，除了为他什么都敢吃的勇气惊叹之外，更佩服他那份无所畏惧的男人气概。后来，看了他写的自传《荒野求生》，我才对他有了一个全面的认识，看到了镜头背后的那个真实的贝尔，正是那些成长经历让他真正走进了我的内心，我被他对梦想的坚持和执著追梦的精神所打动。这一次的《本能》又让我看到了他睿智的一面，他很善于去感悟和总结，书中有他对于探险经历的体悟，有他和家人、朋友相处的心得，有对追逐梦想的独到认识，有对爱和慈善的个人理解.....真的很难相信这些充满智慧富有哲理的文字就是那个给“鸡肉味，嘎嘣脆”代言的什么都敢吃哪里都敢去的男人写出来的东西，这一次，我是真的为他折服，他在我心中亦真的成了神一般的存在。或许我们永远都不知道我们能做且擅长做些什么，我们也不知道我们的体内究竟隐藏了哪些能量，它们又是否足够强大，可如果真正强烈地想去做成某件事情，并愿意去挖掘和激发相应的潜能，相信总有一天，我们也能做出一些出乎别人意料的事情。所以，我要追随着贝爷不断成长，让自我得到提升，加油吧~
- 15、没劲的鸡血书，高考作文论证素材模板
- 16、保持自我！
- 17、一般
- 18、印刷质量很好 书的内容也很好。
- 19、有点鸡汤，555555，跟其他鸡汤文差不多吧，不过挺喜欢书名《本能》，我们每个人深埋于心中的本能，可能很多人都忘了自己的本能吧，我第一次看到这书的时候就想起了自己想要成为一个独当一面的人的本能，是本能驱使着我变得优秀。后面的结尾有点出乎我的意料，对待金钱的看法，还有就是懂得给予才能收获更多，给予比拿更愉快，这跟佛洛依德的《爱的艺术》是一样的，最近我也觉得是这样的，我在帮助别人时，我给予帮助很多，我没有祈求她回报我什么，在这个给予的过程中，总是感觉自己是很富足和开心。总的来说，还不错
- 20、因为有点完美主义，所以对书的包装要求很高，书包的还行，只是在靠近书脊的角落还是会有一点点凹陷，不影响总体的质量和视觉感受。
- 21、不错，包装好，纸质好，暂未发现其他问题
- 22、这是一本怎么说呢，和心灵鸡汤一样的书，内容和高中生写的作文一样，没有比较实际的意义。就告诉你 要勇敢，这些比较空大的话语。起初我以为是自传一样的书籍，说的是贝爷经历的故事，在哪儿去做了什么。结果就是一个故事一段励志的话语，显然这本书是写给他的三个孩子看的。虽说内容有很多冗余。并不是很精练。感觉就是重复几个内容再说。
- 23、贝爷，你还是写菜谱更好一些，比你的书有意思多了！
- 24、三星半。
- 25、本来想看看贝爷冒险的细节，却错买了一本成功学。看完感觉，贝爷也挺能扯的。
- 26、呵呵

## 《本能》

- 27、好
  - 28、伟人不自传，自传非伟人。
  - 29、书用泡泡纸包着，很好，没什么损坏，书比我想中的要小，一页纸写的东西之占 2/3 很多空白的地方，不过内容还是可以的，支持贝爷的可以入手看看
  - 30、在繁星如织的夜空下，围坐在篝火旁边，是人类最古老最温暖的行为。我们每个人都需要定期进行这类活动，它比你想象的还要重要。喝点小酒，与你喜欢的人开怀畅聊，然后静静地躺在夜空下，享受一段安静的时光，你完全不需要跑到斐济去度假。还有一件我想建议的事情：最好每年去看一次日出，体悟到生命是一种真正的恩赐。每个人都有梦，但是，这些梦却各不相同。那些只敢在漆黑的深夜让梦想躲在布满尘埃的内心深处的人，当他们白天一觉醒来，却发现梦中的一切不过是虚幻泡影。而那些在白天做梦的人是相当危险的，因为他们会用自己的实际行动为梦想装上眼睛，为了能让梦想成为现实，他们争分夺秒，毫不懈怠。我们所要做的，就是成为这类危险的做梦人。
  - 31、预言到了我之后会想做的 加油
  - 32、=\_=
  - 33、就应为其中的一句话 买了正本书，都是一些明摆着的道理，用事实更有说服力。。。可以收藏。
  - 34、比较浅的鸡汤，没怎么写贝爷的经历
  - 35、对于我这种懒癌晚期患者，又燃起了对生活的希望
  - 36、一本成功学书，书中有一句话说到：今天其实就是我们余生的第一天。好好的过好第一天。因为过了今天，就不会再有了...
  - 37、看了书，很不错。又专门在网上看了贝尔的视频，太喜欢了。生命的本能是自强不息！
  - 38、知道那么多道理，却也过不好这一生。
  - 39、内容还没看,质量没什么问题
  - 40、有点像国内的心灵鸡汤，但是贝爷自身的经历也很有说服力。
  - 41、再一次证明畅销书以包装压倒内容。字字珍金
  - 42、突破瓶颈，改变命运。
  - 43、因为崇拜贝爷而去读他的这本书，但是确实是失望了。这一类的书，我在过了几天以后就全忘记了。谁又会有再去回顾的心情呢？
  - 44、挺励志的，在无聊时，看了后有新的感受。介绍朋友买了。书的排版，是真的又让人感觉有排版，易读不会让人很快厌倦，之后内容不会只有道理，夹杂着事例，特别是主人公身边的人的例子（就是那种爬某高山要死的时候，怎么坚持下来之类），看了后，你会觉得你的生活挫折都还没有那些那么严重，自己就会很快挺过来，也会变得有主见，原来犹豫的想法，也好像在某瞬间决定下来了
  - 45、本人是真正经历过风雨的人才写的出这种书！
  - 46、还没有读，但我想一定从中会有所收获。
  - 47、汤
  - 48、突破瓶颈，改变命运
  - 49、引用书中的一句话来评论，很多人不喜欢这种治愈系的书，是因为看过这种类型的书以后，自己的生活依然没有改变，就好比你有腋臭，妄图想一天擦个香水就一辈子都没有腋臭了，那是不可能的事，所以，每天要接受正能量，每天接受阳光。
  - 50、好书，贝爷威武，启发我的潜能，我已有新的目标。
  - 51、凑字数凑的很辛苦...哎...
  - 52、理论总离不开实践，只是现代社会人没有太多接近原始的历练与挑战。
  - 53、成功学就那一套东西,半小时看完。
  - 54、在我大二时期有不少帮助，可能那时的我只是需要一种信仰，还有偶尔的鸡汤。那时候在社团要拉赞助压力挺大的，偶尔翻一翻这本书使得自己在遇到困难时很快回复过来。不过对于成功学依然处于怀疑态度，只能说特殊时期很有用。
  - 55、虽然是飞机场成功学 但作者是贝爷啊
- 英国满分作文系列  
Survival it!
- 56、有些事 原来不懂得 现在懂了 原来懂得 现在更懂了
  - 57、和市面上所有的成功学的书差不多。因为是贝尔的书，有些比较鲜活的经历，感觉还算值得。有

## 《本能》

几个不错的点。书的装帧没话说，内容欠缺了点。

58、没有太多内容

59、本能就是一种信念，是灵魂深处的一个火种，每个人都有。

60、贝氏心灵鸡汤

61、激发潜力，最本质的生存之道

62、是要叫人得生命，并且得的更丰富。 —约翰福音10:10

63、送货快，很满意，儿子是贝尔迷

64、贝爷，你懂得....

65、贝爷好帅 我是你的小粉丝

66、奠定了心理基础

67、咋说 励志书

68、一碗还不错的不招人烦的鸡汤~

69、冲着贝尔看的





# 《本能》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)