

原版经典全译本

[美] 查尔斯·哈奈尔 著 福源 译

# 世界上最神奇 24堂课

一部在美国被禁70年的经典！  
一部让拿破仑·希尔获益匪浅的民间秘本  
一部据传令比尔·盖茨辍学创业的神秘著作

THE  
MASTER KEY  
SYSTEM

Open the Secret to  
Health, Wealth and Love



新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

# 世界上最神奇<sup>的</sup>24堂课

本书不是写给所有人的，  
它的无穷力量属于慧眼识货之人，  
属于坚持阅读完全书之人。

■在美国，由于本书涉及精神、心理等方面某些不合时宜的内容，于1933年被列为禁书，直到2003年——70年后才得以开禁。

■《世界上最神奇的24堂课》被禁之后，该书就成为一些特权人物的个人专读著作。当时，甚至需要花费1500美元方能得到一份手抄本，而1500美元相当于那时一个人两年的薪水。

■近些年来，在硅谷有一个人尽皆知的秘密，那就是：每个创业者都是通过研习哈奈尔先生笔耕的结晶，从而掘到了自己的财富。从硅谷起家的百万富翁和亿万富翁，几乎每个人都读过这本《世界上最神奇的24堂课》。由于本书被禁多年，直到近年才得以重见天日，因此一度在硅谷掀起了一股销售热潮。

■拿破仑·希尔，世界最著名的成功学畅销书作家之一。通过本书，他得以致富，每年获取财富105,200美元，而当时美国人均收入不过750美元。通过本书，他写出了自己的成功学著作。他因此专门为本书写了感谢信。

■在本书出版之后，许多成功的商界人士将本书列为其必读著作。同时，这些人士又不希望其他人读到本书。因为本书会令他们突破局限，并获得财富和成功。

上架指导：心理励志

ISBN 978-7-80228-274-2



9 787802 282742 >

定价：33.00元

THE  
MASTER KEY  
SYSTEM

Open the Secret to  
Health, Wealth and Love

世界上最神奇的  
24堂课

[美] 查尔斯·哈奈尔 著 福源 译

 新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

## 图书在版编目 (C I P) 数据

世界上最神奇的24堂课/(美)查尔斯·哈奈尔著;福源译.

-北京:新世界出版社,2007.1

ISBN 978-7-80228-274-2

I.世... II.①查...②福... III.成功心理学-通俗读物

IV.B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第164715号

## 世界上最神奇的24堂课

---

|         |                                                                           |               |
|---------|---------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 作 者     | [美]查尔斯·哈奈尔                                                                | 翻译:福源         |
| 责任编辑    | 刘丽刚                                                                       |               |
| 出版发行    | 新世界出版社                                                                    |               |
| 社 址     | 北京市西城区百万庄大街24号(100037)                                                    |               |
| 总编室电话   | +86 10 6899 5424                                                          | 6832 6679(传真) |
| 发行部电话   | +86 10 6899 5968                                                          | 6899 8705(传真) |
| 本社中文网址  | <a href="http://www.nwp.cn">http://www.nwp.cn</a>                         |               |
| 本社英文网址  | <a href="http://www.newworld-press.com">http://www.newworld-press.com</a> |               |
| 本社电子信箱  | <a href="mailto:nwpcn@public.bta.net.cn">nwpcn@public.bta.net.cn</a>      |               |
| 版权部电子信箱 | <a href="mailto:frank@nwp.com.cn">frank@nwp.com.cn</a>                    |               |
| 版权部电话   | +86 10 6899 6306                                                          |               |
| 印 刷     | 北京市昌平北七家印刷厂                                                               |               |
| 经 销     | 新华书店                                                                      |               |
| 开 本     | 787×1092                                                                  | 1/16          |
| 字 数     | 200千字                                                                     | 印张:17         |
| 版 次     | 2007年2月第1版 2007年2月北京第1次印刷                                                 |               |
| 书 号     | ISBN 978-7-80228-274-2                                                    |               |
| 定 价     | 33.00元                                                                    |               |

---

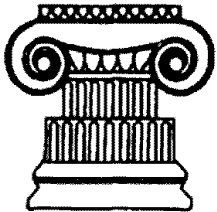
新世界版图书 版权所有 侵权必究

新世界版图书 印装错误可随时退换

# 世界上最神奇的24堂课

他把他所拥有的知识写成了一本由24个部分组成的具有教育意义和启发意义的前后和谐的讲义，那就是现在的《世界上最神奇的24堂课》。他开始与世界上最富有的人分享这一发现，一周给他们一部分。富翁们被这些发现深深地吸引住了，他们乞求查尔斯不要把《世界上最神奇的24堂课》公之于众。

## THE MASTER KEY SYSTEM



通过《世界上最神奇的24堂课》你将发现那永恒的古老的基本原则。是它们控制着我们的未来并在一定程度上促成成功或失败。

史蒂夫·格瑞葛

《百万富翁的智慧和生活钥匙》的作者  
企业家，互联网的开拓者



在生活中有三种东西是每一个人都需要并渴求的……财富、健康和爱。

任何事物都是由这三点派生出来的。现在，你可以最大程度地拥有它们了——财富、健康和爱。秘密就在于《世界上最神奇的 24 堂课》。我很少随意地称赞……因此我将要说的都具有重大的意义：

在我寻求充分发展人类潜能的道路上，它是我所见过的最杰出的书。难道它对你来说没有意义吗？

## 拿破仑·希尔的感谢信

亲爱的哈奈尔先生：

也许您还记得我，《金规则》的编辑拿破仑·希尔。

首先，请允许我向您报告一个好消息，我刚刚被一家公司所雇用，每个月只需要工作几天，年薪105,200美元。他们看中的是我的思想以及我的思想对他们公司的影响。

想必您已经知道，正如1月号《金规则》（我的秘书给您寄了一份）的社论中所说，在我22岁的时候，还只是每天挣1美元的煤矿工人。

之所以告诉您这个，是因为，我目前取得的成功，以及我在担任拿破仑·希尔学会会长之后的所有成就，完全归功于“世界上最神奇的24堂课”体系所制定的那些原则。

正如书中所写的，一个人能够在想像中创造的事情，没有什么是不能实现的。我们所需要的，只是把蕴含在我们自身的所有潜在力量激发出来。

非常感谢您让我及时看到这本书，也感谢您现在正在让更多的人去认识到这本书中的精华。我将与您合作，竭力把这些课程推荐给我所能接触到的人群中，让他们与我共同分享这本书带给我们的成果。

您的忠诚的拿破仑·希尔

《金规则》编辑

1919年4月21日，伊利诺斯，芝加哥



《世界上最神奇的24堂课》

# 何以被禁



《世界上最神奇的24堂课》，这部能够改变人生命运的书自1912年创作出版后在美国销售了20万册，然而于1933年又突然消失了，为什么呢？因为……

当《世界上最神奇的24堂课》发行之初，那些成功的商人们不想让它在市场上公开发行。他们不想让人们把这部书当作能够克服局限性的真理。他们成功了，因为这部书被隐藏了数十年而未公开发行。

《世界上最神奇的24堂课》是硅谷最神奇的成功秘诀。大多数硅谷创业者读过本书全部或部分篇章，他们的企业都取得了成功。并且通过对这本令人震惊的书的学习和实践，使自己成为了百万富翁或亿万富翁。

因为《世界上最神奇的24堂课》被禁多年，于是，查尔斯·哈奈尔的《世界上最神奇的24堂课》手抄本成了硅谷炙手可热的畅销书……史蒂夫，乔布斯，莱瑞，艾力森……只要是你能够说得出口名字的人士，很大程度上是因为他们运用了查尔斯在书中教授的知识来积累起那些巨额财富。

在一段时期内，该书的部分版本被用于各种不同的计划和活动，每一

本要花费1250美元到2500美元之间……它们被那些有时间以及商业能力的人所拥有，因为只有他们能支付得起……

幸运的是，今天任何一位期待得到相同结果的人都可以得到属于他们自己的一本《世界上最神奇的24堂课》。

哈奈尔为我们建造了一个完整的个人潜能开发体系，传授给我们为成功而奠定基础的终极原则和基本理念。在这个体系中，哈奈尔贯穿了自己获得成功的方法和经验的总结，并作了精确深刻的阐释，条分缕析、鞭辟入理、缜密透彻。这些方法和经验凝聚着他的心血和智慧，融会了他的思想和探索。

哈奈尔把这些他自己所领悟到的并付诸实践的经验，凝练成一条条切实可行的经典法则，这些法则适用于我们生活和工作的方方面面。美国的亨利·福特说过：“任何人只要做一点有用的事，总会有一点报酬。这种报酬就是经验，这是世界上最宝贵的东西。”如果你想拥有这种最有价值的东西，那就看看这本书吧，它既有指导我们走向成功的方法，又有应对复杂变化的技巧；它告诉我们如何了解生命的真谛，如何抓住时代赋予我们的机遇。

一旦你得到了这本书，会立刻意识到通过利用“世界上最神奇的24堂课”体系所取得的成果将是绝对令人震惊的。

当你把作者查尔斯·哈奈尔在《世界上最神奇的24堂课》一书中所讲述的用于实践时，你会发现现实生活发生了很大的变化。在很多方面，哈奈尔都是时代的领潮者。即使在今天，大多数成名的商业人士，例如，安东尼·罗宾或是其他人，都不会告诉你：你的人生完全是在你的控制之下。我们几乎都囿于传统，认为我们是处在其他人或外部环境的控制下。外部因素决定我们将会取得什么样的成就。然而，那是不正确的。哈奈尔会告诉你如何重新获得对自己人生的控制权。

查尔斯·哈奈尔把自己取得成功和财富的观念和方法写入了书中。每一天里，某个人都会发现哈奈尔成功的秘密，从而继续前进，成为百万富翁。

**警告：对于某些人而言，这种巨大的成功有时是毁灭性的。你一定听说过这样的一些故事：那些买彩票中奖的人正是被数以百万的美元所毁灭！如果你在精神上还没有做好准备或者你认为自己还不具备处理你生命中将会发生的重大而且积极变化的能力时，请先不要去考虑得到《世界上最神奇的24堂课》，它会带给你权力、财富、健康和幸福。《世界上最神奇的24堂课》并不适合所有人。**

《世界上最神奇的24堂课》适合每周阅读一课，每课之后都设有一周内的实践练习。每一课都是建立在前一课的基础之上，并且在逻辑上循序渐进，简单、自然、快速地把信息内在消化。

这种逐渐的过程，为我们把自然规律应用到实际人生中提供了一种明朗、简单而有效的方法。最后你会真正理解如何运用自己的能力来永久地改变和完善自己。那不正是你想要的吗？

《世界上最神奇的24堂课》不像今天你所看到的那些枯燥、无味、单薄的自救书。**它真正会使平民成为百万富翁，使普通人成为成功人士。**

哈奈尔最初把《世界上最神奇的24堂课》写成了24个部分，是因为商业协会的团体要求。哈奈尔把他自己在商业上取得成功的诀窍告诉其他人。当他们发现这对他们自身是多么适用时，商业协会的人命令哈奈尔**不要让普通的大众触及该书**。这样的结果是：哈奈尔在几年的时间内仅仅把他的方法教授给了少数的富人群体。最后，他决定把这个普遍的生存原则传达给那些想要取得巨大成功的所有人。

但是，《世界上最神奇的24堂课》发行没多久，美国教会就发现了它所发生的情况，**便立刻查禁了这本书**，直到近年才得以解禁。

据说，比尔·盖茨在哈佛大学读书的时候读到了哈奈尔的《世界上最神奇的24堂课》从而思想受到启发，辍学创业，白手起家，结果创造了软件帝国的神话，财富的奇迹。近些年来，从硅谷起家的百万富翁和亿万富翁，几乎每个人都看过哈奈尔的《世界上最神奇的24堂课》，奇迹也在硅谷不断上演。现在越来越多的人都开始关注和研习这本书，而奇迹还将继续。

我已经读完了《世界上最神奇的24堂课》，并且我已经明白了为什么富人们不想让这本书流入普通人的手中。

需要指出的是：囿于当时的条件，作者的认识不免带有时代的烙印，有些观点我们并不苟同，还望读者诸君明察。

福源





## 推荐序：神奇的力量

浩瀚的历史长河中，万物如风般流逝。不管我们多么渴望，时间永远不会为某个人驻留。每个有思想的人，都不愿意自己在世上庸庸碌碌，无所作为，而是希望能在短暂的人生中尽其所能不断发展、提高和完善自己，即使到生命的终点，这种追求亦无止境。

这种提高和完善的能力，是在思考问题、处理问题的过程中获得的；是通过改变自己的思维方式，进而改变自己的行动以及现状而实现的。而改变的关键就在于如何激发自己的创造性，如何进行创造性的改变。而创造性正是世间万物发展的动力所在。

在漫长的万物发展史中，人类不断地思考和求索。人类思考的产物可谓丰硕，包罗万象。而在这些成果中，有一种终极法则，它不是叙述事物表面的信息，而是深入事物内部的规律，是激发人类的潜能从而发展、完善人类自身的真理，那就是“世界上最神奇的24堂课”体系。

“世界上最神奇的24堂课”体系的生命力，就在于它能够开启人类的智慧之门，从深层面指导我们打破陈规，更新我们的思维方式，达到激发我们的创造性的目的。有了这种创造力，我们发展的源头就不会枯竭。

人类的发展都是始于每一次的尝试，不论是成功的尝试还是失败的尝试，都是在自身思想的指引下。因此，思想的力量仍是世界中最被尊重的力

量。人类只要能够很好地运用这种力量，就能够在曲折中不断前进，不断完善自我，不断改善我们的世界。《世界上最神奇的24堂课》就是教给我们如何掌握这种力量，如何恰当地运用这种力量，如何建设性地、创造性地使用这种力量。这也是这本书最有价值的地方。

《世界上最神奇的24堂课》所讲授的内容分为24个部分，也就是24堂课，建议读者每周学习一课，24周学完。书中的每一条内容都充满了睿智，每一课都值得我们花一周或者更多的时间去细细品味。我们应该认真仔细地去研习，而不要像对待通俗读物一样只是泛泛浏览。这样你才会有更多的体会和收获。

只要你认真去阅读、使用这本《世界上最神奇的24堂课》，它会让你的人格更伟大、更优秀，让你拥有不可思议的力量，去改变你的现状，拓宽你的视野，丰富你的内涵，实现你的理想，书写你人生灿烂的华章。

F. H. 伯吉斯





## 作者序言

“人生而平等”，这是为大多数人所倡导的一句话，也是为大多数人所信仰的一种观念。然而人并不是平等的，虽然都是由父母带到这个世界上，虽然身体构造是相同的，但是人的思想，人的意识却有很大的差别。虽然这种差别从外表看不出来，但是正是这种差别，才有了成功与失败，富有与贫穷，非凡与平庸。

失败的人总是抱怨自己的运气不济，总是为自己的失败找借口，说如果幸运之神站在自己这边就会取得成功。同样，穷困潦倒的人也常常感叹命运不济，总认为有钱人是天生的富贵命，幻想自己如果也是富贵命，一定会比富翁更富有。其实非凡与平庸的主要差别不在于是否拥有强健的体魄，而在于人的思想与精神，在于人的心智。否则，那些伟人也一定是体格最健壮的人了。

在漫漫的人生旅途上，正是心智，使我们能超越环境、战胜困难。如果我们深刻理解了思想的创造力，就可以看出它的功效是非常惊人的。

世界上的万事万物并不是杂乱无章的，而是遵循着一定的规律。如同物质世界中的规律一样，人的精神世界也存在着规律。各种规律一直在控制着我们的道德世界和精神世界。

请时刻谨记，我们的思想才是能力和力量的源泉，因为依靠外在的帮助

才使我们变得软弱，只要你愿意，你就可以成为帮助别人的强者而不是被帮助的弱者。要迅速调整自己，昂首挺胸，以积极的心态，毫不犹豫地投入到自己的想法之中，去创造奇迹。只有了解并遵循这些规律，才能够获得理想的结果；也只有恪守规律，才会得到准确的结果，毫厘不爽。

反之，如果你否认并拒绝接受通过了解这一规律给人类带来的益处，如果你不能掌握这一最新的伟大科学成果并透彻地研究和利用这一奇妙的经验，很快你就会发现，所有的人都跑在你的前面，你被远远地落在后面。富裕的获得，正是依赖于对“富裕规律”的认知。也正是如此，只有那些认识、遵循“富裕规律”的人，才能分享它所带来的好处。

“栽什么树，结什么果”，这一自然界的规律也同样适用于人的头脑。如同毫不费力地创造出积极的条件助你成功一样，在你有意无意地想像各种匮乏、局限和混乱的同时，你的头脑也可以同样轻而易举地创造出消极的条件来把你推进失败的深渊。

千万不要过分自信地认为自己十分小心谨慎并有足够的智谋，绝对不会犯这种低级的错误。下意识地创造不利的条件而阻碍自己迈向成功，这也是一种规律，像任何别的规律一样。它永不停息地运行，不讲情面地严格按照各人所创造的回报他们，这一规律绝不会因人而异。

当今社会，科学的精神应用于各个领域，因果关系不再为人们所忽视。人们已懂得“事凡有果，势必因”的道理，所以，人们如果想要实现自己的志向抱负，就得为这一愿望创造出它所必需的特定条件。

规律不是显现的，而是隐藏于种种表象和假象之下，只有将大量个别的事例进行对比，直到找出其中的共通之处，才能够发现规律，我们把这种方法称之为归纳推理。规律的发现消弭了人类生活中变幻莫测的因素，代之以原则、推理和确定性。

归纳推理是最科学的方法，文明诸邦，繁荣昌盛、学术兴隆，延长寿命，



减轻痛苦，跨越江河，拓宽视界，加速运动，消灭距离，促进交流，上翔太空、下探深海——种种结果的产生，都缘自归纳推理的思维方式，而我们所要做的仅仅是将结果进行分类。

“世界上最神奇的24堂课”体系将以绝对的科学真理，系统地阐述如何正确运用精神属性中积极和能动的因素，以及如何培养并正确运用想像力、欲望、感情和感官直觉，激活个体生命的潜能，使人精力充沛、世事洞明、活力迸发、不屈不挠，对人的效率和才能大有裨益。我最迫切想做的事就是教你识别机遇，加强你的推理能力，坚定你的意志，赋予你抉择的智慧，理性的同情，拥有主动进取、坚韧不拔的精神，并且教你如何尽情地享受高质量的生活。

我不是江湖术士，既不会催眠术，也不会魔法。“世界上最神奇的24堂课”体系的目的也不是运用任何让人迷醉一时的骗术去蒙蔽善良人的双眼，误导人们。它只是单纯地想教给你们使用精神能量，不是替代品或曲解的产物，而是真正的精神能量。因为我坚信“一分耕耘，一分收获”，并且愿意和读者一起钻研和实践这一真理。

精神能量是极具创造力的，它使你有能力为自己而创造，而不是从别人的身上巧取豪夺。大自然向来不屑此举。正像大自然让原先只有一片草叶的地方生长出一片森林一样，精神力量之于人类，也是如此。我相信，如果你能够竭尽全力开发出精神能量的巨大潜能，那么它绝不会辜负你，它会让其他人心甘情愿地听命于你，因为它可以让其他人本能地认为你就是一个充满力量、充满个性的人。

拥有精神能量意味着你能够感悟自然的基本法则，与伟大的自然融为一体；意味着你拥有取之不尽、用之不竭的力量源泉；意味着你了解吸引力的奥妙所在，了解成长的自然规律，以及在社交圈和商业圈中赖以生存的心理学法则。此外，拥有精神能量还意味着你像一块巨大的磁石，以自己的魅力

吸引着身边的人和事，在其他人眼中你就是幸运之神的宠儿，你将拥有让梦想变成现实的金手指，成为世人羡慕的对象。

加深人们对生命的感悟，掌控自身，常葆健康；增强人的记忆力，提高人的洞察力；在任何情境下对机遇和困难都洞若观火，使人有能力把握住近在咫尺的大好时机。这能够改变成千上万男女老少的生活——它以明确的原则，取代了那些飘忽不定、云遮雾罩的方法，而每一种效率体系都奠基在这些原则之上。这些都是很罕见难得的能力，同时也是每一位成功的商业人士所必备的特质，这些就是我长篇大论的宗旨和精髓所在。

洞察力能使人拨开迷雾，洞悉本质，它摧毁猜疑、消沉、恐惧、忧郁等各种软弱，打破局限，消解匮乏；它唤醒沉睡的才能，它给你胆魄与活力，令你积极进取、精神百倍；它唤醒你对艺术、文学、科学之美的感受能力。在现实生活中，经常有难以数计的人为了永远没有实现可能的事情而殚精竭虑，最终换来一头白发两手空空，却把近在眼前的机遇拒之千里之外，与成功擦肩而过却浑然不觉。《世界上最神奇的24堂课》所讲述的体系旨在开发人的洞察力，增强人的独立性，令你具有远见卓识，有助于提高能力，改进性情。

“在多数大型企业中，顾问、专家、培训师等成功有效的运作管理诚然不可或缺，但我坚信，对正确原则的重视和采纳更是重中之重。”这是美国钢铁集团董事长埃尔伯特·加里的一句至理名言，也是他取得成功的不二法门。

《世界上最神奇的24堂课》的目的不仅仅在于教给人正确的原则，也不想给读者一本类似于其他学习课程的说教，因为这类东西已经太多了。它更愿意提出实践这些原则的方式方法与读者分享，教读者懂得：有相当一部分人终日忙于苦读书、听讲座，然而终其一生，都没有取得任何能够证明这些理论的实际进展。这是因为所有的原则在书本上时都是毫无用处的，只有将



它应用于现实生活，才能体现它的价值和魅力。只有凭借本书所讲述的体系所提出的方法，佐证它所讲授的原则，身体力行地在日常生活中付诸实践，才是最聪明的做法。

一切都在变，不变的只有变化。包括世界上所有的思想观念在内的一切事物的变化正在我们身边发生，成为自异教衰亡以来这个世界所经历的最为重大的思想变革。

走进生物的国度，你会发现一切都处于流体状态，永远在变化，永远被创造、再创造。在矿物世界中，看起来一切都是固体的、不易挥发的，其实不然，它们也无时不刻不在进行着细微的变化。每一个领域，总是在变得越来越美好，从有形演变为无形，从粗糙演变为精致，从低潜能演变为高潜能。当我们抵达无形世界的时候，就会发现，能量处于最纯粹、最活跃的状态，它随时准备被激发。

无论是黑人还是白人，无论是穷人还是富人，无论是基督教徒还是天主教徒，无论是最上层、最有教养的人群还是最底层的劳动阶级，正在进行的这场人类历史上空前的革命，正在改变所有人的观念。然而有的人对此明察秋毫，有的人却对此麻木不仁。

长期被传统的桎梏羁绊的人们已经挣脱了所有的束缚，代表新文明的眼界、信念与服务在不知不觉中取代了旧的习俗、教条、残暴等一切陈腐的、不适应时代发展的东西。如今，科学发现浩如烟海，揭示出无尽的资源、无数种可能，展现出那么多不为人知的力量。科学家们越来越难于肯定某种理论，称之为定规定法、不容置疑；同样，也极难彻底否定某些理论，称之为荒谬不经、绝无可能。

20世纪是一个无比光辉的世纪，它见证了人类历史上最辉煌的物质进步，21世纪必将再创奇迹，将给精神力量和心灵力量带来更伟大的进步。一种来自我们内心的全新的力量和意识正以难以置信的意志和决心唤醒处于沉

睡中的世界，也让我们对自己的内心重新审视。

从分子到原子，从原子到量子，世界上所有的有形实体已经被人们细化到了极致，它的内部构造人们已经看得非常明白透彻。所以接下来我们要做的事情就是细分精神，找到精神的量子。“能量，就其终极本质而言，只有当它表现为我们所说的‘精神’或‘意志’的直接运转时，方可被我们所理解。”安布罗斯·佛莱明爵士如是说。

大自然中最强大的力量是什么呢？大自然中最强大的力量是无形的力量。同样的道理，人类最强大的力量是精神力量，它虽然无形，但却不容小觑。思维是精神过程的惟一活动方式，而观念，是思维活动的惟一产物。精神力量得以显示的惟一途径是思维过程。

所以，世事的风云变迁，只不过是精神事务而已。推理，是精神的过程；观念，则是精神的孕育；问题，其实是精神的探照灯和逻辑学；而论辩与哲学，就是精神的组织机体。

针对某一给定的主题作出一定数量的思考，就能使人的身体组织发生彻底的改变。因为想法，定会招致生命机体某种组织的物质反应，如大脑、神经、肌肉等。这就会引发机体组织结构中客观的物质改变。

勇气、力量、灵感、和谐，这些想法取代了原先的失败、绝望、匮乏、限制与嘈杂的声音，慢慢在心中生根，身体组织也随之而发生改变，个体的生命将被新的亮光所照耀，旧事已经消亡，万物焕然一新，你因此获得了新生。这就是失败演变为成功的过程。这是一次精神的重生，生命因而有了新的意义，生命得以重塑，充满了欢乐、信心、希望与活力。通过这样简单地发挥思想的作用，你不仅改变了自身，同时也改变了你的环境、际遇和外部条件。

虽然此前你是在黑暗中探索，但是现在你将看到成功的机遇，你将发现新的可能，而此前这些可能对你毫无意义。你的身上充满了成功的想法，并



辐射到你周围的人，他们反过来又会帮助你前进与攀升。你将吸引到新的、成功的合作伙伴，而这反过来又会改变你的外部环境。

如果把历史倒退一百年，那时的人是如此的脆弱与无力，哪怕只有一挺现代的机关枪，就可以不费吹灰之力地歼灭整整一支用当时的武器装备起来的大军，或者更多。因此，如果你希望获得难以想像的优势，从而卓冠群伦，傲视苍生，那么就请你相信，也请你提前做好好，因为美妙神奇、令人痴醉、广阔无边以至于几乎令你目眩神迷的崭新的一天，崭新的世界即将到来。





## 目录 CONTENTS

推荐序：神奇的力量 ..... 001

作者序言 ..... 003

|       |                        |     |
|-------|------------------------|-----|
| ⌚ 第一课 | 内在的世界，巨大的力量 .....      | 001 |
| ⌚ 第二课 | 习惯的策源地——潜意识 .....      | 011 |
| ⌚ 第三课 | 无需向外界求助，自己才是最强大的 ..... | 021 |
| ⌚ 第四课 | 你可以成为任何一类人 .....       | 031 |
| ⌚ 第五课 | 真诚渴望—主张权力—势必占有 .....   | 041 |
| ⌚ 第六课 | 需要—谋求—行动—收获 .....      | 051 |
| ⌚ 第七课 | 视觉化你的目标 .....          | 061 |
| ⌚ 第八课 | 和谐的思想酿出美好的结果 .....     | 071 |
| ⌚ 第九课 | 改变我们自己 .....           | 081 |
| ⌚ 第十课 | 因果法则 .....             | 091 |

|         |                     |     |
|---------|---------------------|-----|
| ⌚ 第十一课  | 万事万物都有规律可循 .....    | 099 |
| ⌚ 第十二课  | 集中你的能量，专注你的思考 ..... | 109 |
| ⌚ 第十三课  | 做有益的精神付出 .....      | 119 |
| ⌚ 第十四课  | 保护你的思想领地 .....      | 129 |
| ⌚ 第十五课  | 成为有足够智慧的人 .....     | 139 |
| ⌚ 第十六课  | 心灵印记和精神图景 .....     | 149 |
| ⌚ 第十七课  | 渴望中诞生希望 .....       | 159 |
| ⌚ 第十八课  | 互惠行为 .....          | 169 |
| ⌚ 第十九课  | 知识战胜恐惧 .....        | 179 |
| ⌚ 第二十课  | 思想主导一切 .....        | 189 |
| ⌚ 第二十一课 | 改变人格彻底改变环境 .....    | 201 |
| ⌚ 第二十二课 | 健康是过去思维方式的结果 .....  | 211 |
| ⌚ 第二十三课 | 将成功发展到极致 .....      | 221 |
| ⌚ 第二十四课 | 一切皆在你心中 .....       | 231 |

从《世界上最神奇的24堂课》中能得到什么 ..... 241

让我们开始第一堂课的学习吧。经过这堂课，相信你的生命中会更加充满力量，你的生活方式会更健康，你会体验到更多的幸福。

值得注意的是，这种力量并非是你要去获得的，而是你自身已经拥有的，只是你可能还不了解它，不会运用它。我们的课堂就是让你去认知这种能量，掌控这种能量，把这种能量和你的生命合而为一，成为你生命力中的一部分，这样，你就能够征服所有的困难。人类的强大就在于这种潜意识中的精神能量。只要你想去提高自己，就一定可以做到这种改变。

人生都是由昨天、今天、明天组成。从昨天一步步走来，在今天用行动点燃希望，放飞明天的梦想。最重要的是今天，但昨天的体会和感悟也不能忽略，它们是今天做出选择的前提。那么，去认真感悟你的人生吧，世界是多彩的，生命是美丽的。而这种缤纷，是呈现给有准备去接受而不是茫茫然匆匆走过的人们的。慢慢领悟这个世界，也会使你获得更多的感受和自信，会使你生命的意义更为深刻，更为丰富。

每一天都既是明天，也是今天，也会变成昨天。好好把握和感受生命中的今天，就会迎接灿烂辉煌的明天。好了，开始第一堂课。



● 很多的实践都证明，准备得越多，离成功就越接近；准备得越少，离成功就越远。要知道，灵感是从积累中得来，而非偶然。

● 人类的思维是世界上最为活跃的能量，具有创造性。每个人的客观环境和一切生活际遇，都是主观思维在客观世界中的反映。

● 我们的每一次选择都不是偶然的，而是取决于我们以往的思维定式。我们只能做出我们思想范围以内的选择，不会有超越思想范围以外的行为。

● 我们的思想主导着我们的行动。从某种程度上说，每个人的思想以及思维方式决定每个人的现状和未来。

● 我们总是忽略自己潜在的能量。要想重新认识自己，就要首先意识到这种力量的存在。而要想意识到这种力量的存在，我们必须懂得，一切力量源于自己的内心世界。

● 内在的世界不可触摸，但的确存在，而且它的强大远远超过你的想像。这是一个由思想、感觉、力量等要素构成的能动的世界。

● 思想统治着内在的世界。当我们能够意识到自己的内在世界的时候，就可以解决使我们困惑的所有问题，也可以解释所有问题的动因。我们一旦掌握了这个内在世界，一切力量、成就与财富的规律亦在我们的掌控之中了。

● 内在世界拥有惊人的潜能，其中蕴含着无尽的力量、无尽的智慧、无尽的供给，可以满足现实的一切需求。我们一旦认识到内在世界的潜能，并加以运用和释放这种潜能，结果就会如实反映在外在的世界。



● 内在世界的和谐，映射到外在世界，就会表现出良好的人际关系，舒适的生存环境，处理问题的高效和最佳的精神状态。这是所有伟大、健康、力量、胜利和成就的前提和必要条件。

● 内在世界的和谐，也表现为我们能够控制我们的思想，在外来困扰面前更加积极主动地面对而不是消极对待。

● 内在世界的和谐，使我们变得乐观而又不断进取，在这种良好的精神状态下也会带来外在世界的满足。

● 外在世界也同样能反映出内在世界的变化和发展。

● 如果意识到内在世界中所蕴含的智慧，就会帮助我们开启和释放内在世界中的潜能，并获得把这种能量如实映射在外在世界的的能力。

● 我们一旦意识到内在世界所蕴含的智慧，并能够运用它，我们就会在思想中也拥有这种智慧，通过控制我们的行为而拥有实际的智慧和力量，从而为我们自身和谐的发展所需要的各种条件打造基础。

● 每一个渴望有所进步的人，无论老少，都会在内在世界产生希望、热情、自信、坚强、勇气、友好和信仰，并通过这些品质完善自己的精神世界，从而指导自己获得非凡的能力，让梦想成真。

● 生命不是一个简单的从无到有再到无的过程，是

我们总是忽略自己潜在的能量。要想重新认识自己，就要首先意识到这种力量的存在。

当我们能够意识到自己的内在世界的时候，就可以解决使我们困惑的所有问题，也可以解释所有问题的动因。



一个逐步深入、升华的多层次的过程。所有在外在世界所获得的东西，都是我们在内心世界已然拥有的东西。

● 所有的成就和财富，都是建立在认知的基础上。所有的收获都是认知不断积累的结果，而认知的中断或意识的分散会使你事倍功半。

● 内在世界发挥作用是与和谐息息相关的。不和谐的内在世界也会导致混乱的外在世界。因此，要想有所成就，就要与自然法则和谐共处。

● 我们凭借思想与外在世界相连。大脑是思想和意识的器官，大脑—脊椎神经系统是身体的枢纽，把身体的各个器官和组织联系起来，使我们对光、热、嗅觉、声音和味道等各种感觉做出反应。

● 当我们通过思考了解了事物的本质和事物发展的规律，而大脑—脊椎神经系统把这些正确的信息传递到身体的各个部位，各种感觉和谐统一，这种感知是舒适而愉快的。

● 我们就是凭借思想和意识，将希望、勇气、信心、热情、活力等能量注入我们的身体。当然，思想也会给我们带来疾患、悲伤、倦怠、失望、匮乏等各种局限的东西，这是由错误的思维方式带来的，会对我们的世界带来破坏性的影响，使其变得不和谐。

● 我们通过潜意识建立与内在世界的连结。太阳神经丛是这种潜意识的器官，交感神经系统操控着各种主观感觉，如愉快、恐惧、依恋、喜好、渴望、想像等各种潜意识现象。正是这种潜意识成为我们和内在世界的桥梁，使我们能够逐步掌控内在世界的能量成为可能。

● 我们与内、外世界的联系，就取决于这两大神经系统的协调以及各自功能的运用。认知了这一点，就有利于我们把客观和主观协调一



致，从而使自己和谐地发展；认知了这一点，就不会面对各种外界的变化茫然不知所措，就知道未来是否成功根本取决于我们自己。

● 我们都有这样的体会，总是存在普遍的法则遍及整个世界，在任何场合、任何角落都适用，它是丰富的，强大的，充满智慧的，永不过时。所有正确的理念和思想都被它所涵盖。

● 普遍适用的理念能够指导实践。在这种理念下有助于我们把想像转变成现实。每个人对这种理念的认识都不尽相同，但它发挥作用是一样的。不同的认识只是它的不同表现方式。

● 能够普遍适用的意识和理念本质是相同的，所以，所有的理念归根结底就是一条理念。我们要认真体会和领悟事物的规律才会找到这条理念。

● 从宏观角度上来说，每个人大脑中聚集的意念与他人相比没有什么不同，只是作为个体化有细枝末节的差别。

● 能够普遍适用的理念是一种潜在的能量，它只能通过个体的人所彰显，而个体化意识的集合，就形成了普遍适用的理念。它们是集合和个体的关系。

● 每个人的思维特点和思考能力的不同是每个人作为个体之间不同的主要区别。这也是人内在意念的外化手段。意念本身是一种静态能量的微妙形式，而具体的想法则是由这种能量所产生的。想法是意识的动态阶段，意识

我们通过潜意识建立与内在世界的连结。当我们有了正确的认知，就有利于我们把客观和主观协调一致，从而使自己和谐地发展，就不会面对各种外界的变化茫然不知所措，就知道未来是否成功根本取决于我们自己。



是想法的静态阶段，两者是同一事物的不同阶段的表现。人类的思维过程正是从静态的意识动态的想法再到现实中起作用的。

● 世间万物的内在属性都包含在普遍适用的规则中，这些规则无所不能，无所不知，无所不在。万物的内在属性也包括人自身的属性。当一个人进行思考的时候，他自身的属性决定了他的思维动态，并且这种属性通过人的行为反映在外在的客观环境中，与人自身的属性相互呼应。

● 正如前面所说，自身行为产生的后果归根结底都是思考的产物，因此，你要想规划好自己的行为结果就要控制自己的思想，这是根本所在。

● 内在世界是一切力量的源泉所在，而且你是有能力掌控它的。掌控的前提是准确的认知，以及而后对这种认知的践行。

● 你一旦领会了这条法则，并懂得对自己的意识加以控制，那你就可以随心所欲地运用这条法则。也就是说，你也能够真正对那些普遍适用的法则融会贯通，并运用到自己的行动中。这条法则是世间万物发展的基础。

● 普遍适用的法则也同样是客观存在的每一粒原子的生命法则，每一粒原子的内在属性和这个法则也同样契合。每一粒原子都无时无刻不在遵守着这个法则。它们的生机也就在于此。

● 并非所有人都能意识到自己的内在世界，内在世界是如此丰富而有创造力。

● 作为一种全新的理念，大多数人并没有认识到这一点，他们只是试图从外在世界本身寻找解决问题的答案。这样做是徒劳无功的，或



者说只是解决了表面的问题。真正的答案要到内在世界中去寻找，这样才能从根本上解决，从而达到和谐的状态。

● 内在世界和外在世界是相辅相成，共同存在的。内在世界是源，外在世界是流。我们在外在世界所体现的能力，取决于我们对这种能量源泉的认知。每一个个体都是这种无限能量的出口，而每个人对于其他人而言也是如此。

要想改变你的外在世界，就要从内在世界着手，如果只是试图从外在世界本身寻找解决问题的答案，这样做是徒劳无功的，只能解决表面的问题。

● 认知是一种精神体验过程，这种过程就是个体和普遍适用的法则相互作用的体现。这种精神体验过程的作用和反作用力也是一种因果关系的法则，这种法则并非建立在个体之上，而是建立在人类共同的理念基础之上。它不仅体现为一种感受，更像是一个主观的进程，其结果就反映在我们的外在世界中，和我们的内在世界相互呼应。

● 我们拥有广袤的、丰富的精神实体的世界，就像一个深不可测的海洋。这个海洋孕育着勃勃的生机，它可以满足不同的精神需求。它通过我们不同的个体的思想得以表达和外化。

● 对这种理念的应用才是体现其价值所在。当你对这些理念和法则真正领悟并自如运用的时候，生活中无论是物质层面还是精神层面，都会发生变化：富足会取代贫困，睿智取代迷茫，和谐取代混乱，光明取代黑暗。



## 心灵训练

lesson one

现在就让我们把它付诸实践吧。先找一个安静不受打扰的地方，放松但不要放任你的身体，逐渐对你的身体完全控制。让思绪自由地在内在世界中徜徉，每次持续一刻钟或半小时，连续做三四天或一个礼拜，直到你有所感悟，有所收获，达到美好的境界。

有的人不会很快进入状态，但也有人轻而易举就能做到。不要着急，只要每次都有进步即可。还有，控制自己的身体这是前提，是必不可少的。好啦，剩下的时间就让我们好好体会本章的内容吧。

### 重点回顾 >>>

1、所有成就和财富的基础是什么？

所有成就和财富都基于认知。

2、生命个体是怎样与客观世界连结在一起的？

生命个体是通过思想和意识与客观世界连结在一起的；大脑是思想的器官。



3、生命个体是如何同内在世界相联结的？

生命个体通过潜意识与内在世界相联结。太阳神经丛是潜意识的器官。

4、什么是普遍适用的法则？

普遍适用的法则是客观存在的每一粒原子的生命法则。

5、个体是如何作用于外在世界的？

每个人进行思考的能力就是他作用于外在世界的能力，而这种思考就是认知的体验过程。

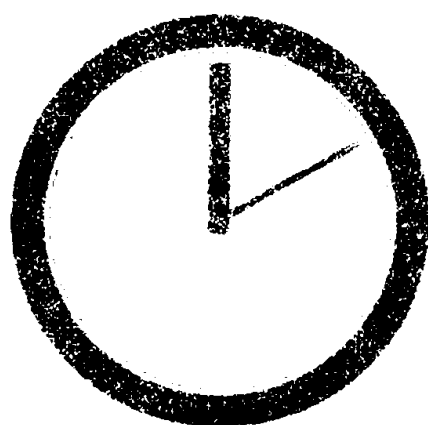
6、如何达到最和谐、最完美的境界？

和谐完美的境界是通过正确的思维方式实现的。

7、什么导致了混乱、冲突、匮乏等各种局限的东西？

混乱、冲突、匮乏等各种局限都是错误的思维方式导致的结果。





## 第二课 习惯的策源地——潜意识

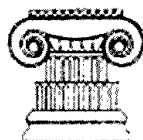
### LESSON TWO

我们都知道，谁也不会一帆风顺，而我们面临的困难主要是源于混乱的观念以及并不知道自己真正的兴趣所在。而要改变这种境况，就是要发现在这些杂乱无章中找到内在的规律，以便我们调整自身去适应自然规律。因此，清晰的思路和敏锐的洞察力就显得难能可贵。这种能力并非凭空而来，而是建立在平日的点滴努力的基础之上的。

你的感觉、判断、品味、道德感、才智、志向都会影响你在现实生活中产生的满足感。而前者是在你的学习中、实践中慢慢积累起来的成果，每个人的境遇不同，这种成果也有所不同。为了达到满足感，我们要向所有最优秀的思想学习。

所以说，思想就是力量，蕴含着强大的能量，这种能量比那些促进物质进步的梦想，或者你能想像到的最辉煌的成就都更加神奇。而积极的思想就是积极的能量，集中的思想即是集中的能量。而集中的某些积极的思想将化为非凡的力量。这种力量被那些不甘于贫穷，不甘于平庸的人孜孜以求。

获得这种能力并彰显这种能力，前提是对这种能力的认识，认识的越深刻，他能够获得这种能力的可能性就越大。反之亦然。而一旦具有这种能力，就会一直在头脑中驻留，就会不断创造、更新着人的思想和意识，并在外在世界中显现出来。第二课就是阐述认知这种力量的方法。



● 思维是靠显意识和潜意识去运转的。这是两种平行的行为模式。戴维森教授说：“只是想用自己有限的显意识去说明整个精神世界的内涵和外延的行为，就如同用一只蜡烛想去照亮整个宇宙。”

● 我们的思维是一件完美的作品，为我们的认知活动做好充分的准备。其中潜意识的运行是准确而富有逻辑性的，不会出现张冠李戴的情况。但可惜的是，我们大多数人都不知道思维运作的规律和逻辑究竟是什么。

● 我们头脑中的潜意识，就像一位幕后的工作者，一位慈善家，在我们需要的时候就送来供给，为我们耐心地劳作。潜意识为我们最重要的精神活动提供了一个尽情表现的舞台。

● 正是通过潜意识，莎士比亚就从一个普通学生的反应中领悟到了那些伟大的真理并表现在他的作品中；正是通过这种潜意识，菲迪亚斯创作了那些著名的大理石和青铜雕塑，拉斐尔画出了圣母像，贝多芬写成了交响乐。

● 我们在工作和生活中处理问题的方式，大都不是依靠我们的显意识，而是从潜意识中而来。弹钢琴、溜冰、打字还有老练的商业行为等种种完美的技巧也同样是从潜意识中而来。你可以一边弹奏流畅优美的乐章一边和他人进行一场幽默风趣的谈话，这更是取决于潜意识的指挥棒。

● 我们每个人都对潜意识产生了依赖。我们的思想越是崇高、伟大、卓越，我们就越会清楚潜意识在其中发挥的作用。我们在绘画、雕塑、音乐等艺术各个方面的技巧、本能还有美感，全部都在潜意识中而且也只能在潜意识中找到。

● 潜意识从我们的记忆库中提取我们所需要的所有信息，诸如姓



名、场景还有时间。它引导我们的思想过程、我们的品味还有对生活的态度。潜意识的价值是显意识所不能具有的，是非凡的。它无时无刻不在注视着我们的生活。

● 我们并不能随心所欲地控制我们的生理机能，不能停止自己的心脏跳动，不能阻止自己的血液循环，也不能阻碍神经系统的形成、肌肉组织和骨骼的发育。但我们可以在潜意识的指引下随心所欲地用感官去感受这个世界。

● 我们的行为可以分为下面两种：一种是听从当前的意愿发号施令，一种是根据潜意识中的规律有条不紊、从容不迫地进行。当然，我们更倾向于后一种选择，潜心研究后一种行为的过程。研究后我们会认识到，这些潜意识中的规律自从被创造以来就是如此运转，不受我们意愿的管制，不被各种影响而左右，它们似乎一直就被控制在我们永恒的内在力量之中。

● 在主导这两种行为的两种能量中，外在的可变能量就是显意识，或者说是客观意识。内在的可变能量就是潜意识，或者说是主观意识，保障我们的内在世界有序地进行。这种显意识和潜意识一个更接近现实层面，一个更接近精神层面。

● 我们必须认真观察显意识和潜意识各自的运行规律，以及它们在精神方面各自发挥的作用。其中，显意识是通过我们的感官对外在世界发生作用。

● 显意识是我们的意志以及意志所产生的结果的动力源，它具有分辨、鉴别、选择甚至还有推理的能力。其中推理能力诸如归纳、演绎、分析、推论等等，可以进行

我们在工作和生活中处理问题的方式，大都不是依靠我们的显意识，而是从潜意识中而来。

我们并不能随心所欲地控制我们的生理机能，但我们可以在潜意识的指引下随心所欲地用感官去感受这个世界。



## 世界上最神奇的

## 课堂

0 1 4

● 作为监护人兼门卫，显意识并非万能的，总有擅离职守或者判断失误的时候，尤其是在异常复杂的情况下。这时潜意识就会对所有的信息和暗示敞开大门，很多负面和错误的信息就会长驱直入，尤其是在激情、冲动以及各种刺激中，这种情况发生的几率会成倍增加，结果就



会给人带来很多负面的东西，诸如自私、贪婪、恐惧、憎恨、妄自菲薄，有时是长时间的悲伤压抑。所以说，保护好潜意识的大门尤为重要。

● 由于潜意识只通过直觉做出判断而不需要证明自己的判断，所以它的过程非常短暂，而显意识与其相比则显得缓慢得多。

● 潜意识反应很迅速，一旦接收到信息，就会按照它自己的规则运作，得出它的判断。而这个规则，就是我们作用于外在世界的所有行为的动力之源，这也就是我们要去探究的原因所在。

● 我们一旦了解了潜意识的运行规则，就会发现生活中能够实践的地方比比皆是。事先你认为可能是个艰难的谈判，但随后也许有个合适的话题，或者由于某个契机，谈判圆满结束了；面对可以预见的很多困难一筹莫展的时候突然发现自己自然而然地另辟蹊径，使当前的处境良性地运转起来……其实，只要懂得潜意识的规律，并且能很好地利用它，就能够驾驭各种各样困难的局面，使面前豁然开朗。

● 潜意识是我们为人处事的原则以及对未来设想的源头，我们的品味、审美、各种品质都是来自于我们的潜意识。它就像已经写好的程序，直接会在我们的身体中运行。如果接受了负面的信息，要想克服负面的后果，就必须坚持不断地反暗示，直到把原有的负面暗示挤开，迫使潜意识接受新的、健康的思维方式或生活方式。坚持不断地做某一件事，就会形成习惯，也就会形成潜意识所固有的模式，而不是靠显意识去分析、鉴别、推理而产生的

只要懂得潜意识的规律，并且能很好地利用它，就能够驾驭各种各样困难的局面，使面前豁然开朗。

要认识到潜意识中蕴含的巨大能量，认识到它的创造性，并且相信，你可以开发你的潜意识，能够使其和你的生命力量结合，发挥更大的威力。



结果。潜意识是习惯的策源地。

● 如果是健康的好习惯，那就可以坚持下去，而如果是错误的有害的习惯，就像刚才提到的，要反反复复利用相反的暗示，把这个有害的习惯去除掉。要认识到潜意识中蕴含的巨大能量，并且相信，你可以开发你的潜意识，能够使其和你的生命力量结合，发挥更大的威力。

● 让我们最后总结一下潜意识的功能：从物质的层面来说，潜意识是维护生命的需要，在大脑正常运转中也发挥着十分重要的作用。这取决于它具有的本能如心跳、血压等。

● 从精神的层面讲，潜意识具有记忆储蓄功能，如同巨大无比的仓库或者银行，可以存储人生所有的认知和思想感情。而且有助于发展人的智力，使人的思维更加敏捷，精力更为集中，甚至能够激发人的创造力。

● 从心灵的层面上讲，潜意识是理想、抱负和想像的源泉，能够激发出我们的内在力量。可以说，潜意识是连接人类心灵与宇宙间无限智慧的一个桥梁。

● 那么潜意识是如何改变环境的呢？可以这么回答，潜意识能够激发我们的创造性，这种创造性通过思想反映出来，并诉诸于行动，从而改变我们的现状和处境。这也是潜意识的规则之一。

● 思维分为两种，一种是简单的思维，直接、无意识；一种是引导思维，有意识、有逻辑、富有建设性。当我们充分利用我们的引导思维的时候，我们就能够把主观和客观完全统一，就会激发出无穷的创造力。也就是，我们的意识具有创造力，可以对客观环境发挥能动的作用，其成果会在我们的外在世界表现出来。这一法则就是“引力法则”。



上一课我们主要对身体进行控制，如果你已经完成了这个任务，那么就开始我们下面的练习，那就是控制自己的思想。让我们再一次进入完全沉静的状态，最好跟上一次的地点相同，总之能够真正让你安静下来的地方。然后试着控制自己的思想，让那些幸福、平和的感觉能够保留，让那些担忧、焦虑的想法离我们而去。经常进行这样的练习，会让你学会如何控制自己的思想和情绪，如何保持一个良好的状态面对人生。

要知道，这个练习非常重要，如果我们控制不了我们的思想，那就控制不了我们的情绪，那我们就会为生活中无穷无尽的琐事而烦恼、郁闷，就会错过一些能够实现我们价值的机会。抛开那些无足轻重的东西，让我们时刻保持清醒，直接索取我们想要的东西，这样我们才不会虚度光阴。让我们开始今天的训练吧！



## 重点回顾 >>>

1、精神行为的两种模式  
是什么？

显意识和潜意识。

2、悠闲从容的理想状态  
取决于什么？

悠闲从容的理想状态完全取决于我们不再依赖  
显意识活动的程度。

3、潜意识的价值何在？

潜意识是记忆的中枢，价值是非凡的，体现在  
它能够控制生命过程，警示我们，引导我们的  
行为。

4、显意识的功能是什么？

显意识有识别检查的功能；它有推理的能力；  
它是意志的策源地，并能影响潜意识的活动。

5、显意识和潜意识的差  
异是如何表述的？

显意识是推理的意志。潜意识是以往意志推理  
的累积结果产生的本能的欲望反应。

6、应该采取什么样的必  
要方法去影响潜意  
识？

在内心里不断暗示自己，强调你想要的结果。

7、这样做的结果是什



么？

如果主观和客观相一致，实现所要求结果的力量就会开始运转。

8、这一规律的运转，其结果是怎样的？

我们的外部环境是客观条件的反映，而这些客观条件，与我们内在世界所规划得相一致。

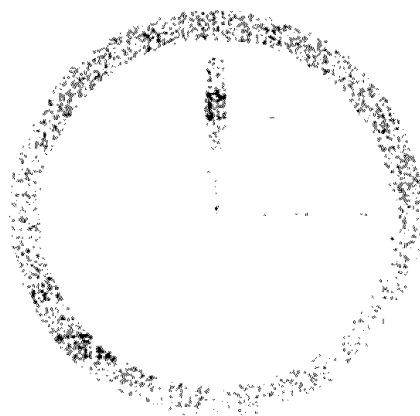
9、这一法则的名字是什么？

引力法则。

10、这一法则是如何陈述的？

精神是具有创造力的，并自动与其客体相关联，在客体中彰显出它的能量。





### **第三课 无需向外界求助，自己才是最强大的**

#### **LESSON THREE**

与庞大的宇宙相比，人是渺小的，就像茫茫大海里的一滴水，巍巍高山上的一块石。但是人绝不是被动的，无所作为的，人是世界的主人。人正改变着世界，让世界以我们的意愿运转。人是能作用于世界的，同样世界也作用于人。这种作用和反作用的结果就是因与果的关系。

思想总是走在行动前面，想到才能做到。因此，思想就是因，而你在生活中所遭遇的一切，都是果。有因才有果，既然这样，就不要再为过去或现今的一切境遇有丝毫的抱怨了，因为一切取决于你自己，取决于你能不能把环境塑造成你所希望的样子。

世界上最丰富的资源藏在我们的脑海里，我们的思想蕴含丰富的宝藏。努力开发精神能源吧，让它们在现实中实现，它们会听命于你，一切真实的、长久的能力，都由此而来。

无需向外界求助，你自己就是力量的源泉，没有谁比你更强大。只要你了解了你的潜能，坚定不移地朝着目标努力，你在生命的旅途中就不会被绊倒，就没有任何困难能阻止你向前迈进，因为精神力量随时随地都准备向坚定的意愿伸出援手，帮助你把想法和渴望变为明确的行动、事件与条件，只要你愿意开启它。当你实现了这些，你就找到了力量的源泉，它将使你能够得心应手地应对生活中产生的各种境遇。

当你刻意地去做一件事，这是显意识的结果。我们需要把它们变成自发的意识，或者说潜意识，这样，就可以把我们的自我意识解放出来，关注其他。习惯渐成自然，在新一轮的回合中，这些新的行动又渐渐变成了自然的习惯，继而成为潜意识，这样，我们的心智可以再度从这一细节中解放出来，进一步投入到其他的行动中。从显意识到潜意识的转变，其实就是从刻意到自觉再到习惯的改变。



● 人体的不同器官分担着不同的工作：大脑-脊椎系统是显意识发生的器官，交感神经系统是潜意识发生的器官。大脑-脊椎系统是我们通过感官接收意识传输的渠道，并控制着全身的动作。大脑-脊椎系统的中枢在脑部，担任显意识的工作。而潜意识的工作则由太阳神经丛担当，它是一个神经节丛，在胃的后部，是精神行为的渠道，是交感神经系统中枢，支撑着身体的生理机能。

● 显意识和潜意识虽然分属于不同的器官，但是它们的必要互动在神经系统中也有相应的反应。

● 显意识和潜意识两种系统之间的连接，是通过“迷走神经”建立起来的，迷走神经从脑部延伸出来，作为大脑-脊椎系统的一部分，延伸到胸腔，其分支分布在心脏和肺部，最终穿过横隔膜，脱去表层组织，与交感神经交结起来，这样就构成了两个系统的联结，使人成为一个物质上的“单一实体”。

● 人类的大脑就像是一个显示器，每一种想法都是通过大脑接收的，并在脑海中形成相应的影像；它听命于我们的推理能力。当客观想法被认为是正确的，就会被传递到潜意识系统，或是主观意识当中，成为我们生命的一部分，然后再作为事实传递给外界。当到达主观意识之后，这些想法就对推理论辩产生免疫力了，不再受其影响。潜意识不能进行推理，它只是执行，它把客观想法的结论全盘接受。

● 太阳丛之所以被称为太阳丛，是因为它像太阳一样是分发能量的中枢机构，把全身不断产生的能量传递出去。能量被真实的神经运送到身体的各个部位，在环绕身体的大气中散播开来。这种能量是非常真实的能量，这颗太阳也是非常真实的太阳。

● 假如太阳丛的辐射足够强大，人身上就会有很强的吸引力，充



满人格魅力。这样的人会向周围的人群挥发良好的能量。他的出现，本身就会给那些与他接触的人带来安慰，平息他们精神的风暴，就像太阳一样照耀着周围的人。

● 显意识系统就像一个马力强劲的发电机，当它启动运转，辐射出生命能量的时候，全身各部分的能量都处于激发状态，这种被激发的能量会传递给与他接触的每一个人，这种感觉令人愉悦，生命充满健康活力，每一个接触他的人都会受到感染，变得一样精神焕发。

● 当太阳丛系统失灵，功能紊乱时，人就处于情绪低迷状态，对一切都提不起兴致，通往身体各个部位的生命和能量也就中止。这就是人类种族之间出现各种弊病、精神和肉体上及环境中受到各种困扰的原因之所在，也是产生失败的主要原因。

● 思想上的困扰是由于提供给显意识思想能量的通道不够顺畅；环境上的困扰是因为潜意识和宇宙精神的联系被破坏了，因为无法沟通而处于紊乱状态。

● 太阳丛处于十分重要的位置，就像一个枢纽，是显现的交点，生命的数量是无限的，个体可以从这个太阳的中心孕育出来。太阳丛是部分和整体的交汇点，在这里，宇宙转化为个体，无形转化为可见，有限转化为无限，寂灭转化为创造。

● 能量的中心里潜伏着显意识的能量，能够完成一切所当完成的，因为它是全部生命和全部智慧的汇合点，是身体全部能量的总和。

当你刻意地去做一件事，这是显意识的结果。我们需要把它们变成自发的意识，或者说潜意识，习惯渐成自然，这些新的行动又渐渐变成了自然的习惯，继而成为潜意识，从显意识到潜意识的转变，其实就是从刻意到自觉再到习惯的改变。



● 显意识是策划者，潜意识是执行者，潜意识能够并且必将执行显意识交付给它的一切计划和使命，二者珠联璧合，配合得天衣无缝。

● 显意识的思想的质量决定着思维的质量。我们的显意识所抱持的想法的品格决定着思维的品格，其特性决定着思维的特性，从而决定着将导致最终结果的人生遭际的特性。我们能够辐射出的能量越多，我们就会以越快的速度把令人不快的境遇改造成令人快乐、受益的源泉。因此我们所要做的一切，就是增强我们的电量，让我们内心的光芒照亮四面八方。

接下来，重要的问题是，如何使内心的发光体闪耀出光芒，如何产生这种能量。

● 烦恶的念头就像寒流，会削减太阳从的光芒，使这颗太阳黯然失色；愉悦的念头就像暖风，能给太阳从升温，使太阳从不断扩张。才能、信心、勇气、希望，就是太阳从的暖风；而太阳从最主要的敌人就是恐惧，要彻底打垮、消灭这个敌人，把它驱逐出境，直到永远。只有这样，才能令太阳从永远灿烂，不被乌云遮蔽光芒。

● 恐惧是一个贪心的恶魔，它不停地扩展它的疆土。你一旦感染上恐惧，它就会在你全身扩散，使你每时每刻都处于它的控制之下，让你恐惧每一件事和每一个人。只有当恐惧被全然有效地清除，你的太阳就会闪光，阴霾将会消散，你就能找到力量、活力和生命的源头，找到久违的快乐。

● 产生恐惧是因为自己不够强大，是因为对自己缺乏信心。只有当你发现自己真的拥有了无限的力量时，当你通过实践证明了自己足以凭借思想的力量战胜任何的不利因素，从而自觉地认识到这种力量的时候，你就没什么可恐惧的了，因为你知道，你比恐惧更强壮有力。

● 正是因为我们不敢坚持自己的权利，世界才会变得苛刻。只有



对那些不能为自己的思想争求容身之地的人，世界对他的发难才会冷酷无情。正是由于畏惧这种发难，才使得许多思想深埋在黑暗之中，不见天日。有期望才能有所得。如果我们一无所望，我们就将一无所有；如果我们冀望颇多，我们将得到更多。

● 太阳不需要光和热，因为它本身就在散发着光和热。拥有太阳的人，太忙于向外界辐射自己的勇气、信心和力量了；他们的心态期许着他们的成功；他们将把障碍砸得粉碎，跨越恐惧摆放在他们前进道路上的怀疑和犹豫的鸿沟，没有什么能阻挡他们成功。

● 当你意识到自己拥有太阳，你就不会再畏惧黑暗。一旦认识到自己有能力自觉地向外界辐射健康、力量与和谐，我们也就认识到了没有什么可畏惧的，因为我们力量无穷。

● 运动员是通过锻炼才变得健壮有力，我们是通过“做”来学习的。只有把知识付诸实际应用，才能获得深刻的认识。

● 每个人都有不同的使命，对物质科学情有独钟的人可以唤醒自己的太阳丛；有宗教倾向的人可以让自己的太阳发光；偏爱严格的科学阐释的人则可以让自己的潜意识发挥功效。

● 潜意识如同显意识的镜子，会准确地对显意识的意愿作出有力的回应。那么，要想让你的潜意识发挥你所想要的功效，最简单的方法又是什么呢？那就是在内心里关注你所向往的目标；当你真的集中内心的关注点，潜意

产生恐惧是因为自己不够强大，是因为对自己缺乏信心。只有当你通过实践证明了自己足以凭借思想的力量战胜任何的不利因素，从而自觉地认识到这种力量的时候，你就不再恐惧，因为你比恐惧更强大。



识就已经开始为你服务了。

● 创造就意味着打破一切框架，就意味着不受束缚。创造性能量是绝对无限的；它不受任何先例的约束，因而也就没有可以应用其建设性原理的已有范式。

● 宇宙精神是整个宇宙的创造原理，作为宇宙精神的部分，潜意识和宇宙精神的整体是相合、统一的。潜意识会对我们的显意识意愿作出响应，这意味着宇宙精神无限的创造性能量在人类个体的显意识的掌控之中。

● 一杯水浇熄不了一堆燃烧的木头，无限的能力无需有限的能力告知它如何去做。你只需要简简单单地说出你所想要的，而不是你想如何去实现它。这不是惟一的方法，但却是一个简单有效的方法，是最直截了当的方法，因而也是能够获得最佳效果的方法。

● 潜意识是宇宙精神的一部分，是宇宙的渠道，混沌一片的宇宙由此得以分化，这种分化是通过占有来实现的。你只需要为你想要的结果加上“因”的动力，就可以扬鞭驱驰了。这一结果，宇宙只能通过个体来实现，而个体也只能通过宇宙来实现——二者是合而为一的。

● 弓的弦不能总是紧绷着，一张一弛才是文武之道。紧张会导致精神活动的反常变化和动荡不安；它产生忧虑、牵挂、恐惧和焦急。放松因此是绝对必要的，它可以使精神功能游刃有余地进行。



请你完全地静默下来，尽最大可能勒住思想的缰绳，而且要放松下来，让肌肉保持正常的状态；身体的放松是一个意志自主的练习，这个练习将对你大有裨益，因为它能令血液在周身畅通无阻地运行。这将从神经当中驱逐出一切的压力，消弭那些将会导致肉体劳顿的紧张状态。

尽可能地放松你的每一块肌肉和每一条神经，直到你感到宁静从容，与自身和世界相和谐为止。太阳丛就要开始运作了，结果将会让你称奇不已，你会感觉自己的能力在一点一滴地增强。



## 重点回顾 >>>

1、什么是显意识器官的  
神经系统？

是大脑-脊椎神经系统。

2、什么是潜意识器官的  
神经系统？

是交感神经系统。

3、什么是身体产生的能  
量分发的中枢？

是太阳丛。

4、能量的分发经常被什  
么干扰？

能量的分发被抗拒、苛刻、混乱的想法所干  
扰，其中最严重的是恐惧。

5、能量分发被干扰的后  
果是什么？

干扰的后果就是整个人类所遭遇的一切苦难。

6、身体产生的能量是如  
何被控制、引导的？

是被潜意识所控制、引导的。

7、恐惧如何能够彻底消  
灭？

这需要对于一切能量的真正来源有所领悟、认  
知。



8、我们生活中的一切境遇由哪些因素决定？

是由我们精神中占主导地位的态度决定的。

9、太阳丛如何被激活？

集中精神，专注于我们渴望能够在生活中出现的境遇。

10、什么是宇宙的创造原理？

是宇宙精神。





## 第四课 你可以成为任何一类人

### LESSON FOUR

因果相循，无因则无果，有因才有果。大多数人都只注重结果。

这是由于因是潜在的，隐藏在过程之中，不引人注意。而果则是显现的，吸引了所有的目光。思想就是能量，能量就是思想，但由于世界所熟知的一切宗教、科学、哲学都是这能量的表现而不是能量本身，能量作为“因”就被忽视或误解了。

“世界上最神奇的24堂课”则反其道而行之，它只关注“因”的一面。与快乐、享受、幸福、健康、财富相对的悲伤、痛苦、不幸、疾病和穷困其实只是纸老虎，我们应该敢于并且有能力消除它们。生命就是表达，和谐而富有建设性地表达自己，是我们的分内之事，是我们不可推卸的责任。

消除这些因素的过程，需要高于并超越种种限制。如同船长驾驶他的船舰，又如火车司机开动火车一般，所有厄运、幸运、在劫难逃之运，都尽在掌握之中。一个强化并净化了思想的人无需再担心细菌的侵扰，一个懂得了财富法则的人瞬时就看到了供给的水源。

一个人的想法、做法和感受决定了他是一个怎样的人。因此，有了宗教上的神与鬼，有了科学上的正与负，有了哲学上的善与恶。因此，做一个强者还是一个弱者，做一个成功的人还是失败的人，都由自己决定。



● “自我”既不是血肉之躯，也不是心智。身体只是“自我”用来执行任务的工具，而心智是“自我”用来思考、推理、谋划的工具。

● 如果你认识了“自我”的真实特质，你就将享受到以前从未感知过的充满力量的感觉，因为“自我”能够控制并引导身体和心智，能够决定身体和心智如何去做、怎样去做。

● 你可以成为任何一类人，因为所有的个人特征、怪癖、习惯和性格特点都潜藏在你的身体里，这些都是你以前思维方式的产物，它们和你的“自我”并没有真正的关联。

● 思想的力量是“自我”被赋予的最伟大、最神奇的力量，然而不幸的是，极少有人知道什么是具有建设性的、或者说正确的思考，人就是这样而产生了差别，有了好坏、善恶之分。大多数人允准他们的思想停留在自私的层面，这正是幼稚的心智不可避免的结果。当人们的心智变得成熟时，就会懂得自私的想法是孕育失败的温床。

● 认为别人比自己愚蠢的人才是最蠢的人。做任何一宗事务，都必须让每一个与这宗事务相关联的人能够从中受益，任何一种试图利用他人的软弱、无知或需求而让自己受益的举动，只会得到赔了夫人又折兵的下场。

● 宇宙是由无数个个体组成，个体是宇宙的一部分，同一个整体的两个部分之间不能相互敌对，每一个部分的幸福都建立在对整体利益的认知的基础之上，只有团结才能产生合力。

● 在最大程度上把注意力集中到任何一个主题上；不让自己精疲力竭，敏捷地消除一些游移不定的想法；不在无益的目标上浪费时间或金钱。这才是最明智的做法。



● 春天播种，秋天收获；种瓜得瓜，种豆得豆。为了增强你的意志，认识你的力量，你可以借用一句强有力的口号：“我要成为怎样的人，就能成为怎样的人。”

● 尽自己最大的努力去理解“自我”属性的真正内涵；如果你能做到，如果你的目标和意图是具有建设性的，并且与宇宙的创造原理和谐统一的话，你将无往而不胜。在奔向成功的道路上，你跑在最前面，所有人只能看到你的背影。

● 不论在什么时候，不管在什么地方，只要你日间想起“我要成为怎样的人，就能成为怎样的人”，就重复一遍，持续下去，直到它成为一种习惯，成为你生命的一部分。

● 要坚持到底，绝不能虎头蛇尾。当我们开始做事但不把它完成的话，或是作了某项决定却并不坚守的话，我们就形成了失败的习惯——彻头彻尾的、可耻的失败。如果你不打算做一件事情，那就别开始；如果你开始了，即便天塌下来也要把它做成，不要受任何人、任何事的干扰。你身上的“自我”已作出决定，事情已经板上钉钉，骰子已经掷出去了，没有讨价还价的余地，只有完成它。

● 一滴水也能折射太阳的光辉，从最小的事情做起，从那些你能够掌控、能够不断努力的事情做起，但在任何情况下都不要容许你的“自我”被推翻，你将发现你最终能够战胜自己。要知道，许许多多的男男女女都曾悲哀地发现，战胜自己，并不比战胜一个国家更容易，小事中也藏着大玄机。

不幸的是，极少有人知道什么是具有建设性的、或者说正确的思考，人就是这样而产生了差别，有了好坏、善恶之分。大多数人允准他们的思想停留在自私的层面，这正是幼稚的心智不可避免的结果。当人们的心智变得成熟时，就会懂得自私的想法是孕育失败的温床。



● 最强大的敌人往往是自己，当你学会战胜自己，你将发现你的“内在世界”征服了外在世界；你将攻无不克、战无不胜；人和事都会对你的每一个愿望作出回应。那时成功对于你来说，就如探囊取物。

● “无限之我”即为宇宙精神或宇宙能量，人们通常把它叫做“上帝”。“内在世界”是由“自我”掌管的，而这个“自我”正是那个“无限之我”的一部分。

● “在我们身边的所有奇迹中，最令人确信的是：我们一直身处万物或由此而产生的无限而永恒的能量之中。”赫伯特·斯彭德如是说。这些并不仅仅是为了证明或建立某种观点而提出的一种陈述或者理论，而是一种被最优秀的宗教思想和科学理念接纳的事实。

● 科学和宗教有不同的分工，科学发现了亘古常在的永恒能量，然而宗教却发现了潜藏在这能量背后的力量，并把它定位在人们的内心之中。但这绝不是什么新的发现；《圣经》中早已言之凿凿，语言平易简朴、令人信服：“岂不知你们是神的殿，神的灵住在你们里头吗？”这就是“内在世界”的神奇创造力的奥秘之所在。

● 你不能给予别人你没有的东西。无所取，何以予。如果我们软弱无力，也就无法帮助他人，如果我们希望对他人有所帮助，我们首先自己要拥有能量，先让自己变得富有。

● 人的潜力是永远挖掘不尽的，无限意味着永远不会破产，而我们作为无限能量的代言人，自然也不应以破产的面貌出现。开发自己的潜能吧，这会让你受用不尽。

● 克己忘我不能和成功画上等号，战胜一切并不意味着目中无物。这就是力量的奥秘所在，也是控制力的奥秘所在。



● 我们必须对他人有所帮助，我们施予的越多，我们所得的就越多。我们应当成为宇宙传递活力的渠道。宇宙处于不断寻求释放的永恒状态之中，处于帮助他人的永恒状态之中，所以它总是在寻求让自己能够最好地释放的渠道，这样才能做最多有益的事，能够给予人类最大的帮助。

● 眼光要放长一些，不要只拘泥于自己的计划或人生目标，让所有的感觉安静下来，寻求内心的热望，把精力的焦点放在内心的世界中，在这种认知中安居——静水流深；密切注视各种各样的机遇，找出万有能量所赋予你的精神通道。

● 万物的精华，不在于它拥有什么，也不在于它如何有力，皆在于它的精神，精神是真实的存在，因为它就是生命的全部；当精神离去的时候，生命也就消逝了，熄灭了，不复存在了，精神就是生命的灵魂。

● 精神活动是在头脑和心灵中完成的，是属于内在世界的，属于“因”的世界；而一切环境和景况，都是由内在世界产生的，它们是“果”。正因为如此，你就是创造者。这便是极其重要的劳作，比其他所有的事都更重要。

● 精神和肉体一样，会操劳过度，也会感觉倦怠。如果精神产生倦怠，就会停滞不前，这样就无法再进行一些更重要的实现意识力量的工作了。所以我们应当经常寻求适时的“寂静”。在“寂静”中我们才可得以安宁，当我们安宁下来，我们才能思考，而思考，正是一切成就的奥秘。力量是通过休息得以恢复的，所以不要忘记让自己的精神休息一下。

你不能给予别人你没有的东西。如果我们软弱无力，也就无法帮助他人，如果我们希望对他人有所帮助，我们首先自己要拥有能量，先让自己变得富有。

我们应当经常寻求适时的“寂静”。在“寂静”中我们才可得以安宁，当我们安宁下来，我们才能思考，而思考，正是一切成就的奥秘。

精神力量的获得同身体力量的获得一样，是通过锻炼达到的。当我们反反复复一遍又一遍地思考的时候，就成了一种精神习惯。



● 思考不是静止的，是一种运动形式，它遵循爱的定律，激情赋予它振动的活力；它的成形与释放都遵循增长规律；它是自我的产物，同时也是神圣的、精神的、创造性本质的产物。

● 为了释放能量、财富或实现其他具有创造性的意图，首先必须唤醒心中的激情，激情则可以让思考成形。

● 你会发现我们持续思考同一件事情，到最后这种思考就变成自发性的了，我们会情不自禁地思考这件事情；直至我们对所思所想持积极的态度，再没有什么疑问了。这是因为精神力量的获得同身体力量的获得一样，是通过锻炼达到的。我们思考一件事情，可能在头一次非常困难，当我们第二次思考同样的问题时，就变得容易多了；当我们反反复复一遍又一遍地思考的时候，就成了一种精神习惯。

● 任何还不能有意识地迅速而完全放松下来的人，还不能算是自己的主人。他尚未获得自由，他仍然受到外在条件的奴役。但我现在假定你们都已经熟练掌握了上周的练习，可以进行下一步了，也就是精神放松。练习放松精神，做自己的主人。



闭上眼睛，什么都不要想，完全彻底的放松，除去一切的紧张，然后让憎恨、愤怒、焦虑、嫉妒、艳羡、悲痛、烦忧、失望……精神中一切的不利因素离你而去，你会感到轻松无比。

万事开头难，很少有人一次就成功，不要放弃，你会越做越好，不管是做这件事情，还是做其他事情；不仅如此，你还一定要坚持下去，驱除、消灭、彻底摧毁心中一切的消极负面的想法；因为这些想法是你心中持续不断产生地、各种可以形容或无法形容的不和谐状况的种子，会使生命的乐章变调。



## 重点回顾 >>>

- 1、什么是思想？  
思想就是精神能量。
- 2、思想是如何运行的？  
思想遵循共振原理运行。
- 3、思想如何获取活力？  
它遵循爱的定律，激情赋予它活力。
- 4、思想如何成形？  
它的成形遵循增长规律。
- 5、如何解释创造性能力？  
创造性能力是精神的活动。
- 6、如何开发勇气、信念和激情？  
通过认识我们的精神本质。
- 7、能力来源于何处？  
源于对他人的帮助。
- 8、如何解释能力源于对他人的帮助？  
因为有所予才能有所取。



9、什么是寂静？

寂静是身体的安宁。

10、安宁的价值何在？

安宁是控制自我、主宰自我的第一步。





## 第五课 真诚渴望—主张权力—势必占有

### LESSON FIVE

现在开始讲第五课。思想的产生，源于心智在行为中发生的作用。人类的思想具有充沛的创造能量，当今活跃于世的各种想法意识，与过去相比，已经有了决定性的进步。毋庸置疑，我们所处的这个时代正因为创造性的思想而得以发展和丰富，与此同时，对于那些在思想方面有着卓越贡献的人们，世界也同样馈赠给他们不菲的物资和精神奖赏。

然而，这一切并不是思想凭空施魔法变出来的，也是有规则可循的，这就是自然法则；思想释放自然能量，推动自然能力，最终又在人类的言行举止中得以体现，在人类相互的碰撞中产生作用，直至影响和改变人类所存在的这个世界。

人，能够产生创造性的思想，也正因为这种自身的创造性，人类充满能量，正所谓：只有想不到的，没有做不到的。



● 人类的精神生活中，潜意识至少占据了90%，这种主导性地位不容忽视。有些人，不懂得潜意识的巨大威力和影响力，他们的生活和生命也就因此会受到限制。

● 只有我们在生活中正确地对待并引导潜意识，它就能够为我们解决出现的各种困难，为顺畅的人生保驾护航。人，可以休息，然而潜意识却无时无刻不在工作。对于人和潜意识之间的互动，我们是单纯地被动接受呢，还是应该发挥主观能量，引导其运作呢？换句话说，我们是应该积极主动地把握住自己命运的舵盘，提前预知防范可能的风险，还是随着命运的潮水，任自己在际遇中漂流呢？

● 众所皆知，精神存在于我们肉体的每一个部位，受其牵引和影响。而牵引力和影响力的根源，可能是我们所面对的某个客体，抑或是在我们的心智中业已形成的某种想法观念。

● 融会在我们身体血液中的精神，有某种一脉相承的气质，这通常就是我们所谓的遗传。它是我们的先人们对自身经历的一种反应，体现的是一种永无止息的生命力量。一旦我们正确地理解了这一点，我们就能正视自身暴露的一些令人不悦的小毛病和弱点，也能够利用自身的主观能量去加以改变，让自身得以提升。

● 我们的主观能量就体现在：保留并发扬自身遗传下来的好的、正向的性格特点；隐藏、修正或摒弃那些不好的、容易招致非议的性格特点。

● 由此可以看出，我们自身的意念性的精神绝不仅仅是简单的遗传，而是我们所处的家庭、事业，以及社会环境综合作用的结果。在这个作用过程中，还有无数的人以及他们的想法、思想感染着我们，众多的直接或间接经验启发着我们，当然，其中也不乏我们自身的一些主观



性思考，有选择性地对待。然而，就在我们赤裸裸地面对这一切经过的时候，我们几乎是没有加以检查或考虑的。

● 亘古以来我们人类得以创造、再生自身的方式和源泉也正在于此：昨天的思考成就了今天的我，而今天的思考必将引导和塑造明天的我。这就是应验在人类的引力法则。它回馈给我们的，只是我们自身，而绝非其他。这个“自身”就是我们思想的产物，不论中间是否有意识的作用，我们绝大多数人都在无意中遵从这个法则，创造着自身。

● 当我们想给自己建造住房时，总是周密筹划，密切关注每一个小细节，认真鉴别选用质量上乘的材料。与此相对的，我们在为自己构建精神家园的时候，却往往失去了如此般的细致周到。人类的损失也就在此。因为，就重要性而言，后者远远超过前者。我们的精神家园构架如何，其中所选用的材质如何，氛围如何，都将直接影响我们面对生活中每一个细微问题的具体观点态度。

● 话说回来，那么，什么叫精神家园材质呢？其实，它是过往经历集中反映在我们潜意识中所得到的的一种反馈。一旦反映出来的印象充满了恐惧、忧愁、焦虑，那么，反馈自然也就是负面的、消极的、充满怀疑的。这就意味着我们今天能够用来建造精神家园的材料，其质地无疑也是负面的、腐烂的，这对我们的生活没有任何好的影响，只会将生命淹没在痛苦与怨恨之中，我们不甘心，竭尽全力地去改造，耗尽心力，只是为了让它看起来像样一点。

● 反过来呢，一旦我们勇敢坚定、乐观向上，主动

当我们想给自己建造住房时，总是周密筹划，密切关注每一个小细节，认真鉴别选用质量上乘的材料。与此相对的，我们在为自己构建精神家园的时候，却往往失去了如此般的细致周到。人类的损失也就在此。



同一切不良不利的观念作斗争，主动摒弃或改造它们，长此以往，我们留下的精神材质绝对上乘，有了这个作基础，我们甚至可以自主选择想要营造的色彩，构建的精神家园自然也是恒久坚固，历经风雨不褪色，我们大可以信心十足地面对将来，精神有了好的栖息之所，还有什么疑虑呢？大胆往前走就对了。

● 以上陈述的种种，从心理学的角度来讲，都是摒弃了猜测和理论推导的事实，没有任何神秘的色彩。道理确实简单，让人一目了然，领会于心。我们因此而得到告诫：精神家园的建设不可偏废，需要用心经营，持久关注，让它的氛围充满着阳光、温馨、整洁的气息，这对我们在生活中的全面进步，绝对有着不可小觑的影响力。

● 只有我们很好地完成了精神家园的基础性建设，我们才能在此徜徉，用剩余的上乘材料卓有成效地构筑我们理想中的天地。

● 在这里，我们不妨用一个美好的比喻：有一处良田美地，那里有着庄稼田园、有清澈的流水，有坚实的木材，举目望去，宽阔无垠。还有一座豪华大厦，内藏有罕见的名贵字画、极尽奢侈的家具摆设，应有尽有。作为财产继承人，惟一要做的，就是心无旁骛地行使自己的继承权，占有并使用这些配置，不让它闲置。美好的存在一旦被荒废，那就等同于被无情地放弃。

● 在人类的精神领域，确实也就存在着这样一处房产。而你，就相当于房产的继承人！你大可以无所顾忌地占有并适应，使出浑身解数，发挥自身最大能量去掌控它，营造出自然和谐、繁荣兴旺的景象，这就是资产负债表中的净资产，它将回馈给你幸福与安祥。你失去的只是你的软弱无能和无助无奈的状态，付出努力，你就掌握了决定自己生命方向的权杖，你将为生命和尊严而战！

● 要想顺理成章地占有这笔丰厚的财产，不要吝啬迈出的脚步：



真诚渴望——主张权力——势必占有。三点一线的终点就是你所企及的美好家园。凭心而论，迈出这三步对你而言并非难事。

● 在遗传学的领域里，睿智的先祖们，譬如达尔文、赫胥黎、海克尔及其他生物科学家，已经用如山的铁证为我们确立了遗传法则在人类进化演变中所占据的主导性地位。人类的直立行走，以及其他种种生理能力——运动、消化、血液循环、神经系统、肌肉力量、骨骼结构，甚至是精神能力，一切的一切，都得益于人类遗传的成就。

● 然而，还是有一种遗传被遗漏在外了，超越了科学先知们所能研究和想像的范畴，对此，他们深感无力无望，对于这种非凡的遗传现象的存在，既有的科学依据和理论无法阐明界定，因此无法向世人昭示。

● 这种流淌在人类自身体内的无限生命就是人类自身，进入的大门就是人类的感官意识。你大胆地敞开这扇大门，就能轻而易举地获得这股能量，还踟躅什么呢？

● 有一个重要事实不容忽视：内心世界是诞生一切生命和能力的源泉。你所处的环境、经过的人和遇到的事也许会帮助你意识到跟前的机遇和需求。但是，只有从内心着手，你才能找到正确面对机遇、需求的力量与能力。

● 这其中不乏一些赝品，这就需要我们去伪存真，发掘主观能量，认真鉴别，依照宇宙精神的形象和样式来为自己的精神家园打造坚实的基础。

在人类的精神领域，确实也就存在着这样一处房产。而你，就相当于房产的继承人！你大可以无所顾忌地占有并适应，发挥自身最大能量去掌控它，营造出自然和谐、繁荣兴旺的景象，它将回馈给你幸福与安祥。



● 我们在获得美好精神家园的同时也因此而重生，拥有了敢于面对一切的勇敢与坚定，我们就不再彷徨、怯弱、恐惧、害怕。一些新的意识在心底被唤发，我们瞬间拥有了无穷的潜能，指导我们跨越生命的沟壑，笑着无畏地前行。

● 这股改变的能量来自哪里？它是由内而生的，只有我们先付出主观能量，才能继而拥有它，除此之外，别无他法。全能的宇宙能量在形态分化的过程中，注入我们每一个人的体内，为了不让能量在体内聚集堵塞，我们必须将它释放，也只有这样，我们才能获得新的能量。在生命前行的每一步中，我们只有实实在在地付出越多，才能得到越多。我们需要身体更强壮，就必须付出比一般人更多的毅力和心血去坚持锻炼；我们需要积累更多的财富，就必须先投资金钱去搭建平台，只有这样，才能获得丰盈的回报。

● 以此类推，商人用商品换回利润；公司用高效的服务赢得主顾；律师用有效的辩护维持客户。这个道理存在于所有奋斗经历之中，也存在于精神能量的领域中——我们只有对自身已经拥有的精神能量加以使用，才能得到一切来自于其他的能量。我们失去了精神，就什么都没有了。

● 一旦意识到了精神的力量如此强大的事实，我们就拥有了去获取所有力量——精神的、心灵的、物质的能力。

● 一切财富是心灵力量和金钱意识相互作用累积的结果。心灵力量就好比那柄充满魔力的杖棒，让你接受有效的理念，为你安排可行的计划，让你在执行的过程中充满快乐，最终在收获中成就满足感。



不妨现在就尝试一下：还是坐在原先那个座位上，以相同的姿势，做一个深呼吸，放松心情，在脑海里面勾勒这样一幅精神愿景——大地、建筑、树木、朋友……可以是你所能想到的一切美好的事物。刚开始，你会有些许沮丧，因为你可以想到太阳下所有事物，然而就是圈定不了自己渴望专注的理想愿景。请别丧气，每天不间断地重复做这样一个简单的尝试，你会发现：改变就在眼前。



## 重点回顾 >>>

1、潜意识在人类精神生活中的储备到底占据多大分量？

90%以上的主导地位。

2、这一主要储备一般被人类加以利用了么？

很遗憾地被搁置了。

3、为什么被搁置呢？

原因就在于，绝大多数的人都忽略了自己的主观能动性。

4、存在于显意识中的倾向性调控指令，它的根源在哪里？

先人的经验性意识作用在我们身上的结果，也就是所谓的遗传。

5、我们谈到引力法则，它回馈给我们人类的到底是什么？

我们“自身”。

6、何谓“自身”？

我们之前的经历和意识综合形成的结果，包括显意识和潜意识。

7、构筑精神家园的物质材料指什么？



存在于我们自身的观念想法。

8、如何认识我们自身体  
内的这股能量？

这是宇宙全能威力分化的结果。

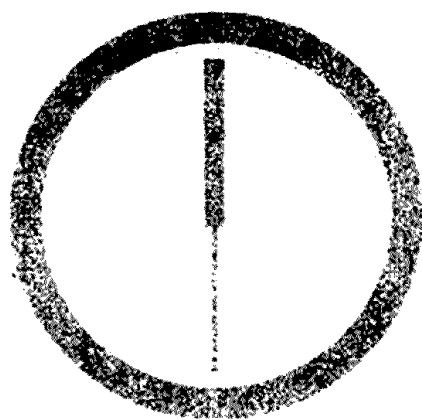
9、它是如何产生的？

一切的一切都源于内心。

10、我们从哪里、怎样获  
得或拥有能量？

这需要我们对已有能量恰当使用。





## 第六课 需要—谋求—行动—收获

LESSON SIX

这一课重在向你揭示有史以来最奇妙的一种机制，在这种机制的运行下，你能为自己创造太多的拥有——健康、勇气、成功、财富，以及其他一切你想达到的圆满。你在“需要”中谋求，在“谋求”中行动，在“行动”中收获。这个链接过程指导我们走向一个又一个完全不同于今天的“明天”。就好像宇宙的进化一样，个人的发展也经历着循序渐进的过程，伴随其中而无法舍弃的，正是我们不断增长的能力。

有个道理再浅显不过了：我们一旦侵犯了他人的权利，就会成为道德的绊脚石，在前进的过程中磕碰不断。我们因此而懂得：成功应该伴随一种崇高的道德理念——“为最多的人谋求最大的利益”。

我们要实现心中的目标，就需要维持梦想、坚定渴望，构筑和谐的关系。而偏执、错误的观点、理念只会把我们引向成功的反方向。

我们只有维持自己内心的和谐，才能与永恒的真理统一步调。智慧的传递要求接收者与传递者步调一致。

思想来源于心智，心智是蕴含创造力的，但是却不能创造和改变宇宙的操作方式，只有我们去适应它，有创造性地去维系我们和宇宙之间和谐良好的关系，这样，我们才能向宇宙索求，才有资格去拥有值得拥有的，我们也才能够经营自己有价值的人生。



● 奇妙的宇宙精神深不可测，蕴含着无穷的结果和实用性能量，能生发无限可能。

● 我们在承认心灵是一种精神智慧的同时，也不能否认它的物质存在性。那么，精神形态如何分化？我们又怎样得到想要的结果？

● 电学家会这样阐述电的功效：“电是一种运动的形式，它的功效取决于它的运动方式。”我们所拥有的光、热、电力、音乐，等等，都是电在特定的运动模式下，供人类驱使所产生的种种功效。

● 思想的功效又是如何的呢？回答就是；就好像空气运动产生风一样，精神运动形成思想，不同的思维机制产生不同的思想结果。

● 这就可以解释精神能量的所在，它完全是我们自身思维机制的体现。

● 我们在使用任何一种园艺器械的时候，都习惯性地查看相关的机械原理，便于操作；就好像我们在驾驶汽车之前，必须先弄清楚操作规程一样；可是，我们中间没有多少人，能正视自己对伟大生命机制的无知，说到底，这种机制就是人的大脑。

● 在这种机制下所创造的奇迹遍地开花，对它的领悟成为一种必然。

● 首先，我们在一个宏大的精神世界中存在、生活、运动。包罗了这一切的这个世界具有无穷无尽的能量，能随时对我们的渴望做出回应。我们的存在法则决定了我们的信念和目的，这种信念应该是富于建设性、创造性的，它会产生一股无坚不摧的力量驱使我们去实现自己的目标。有句话说得恰到好处：“你的信念如何，你的力量也必如何。”



● 思维过程是个人与宇宙两者之间互动的结果，而大脑是完成这一互动的器官。这其中的奇妙之处可以想像：你在音乐、文学、芬芳的花朵中沉醉，你的思绪超越时空的阻隔与那些古代的、近现代的天才自由地对话共鸣。一切无他：你的大脑通过某个可以沟通的轮廓来让你获得所有美的感悟。

● 大脑无疑相当于一个宝库，能释放自然界中任何一种美德或原则。它的胚胎结构蓄势待发，能够在任何需要的时候发育成形。一旦你确认了这点，你就直接接触到了自然界中最为奇妙的法则之一，也就一定能够领悟到那创造一切的伟大机制。

● 如果以电路来作形象比喻，神经系统就好比一个细胞蓄电池，能量产生于此；神经纤维就是传输电流的绝缘电线，这里的电流就是我们的血液奔腾的冲动和渴望。

● 脊髓是感官渠道，相当于一个巨能发电机，接收和传递大脑发布的信息；随着脉搏跳动，在血管里流淌的珍贵的血液，能不间断地更新和焕发我们的能量；最外面的，我们细腻的肌肤，用完整的躯壳覆盖住整个身体。机制的运行就在这个完美的构架之中了。

● 我们可以将它称之为“永生之神的殿”，我们每一个人都能在领悟这种伟大机制之后完全地掌管这殿堂，掌管的好坏，就取决于你对机制认识和运用程度的深浅。

● 我们的每个想法，都具有推动脑细胞的能量。起初，脑细胞中的相应物质不会轻易接受这种想法，只有当

有个道理再浅显不过了：我们一旦侵犯了他人的权利，就会成为道德的绊脚石，在前进的过程中磕碰不断。我们因此而懂得：成功应该伴随一种崇高的道德理念——“为最多的人谋求最大的利益”。

这一想法精确、集中到让这种物质屈服，才会被回馈，从而淋漓尽致地被表达出来。

● 心灵的这种能量能影响作用于身体的任何一个细胞，能够直接摒弃所有负面的效果。

● 一旦人类用心领悟并掌控了精神世界的法则，运用在商业行为中，必将产生无可估量的巨大价值，同时，能提高你对事物的洞察力，从而在更全面地理解问题的基础上，做出最终最客观的判断。

● 在使用这种全能力量上，那些专注于内在世界的人，无疑拥有了战胜一切的优势，不会被轻易绊倒，这终将让他的生命旅程充满了美好、坚定、温暖的景象。

● 集中意念、全神贯注，在精神文明的发展过程中，可能称得上是至关重要的一个环节了。当你越是专注地对待一件事情，结果就越会超乎你的想像。因此，对于那些希望获得成功的人而言，培养意念集中应该是他首要的功课，也是他通往幸福之旅必备的条件。

● 这就好比放大镜，我们知道，放大镜可以聚焦太阳的光线，但是如果把放大镜晃来晃去，光柱不断移动，这时的放大镜就没有任何能量，只有当它静止下来，才能把光线集中于一点，过一段时间就能看到奇妙的效果。

● 思想的能量与此异曲同工：一旦你的思维游散、飘离，就导致能量无法集中，当然也就难以成就任何事情；只要你去全神贯注，对准一个目标笃定不放弃，只要时机合适，相信你取得任何成就都是指日可待的。

● 说到这，也许会引来某些轻蔑的说法：原来成就是这么简单



的！只要集中精神就好了。这无疑忽略了锁定目标的重要性。随便让你将意念集中在一件事物上，你肯定难以办到，会不停地走神，不断回复到最初的目标上，每一次都等于前功尽弃，到最后毫无所获，因为，这个随便的目标根本吸引不了你全部的注意力。

当你越是专注地对待一件事情，结果就会超乎你的想像。因此，对于那些希望获得成功的人而言，培养意念集中应该就是他首要的功课。

● 的确，通过集中意念，全神贯注，我们就能克服和解决前进路途中遇到的种种挫折和困难，然而，获取这种奇妙能力，只有一种实践的途径，那就是熟能生巧。任何事情都逃不过这惟一的途径。

● 像那些大企业家、大金融家们，往往都在尝试远离人群喧嚣，过一种避世退隐的简单生活，无非也就是为了在这种简单纯粹中用心思考和计划，还自己一个明净平和的心态。

● 不少商业精英已经在这方面为我们做出榜样，我们即便不像他们那样有天赋，但是追随他们思考的方式，相信在某一个方面也一定会有所成就。

● 机会只给有准备的人，这句话不假。所以我们要为自己营造一个良好的心灵模式，在这种随时随地做好准备的心灵中，说不定就会产生价值连城的金点子啊。

● 我们要学习与庞大的宇宙精神保持和谐，与万物保持一致，尽可能准确地掌握思维的基本法则和原理，这将帮助我们有效地改变世界，成就人生。

● 你会发现，周边的环境和我们的际遇会随着我们精神的进步和成长而发生变化。要知道，我们在认识中成

长，在行动中焕发激情，在际遇中洞察一切。只有心灵跟随，人生的进步才会永无止境。

● 渺小的个人不过是巨大的宇宙能量分化的渠道，它赋予我们的能量无限，因此，我们可能取得的进步就不会停歇。

● 切记这样一点：思想是汲取精神能量的过程。任何时候都不要忘记。这本书中力求阐明的方法，就是让你不断地领悟和学会实践一些基本的原理，只有你真正做到了这一点，才算得上是找到了开启宇宙真理宝库的钥匙。

● 人生所有的苦难也无非是两种：肉体上的病痛和精神上的焦虑。追根溯源，往往是由某些违反自然法则的行为导致。这种违背，其实是由我们有限的认识所造成。当我们摒弃过去一些不完备的知识，全方位地获取新的信息和认知，这一切伴随的悲苦境遇就会随之消失殆尽。



想尝试培养这种方式很简单：取一张照片，回到你之前的那个座位，以相同的姿势坐定。请你认真观察手上的这张照片，从照片中人的眼神，到他的面部表情，到他的衣着打扮，包括他的发型设计等等，坚持10分钟以上。然后，拿走照片，闭上眼睛，尝试着在心里勾勒这张照片的每一个细节，如果照片能在你的心底清晰呈现，那么你的尝试就告捷；如果不能，就请你反复尝试，直到最后出现效果为止。

这个简单的步骤充其量也只能算是在松土，真正播种的过程还在我们下周的讲述中。

这个练习主要是让你学会控制心灵的情绪、态度和意识。



## 重点回顾 >>>

1、电力能创造哪些效果？

随着电运动形式的改变，有光、热、能量和音乐。

2、产生这些效果的机制是什么？

电力被使用的机制。

3、人的精神和宇宙精神互动的结果是什么？

我们人生各种各样的际遇。

4、如何改变这些际遇？

改变宇宙在形态上分化的机制。

5、那这个机制又是什么呢？

人的大脑。

6、大脑如何改变际遇？

通过“思维”的过程，作用于大脑，从而指导我们的行动。

7、集中意念、全神贯注的能量如何？

这是每个成功的人所必备的品质，能帮助人类抵达任何一项伟大的成就。

8、如何能做到这一点呢？



这需要切实地进行“世界上最神奇的24堂课”体系中的训练。

9、为什么这一点如此重要？

因为这将使我们能够掌控自己的思想，而思想是因，境遇是果，如果我们能够控制成因，也自然能够把握结果。

10、客观世界的境况何以发生不断的变化？成效为何不断累积？

因为人们开始学习建设性思考的基本方法。





## 第七课 视觉化你的目标

### LESSON SEVEN

广袤博大的世界是由无数各不相同的有形实体和主观事物构成，有形实体是指可以通过感官来认知的客体、物质等一切可见之物。与之相反，主观事物不可见的非实体，是属于精神层面的，但是它却非常重要。

而人则是有形实体和主观事物的结合体，首先，人的形体是有形的实体，可以看得见，摸得着。而人的思想、意识和精神则是非实体。人的有形实体拥有选择能力和意志力，可以称之为显意识，可以在能够解决困难问题的种种方法中遴选出最佳方案。而作为非实体的精神，因为不能意识到自身的存在，被称为潜意识。精神虽然依托人的形体而存在，无法进行选择，但是却是一切力量的源泉，像一个运筹帷幄的操纵者，它可以支配驾驭“无限”的资源来实现目的。

思想、精神等潜意识是人类取之不尽、用之不竭的宝藏，是伟大的造物者赋予我们财富。利用潜意识来开发无限的潜能，就像用一把金钥匙打开未来之门，它将带给你无数的挑战和惊喜。

下面的一课将立体直观地阐述神奇的力量，详谈自觉地利用这种无所不能的能量的方法。要想领略掌握这种神奇的力量精髓，你就要怀着一颗赞赏、理解、认同的心，仔细地研读。



● 要想画好翠竹，先要胸有成竹；万丈高楼起始于一张设计图纸，因为无论你要建造什么，你总是在计划的基础上建造。当工程师计划挖一个深渠时，他首先要确定成千上万个不同部分所需要的力。当建筑师计划建筑一幢30层的高楼时，他预先在心中描画好了每一个线条和细节。

● 利用潜意识的第一步是要在心中设定一个目标，目标可大可小，但是一定是你愿意并能够为之付出努力的。也就是说你先要在心中画一幅精神图景，一定要用心描绘，绝对不能信手涂鸦，因为你要对自己负责任。

● 精神图景一定要绘制得具体、清晰透亮、轮廓鲜明，每一笔都要勾勒得很清晰美好。不要考虑成本，不要为画布够不够大、颜料是否充足的事忧心，不要让自己的思维被局限。你应该从无限中汲取能量，在想像中构建它。放开思想的缰绳，让它自由地驰骋，设想一个不受限制的宏大图景；请记住，没有任何人能限制你，除了你自己。

● 绘制宏图是第一步，图景绘制得精美宏大就有一个好的开始。接下来就要将这幅图景深深地植入心中，然后按部就班，坚持不懈地为之努力。你付出一分艰辛，它就会向你靠近一步。尽管很少有人愿意付出这样的努力，然而工作是必不可少的——劳作，艰辛的精神劳作。这是一个非常著名的心理学事实，一分汗水，一分收获，这是永恒的真理，但是仅仅知道这样一个事实对你的心灵毫无帮助，你必须将它转化成行动，付之于实际。

● 在你行动之前，你一定要明确地知道你的目标在哪里，知道你应该朝哪个方向前进，正如同在播撒任何种子以前，你一定要知道将来要收获什么一样。你将会明白，未来为你准备了什么。千万不要在没考虑清楚的情况下盲目行动，这样会让你离正确的轨道越来越远。如果你



不知道该往哪走，不知道朝哪个方向努力，那么就停下来仔细思考，不要怕浪费时间，因为明确的目标和周详的计划才是事半功倍的保证。这时候你一定要平心静气，日夜思考，一步步展开逐渐清晰明了的画卷。首先是一个非常模糊的总体规划，但是已经成形，轮廓已经出现，继而是细节。然后你的能力会循序渐进地增长，直到你能够详尽地阐述你的宏伟蓝图，你的最终目的是让它在现实生活中得以实现。

● 思想引发行动，行动产生方法。“视觉化”是一个生动形象的说法，同样也是一个行之有效的方法。赋予抽象的事物以形象，在脑子中为它画像，仿佛就在你眼前，能够看到它一样，这就是我们说的“视觉化”。运用这一方法，你能够看到一个趋于完善的画面。当细节在你面前展开，细节就像一个一个的零件清晰可见，环环相扣。

● 人类的思想具有极强的可塑性，可以按照主观意愿将它塑形。如果你想建造一所大房子，那么首先你要在头脑中给这所房子画像。不管是高楼大厦还是田园庭院，无论富丽堂皇还是平淡朴素，都由你自己做主。你的思想就是一个可塑的模具，而你心目中的大房子最终就是从这个模具中诞生的。

● “用这种方式，我得以迅速提高并完善一种想法，而不需要碰任何物件。当我前行到这种地步——设计出我所能想到的所有改进方式，看不出任何纰漏——的时候，我才让头脑中的产物具体成形。我设计制作的产品最终总是与我所设想的一模一样，20年来无一例外。”这是尼古拉·特斯拉——人类有史以来最伟大的发明家之一，一生信奉的箴言。尼古拉·特斯拉拥有神奇的天赋，创造

利用潜意识的第一步是要在心中设定一个目标，目标可大可小，但是一定是你愿意并能够为之付出努力的。在心中画一幅精神图景，一定要用心描绘，要绘制得具体、清晰透亮、轮廓鲜明，接下来就要将这幅图景深深地植入心中，然后按部就班，坚持不懈地为之努力。



了最令人叹为观止的传奇。他在实际创造之前，常常是先把这种发明在头脑中视觉化。他首先在想像中逐步建立起理念，使它成为一幅精神图画，然后在脑海中重组、改进，而不是急于在形式上把它们具体化，然后再耗时费力地去修正。

● 形态能够表现思想，这是一条规律。只要你有意识地循着这一方向前进，你将发展出信念，这种信念就是你成功的前奏，有了这种信念你将无往不胜、无坚不摧。这种信念还会带给你自信，一种带来毅力和勇气的自信，让你相信自己已经为成功做好了准备；你将发展出集中意念的力量，它使你能够排除一切杂念，把思想集中在与目标相联系的一切事物上。如果你是这样一个，如果知道如何成为一个非凡的思想者的人，那么你就拥有了金字塔尖上令人景仰和艳羡的地位，你就成为了人群中的意见领袖。

● 要想构造出有价值的产物也需要合适的材料，材料的品质决定了成品的价值。因此，要想构建质量上乘的作品，首先要做的事就是要确保材料的品质。再精湛的工艺也不可能用再生绒纺织出上好的呢料，可以说材料的优劣决定事情的成败。

● 为了生存和发展，各种形态的生命都要为自己的成长聚拢所需的物质，我们的精神也遵循同样的法则、采取同样的方式。获得所需材料的最可靠的途径是最完善地发展自身，聚拢最优秀的材料。其实这对于你来说并不难，因为你拥有超过五百万的精神建筑工，它们的名字是脑细胞，它们时刻待命，为你的宏伟事业冲锋陷阵。这些细胞不停地创造并重塑着身体，而除此之外，他们还能够进行一种精神活动，把进一步完善所需要的物质聚拢到自己身边。你是个富有的老板，因为你的体内还有数以亿万计的精神建筑工，每一位都有足够的智慧去领悟并作用于所接收到的信息或建议，帮助你在关键时刻做出英明的决断。

● 大部分人都喜欢创新，讨厌重复，其实重复是十分重要的事。



只有不断地在头脑中重复精神图景，它才能够变得清晰无误。重复不是无用功，每一次重复的过程都会使图像比先前更加生动立体，而图像清晰准确的程度与它在外在世界中的展示成正比。你的思考能力无边无际，这意味着你的实践能力无边无际，足以让你创造出一切你自己渴望拥有的外部环境。你必须在内在世界，在你的心灵中牢牢地把握它，直至它在外在世界中显现出自己的形象。

● 有的人总认为自己很无力，总希望从“外在世界”中寻求力量和能力，从内心以外的各个角落寻找力量，这实在是太荒唐了。其实最强大的力量在人的内心之中，但令人十分扼腕惋惜的是，许多人丝毫没有察觉到自己拥有这样巨大的力量，这样超自然的能力。有朝一日这种力量一旦从他们的生命中彰显出来时，他们准会被自己吓一跳，他们会发出这样的感慨：“原来我是如此的强大啊！”

● 永远不要受外部环境的影响，让我们仅仅是设想蓝图，让我们的内在世界美丽丰饶，外在世界自然会表达、彰显你在内心拥有的状态。一块白布上有一个小黑点，如果你把自己的目光一直聚集在这个黑点上，那么这个黑点就会被无限放大，最终挡住你的视线，使你看不到白布，虽然白布才是主体。这样的做法带来的结果是：你因为一个小黑点而失去了一整块白布。

● 诚挚的愿望将带来自信的预期，而这些反过来又会由于坚定的渴求而进一步增强。愿望、自信和渴求必将带来成就的辉煌，因为内心的愿望是感觉，自信的预期是想法，而坚定的渴求是意志。感觉为想法赋予活力，而意志使之坚定不移，直至“生长法则”使愿景成为现实，这些都是不争的事实。设想一幅精神图景，让它清晰、完美、

思想引发行动，行动产生方法。“视觉化”是一个行之有效的方法。赋予抽象的事物以形象，在脑子中为它画像，你能够看到一个趋于完善的画面。

有的人总认为自己很无力，总希望从“外在世界”中寻求力量和能力，从内心以外的各个角落寻找力量，这实在是太荒唐了。



明确；牢牢地把握它；方法和手段会随之而来，指引你在正确的时间，用正确的方式，去做正确的事情。

● 所有人都希望得到金钱、权力、健康、富足，却没透彻因果相循的道理，有善因才有善果，天下没有免费的午餐。有许多人无比积极地去追逐健康、力量及其他外部条件，但似乎没有成功，这是因为他们在和“外部”打交道。相反，只有那些不把目光专注于外部世界的人，他们只想寻求真理，只要寻求智慧，而智慧就赐予他们，力量的源泉就会向他们敞开，认识到自己创造理想的力量，而这些理想，最终将会投射在客观世界的结果中。他们会发现智慧在他们的想法和目标中展现出来，最终创造出他们渴想的外在境遇。

● 在很多时候，我们就像是一个刚刚开始换牙的孩子，总是好奇地用手去摇动松动的牙齿，总是不自觉地用舌头去碰刚长出的新牙。毫无疑问，在这种情况下，牙齿经常会长得畸形。我们想要做一些事情；我们需要帮助；我们沉陷于忧虑之中无法自拔，我们表现出来的也是忧虑、恐惧、悲愁。而这正是许许多多的人在自己的精神世界中所做的事情。

● 对于那些胸怀勇气和力量的人来说，引力法则必将带来富裕丰饶；而对于那些常常怀抱着匮乏、恐惧的想法的人来说，引力法则必将带来穷困潦倒、匮乏短缺。由此可见，一切都在于你怎么想，怎么做。

● 只要我们拥有一颗开放的心灵，应运而生、应时而动，我们就能做比以前更多更好的工作，新的渠道将不断出现；新的大门将为我们敞开。思想是能量之源，它产生的动力足以推动财富的车轮，我们在生活中遭遇的所有经历，都取决于此。思想的力量，是获取知识的最强有力的手段。没有什么是超出人类理解力的，但要利用思想的力量。

● 自己是否能够坚持这个自我，抑或是像大多数人一样随波逐



流？是不是时常感觉到自我与形体同在？这是你每天都要问自己的问题，并且要在内心深处寻找答案。当蒸汽机、动力织布机以及其他每一次技术进步和改良措施被提出来的时候，都遭遇过强烈的反对，不过这并不影响它们走进我们的生活。不要永远只是被引导，要勇于担当引导者。



静下心来，在脑海中想像一下你最亲密的人。他的外貌特征、穿衣打扮、言谈举止、音容笑貌——回想你最近一次见到他时交谈的情景。我们本周的练习是，把你的一位朋友在你的脑海中视觉化，直到你的头脑中清楚地出现他的形象，完全像你最近一次看到他时那样。看那屋子，家具，重复你们对话的场景，最后看他的面庞，仔细清楚地观察，然后就某个有共同兴趣的话题和他进行交谈；观看他的表情变化，看他的微笑。你能做到吗？好的，你没问题；然后激起他的兴趣，告诉他一次历险的经历，看他的眼神中闪烁着的兴奋开心的光芒。你能做到这些吗？如果可以，你的想像力很棒，你正在取得了了不起的进步。



## 重点回顾 >>>

### 1、视觉化指的是什么？

精神图景形成的过程就是视觉化。

### 2、视觉化会产生什么样的结果？

可以在内心产生一幅理想的景象，并且能够指引你按部就班地行动，实现目标，成为自己希望成为的人。

### 3、什么是理想化？

理想化是最终会在客观物质世界中实现的计划视觉化或是设想的过程。

### 4、为什么理想化或是视觉化中的清晰度或准确度非常重要？

因为“视觉”创造出“感觉”，“感觉”改变我们的境况。首先是精神上的，继而是情绪上的，最后是实现的无限可能性。

### 5、怎样实现这种清晰度呢？

每一次重复会使得这幅图景比前一幅更清晰、更准确。

### 6、建设精神图景的原材料是如何获取的？

这些是由成千上万个脑细胞完成的。

### 7、怎样获取使理想在客



观物质世界中实现的  
种种必要条件？

这是通过引力法则实现的。一切境遇或经历的发生都遵循引力法则。

8、把这条法则付诸实践  
有哪些步骤？

有三个步骤，真诚的渴望、自信的预期、执著的追求。

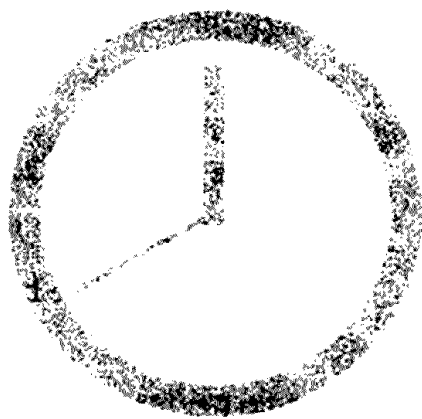
9、许多人失败的原因是  
什么？

因为他们把关注点放在了损失、疾患和灾难上，引力法则运行不息；他们恐惧什么，什么就会降临在他们头上。

10、如何正确地取舍？

专注于你渴望生活中实现的理想。





## 第八课 和谐的思想酿出美好的结果

### LESSON EIGHT

生活看起来千头万绪，丰富多彩，变幻无常，其实生活是符合规律的，而并非受制于各种飘忽不定的偶然性，处于一种相对稳定的状态。这种稳定的状态就是我们的机遇，因为只要遵从这个定律我们就可以准确无误地获得想要的结果。我们可以自由地选择自己思考的内容，然而想法的结果却总是服从一条铁的定律。如果不是因为有了这个规律，那么宇宙就不是朗朗乾坤，而是一片空虚混沌了。因此我们说正是这个规律使宇宙变得和谐欢乐。

思想是行动的前提和动力，如果思想是和谐的、具有建设性的，那么结果一定是美好的；如果思想是破坏性的、嘈杂不堪的，结果一定是不幸的。思想是善恶之源的奥秘，幸与不幸，全部由思想来主宰。

成功与失败只不过是用来描述行为结果的词语而已，或者说，用以说明我们对这一规律是遵从抑或违逆。这一点我们可以用卡莱尔和爱默生生活生生的例子加以佐证：卡莱尔憎恨一切坏东西，他的一生可以说是一部永远嘈杂不宁的纪录。与卡莱尔形成鲜明对比的是爱默生，他的一生就是一首宁静而和谐的交响乐，他热爱一切好东西。

两位人类历史上的智者，为了实现同一个理想却使用了截然不同的方法。卡莱尔接纳了破坏性的思想，因此给自己带来了无尽烦躁不宁。而爱默生则利用了建设性的思想，因此与自然法则和谐一致。

由此我们可以很清晰地看到，恨是极具破坏性的，憎恨任何事物都不是明智的做法，即便是“坏”事。种瓜得瓜，种豆得豆，持有破坏性的思想不放手，收获的必将是难以下咽的苦果。



● 相类似的思想总是会更容易地结合在一起，因为这是宇宙的创造原则。思想得以成形，生长法则终究会彰显出来。一切有生命的物种都有生长的过程，并且总是自觉不自觉地朝着实现这个目标努力。寻找到一种方法，能够使建设性的思维习惯取代那些给我们带来不利效应的思维习惯，这一点就变得至关重要。

● 每个人都可以任自己的思想天马行空，自由驰骋，但所有持久的想法都会会在个人的性格、健康和外在环境中产生相应的结果，这是一切想法产生的结果必然遵从的一条不变的定律。

● 精神没有形状，抓不到摸不着，所以精神习惯很难掌控，但并不是说完全无法做到。你可以试一下，从这一秒钟开始，看看自己的想法是不是必要，形成分析任何一种想法的习惯。将脑海中那些破坏性的思想剔除，以建设性的思想取而代之。

● “学会关上你的大门，不要让任何不能给你的未来带来明显益处东西进入你的心灵、你的工作、你的世界。”这是乔治·马修·亚当斯留给我们的一句话，其中的道理是实在的，因为所有的人都很有必要培养一种有助于建设性思维的心态。有些想法是有价值的，是与“无限”步调一致的，它能够生长、发展，结出丰硕的果实，那么，保留它，珍视它。如果你的想法是批评性的或破坏性的，在任何条件下都只能招致混乱与不和谐，这些想法却是一个个的毒瘤，要毫不手软地剷去。

● 想像力是思想的建设性形态，一切建设性的行为，都有想像力作为先导。想像力是光，这道光为我们照亮了一个崭新的思想和经历的世界。想像力是一种可塑的能力，它把感知到的事物塑造成新的形态和理念。想像力是一个强有力的工具，所有探险家、发明家，都是借助这一工具，开辟了从先例到经验的通途。



● 影片导演如果找不到优秀出色的剧本，他也就拍摄不出什么良好票房收入的片子，而这关键的剧本则是来自于想像力。如果把未来比作一件衣服，那么想像力则能够起到积聚原材料的作用，而心灵的作用是把材料编织成衣裳，而我们的未来，就是从这样的理想中浮现出来的。可以说，想像力的培养，有助于引发理想。

● 真正的事物是由伟大的思想创造的，物质世界中的事物就如陶工手中的泥，由思想将它塑造成形，而这工作的完成不得不借助想像力的运用。为了培养想像力，做一些练习是有必要的。

● 我们身体的肌腱需要加强锻炼，才能变得更加结实健美。精神的臂力也需要锻炼，需要营养，否则无法成长。

● 白日梦是一种精神的挥霍浪费行为，它将导致精神上的疾患。切忌混淆想像力和幻想；或是把它和很多人爱做的白日梦等同起来，它们之间有本质上的区别。

● 有些人认为最为艰辛的劳动莫过于建设性的想像力，这是一种高强度的精神劳动，但是它的回报也是最为丰厚的。企业主如果不在他的想像中预想整个工作计划，他就无法建造一个拥有上百个分公司、数千名员工、上百万资产的大集团公司。因为生命中一切最美好的事物都赐给了那些有能力思考、想像，并使自己梦想成真的人。

● 你只要有意识地运用思想的能量，与精神这个全能者保持步调一致，那么你就能够在通往成功的道路上大踏步前进。因为，精神是惟一的创造原理，精神无所不

思想是行动的前提和动力，如果思想是和谐的、具有建设性的，那么结果一定是美好的；如果思想是破坏性的、嘈杂不堪的，结果一定是不幸的。思想是善恶之源的奥秘，幸与不幸，全部由思想来主宰。



能、无所不知、无所不在。

● 一切能量都是由内而生，真正的力量来自内心。因此我们必须有一颗乐于接纳的心灵，这种接纳性也是需要经过训练的，这种能力需要培养、提高、发展，就像锻炼身体一样。接下来，就是要把自己放置在一个能够接收这种能量的位置上，因为这种能量无处不在。

● 真正起作用的，是在我们心中占主导地位的精神状态。如果一天大半的时间沉浸在软弱、憎恨、负面的想法中，不可能凭借在教堂中的一小会儿沉思，或是读一本好书时的状态而消减，也不可能指望仅凭一瞬间的强大、积极、创造性的想法，就能带来美好、强大、和谐的状态。这是由于引力法则必然准确无误地按照你的习惯、性格以及占主导地位的精神状态，在生活的景况、境遇、经历等方面回馈于你。

● 内心蕴含着人人都能使用的所有力量，人的内在力量在等待你通过第一次认识它从而让它变得可见，然后主张对它的所有权，把它注入到你的意识中与你合而为一。

● 自古以来，健康长寿一直都是人们孜孜不倦的追求，但是就目前来看，进展甚微。长寿不是仅仅依靠多多锻炼、科学呼吸、每天喝足八杯白开水，用健康的方式食用健康的食品就能得到的。这些都是细枝末节，不是问题的关键，无知是一切错误产生的根源。但是，当人们敢于肯定自己同一切“生命”的合一，就会发现自己变得耳聪目明，腿脚便捷，浑身洋溢着青春的活力；就会发现自己找到了一切能量的源泉，仿佛得到了长生不老的灵丹妙药。

● 知识的获得带来能力的增长，这是成长和进步的决定性因素，是宇宙的灵魂。知识的获取和证实是能量的组成部分，这种能量是精神能量，这种精神能量是潜在于一切事物核心的能量。



● 思想是推进人类意识进化的动力，知识是人类思想的结晶和升华。如果人类的思想停止进步，理想不再提升，他的能力就开始瓦解；相由心生，他的面容也将随之改变，记载这些变化的情况。

● 坚定不移的理想，为成功准备着必要的条件。因此，你可以把精神与能量的华服编织到整个生活的锦缎上，与之融为一体。因此你能够过上充满快乐的生活，免除一切苦难；因此你自己可以产生积极向上的能力，将富足与和谐吸引到你的身边。如果你忠实于自己的理想，当环境适合于实现你的计划时，你将听到心底发出的召唤，结果将与你对理想的忠实度严格成正比。

● 思想是建设理想所用的材料，而想像力就是理想的精神工作室。心灵是他们用来把握周边环境和人物的永不停息的动力，他们用这样的心灵去筑造成功的阶梯，而想像力正是一切伟大事物诞生的母体。

● 只有少数人知道，他们所见的一切都只是结果，他们还知道形成这些结果的原因。而大多数看到的都只是表面，这就是随处可见的波动、不安的主要原因。

● 一艘巨轮，如一座21层摩天大楼一般高大的怪物飘浮在太平洋上，用肉眼望去看不到任何生命，一切都是静默的。它就像冰山一样，有一大半身躯沉在海平面以下。

● 这条船看起来默默无语、顺从听命、无咎无知，却能发射数千磅的炮弹，重创几英里外的敌军。船上有一只整装待发的精英部队，船体的每一部分都由能干的、训

真正起作用的，是在我们心中占主导地位的精神状态。引力法则准确无误地按照你的习惯、性格以及占主导地位的精神状态，在生活的景况、境遇、经历等方面回馈于你。



练有素、技巧娴熟的军官驾驭着，他们通过驾驭这艘巨大的船体来证明自己的胜任度。它尽管看起来已经被万物遗忘，但它的眼目观测着周边几英里内的每一件事物，任何东西都逃不出它的视野。这些是我们通过观察而产生的联想和推断。

● 想想钢板。看，有上千个铸造机械厂的工人从矿山提取了铁矿石，将它们运上货车或汽车，然后熔化，锻造出了许多钢板。这些钢板就是造船的原料。这样我们就知道了这条船的由来。

● 然而，这艘战舰是如何来到现在的地点，在开始之时又是如何诞生的呢？如果你是个细心的观察者，所有这一切，我们都会想知道。

● 为什么要建造这样一艘大船呢。也许是发自国防部长的命令；但更有可能的是，自战争开端以来战舰就被设想出来了，国会通过了拨款提案；也许有反对票，也有支持或否定这个提案的演讲。进一步的思索会让我们明白一切事件中最重要的事实，那就是：如果没人发现如何使这个钢筋铁骨的庞然大物能够在水面上行驶而不至于沉下去的规律，这艘战舰就根本不会诞生。

● 我们需要把思想回归到战舰无形无物、无法触摸的形态中，他仅仅存在于工程师的脑海中。于是，我们的思想轨迹起始于这艘战舰，终结于我们自己。最后我们会发现，自身的思想总是对这个问题或其他很多问题负责，而这些正是我们常常忽视的。

● 当我们的思想能够看穿事物的表象，一切都与先前截然不同了，琐碎卑微的变得意义深远，了然无趣的变得趣味无穷；一些我们曾经认为毫无用处的事情将成为生命中至关重要的存在。



为了培养自己的想像力、洞察力、感知力与敏锐度，可以随便拿起一件物品，追本溯源，条分缕析，看看它到底是什么，有怎样的构造。这个不能依靠多数人的肤浅观察得来，而必须透过事物的表面，用分析的态度细致观察。试试看，这是个好办法。



## 重点回顾 >>>

### 1、如何解释想像力？

想像力是我们用以洞察思想和经历的新领域的照明灯。是所有发明家或探索者开路冲锋的强有力的武器。

### 2、运用想像会有什么结果？

播种想像，将使你得以大展宏图、开拓未来。

### 3、如何播种想像？

想像力的成长离不开训练。

### 4、如何区别想像力和白日梦？

想像力是建设性思维的一种，它必须伴随着建设性的行动，白日梦是精神涣散的表现。

### 5、错误由什么产生？

错误是无知的结果。

### 6、什么是知识？

知识是人进行思考的能力。

### 7、成功人士运用何种能力取得成功？

他们运用的是心智；心智是保证他们把握他人和外部环境以帮助他们完成蓝图的原动力。

### 8、是什么预定结果？

是理想。心中坚定不移的理想能够带来实现理想的必要条件。



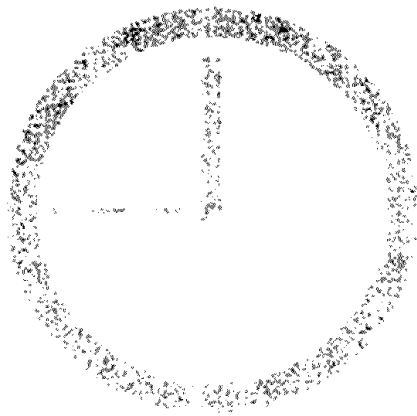
9、敏锐地分析观察会产生怎样的效果？

想像力的开发、洞察力的深入、感知力的增强与睿智的增长。

10、这些将带来怎样的结果？

富裕与和谐。





## 第九课 改变我们自己

LESSON NINE

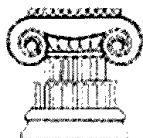
世上的事无法总尽如人意，人们都有美好的愿望，但是要实现它却要步步受阻。我们无法改变社会来适应我们，只能改变自己以适应社会，如果想要改造环境，首先要改变自己。但是这并不意味着我们无能为力，只能听从社会 and 环境的摆布。总会有这样或那样的办法克服阻力，美梦成真。

大千世界中有形形色色的人，有的人懦弱胆怯、优柔寡断、害羞内向，而有的人坚强勇敢、胸怀壮志、热情开朗；有的人由于恐惧即将到来的危险而过度紧张、焦虑烦躁，而有的人天生喜欢挑战，在与困难作战的斗争中永远是胜利者。这一切差别都是性格使然。

性格不是天生的，而是持续努力的结果。医治的良方非常简单，用勇气、能力、自强、自信的念头，取代那些无助、畏怯、匮乏、有限的想法。积极的想法必将摧毁消极的念头，就如白昼驱散黑暗一样肯定，结果会是百分之百奏效。因为在同一个时间、同一个地方，两种不同的东西不能共存。如同植物的种子发芽长叶一般，我们内心深处的愿望、期盼完全可以找到表达的方式。

坚定不移的信念要靠不断的重复来巩固和增强，不断的重复，会使心中所渴望的愿景成为我们自身的一部分。假设我们想要改变环境，如何改变它呢？回答很简单：改变我们自己。我们就这样改变了自己，就这样把我们自己改造成向往中的样子。

有了改变的想法就要行动，行动是思想盛开的鲜花，境遇是行动的结果。只有把思想落到实处，美好的愿景才能形象化、视觉化，才能得以实现。



● 爱、健康与财富，这是人类个体最高层次的表达，最全面的完善。也可以说人从呱呱坠地到寿终正寝，一生孜孜不倦追求的就是这3件事，这是人类天生的使命。那些同时拥有健康、财富与爱的人，他们的“幸福之杯”已完全满溢，再也加不进别的东西了。

● 健康的身体是快乐的本钱，如果肉体痛苦，又怎么能享受快乐呢？

● 当然财富是必不可少的，虽然这种说法显得有些市侩，出于某种心理的一些人并不会爽快地承认。但比较于丰富、阔绰、豪奢等充足的供应，所有人都不堪忍受匮乏、拮据和局限，因为选择好的东西是人的本能。如果你需要“财富”，那么只要你认识到，你内在的“自我”与宇宙精神合一，而宇宙精神就是全部的财富，它无所不在，这种认识将帮助你实现并运行引力法则，使你与那些能够使你走向成功的能量发生共振，并给你带来与你宣称的目标绝对一致的能力与财富。

● 爱是一种神奇的东西，很难给它下准确的定义。爱并不符合守恒定律，如果你需要爱，那么请认识到得到爱的惟一方式是施予爱，你施予的越多，得到的也越多，而你能够施予的惟一方式，是让你自己充满爱，直到你成为爱的磁石。爱是全世界通用的语言，对于人类幸福来说是头等重要的大事，与健康 and 财富相比，爱似乎更为重要。只有健康和财富而缺少爱，生活就不会完美，是无法弥补的遗憾。

● 人们总是南辕北辙地在“外在世界”中追寻这3样事物，其实他们都隐藏于“内在世界”。找到他们的秘诀非常简单，就是找到一种合适的“机制”，与全能的宇宙力量相联系。宇宙物质等同于“全部健康”、“全部财富”和“全部的爱”，而我们能够用来和这无限相联系的机制就是我们的思维方式。



● 内心是属于精神的，那么它必然是绝对完美的。思想是精神的活动，而精神是创造性的。把这一点谨记在心，现实的景况就会与你的思想保持一致。因此，“我完整、完美、强大、有力、热爱、和谐而幸福”的宣称，绝对是科学的陈述。

● 应该想些什么是关乎人类生存和发展的大问题，正确的思维实际上就是神奇的金钥匙，就是“芝麻开门”的神奇咒语。正确的思维，会使我们领悟爱、健康与财富的真谛，带领我们进入“至高者的圣殿”。

● 真理既是所有事业和社会交往中的潜在法则，又是每一次正确举动的先决条件。如果说真理是世人梦寐以求的宝藏，那么正确、合理的思维就是引导我们找到宝藏的地图，有了正确的思维这盏指路明灯，我们就一定能够找到真理之所在。

● 自信且肯定地认识真理就是与“无限”和“全能”的力量和谐相处，就可以获得真正的满足。因此，认识真理就是使自己与战无不胜的力量相联，这是一切其他事情都无法比的。在这个充斥着怀疑、冲突和危险的世界中，它是惟一一块坚实的地面。因为真理是强有力的，它可以席卷各种各样的嘈杂与混乱，可以战胜一切怀疑与谬误。

● 一个人的成功在很大程度上取决于其行为是否能和谐地与真理保持同步，哪怕是绝顶聪明的人，哪怕他学富五车、明察秋毫，如果他的希望是建立在错误的前提之上的话，他也会迷失在谬误的丛林里，对接下来的结果无法形成概念；反之，即便是最缺少智慧的人，也可以靠直觉对一件基于真理之上的行动的结果进行预测。

爱并不符合守恒定律，如果你需要爱，那么请认识到得到爱的惟一方式是施予爱，你施予的越多，得到的也越多，而你能够施予的惟一方式，是让你自己充满爱。



● 真理是宇宙精神的至关重要的原则并且无所不在，不管是故意还是无心，任何与真理相抵触的行为都会导致混乱不安，因为真理是个专横的独裁者，它不容许任何人任何事挑战它的权威，也容不得丝毫的反叛。

● 内在的“自我”是具有精神属性的，而所有的精神都是合一的；如果把最伟大的精神真理与生命中的细微之处相联系，那么就已经找到了解决所有问题的秘密。如果我们能做到这一点，那么我们体内的每一个细胞都将彰显我们所认识的真理。如果你看到的是缺憾，它们彰显的也是缺憾；如果你看到的是完善，它们彰显的也是完善。大胆宣称“我完整、完美、强大、有力、热爱、和谐而幸福”，将给你带来和谐的境遇。这是因为，这样的宣称是与真理严格一致的，当真理彰显出来，一切的谬误和混乱都将消失。

● 近朱者赤，近墨者黑，人和事是可以相互影响渗透的。如果一个人与伟大的理念、伟大的事业、伟大的自然物、伟大的人朝夕相处，那么他就会在潜移默化中受到鼓舞，思想也会变得深邃。

● 视觉化拥有旺盛的生命力，在人们的不断摸索实践中成长起来，它是经过千百年发展进化而趋于完美的机制。视觉化是想像力的产物，因此也是主观世界，即“内在世界”的产物。

● 视觉化是一种非常实用的机制，它借给我们的思想一双眼睛，使我们能够直观地看到无法在物质世界中显形的精神，许多伟大思想的产生都要归功于视觉化。

● 让我们进行一次视觉化训练。取来一粒种子。花也好，草也好，别管是什么种，只要把它埋入土中。给它浇水、悉心照料它，把它放在能够让阳光直射到的地方，看那个种子抽出嫩芽。一个活着的、开始获取生存物质的生命诞生了。



● 利用视觉化的机制你能够看到那些生命的细胞，它们不断地分解、再分解，不久就增长到上百万个，每一个细胞都充满智慧，知道自己想要得到什么，并知道如何获取它们。它的根，正在向泥土中延伸；它的芽，正在向上下伸展；它发绿长叶，向上向前生长，它的枝丫是那样的完美匀称，它的叶子逐渐长成，它抽出小小的茎杆，一个个害羞的小花蕾正腼腆地对着你笑。

所有的成功，都是通过把意念恒久地集中于看得见的目标而实现的。而视觉化是一种非常实用的机制，许多伟大思想的产生都要归功于视觉化。

● 你想看到的东西你就能够看到，因为我们能视觉化。当你能够让你的视野变得清晰明朗，你就能够进入到一件事物的灵魂深处。有意识地集中注意力，你喜爱的花儿出现在你眼前，你将闻到一股清香，这是你视觉化带来的芬芳。

● 而不管你的意念是集中在健康、理想上，还是一朵鲜花、一个棘手的商业方案，或是人生的其他种种问题上，视觉化能令精神世界异常真实地展现在你的面前，你将要学会的是心神的集中。

● 所有的成功，都是通过把意念恒久地集中于看得见的目标而实现的。

● 信念的力量令人惊讶，弗里德里克·安德鲁斯从一个弱小、萎缩、畸形、跛脚、只能用手和膝盖在地上爬行的孩子，长成了一个强壮、挺拔、健康的人就生动地证明了这一观点。

● “不，没有机会了，安德鲁斯太太。我也是这样失去我的小儿子的，我为他付出了全部可能的力量。我特别研究过这种疾病，我知道他确实没有好起来的希望了。”



“医生，如果他是您自己的孩子，您会怎样做？”

“我会一直战斗、战斗，只要孩子一息尚存，我就要战斗下去。”

弗里德里克·安德鲁斯的成长过程是一场持久的消耗战，也是一场信念与绝望的对抗赛，使他的母亲在希望与失望之间不断地来回穿梭，但是最终的胜利是属于有坚定信念的人。

● 信念坚韧有力，可以让所有的医生们都认为没有治愈希望的残疾儿童奇迹般地生存下来，但是信念也需要鼓励、安慰，为它加油，因为所有的人都经受不住长期的失望。

● 如果你抱持着“我完整、完美、强大、有力、热爱、和谐而幸福”的信念，翻来覆去，从不改变。每日早上醒来所说的第一句话，也是每天夜里睡前所说的最后一句话都是“我完整、完美、强大、有力、热爱、和谐而幸福”。一遍遍地对自己说这句话，那么你就真的完整、完美、强大、有力、热爱、和谐而幸福了。

● 我们常说，生活是一面镜子，你笑它也笑，你哭它也哭。如果我们付出了爱与健康的想法，它也一定会照此回报我们；但如果我们付出的是恐惧、忧愁、嫉妒、愤怒、憎恨等等的想法，那么在我们生活之中也一定会看到恶果。

● 如果你想要熊掌，就不要害怕在别人面前肯定地宣布它，彰显你的态度与信念，它将使你受益，你会发现你想要的东西已经在你的手中了。如果你需要什么，你最好能够运用这句宣言，这实在是一句极其完美的话。

● 根据一些科学家的研究推断，所有的人都只有11个月的年龄，因为人类的肉体每隔11个月都会重塑一次，11个月是一个周期。如果我们年复一年地把缺陷植入我们的身体，那就怪不得别人了，只能从我们自己身上找原因。



● 如果我们的的心灵倾向于软弱、嫉妒、破坏、毁灭，我们就会发现周边的环境自然摒弃了与我们思想不符的景况，成为我们心灵状态的映射。相反，如果我们精神中的主要倾向是力量、勇气、宽厚和同情，那么环境也一定会照此折射出来。

● 因果法则也可以称之为引力法则，对这个法则的认知和运用，将决定着一切的开端和结局；这就是世代代的人们在祈祷中获得力量的法则。思想是因，境遇是果。思想是创造性的，它将自动与客体相关联。这就是精神的优势所在，精神是无处不在、唾手可得的。惟一需要做的，就是认识它的无所不能，并心甘情愿地领受它的善意。



如何摒弃一切糟糕的念头，而抱持令人振奋的好想法呢？人是自身思想的总和，刚开始可能我们不能阻止坏念头的侵入，但我们可以不去理会它。拒绝它的惟一方式，就是忘却——这意味着，找一些东西替代它。那句准备好了的宣言，现在就可以派上用场了。不管是办公室的电脑旁边，还是在家里的睡床上，你可以随时随地运用它。

光明可以打败黑暗，温暖可以战胜寒冷，善能够战胜恶，光明美好的事物一定会让邪恶自惭形秽，退避三舍。当愤怒、嫉妒、恐惧、焦虑等思想病毒偷偷摸摸地潜进你的脑海时，开始运用你的宣言吧。运用它，照着它去做；把它带入你静默的灵魂深处，直至它沉浸到你的潜意识中，成为你的习惯。



## 重点回顾 >>>

1、幸福的必要条件有哪些？

是善行义举。

2、什么能产生正确举动？

是正确的思考。

3、商业活动或社会交往的前提条件是什么？

认识真理。

4、真理能为我们带来什么？

如果行为基于正确的前提，我们能够很容易地预测出这种行为的结果。

5、行为基于错误的前提会导致什么样的后果？

我们就无法预知随后可能出现的结果。

6、简单阐述真理的定义？

我们应该认识这样一个事实，真理是宇宙至关重要的总则，因此无所不在。

7、解决各种问题的秘诀是什么？

是运用精神真理。



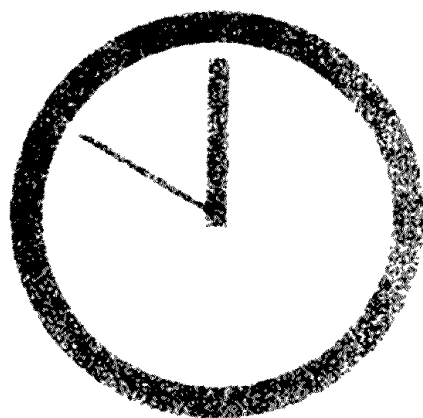
8、精神方法的优势体现在哪些方面？

它们总是唾手可得。

9、运用真理的必要条件有哪些？

渴望成为精神力量的慈善行动受益人。





## 第十课 因果法则

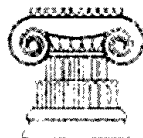
LESSON TEN

没有人能随随便便成功，生活没有特别地偏爱谁。任何事情的发生都有一个明确的原因，看到别人成就的同时，也要想想他为之付出的汗水与艰辛。当你如愿地赢得了胜利，你也要弄清自己为什么会胜利。

原因和结果是直系血亲，它们从不分离。有什么样的原因就会产生什么样的结果。不了解事件的因果关系的人经常被自己的感受和情绪牵着鼻子走，而做出错误的判断。一盆鲜花摆在面前，他们会认为花就是花，长得漂亮和埋在土里的根没有任何关系，似乎花朵不需要根为其提供养料和水分。遇到问题他们不去分析原因，而是一味地怨天尤人。成功了只顾着庆幸而不总结经验，失败了就埋怨别人抢走了他的好运气。如果缺乏朋友，会说没有人懂得欣赏他敏感的心灵。这样的人从来都不去全面地考虑问题。一言以蔽之，他不懂得一切结果都是由某个特定的原因造成的，而是用许多借口和理由来安慰自己。他所能想到的只有消极地自卫。

学会不偏不倚地思考问题，把“凡有果，必有因”的道理铭记于心，学会根据精确的事实制订计划。你在任何情况下都能通过把握事件的原因来控制局面。这样如果经商赔本了，就不会埋怨运气不好，而是去找经营的漏洞，生意很快就会扭亏为营。即便只是一个名不见经传的办公室小职员，也会同集团CEO一样成为令人羡慕的对象。

知其然亦知其所以然，轻松自由地跟随真理的脚步。看透每一个问题，并能充分恰当地做好自己应该做到的事。如此收获到的将是这个世界真情无私的回馈，无论是友情、爱情，还是荣誉、赞许，都会投进你的怀抱。



● 大自然无比慷慨，向世界上的每一个人敞开它宽广的胸怀。宇宙的自然法则之一就是富裕充足。千百万的树木与花儿，动物、植物和浩大的繁殖体系，创造与再生永恒进行着，这一切，无处不证实着大自然为人类准备了丰富豪奢的供应，大自然的丰盈充裕在万物中彰显出来。

● 大自然在一切造物上都毫不吝惜，无时无处不是慷慨、大方、豪奢的。但是遗憾的是，相当一部分人找不到入口，走不进这个堂皇的大门。他们还不能认识一切财富的普遍存在性，也不知道精神是使我们与渴想的事物相联系的活动原理。

● 并不是一切的能量都是物质能量，精神能量同样存在，心理和心灵上的能量同样存在。

● 亨利·德拉蒙德说：“正如我们所知道的，物质世界分为有机物和无机物。矿物世界是无机物的世界，它和动植物世界完全隔绝；往来的通道被打上了封印。这些障碍无法跨越。物质无法改变，环境无法改造，没有化学、也没有电，没有任何形式的能量，也没有任何种类的变革可以为矿物世界的一个小小原子打上生命的烙印。”

● 生命使这个世界生动起来，没有生命的地球只是一片死寂，所有的一切只有和生命联系在一起时才有意义。丁铎尔说：“我承认，没有一丝一缕的确凿证据，可以证明我们今天所能见到的生命是与更早的生命毫不相关的。”赫胥黎也赞成这一观点，他说过，生源论即生命只能来自生命的信条放诸四海而皆准。如果生命不曾降临，这些没有生机的原子没有被赋予生命的属性，矿物的世界就永远只能停留在无机的层面。

● 凡是有生长的地方，就一定有生命；凡是有生命的地方，就一定有和谐。因此，所有有生命的物质都在不断为自己谋取充足的供应和合适的环境，以便尽可能完美地表达自己。大自然的一切，在生长法则中不断彰显自己。



● 一条无法跨越的鸿沟横亘在无机物和有机物之间，这时两者是互不相干的个体，并没有交集。而生命就像一道桥梁，它沟通了两个世界。生命开启了物质的宝库，如果没有开启，就没有有机体的改变，没有精神能量，没有心灵力量，没有任何种类的进步，能够使人类进入精神世界的领域。

● 生命和非生命之间的联系同自然世界与精神世界的联系是一样的。正如植物深入到矿物世界当中，用生命的神秘触摸这个世界，宇宙精神也是这样屈身来至人间，赋予人类新奇、陌生、美好，甚至是奇妙的力量。世界上的万事万物，方方面面，都是通过这种联系取得了骄人的成就的。

● 思想就像一条沟通的纽带，它让无限与有限之间保持联系，让个体与宇宙之间保持联系。

● 一切环境和境遇都是我们思想的客观形式，思想只有在精神的温床上才能茁壮地成长。当一颗思想的种子渗透到宇宙精神不可见的诞育万物的财富宝库中，生根发芽，生长规律就开始生效。

● “你定意要做何事，必然给你成就。”其实一切可见的客观世界中的物体都是出自于不可见的能量的创造。思想是动态能量的重要活动形式，它能够与客体相联系，并使生命能量视觉化，一切事物都是通过这种规律显现的。思想作用于无声之处，但它的成就却是非常显著的。

● 宇宙由无数个个体组成，这些个体精神联系结合在一起构成了宇宙精神，即宇宙的灵魂。个体化的宇宙精

没有人能随随便便成功，生活没有特别地偏爱谁。任何事情的发生都有一个明确的原因，看到别人成就的同时，也要想想他为之付出的汗水与艰辛。当你如愿地赢得了胜利，你也要弄清自己为什么会胜利。

当我们尽可能地让自己的思想与自然的创造性准则保持和谐，我们就走上了成功的快车道，事半功倍。



神，用完全相同的方式创造着我们的生存环境。

● 宇宙精神是最具有创造力的，这种创造性的力量，取决于对潜在精神力量或心灵力量的认知。创造力能够使客观世界从无到有。

● 宇宙精神在彰显自己的力量，宇宙精神值得信赖，它能够寻找到实现一切需要的途径。而我们并没有做什么，只不过是遵从这个规律，而使一切发生的，则是那诞育万物的精神，一切力量来自精神。

● 作为个体的我们，惟一的使命就是创造完美无缺的理想。

● 精神就像电一样，既实用又危险。如果你可以合理地掌控并运用这种看不见的力量，使它通过成千上万种方式为我们的幸福和舒适服务，照亮我们的整个世界。但是如果你不了解它，驾驭不了它，有意或无意地违反了电的规律，在未曾绝缘的情况下触碰了火线，带来的后果很可能是毁灭。对于许许多多的人来说，他们的苦难正是由此而来。

● 要时刻提醒自己与精神世界的法则保持和谐一致，前提是一定要了解这个法则是什么，否则就不能与这个法则保持一致。

● 如果我们尽可能地让自己的思想与自然的创造性准则保持和谐，那么就会与“无限精神”步调一致了，如此我们就走上了成功的快车道，事半功倍。但是，你很有可能有些想法与“无限能量”并不和谐，那么我们就会产生内耗，就会掉队，所以一定要及时清除这些不和谐因素。

● 和谐能提高效率，实现共同进步，而对抗则产生内耗，这是很浅显的道理。就如同和谐的乐曲能让人心情愉悦，而不和谐的音符则异常刺耳。建设性的思想必定是创造性的，而创造性的思想必定是和谐的，这些会代替那些破坏性的或竞争性的思想。



● 智慧、勇气，和一切和谐的景况都是力量的结果，而我们知道一切力量都是由内而生。同样，一切软弱、匮乏、局限和种种不利的境遇都是软弱的后果，而软弱无非出自于力量的缺乏。开发力量的方式与开发别的能力的方式一样，都是通过练习。

● 天上不会掉馅饼，世上也没有免费的午餐。确定一个具体的目标意识，以及执行目标的意志力，并使它付诸实践。当这个法则畅通无阻地运行，你将发现你所寻求的东西会找上门来。



在一面空白的墙壁前坐下，在意念中画一条大约6英寸的黑色的水平线，试着看清这条线，如同它画在墙上一样。然后，再用意念画出两条垂直的线，与前面的那条水平线的两端相连。接着再画一条水平线，把这两条垂直的线连接起来。这样就形成了一个正方形。试着看清楚这个正方形；看清以后，在正方形中画一个圆；在圆心画一个点，然后把圆心的点向你自己的方向拉近10英寸。现在，你在一个正方形的底面上做成了一个圆锥；你应该能记住这个圆锥是黑色的；再把它变成红色、白色、黄色。如果你能够做到，你已经取得了很了不起的进步。

其实我们这样做的目的是为了锻炼我们的注意力，如此过不了多久，你就能够做到在心中的所想任何事情上全神贯注、集中心神了。如果一个目标或物件已经在思想中非常清楚地成形，那么实现它的日子就近了。



## 重点回顾 >>>

### 1、财富是什么？

财富是力量的产物。

### 2、财产有哪些价值？

只有当财产能赋予力量的时候，它才有它的价值。

### 3、知道“因与果”的道理有什么好处？

它使人能够大胆、无惧地制订并执行计划。

### 4、生命是如何在无机世界中诞生的？

只有借助某种生命形态的介入。舍此别无它途。

### 5、有限和无限之间的联系是什么？

二者通过思想相关联。

### 6、为什么是这样呢？

因为宇宙只有通过个体的人来彰显自己。

### 7、什么是建立因果关系的基础？

建立在正负两极关系的基础上，好比一段闭合的电路，宇宙是生命蓄电池的正极，个人是负极，思想形成回路。

### 8、为什么许多人在生活之中无法保证境遇的



和谐？

他们不懂得这一法则，在他们的生命中没有正负两极，电路没有闭合。

9、如何做到和谐？

要充分的认知引力法则，在某一特定的目标中有意识地将它付诸实践。

10、结果会怎样？

思想将与其目标物建立关联，并让目标物得以彰显，因为思想是人精神的产物，而精神是整个宇宙的创造原理。





## 第十一课 万事万物都有规律可循

LESSON ELEVEN

人的一生似乎很漫长，其实不过是由一长串的因果关系链组成的。不管是哪一个“果”，都会有相应的“因”。而原本的“果”，反过来又成了“因”，从而导致其他的“果”，而这些“果”又成了另外的“因”。

在自然界和社会中，各种现象之间是普遍联系的，因果联系是现象之间普遍联系的表现形式之一。因果联系是普遍的和必然的联系，没有一个现象不是由一定的原因引发的；而当原因和一切必要条件都存在时，结果就必然产生。所谓原因，指的是产生某一现象并先于某一现象的现象；所谓结果，指的是原因发生作用的后果。原因与结果具有时间上的先后关系，但具有时间先后关系的现象并非都是因果关系；除了时间的先后关系之外，因果关系还必须具备一个条件，即结果是由于原因的作用所引起的。

因果关系链环环相扣，如果中间的某一环节出现问题，整个链条就会断开，无法运行。掌握了因果关系并正确地利用它，你将会受益无穷，反之必受其累。

“我现在的的生活真是太惨了，这并不是我自己想要的结果，因为我从来也不想看到这样的结果。”这正是因果关系链脱节的人发出的抱怨，这是因为他们没有认识到，自己心中的想法不仅不会带来某种友谊和交往，还会影响到一些境遇和环境，所有这些，反过来又会成为我们对现状产生抱怨的缘由。



● 归纳法是人类最伟大的发明之一，它是通过对事实的比较得出结论。正是运用这种研究方法，把很多独立的例证进行相互的比较，然后从中找出引发它们的共同原因，人类才得以发现了大自然中的许多规律，也正是这些发现，造就了人类历史上划时代的进步。简而言之，归纳推理是一种客观思维的过程。

● 归纳推理有两个要点：一是比较，二是找共同点，掌握了这两点就可以得心应手地运用这一方法了。

● 归纳法以规律、理性、确定性替代并消除了人类生活中变幻莫测的成分，它能够使我们避开愚昧迷信布下的圈套，走进智慧的领地。

● 归纳法就像一个尽忠职守的门卫，绝对不会让虚假、混乱的表象进入我们的思想，混淆视听。

● 归纳法可以使人类大跨步地前进，归纳法也有助于我们集中并增强我们的能力，获得那些尚待撷取的成果；有助于我们通过运用精神最纯粹的形式，找到解决个人和宇宙一切问题的答案。

● 在这个地球上的每一个文明国家中，人们都是通过某些过程来获取结果，但他们自己却知其然而不知其所以然，因而常常为这些结果附加一些神话色彩。我们找出原因的目的，就是要探求使结果能够得到实现的规律。

● 有些人似乎有着被上帝亲吻过的好运气，其他人需要艰苦跋涉也不能达到的目标，他们毫不费力地达到了。他们从来不需要进行良心的交战，因为他们总是走在正道上；他们的行为举止总是恰当得体；他们无论学习什么都是轻而易举；他们无论开始做什么，总能窥其堂奥，轻松完成；他们和自身保持着永恒的和谐，从不需要反思自己的作为，



也不需要经受困难或辛劳所带来的考验。其实这并不是什么命运，只不过是因为他们掌握了归纳推理这种方法的精髓。

● 归纳法所向无敌，但它从不轻易降临。人的心智只有在合适的条件下才能拥有这种神奇的力量，它可以被利用并引导来帮助解决人类的一切问题，认识这种力量，明白这样的事实，有着极其重要的意义。

● 我们生存的环境按照我们所熟悉的规律有条不紊地运行着：太阳从东方升起，西方落下；地球在绕着太阳公转的同时进行着自转；春天花开，夏天结果，秋天落叶，冬天飘雪；水在不同的温度下可以有固态、液态和气态三种形式……浩瀚宇宙的每一个角落，都充满着力量、生命，不断运动，秩序井然，令人惊奇。

● 同性相斥，异性相吸，酸碱中和，供需互补，这是大自然的法则。人类也可以借鉴，人与人之间，力与力之间总是相互保持着一定的距离，而具备不同才能的人也是可以相互吸引，相互配合。

● 需求、向往与渴望引导着人们的视线，人的眼睛搜寻并满意地接收的都是他想要得到的东西。人们能够在矿石中找到金子，在茫茫大海中找到珍珠，就是因为这些都是他们需要的。

● 考古学家能够根据一块碎陶片还原出整个容器的模样，部分和整体需要互相匹配，是相互联系的，并具有统一性，整体的属性在部分中也有所体现。我们能够认识到这些，实在是莫大的幸运。因为世界很广大，而我们的

归纳法是人类最伟大的发明之一，它是通过对事实的比较得出结论。人的心智只有在合适的条件下才能拥有这种神奇的力量，它可以被利用并引导来帮助解决人类的一切问题，



视野却很有限，我们只能管中窥豹，通过个体来了解整个社会。

● 当天王星的运动轨道出现偏离，打乱了太阳系的秩序，而海王星就在预定的时间和地点出现了，冥冥中似乎有神的安排，其实这个神就是规律。所有的事物都有规律可循。

● 动物趋利避害是出于本能，人类学习和思考是出于理性。哪里有“存在”的想法，哪里就有“存在”的事实。

● 阿基米德说：“给我一个支点和一根足够长的杠杆，我可以撬起地球。”在风云变幻的今日，借助飞速发展的科学，我们可以握住那根撬动地球的杠杆，我们的意识同外在世界有着如此紧密、多变、深切的联系，我们的目的、愿望也和整个宏大的宇宙结构相吻合。我们是宇宙中的个体，我们同宇宙是统一的。

● 我们所有的人都是大自然共和国的公民，我们个人的利益的总和就是这个国度的整体利益。个人利益被国家的武器所保护。个人需求的供给，在某种程度上取决于这些需求是否能够被普遍地、有规则地感觉到。大自然就可将人与外部世界之间相互作用所需的劳动力合理分配，以最好地实现创造者的意图。这里我们要强调的是和谐与统一，个体与整体对抗的后果只有灭亡。

● 每个人心中都有渴望，每个人脑海中都有一幅美丽绝伦的画卷。柏拉图通过归纳法想像出100幅类似的画面，在他的脑海中出现这样的一片乐土：一切人工的、机械的劳动和重复性劳动都指派给大自然的力量去完成。

● 不管理想看来有多么遥远，它一直用种种恩惠环绕着人们，这些恩惠同时也是对过往忠诚的酬报，对未来勤恳耕耘的激励。我们的愿望只需要我们意念灵动，加以精神的运作就可以完成；一切供应都由需



求创造出来，你越渴望，它实现得就越快。

● 古代的人们总是羡慕鸟儿的翅膀，总是想像自己也能在蓝天上飞翔，这在当时无异于痴人说梦。但是在几千年后的今天，这一理想实现了。千万不要把远大的理想贬低成异想天开，因为理念定会成为现实。为了实现你所寻求的东西，就要相信这些东西已经实现。

理想代表着一种决心，一种态度。当你的心中产生某个理想时，伴随着它产生的是你为之努力、付出艰辛的决心和态度。

● 理想代表着一种决心，一种态度。当你的心中产生某个理想时，伴随着它产生的是你为之努力、付出艰辛的决心和态度。

● 理想并不是水中月、镜中花，它是实实在在的，通过努力可以达到的。把一颗种子种在土壤中，只要不打扰它，它就会发芽长大，结出外在的果实。把我们渴想的某一件特定的事物，作为一个已经存在的事实，让它在宇宙主观精神上留下印记。我们首先要相信，我们的渴望已经实现，接下来的就必然是看到它的实现。这样，我们就可以在绝对的层面上进行思维，排除很多相对的条件或限制。

● 无论是出自美国人之口，还是出自日本人之口；无论是写在书本上，还是用口语阐述，真理的意义都不会变，本质都是相同的。只要对这些论述加以分析，就会发现其中都包含着相同的真理。惟一的差异就是表达方式的不同。

● 没有任何单一的人类公式可以表述真理的每一个层面，真理应该用一种新的、与以往不同的方式告诉每一个时代的每一个人。真理与人类的需求之间正在建立新的



关系，而这种关系渐渐被理解并获得普遍的认知。

● 现在是一个快节奏的社会，新事物迅速生长，旧事物也急剧消亡，我们正处在一个新旧交替的十字路口。新型社会秩序的道路已经铺好，所有的一切都在为新的秩序扫清道路。社会的新陈代谢，比迄今为止人们所梦想的所有事情都更加神奇。

● 新的社会运动的巨大能量摧毁了传统中陈旧腐朽的一面，将精华部分保存了下来。每一种新的信仰的诞生，都呼唤着新的表达形式，这种信仰正是通过对能量表现的深层领会，让它在各个层面的精神活动中体现出来。

● 宇宙精神大而无形，所有的事物中都有它的影子。它于矿物质中休眠、于植物菜蔬中吐纳、于动物体内运行，达到人类心灵巅峰。它将天下万物联系起来，它使我们得以跨越理论和实践的鸿沟，飞渡行动与目标的天堑，巩固了我们的统治能力，使我们成为自己的主宰。

● 思想的力量是如此之强大，它不甘于被埋没和漠视，它要在我们的生活中唱主角。思想的力量的重要性在各个研究领域中也正在凸显出来，我们因为这一发现而受益匪浅。

● 思想是处于激活状态的，它不断地改变，不停地创造，它是富有智慧的创造力。思想的创造力是由创造性的理念构成的。这些理念通过发明、观察、应用、鉴别、发现、分析、控制、管理、综合等手段，运用物质和力量，使自身客观化。

● 越靠近思想的核心，思想的热力也就越强；思想自身不断完善和升华，通过了真理的各项严格的检验，过去、现在、未来，都将融为庄严和谐的整体，进入了永恒之光的所在，这就是智慧。



● 智慧是思想的最高形式，智慧诞生于理性的破晓，在这个自我沉思的过程中，诞生的将是智慧创造性的启示，这种启示高于一切元素、力量或是自然法则。智慧，是阐明的理性，智慧引导人走向谦卑，因为谦卑是智慧之大成。智慧能够领悟、改造、治理，按照自己的终极目的应用一切，主宰一切，因为智慧天生就有领导才能。

● 生活中有许多令我们惊奇的事，有许多无坚不摧的力量令我们惊叹。许多人取得了看似不可能的成功，有许多人实现了自己一生渴求的梦想，许多人改变了一切，包括他自身。然而这一切并不神奇，只不过是世界的自然法则而已，如果能合理地运用它，我们也是令人惊奇的对象。

## 心灵训练

lesson eleven

我们所一再强调的就是信念，坚定的信念。“凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信得着的，就必得着。”惟一限制我们的是我们自己思考的能力，适应一切场合、一切情况的能力，要记住信心不是缥缈的影踪，而是确实的存在。想到就能做到，这是我们的口号，也是我们的宣言。



## 重点回顾 >>>

### 1、归纳推理如何解释？

归纳推理是一种客观思维的过程，把很多独立的例证进行相互的比较，然后找出引发它们的共同原因。

### 2、归纳导致了什么样的结果？

发现了人类进步史上划时代的统治法则。

### 3、什么主导并决定人的行为举动？

是需求、期望和渴求；这些在最大程度上促使、引导并决定着人的行为。

### 4、解决一切个人问题的基本的公式是什么？

我们要相信我们所渴求的已经实现；接下来的就是看到它的实现。

### 5、有哪些伟大的传道者支持过信念的观点？

耶稣、柏拉图、斯韦登伯格。

### 6、信念能够产生什么？

我们的想法就像在土地上播种，如果让种子安静地生长，它一定会生根发芽、开花结果。

### 7、为什么从科学的意义上来讲是正确的？

因为它就是自然规律。



8、信念是什么？

“信是所望之事的实底，是未见之事的确据。”

9、引力法则是什么？

引力法则就是让信念成为确据的法则。

10、你认为这项法则的重要性有多大？

它消除了人类生命中变幻莫测、反复无常的成分，代之以规律、理性和确定性。





## 第十二课 集中你的能量，专注你的思考

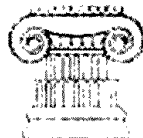
### LESSON TWELVE

知识是死的，没有生命力，它不会应用自己。在没有人的参与下，知识与荒废的土地一样，不起任何作用，也产生不了什么价值。只有人类个体将其付诸应用，知识才能发光，焕发出青春。而应用，就在于用充满生机的目标去浇灌思想之花，使之丰饶。所以，有思想的人是主体，而知识只不过是一个工具。

很多人终日奔波，一生都在忙碌中度过。他们手忙脚乱，身心疲惫，但却没有任何成就。这是因为他们的努力漫无方向，浪费了大量的时间、想法、精力，所做的都是无用功。可是如果他们朝着愿景中的某些特定的目标努力的话，结果就会截然不同，可能会创造出奇迹。这就是专注的作用。

专注是一种至高的境界，心无旁骛地做一件事情。为了做到这一点，你必须集中你的精神能量，定位在某一特定的想法上，排除一切杂念的干扰。如果你曾经观察过摄像机的反光镜，你就会知道假如不对准镜头，物体产生的影像就会模糊不清，而当你调整好焦距，图像就会变得清晰明朗起来。这说明了集中精神所具有的力量。如果你不能把精力集中在你所期待的目标上，你只能得到一个朦胧暧昧、模糊不清的理想轮廓，其结果与你的精神图景相一致。

如果你专注于这些思考，把你的注意力全部投入在上面，这会引发你的另外一些与它们相和谐的想法，你很快就能领会到你所关注的这种思想的深刻意义。专注能提高效率，专注能使目标明确，专注成就非凡。



● 宇宙是无限的，人的思考力是无限的，因而创造力也是无限的。科学地把握思想的创造性力量，生活中的任何目标都可以得到完美的实现。

● 恐惧、焦虑、气馁等消极的情绪具有强大的思想能量，它们总是袭击我们，让我们与渴望的东西渐行渐远，常常使我们进一步、退两步。这种优柔寡断、消极负面的思想，其后果常常表现在物质财富的损失上。而惟一可以让我们避免后退的方法就是不断前进。

● 思考力是人所共有的，这是我们头脑的本能。思想为其客体而生，最终拉近我们与客体之间的距离。

● 理想之所以称为理想是因为它具有稳定性和确定性。理想不是衣服，可以今天一件，明天换一件，后天还要换。如此频繁的更改只会耗散了你的力量，让一切变得混乱不堪、毫无意义，后果必将一无所成。

● 雕塑家得到一块上好的大理石，他想雕一座宙斯的神像，然而还没雕出轮廓，他又想雕一个美女，刚凿几下他又想不如换成植物，如此不停地更改，那结果会怎样呢？他什么也没有雕成，而上好的原料却浪费掉了。

● 你或许会认为金钱和财产是世界上最坚挺的东西，拥有了它就拥有了稳定。然而，金山会在瞬间崩塌，财富也会在一夜间化为乌有。世界上惟一可以指望的，就是对思想创造力的实际运用，虽然思想看不到摸不着，但它确实是最值得依靠的。

● 我们无法改变“无限”的存在，只能通过调整自己的思考力以适应无所不在的宇宙思想。我们所能拥有的、惟一真实的力量，就是调整自己，使之与神圣的永恒原则相协调。这种与全能力量协调合作的能



力，预示着你的未来将会取得怎样的成就。

● 只有当你懂得了这一点，实际应用的方法才会被你掌握。作为回报，你会清楚地认识到你拥有这样的能力。

● 我们常常将一时的冲动、固执、莽撞等错认为是思想的力量，其实这些只是鱼目混珠的赝品，它们或多或少能产生成功的假象，让人迷醉一时，但它们所带来的后果，非但无益，反而有害，甚至会让人迷失了目标。

● 比较于焦虑、恐惧等等一切负面的想法，我们何不以积极向上的信念取代，因为产生的后果也是各从其类；那些抱持消极、悲观想法的人们，最终会收获自己种下的恶果，而乐观的人却在对面盘点他们收获的成功与欢乐。

● 迷信于鬼神的人整日沉醉在毒害作用很深的精神世界的潮流中。他们不明白这是一种让他们变得消极、被动、驯服的力量，这种力量让他们沉迷于这种思想形式中，并且最终将使他们精神耗尽，元气大伤。他们至死也不明白正是他们的信仰消耗了他们的生命。

● 另外还有一些人，他们确实努力地进取，他们也看到了一种力量之源。但是他们却没能坚持到底，一旦意念消退，它的形式也随之而凋零，充斥其中的能量，转瞬间就消失得无影无踪。一句话，他们失之于坚持。

● 意念的感染性极强，如果意图明确，这种意念也会传递出去，影响和带动周围的人，形成一个强有力的团

金山会在瞬间崩塌，财富也会在一夜间化为乌有。世界上惟一可以指望的，就是对思想创造力的实际运用，虽然思想看不到摸不着，但它确实是最值得依靠的。



体，那时就不是一个人孤军奋战了，奔向目标脚步也变得轻快起来。

● 只有愚蠢的人才会想要控制他人的意志，因为要想向他们宣传虚假，首先要先让自己信以为真。这如同催眠术对受催眠者来说和施术者同样起作用，所有这些曲解，都有其暂时性的满足，甚至有一定的迷惑力，施术者将逐渐地丧失他自己的力量，掉进自己挖的陷阱。

● 精神力量永恒存在，而不是过眼烟云，稍纵即逝。它是实际存在的创造性力量，蕴藏着无限的魅力，借助这种力量，我们可以为自己创造新的环境和际遇。它不仅能起到补救的功效，弥补以往错误思想的结果，也能起到预防的作用，保护我们免受种种形态、种种样式的危险的侵害。对精神力量的真正领悟，会随着对它的使用而不断增长，因为精神力量的魅力令人折服。

● 精神与物质相联系，思想与其客体相关联，在精神世界中思考或产生出的东西，在物质世界中都会一一对应地实现。精神是真实的，每一种思想都有与生俱来的“真”的萌芽，因此它在物质世界里有落脚点。

● 爱是一个永恒的基本法则，在万物之中，在一切哲学体系、一切宗教、一切科学中，它都是与生俱来的。一切都离不开爱的法则。它是一种赋予思想以活力的情感。情感就是渴望，而渴望就是爱。在爱中孕育而生的思想，生长规律才能把“善”注入到外部显现中，因为只有善才能赋予永恒的力量，才会所向披靡、战无不胜。爱的法则是一切现象背后的创造性力量，创造了整个世界、整个宇宙，以及想像力能够赋予形态和观念的万事万物。

● 爱的法则十分有力，它能够吸引整个宇宙中的一切，小到一个原子、分子，大到整个世界乃至整个宇宙。



● 我们发现，宇宙精神不仅仅是智慧，也是物质，这种物质是一种吸引力，正是通过这个奇异的引力法则的运行，赋予思想以动态力量、使之与其客体相关联，使世世代代的人类相信，一定有什么人格化的存在，可以对人们的祈求和心愿作出回应，操控着大小事件，以应允人们的需求。

● 思想在爱中孕育而生，思想的力量可以强化爱的法则。思想和爱这两位大力士强强联手就所向无敌了，形成了不可抗拒的力量，这种力量就是引力法则。我们应该知道自己对这个法则的了解还有欠缺，就像在一个数学难题中，我们并不总是能很迅速、很容易地得出正确答案，但是我们没有放弃，我们一直在努力。

● 世界上的任何事物都是先有“神”后有“形”，事物都是先在精神世界或心灵世界中被创造出来，然后才在外在的行为或事件中出现，只有神形兼备才能完整。

● 为什么我们很难接受或认可一种全新理念呢？我们怀疑、抵触是因为我们的大脑中，如果没有脑细胞和一种全新的理念发生共振，人的思想就肯定不会接受这种理念。这就是其中的原因，因为我们的大脑中没有能接收这种信号的细胞。

● 也许，你尚未了解引力法则的全能力量，不了解它如何运行的科学方法，或者，你还不知道无限可能性的大门敞开着，那么，从现在开始吧，创造出需要的脑细胞，让你自己体会到这种无限的力量。只要你与自然法则协调一致，这种力量就会属于你。要把引力法则落实在行动上，而要做到这一点，你必须通过专注心神

精神力量永恒存在，它是实际存在的创造性力量，蕴藏着无限的魅力，借助这种力量，我们可以为自己创造新的环境和际遇。它不仅能起到补救的功效，弥补以往错误思想的结果，也能起到预防的作用，保护我们免受种种危险的侵害。



或集中意念。

● 意图控制着注意力。控制思想力量的简单过程，帮助我们创造了将要发生在我们未来生活中的事件。通过集中意念，深邃的思想、睿智的谈吐和一切至高的潜力都可以淋漓尽致地发挥出来。

● 假如你能和潜意识中无所不能的力量建立密切的联系，那么一切力量都将从这里发展出来，给你无穷的动力。

● 粗心大意的人可能会认为，“寂静”非常简单而且容易实现。然而寂静指的不是外部环境，而是人的内心。渴望智慧、力量或者任何不朽成就的人，都会在内在世界中找到这些。内在世界会不断为你揭示各样的奥秘。但是要记住，只有在绝对寂静的状态下，才能够触摸到神本身，才能领悟到永恒不变的法则。



还是走进那间屋子，坐在椅子上，保持和先前同样的姿势。一定要放松，让心灵和肉体都保持自然的状态，绝对不要在压力下进行任何的精神劳作，神经和肌肉都保持放松的状态，让自己感觉舒适。现在，要意识到自己与全能的力量是和谐一致的，认识到宇宙能力将满足你所有的要求；认识到你与任何人已有的或将有的潜力完全不相上下，因为任何个体都不过是宇宙整体的彰显或表达，全都是整体的组成部分，在种类和性质上并无不同，差异仅仅在于程度不同而已。通过一年时间集中和坚持不懈地练习，你就会为自己打开通往完美的大门。



## 重点回顾 >>>

1、如何完美地实现生活的目标？

通过准确地理解思想的精神实质。

2、绝对必要的三个步骤是什么？

首先，要了解你的力量；第二，要有挑战的勇气；第三，要有去做的信心。

3、如何获取实际而有效的知识？

通过理解自然法则。

4、理解这些自然法则会得到什么样的回报？

理解这些自然法则，就能自觉地意识到自身的能力，以便适时调整我们自身。

5、怎样看待我们的收获或是成功的程度？

看看我们自己是不是认识到这个道理：我们不能改变“无限”，只能与它合作。

6、赋予思想以动态力量的法则是什么？

是引力法则，引力法则建立在爱的法则之上。在爱中孕育而生的思想是战无不胜的。

7、为什么这一法则颠扑不破？



因为它是自然规律。一切的自然规律都是颠扑不破、永不改变的。

8、为什么有时我们会在  
生活中遇见一些棘手  
的问题？

就如同我们做数学题时有时会遇到困难一样。  
做题的人没有经验或是没有学过此类知识。

9、为什么我们的心智无  
法领会一种全新的观  
点？

因为在我们的头脑中没有共振的脑细胞接受相应的信息。

10、如何获取智慧？

通过集中精神；集中精神将为你开启智慧之门，智慧是来源于内在的。





### 第十三课 做有益的精神付出

#### LESSON THIRTEEN

造型别致的悉尼歌剧院，古朴典雅的巴黎圣母院都是由聪明睿智、富有创意的建筑师设计建造的。虽然他们如今不在了，但是他们的作品令后世景仰，他们的名字载入史册。梦想也是伟大的建筑师，甚至更伟大。梦想潜藏在人们的灵魂中，它们透过怀疑的薄雾和纱幕，洞穿未来时间的墙垣。它们是帝国的创始人，他们为之奋战的一切比皇冠更加宝贵，比宝座更加高不可攀。

在美仑美奂的梦想国土，墙垣上绘着梦想家灵魂中的幻影。装甲的车轮、钢筋的履迹，哪怕一颗小小的螺丝钉，都是梦想用来织造神奇挂毯的织梭，一切为梦想所支配。梦想是一种精神作用，它总是先于行动和事件。墙垣崩塌了，帝国倾倒了，大海的潮汐涨落，撕裂着岩石坚硬的壁垒。时光的树干上不断有腐朽的王国枯萎落下，惟有梦想家亲手缔造的一切存留下来，亘古不变。

物理科学带我们走进了这个发明创造的神奇时代，精神科学眼下正在扬帆启航，梦想家一显身手的日子到了，他们可以发挥出全部聪明才智，令世界完美，令精神中形成的图景最终成为我们自己所拥有的现实，使我们生活在梦境一般的现实中。



● 通过对罕见、特殊的事件进行概括，作出对日常事件的解释是科学发展的趋势，也是社会进步的需要。就如同有了指南的磁针，引导着科学的全部发现。

● 地球内部的热能运动引起了火山爆发，闪电揭示了一种常常在改变着无机世界的微妙能量。通过对这些偶然现象进行概括，我们可以得出这样的结论：因为地球内部的热能运动才让地球表面形成了现在的样子，闪电将电能带入我们的生活。

● 考古学家在西伯利亚发现的一颗巨齿，记录着过往岁月的变迁；地质学家在地球深处发现的一块化石，向我们昭示着今天居住在其中的山陵河谷的起源。

● 归纳法是建立在推理和经验基础上的科学方法，它破除了迷信、常规与先例。归纳法像手术刀一样切掉了人们头脑中狭隘的偏见、根深蒂固的理论，比使用最锋利的讽喻更加卓有成效。

● 科技的进步和生活水平的提高，大多归功于归纳法成功地把人们的目光从虚无缥缈的天际之处带回现实世界，通过令人吃惊的实验，而不是强有力地批驳人们的无知；通过把最新有用的发现公布于众，而不是通过对那些我们头脑中固有的理念夸夸其谈。300多年培根勋爵就向世人大力推荐这种归纳法，因为这种方法培养了他发明创造的本领。

● 无论是无垠的文学空间，还是严谨的数学国度，不管是包含内涵广阔的社会学，还是细致入微的细胞学。所有的科学领域里都有归纳法留下的足迹，在新时代所赋予的新的观察手段下这种方法也不会过时，照样行之有效。这就是归纳法的真正本质和范围。

● 脉搏每分钟跳动70下，这种规律是经过归纳和推理得出的。人



的寿命延长了，是因为破坏人类健康的疾病被攻克了；地里的出产增长了，是因为人们摸清了植物的生长规律；外出旅行更加方便快捷了，是因为交通工具更先进了。古人认为无法逾越的大江大河两岸可以沟通了，光明驱走黑暗，人类的视野被大大地拓宽，人们可以放心大胆地潜入大海深处的那些幽深的地球的穴洞里，可以自由地在高高的天空上遨游，现在没有什么事能阻挡我们了。

● 利用一切的手段和资源，细致、耐心、正确地观察个体的事例，是实施归纳法的前提。人类科学的成就是卓越，我们就越是应该对这些例证和教导心领神会，从而得出普遍规律的结论。

● 富兰克林为了探知闪电的原理和电动机上出现火花的原因，他勇敢地在电闪雷鸣的大雨中放风筝；牛顿为了弄清苹果为什么会落在地上而不飞到天上这个问题，他反复地实验和思索。他们都是我们学习的榜样。

● 我们不能只注意自己希望看到的事物，而忽视那些我们不愿意见到的东西。科学这个上层建筑很雄伟，它需要扎根在宽阔稳固的基础上。基于我们对普遍、稳定的进步的期盼，基于我们所认定的真理的价值，我们不允许暴虐的偏见让我们忽视或毁伤那些不受欢迎的事实。因为那些重要性压倒一切的事实，也正是那些日常生活中不易观察到的现象。

● 在这个多元化的社会，充斥着大量的、繁杂的信息。千万不要对此感到迷惑和厌烦，因为大量事实对于解释自然规律来说，意义价值各不相同。通过观察，我们可以收集越来越多的资料，然而再用归纳法对一切事实进行

归纳法是建立在推理和经验基础上的科学方法，它破除了迷信、常规与先例。像手术刀一样切掉了人们头脑中狭隘的偏见、根深蒂固的理论。

利用一切的手段和资源，细致、耐心、正确地观察个体的事例，是实施归纳法的前提。



筛选。

● 我们所生存的星球如此广阔，经常有一些奇怪的、令人无法理解的现象发生。如果我们被吓得退缩，说这些是超自然现象干预的结果，那么这些现象对我们来说就永远是个谜。如果我们利用思想的创造力去探究，就会发现其实所有的异常现象都可以用科学来解释。对自然法则的科学理解会让我们明白，没有任何事情是超自然的现象。

● 因果关系原理在任何情况、任何领域都适用，一切现象的发生都有它们的原因，而这种原因一定是某种固定的法则或原理，不管我们承不承认，其必然是精密准确、始终如一的。

● 为了更容易地发现事物运行的基本规律，我们应该细心思考任何一件引起我们注意的事实。我们会发现，不管是物质的、精神的，还是心灵的，思想的创造力能够解释一切的经历或际遇。

● 在科学的广阔国土上，我们可以随心所欲地探险，没有不允许进入的“禁地”，也没有什么东西是我们不应该知道的。虽然提出新的理念或许会遇到反对，但这种反对声音是不值一提的。哥伦布、达尔文、伽利略、布鲁诺都经历了这样的冷嘲热讽甚至残酷迫害，但是他们的学说和观点最终还是被世人接受认可，奉为真理。

● 思想是精神状态的领导，有什么的思想就会产生与之相适应的精神状态。如果我们对疾病恐惧，疾病就会成为这种念头的必然结果。这种思想形式会使多年的辛苦努力付诸东流，健康就会离我们远去。

● 俗话说境由心生，把意念集中在需要的情境上，就会引发这种情境，再付出适当的努力，就会推动这种情境。最终，有助于我们实现自己梦想的际遇。如果你希望自己成为一个富翁，你就是以此为目标，你就会成为一个真正的富翁。



● 幸福与和谐是所有人的梦想，是我们全人类的梦想，也是每一个人向往追求的。共同的梦想把我们联系在一起。如果我们能够使其他人幸福快乐，我们自己才能感觉到真正的幸福。

● 健康、力量、知己好友、令人开怀的际遇，这是世界送给我们的礼物，把握这个世界所能给予我们的一切，我们就获取了真正的幸福。

● 宇宙精神是最伟大的创造者，是一切物质的起源。我们被赋予了天地万物间最好的一切，只要我们有愿望，有渴求就能实现所有的梦想。

● 一切的实现都来源于实践。如果让一个孩子读很多关于描述狮子的书籍，却不让他接触真正的狮子，那么有一天可能他与狮子走对面也不会躲避的，因为他不知道自己遇到的就是书本上说的可以吃人的野兽。

● 思想是因，境遇是果。因此，只要付出各种有益的思想，如勇气、激情、健康，相应的结果一定会出现。自然法则很公平合理，每个人的收获完全与他的付出成正比。付出不过是一个精神过程，而收获却是实实在在的。

● 思想是精神世界中最活跃、最有创造性的一分子，但是如果不受到有意识的、系统化的、建设性的引导，就不能有任何创造。这就是空想和建设性思想的差距，空想只是蹉跎光阴，浪费精力，而建设性思想它意味着创新和创造，意味着成功。

● 降临到我们身上的一切遭际，都遵循着引力法

思想是精神状态的领导，有什么的思想就会产生与之相适应的精神状态。

只要付出各种有益的思想，如勇气、激情、健康，相应的结果一定会出现。自然法则很公平合理，每个人的收获完全与他的付出成正比。



则。快乐意识相互吸引，却极力排挤不快乐的念头。因此，为了适应新的情形之下新的需求，意识必须发生变化，当意识发生改变的时候，一切情景都会适应变化了的意识而逐步改观。

● 宇宙物质是无所不在、无所不能、无所不知的。通过认知宇宙精神的无限能量和无限智慧，我们可以最好地维护我们的利益。通过这种方式，我们就可以用无限的宇宙精神实现我们的愿望。



我们这一周的功课就是，认识到个体是整体的一部分，在本质和属性上都完全相同，自我是伟大整体的不可分割的组成部分，在实质、种类和性质上，创造者所给与你的与他本身毫无二致，惟一可能存在的差异是程度上的差异。



## 重点回顾 >>>

1、自然哲学家获取知识、应用知识的方法是什么？

仔细、耐心、精确地观察个体的事实，利用手边的全部资源和各种手段，在这些基础上大胆提出普遍法则的论述。

2、我们何以确信这种方法的正确性呢？

不要让偏见统治我们的内心，也不要忽视那些不受欢迎的事实。

3、哪一类的事实需要格外加以重视？

那些无法通过日常生活中的观察做出解释的事实。

4、这种理论的依据是什么？

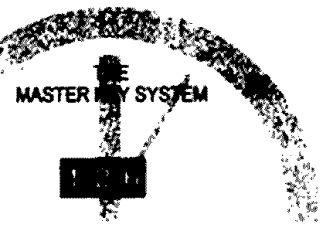
是经验和推理。

5、这种方法论将摧毁什么？

它将摧毁迷信、先例和传统。

6、这些法则是如何发现的？

通过对那些少见的、陌生的、不寻常的事实进行概括总结。





7、我们如何对那些稀奇的、迄今为止无法理解的现象寻求解释呢？

通过思想的创造力。

8、为什么要这样呢？

因为当我们了解一事实的时候，我们可以肯定，它是某个明确原因的结果，而这个原因一定是非常精确地运行的。

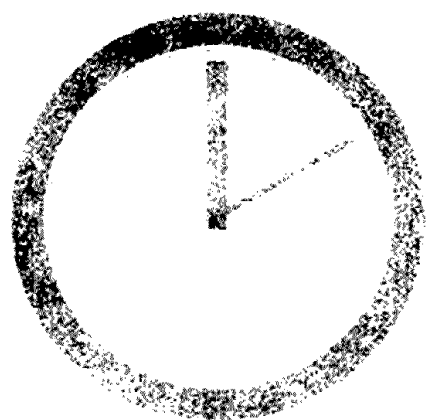
9、这种认知的结果是什么？

可以解释一切可能出现的境况的因由，不管是物质的还是心智的或精神的。

10、我们怎样才能获取最大的利益？

我们要认清这样的事实：对于思想创造性本质的认知将使我们与“无限”的力量建立起联系。





## 第十四课 保护你的思想领地

### LESSON FOURTEEN

至今，从不断的学习过程中我们已逐渐了解，思想本质上是一种高级的精神活动，它使人类本身具备了超乎想像的创造能力，且这种创造力并不仅仅局限于部分的思想，它是全部思想的共同结果。因此，当这个法则被安置在“拒绝、否定”的心理过程之中，也定会给我们带来更多非积极因素的引导或影响。

人的行为与精神的联结要通过两个阶段，即显意识和潜意识。潜意识与显意识之间的关系非常的近似于我们平素所见的风向标与天气的关系。风向标可以简单、准确地表现出大气某时某刻所发生的细微变化。同理，人的潜意识与显意识行为也是这种非常类似的关系。当显意识出现变化时，潜意识也向相同的趋势发展、变化。它们在人的心里感受上所造成的影响会极其相似，无论从影响的深度还是强度来讲皆是如此。

因此，当我们面对那些令人愤懑、沮丧、失望等负面情绪时，会因此而抗拒或否认，这时我们就会把思想中的创造力不知不觉地抽离出来，并从此使它们从我们的思想中消失殆尽，并且创造力也将很难再次被激发或焕发新生。

我们可以相信：人类自身的思维本身绝对地控制着人整体的任何行为。所以，当我们面临令人悲观、失望的情形时，即使我们始终沉浸于此也不会对事物本身做出任何改变。举个例子来说，当一棵大树被连根拔起时也许仍然能保持一段时间的葱绿，但要不了多久就会慢慢枯萎死去。那么，人的思想也是如此，当我们能够真正地从消极的或负面的情绪中把自己解脱出来，我们也必将会慢慢地与这种思想情绪告别。

这与我们司空见惯的处理方式大相径庭，造成的后果也截然不同。我们之中的许多人仍会将自己的注意力持续不断地投入于令其不满的场景或情形当中，然而这种精力的集中使不良的消极情境在我们的思想中得以极大地发挥和漫延，并由此愈发地促进了它们自身能量及活力的消亡。



● 万物皆有因果，宇宙却无边界。宇宙本身是一切运动、光、热、色彩的根源，同时它又是一切事物能够产生最终结果的原因所在，我们可以从宇宙物质中找到一切力量、智慧与才智。

● 我们逐渐熟悉并掌握了这种智慧的思维法则，也就慢慢认识了人类精神本质的规律性，它使我们在认识万事万物即宇宙的同时，也会自发地让自身与这种属性相契合并达到和谐一致。

● 智慧并非只存在于人的大脑中，当人类智慧诉诸于人类行为时，我们即可以领略到人类智慧就像能量和物质一样，无处不在。

● 可能有很多人会问，既如你所言，又如何能证实这一基本原则的正确性呢？为什么我们未曾从现实生活中依靠这样的观念或思维达到自己所希望的诉求或结果？原因很简单。我们想获得的一切结果与我们对这一观念的领会和操作程度息息相关。即我们对此领悟掌握得越全面、越深入，我们越会接近我们所想要达到的理想结果。

● 这一系列有序的法则会顺应着我们心灵对其熟识的程度而不断生根、发芽。它使我们无形中改变了自身与外界的关系，并为我们开辟了一条前无古人、后无来者的通道，这条通道可以引领我们进入崭新的心灵状态并协助我们建立新型的内外互应关系。

● 精神具有超乎寻常的主观能动性。精神以其非凡的创造力蕴含于万物本质中，此种非同一般的创造力来源于一切能量和物质的初始和源泉的宇宙，而我们作为众多个体之一，只是宇宙能量的一条支流。宇宙通过我们来表达自身，也通过我们每一条支流随机地组合来表达自己。个体是宇宙内力存在的表征。

● 科学家将物质分成无限数目的分子；分子又分成原子，原子又



被分成电子。通过在含有熔化的硬金属接线端的高真空玻璃管中对电子的观测，证明电子其实充满了我们生存的整个空间。他们存在于万物之中，万物之中皆是电子，即使是我们所谓的真空地带，我们完全有理由称电子为万物之源的宇宙物质。

人的智慧是无处不在的，人具有超凡的主观能动性。一个期望成功的人，务必要相信这一点，并且要不折不扣地相信！

● 我们知道电子根据“指令”工作，将自我组成为原子或分子。那么这种称其为“指令”的就是我们所谓的“宇宙精神”。电子以能量核为轴心旋转，就构成了原子；原子按照一定的比例组合，就形成了分子，这些分子相互结合，就形成了许多种化合物，这些化合物又构成了整个宇宙。

● 氢原子是我们现在已知的最小的原子，它的重量是电子的1700倍。即使一个水银原子的重量也是电子的30万倍。电子是纯粹的负电荷，它作为宇宙能量与光、热、电能、思想(每秒189,380英里)具有相同的速度，那么电子应该绝对有能力在一切时空中运动、穿梭。

● 丹麦天文学家罗默于1676年通过观察木星的月蚀现象测得光速。随地球接近木星距离远近，木星月蚀的发生会比预计时间提早或推迟八分半钟；罗默因而得出这样的结论：从木星而来的光线需要有17分钟穿越地球轨道半径，这就造成了地球、木星距离的差异。这个结论后来得到了验证，证明光的速度可达每秒186,000英里。

● 电子犹如人体中可以自如运行的细胞，它们可以在人体内缔造无穷的功用。这种接近于完美的精神和智慧使细胞可以完全自由、独立地工作。它们时而也集结成团队协作工作、分工明确。有些细胞忙于建立人体组织，另



一些则从事构造人体所需的各种分泌物的活动。一些负责传递物质，另一些专业精湛地修复创伤；还有一些是血管的清道夫，负责运送垃圾；更重要的是专门有一些细胞的职能是负责防御，在体内阻挡病菌的入侵。

● 细胞能够协同运动与工作，并且工作的目标一致。每个细胞都具备着足够应付其本职工作的能力与智慧。这使其不仅能够保质、保量地完成使命并且其自身还能够同时保存能量、延续生命。它们通过惊人的自我调节、吸收能量获得充足的养分，甚至对所有的养分进行严格筛选，然后备己所需。

● 生物本身能够维持生命与健康的基础正是在于这些细胞的新陈代谢。一切生物的细胞都必须历经产生、繁殖、死亡、被分解的必然阶段。

● 也许我们会有人了解超验疗法，它实质上所依存的基础即是人体内的内在精神的自我转化和调节性。身体内的每一个原子中都蕴含着一种精神；它是负极的，而人类自身通过思考的能量即可以将其改变为正极。这种转变也就很清楚地解答了人怎样战胜相类似的负极因素或负极精神。

● 极具隐蔽性的负极精神，蕴含在身体的每一个细胞之内，它被称做潜意识精神。负极精神的一切动向皆不为显意识所显现，它只能够对显意识的状态做出反应或回馈。

● 人的思想可以决定人的一生，人终生的写照即是人思想在生命过程中的映射。如同自然科学领域的实验一样，精神领域的实验也从未停止，实验的每个结论都能使人类在自身的认识能力上更上一个新台阶。人的思想会在无形中改变和重塑着他的外貌、形体、性格，甚至际遇、机缘。



● 太多的证据证明，“因”、“果”自有对应。因果关系的起源受益于创造原理。什么样的“因”即会对应产生什么样的“果”。如今，这样的结论已被众多人所接受和相信。

● 客观世界为太多迄今尚不能做出解释的能量所掌控。人类根据自身的认知能力，将这种超然能量长期归结为上帝或神的意使。现在，通过对精神本质或原理的理解与认识，我们可以将此种力量简而言之解释成无限或普遍的宇宙精神。

● 宇宙精神无限而全能，它拥有着用之不竭的能量。它的全能使它可以无处不在。那么我们由此不禁要自问：我们自身是否即是宇宙精神的表达或彰显？答案是肯定的。

● 那么潜意识在人类自身中的能动作用如此近似于宇宙的精神力量，它们之间所存在着的惟一差异，只在于程度的不同。它们的种类和性质也完全相同，惟一的差异只是程度的差异，犹如滴水之于海洋。

● 对这个智慧的领悟以及它在我们生活中所散发出的迷人光芒，会犹如得到全知全能者的庇护。潜意识与宇宙力量的这种无限结合可以创造出无限的活动能力。宇宙精神通过潜意识与显意识进行联络和沟通，显意识可以有意识地去引领或影响思想，而潜意识可以左右思想对于行为的操控。

● 当我们以科学的态度与眼光深刻理解了 this 原理，就可以简单而明确地解释生活中我们常常用到的人类

人的思想可以决定人的一生。一个不敢想的人，永远无法得到他所希望的结果。在这一点上，因果关系起着永恒的作用。

负面的思想对人的一生都会有不良的影响，我们必须坚定不移地驱除它，让坚定、晴朗、热诚、必胜……这些积极的信念占据自己的心灵。



祈祷。当我们在内心向上帝进行祷告和祈望时，虽然内心希望通过全能的上帝来以超自然的能力帮助我们，而事实上真正的恩惠者却是自然法则本身。它的完美运行使我们有如得到上天的眷顾。因此，这种行为的结果实质上并不真正的依赖于宗教或者其他神秘而未知的事物。

● 尽管大多数人都已经知晓，错误的思维必将为我们带来错误或失败的结果，但仍有太多人不愿意去尝试用正确的方式去拓展自己的思维，进行更有效而合理的训练。

● 我们同时又必须注意到的是，负面的思想一旦形成便不可能在短时间内消除，负面的环境和思想对我们一生会有不良的影响。因此，我们的思想必须清晰、明确、坚定、踏实，并在确定后不轻易做出改变。

● 当我们了解了这种思维的巨大作用，并且希望通过有效的训练使我们的人生发生改变，就必须排除杂念与其他任何不良的干扰，目的明确，目标专一、反复地认真思考这个决定。



通过这种自发的训练会使我们获得思想的更新转变，慢慢的我们就将从这种转变中体会到从心态到生活的全面更新，它使我们获得的将不仅仅是物质财富，更多的是对于整个身心健康的积极作用。心态平和后，生活、工作也会变得更加顺利。

内心的平静与和谐会使人生境遇也变得更加顺达。

生活中所显现的客观世界会是我们内心世界的反映。

对于“和谐”的专注，意味着排除一切杂念的完全地、彻底地专注。即除了“和谐”本身这一命题外，不要再在你的思维中增加任何额外的负担或课题。以诚恳、信服的心态去领会“和谐”的内在精神。真正的人生改变蕴含于你不断付出的努力实践之中，在学习中锻炼，在锻炼中体会，仅仅对于这些理论的理解与阅读并不能帮助你使生活发生天翻地覆的转变。



## 重点回顾 >>>

1、一切才智、力量与智慧从何而来？

是宇宙精神。

2、所有的运动、光、热、色彩来源于哪里？

在体现宇宙精神的宇宙能量中。

3、思想的精灵——创造力来源于哪里？

源自宇宙精神。

4、宇宙在形式上是如何分化的？

宇宙通过个体进行无限次可能的组合，这些组合又转化成完全不同各种现象。

5、这种无限次的组合所带来的完全不同的结果是如何实现的？

个体通过自身的思考的能力使它能够作用于宇宙并使宇宙精神彰显出来。

6、科学观察表明，什么是宇宙的最初形态？

是充斥着宇宙每一处的原子。



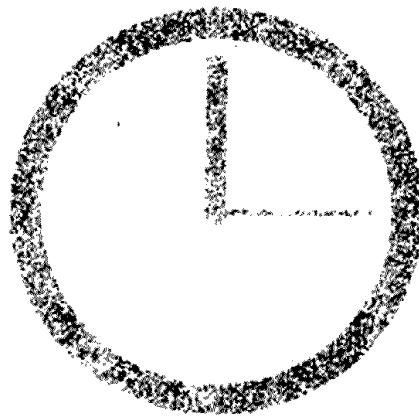
7、思维方式的改变会带来什么？

整个人生境况与机遇的变化。

8、和谐的心态会为我们带来什么？

和谐的心态会使生活更加和谐完美。





## 第十五课 成为有足够智慧的人

LESSON FIFTEEN

自然是最有力的主宰，一切生命都要受它的支配。如果能适应自然法则，就能存活下来并实现进化和发展；如果违背它就会受到惩罚，不是苟延残喘，就是走向灭亡。

不管是出于本能还是理性，趋利避害是所有生物都会遵循的自然法则。即便是最低等的生命也懂得利用这种法则。

把一盆生长着的植物放入房间，放在一个关闭的窗子前面，植物上生有许多无翼的蚜虫。如果让这棵植物枯萎，这些小生灵发现它们赖以繁殖的植物已经死亡，它们从这株植物上再也无法获得任何食物和养料。为了适应改变了的环境，无翼蚜虫就会变成有翅的昆虫。它们逃离饥饿、拯救自己的惟一办法，就是长出临时性的翅膀，然后飞走，而它们就这样做了。变形后，它们离开这株植物，飞向窗口，沿着玻璃向上爬去，找到缝隙逃生。

我们经历的一切境遇和景况都是为了造就我们，我们付出多大的努力，就会获得多大的力量。自然法则的影响无处不在，它用具有魔力的手指引导着它的拥护者，如果我们能够自觉地与自然法则合作，就会获得最大的幸福和快乐。即便是最小的生命，也能够紧急关头利用这种力量。



● 各种法则布下了天罗地网，任何人都也无法逃脱它们的作用。

● 所有伟大而永恒的法则，是为了我们的利益而被设计出来的，都在庄严的寂静中发挥作用。而我们所能做到的，就是让自己与它们保持和谐一致，就可以享受自然的馈赠。

● 我们每个人都是一个完美的思想实体，这种完美要求我们先给予后索取。而一切困难、混乱、障碍的产生都是因为我们违反了这一规律，要么是不愿将自己多余之物施予他人，要么是拒绝承认我们自己所需要的是什么。

● 生长是新陈代谢的过程。生长是有条件的互惠行为，将根须交叉，分享彼此的养料和水分，这样的能力决定着我们实现和谐幸福的程度，可以表达出相对祥和而快乐的生命。

● 把眼光只盯着我们已经拥有的，就不可能看到我们所缺失的。只有把眼光放开，认识到我们的目标应该是我们需要而缺少的，就能够有意识地控制我们的外部环境，并从每一次经历中汲取我们进一步生长所需要的养分。

● 攫取我们生长所需养分的能力，会随着我们境界的提升和视野的开阔而逐步增强。随着这种能力的增强，我们就能够识别和吸收我们需要的一切养分，满足我们生长所需。

● 所有的境遇和经历都是自然有意安排给我们的，对于我们都是有利的。无论是运气和优势，还是困难和障碍，都能让我们从中受益。

● 付出和收获永远都成正比，我们为战胜困难而付出多大的努



力，就会从中获取多大的永恒力量。不劳而获和劳而无获是不可能发生的。

● 生命生长的不可动摇的需求，要求我们尽最大的努力，去吸引那些与我们自身完美一致的东西。通过领悟自然法则并有意识地与之合作，我们才能获取最大程度的幸福。

放开眼光，意识到自己的目标和需求，就能按照自己的意愿控制环境。

● 爱有血有肉，是情感的产物，只有在爱中诞生的思想，才能充满生命的活力。爱赋予思想以生命力，爱使思想能够发芽生长，为思想的成熟、结果带来必要的养料。

● 思想经由语言彰显出来，话语承载思想，就像大海承载轮船一般。水能载舟亦能覆舟，话语是思想的表现形式，我们的言谈也必须特别谨慎。我们的心灵就像一部照相机，而运用语言就好比是按动快门。当我们不假思索地按动快门，出言不慎，说一些与我们的福祉相违背的话语时，那种错误概念的影像也就被记录在心灵的底片上，抹不去了。

● 语言能悦人耳目，能包罗一切的知识。我们今天拥有的这些文字，是宇宙思想成形于人类心灵之中并寻求表达的综合记录。从语言中我们能够找寻到过往的历史，也看得到未来的希望。通过使用书面语言，人类可以回首过去的若干个世纪，与历代最伟大的作家和思想家交谈；回首那些令人激动的场面，看看自己如何得到了今日的一切。语言是充满活力的信使，一切人类和超人类的行为都由此而生。



● 思想是无形的，必须靠语言来表达。如果我们要运用更高层面的真理，那么我们说话的时候也要按照这个目标，审慎、智慧地选取得体的言辞。我们的思想越清晰、品位越高，我们所运用的语言图像越是清晰明确，属于低级思想的错误概念渐渐地被摒弃，我们的生命彰显得也就越多。以言语形式组织思想的神奇能力，是区分人与动物的重要界限。

● 无论是什么样的行为，都是靠思想引导的。如果我们想要得到合意的情境，我们应当首先怀有合适的想法才对。如果我们希望生活富足，我们首先要想到富足的生活。先要在思想上富足起来，生活才能跟着走进小康。

● 语言是一种思想形式，一句话就是一个思想形式的综合体。理想之殿终是由言词堆砌而成，言词可以成为不朽的精神殿堂，也可以成为经不住风吹的陋室。词句修筑的精炼准确是一切文明、至高无上的建筑形式，也是一切成功的通行证。

● 言词的动人之处，在于思想的美丽。言词的力量在于思想的力量，而思想的力量在思想的生命之中。语言就是思想，因此也是一种无影无形、战无不胜的力量。它们被赋予怎样的形式，最终也会客观存在中怎样实现。如果希望我们的理想应该是美好而强大的，我们就必须认识到，要炼净我们的语言，出言三思。

● 检验真理的标准是永恒存在的，但错误却没有运算法则。真话是讲原则的，谎言却可天马行空。光线就必须走直线，黑暗可不讲道理。那么什么是有生命力的思想呢？它有什么与众不同的特征呢？这其中一定有规律可循。

● 如果我们正确地运用数学定理，我们就可以确知运算结果；凡是健康存在的地方，就没有任何疾病；如果我们知道什么是真理，我们



就不会受到谬误的欺蒙，因为真理与谬误势不两立，不能共存。

● 凡是有理可循的思想都是有生命的，因此它能够扎根、生长，最终必然会挤兑掉那些负面的想法。凡是谬误的思想都是无根之草，是不能够长久生存的，这个事实可以帮助我们摧毁一切的混乱、匮乏、局限。

有舍才有得。一味地索取，而不知付出，只会遭人厌弃。这也就阻挡了你的发展之途。

● 毫无疑问，那些“有足够智慧去领悟”的人，将很快认识到：思想的创造力把一件所向无敌的武器放在了他的手上，让他成为命运的主人。

● 自然界要平衡，它遵循着能量守恒定律，在任何地方出现了多少能量，则意味着在其他地方消失了多少能量，这让我们懂得，我们有舍才能有得，一味地索取而拒绝付出就会打乱自然界的平衡。

● 潜意识是不具备推理能力的，它听从我们的吩咐；我们自己制造了工具，我们自己构想了蓝图，潜意识会把我们构想的蓝图付诸实现。如果我们决定做一件事情，我们就要做好为这个举动及其一切影响负责任的准备。

● 洞察力是一种心灵的能力，它是专属于人类的望远镜，凭借它我们能从长远的角度考虑问题、观察形势。洞察力能使我们在一件事情中认识困难，也把握机遇。

● 洞察力使我们做好了迎战障碍的准备。洞察力使我们权衡利弊，妥善规划。在这些障碍还没有化成足以阻挡我们的困难之前，我们就已经跨越了它们。



● 洞察力把我们的思想和注意力引向正确的方向，让它们不至于堕入没有回报的歧途。我们应该锻炼自己的洞察力，让自己的思想中没有物质的、精神的或是心灵的细菌来感染我们的生活。



洞察力是内在世界的产物，可以在“寂静”中通过集中意念的方式来开发你的洞察力。我们这周的练习是，关注洞察力。还在原来的位置上，思考下面的问题：认识到了思想的创造力并不意味着掌握了思维的艺术。让思想停留在这样的起点上：知识本身并不会运用自己。我们的行动并非取决于知识，而是取决于积习、流俗和先例。我们惟一可以让自己运用知识的方法是：下定决心，有意识地努力。回想这样的事实：不用的知识会从大脑里溜走，信息的价值在于对原理的应用。沿着这条思想的路线走下去，直到你的洞察力足以使你针对自己的特定问题、运用这个原理制订出明确的方案。对于一切伟大成就而言，洞察力诚然不可或缺；而借助洞察力的帮助，我们能够进入、探索并占有一切精神高地。



## 重点回顾 >>>

1、是什么决定了我们所能达到的和谐程度？

从每次经历中攫取我们生长所需的养分的能力，决定了我们所能达到的和谐程度。

2、困难和障碍说明了什么？

说明我们智慧和精神的成长需要它们。

3、如何避免这些困难？

这需要有意识地去理解、掌握并运用自然法则。

4、思想在形式上彰显自身遵循什么原则？

遵循引力法则。

5、思想的生长、发展、成熟需要哪些原材料？

爱的法则是宇宙的创造性原理，它赋予思想以活力。引力法则借助生长规律提供思想成长的必需品。

6、如何获得令人满意的境况？

只能通过抱持令人满意的念头来获得令人满意的境况。

7、不理想的境况是如何



发生的呢？

通过思想、谈论和观察一切匮乏、局限、疾患、混乱、嘈杂等境况。这种对于错误观念的精神摄影会被潜意识吸收，引力法则不可避免地在客观现实中成形。“种瓜得瓜、种豆得豆”从科学上讲是绝对准确的。

8、我们如何战胜各种形式的恐惧、匮乏、局限、贫穷和混乱？

用法则取代谬误。

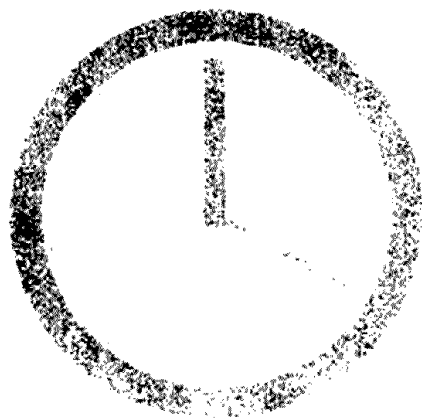
9、我们如何认知法则？

我们应该有意识地认识这样的事实，即真理总会战胜谬误。我们无需费力地铲除黑暗，我们只要开灯就行了。对一切负面的想法，也是如此。

10、“领悟”的价值是什么？

是让我们明白知识的价值在于运用。许多人认为知识会运用自己，这种想法大错特错。





## 第十六课 心灵印记和精神图景

LESSON SIXTEEN

周期性是生命的第一属性，但凡有生命的物质，都有诞生、成长、发展和衰亡的周期。无论愿意与否，都要按照这个周期运行，只不过有的周期长，有的周期短罢了。在这里我们主要谈论成长，因为成长在生命周期中至关重要，成长就意味着增强和提高。

生命意味着成长，而成长就意味着改变。根据生命的阶段性特点，我们把7年定为一个循环，每一个7年对我们而言都意味着一个新的阶段。

懵懂无知的幼年期是人生的第一个7年，接下来的第二个7年是儿童期，儿童期意味着个体责任感的开端。下一个7年是青春期，第四个7年中将达到生命完全的成熟。第五个7年是建设期，在这个阶段中，人们开始获取财富、成就、住宅和家庭。从35岁到42岁的一个7年是反应和行动的阶段，这个阶段后是一个重组、调整和恢复的阶段，然后，从50岁起，就开始了人生下一个七七循环。

这样的循环成就了生命的周期，凡是熟悉这个循环圈的人，不会因为遇事不顺而沮丧，而是学会应用课程中阐述的原理，充分认知在一切法则之上有一个最高的法则，并通过对于精神法则的理解和自觉的应用，把每一个表面上的困难转化为祝福，把不利变为有利，把劣势转为优势。



● 对于财富，可以有多种解释，基本内容是一致的。财富包括一切具有交换价值、对人有用、令人愉悦的物品。财富的支配属性，正在于它的交换价值。

● 财富的交换价值在于它是一种媒介，它使我们能够在实现理想的过程中获得有真正价值的东西。财富给它的拥有者带来的，不过是小小的快乐，它的真正价值体现在它的交换价值中，而不是在它的实用性上。不进行交换，财富就没有什么价值。

● 我们常说勤劳致富，可见劳动是因，财富是果，财富是劳动的产物。资产是果，不是因。

● 财富是手段，不是目的。永远不要把财富看做一个终点，而应该把它看成是一条达到终点的途径。财富不是主人，而是仆人，让财富成为自己的主宰，自己服务于财富的做法是本末倒置。

● 财富不是判断一个人成功与否的标准，决定一个人真正成功的是要有比积聚财富更为高远的理想。远大的理想要比任何财富都更有价值。

● 如果想让自己成为成功的人，首先应该树立一个让自己为之奋斗的理想。确定了目的地才知道该朝哪个方向走，当心中有了这样一个理想，你就能找到实现理想的途径和方法，但一定不能错把方法当成目的，错把途径当做终点。

● “成功的人也是那些有着最高的精神领悟的人，一切巨大的财富都来源于这种超然而又真实的精神能量。”这是普仁提斯·马福尔德留给我们的名言。但很不幸，有很多人认识这种能量，因为他们没有一个具体的、固定的目标，没有理想，他们浑身是劲却不知该往哪使。



● 哈里曼的父亲是一个穷职员，年薪只有200美元；安德鲁·卡耐基全家刚刚来到美国时，他的母亲不得不去帮人做事来养活一家人；富可敌国的托马斯·利普顿勋爵从25美分起家。这些人没有什么财富权势可以指望，但这并没有成为阻挡他们成功的障碍。

财富不是判断一个人成功与否的标准，决定一个人真正成功的，是要有比积聚财富更为高远的理想。

● 亿万富翁、石油大亨亨利·M·弗莱格勒通过将精神力量理想化、视觉化、具体化而取得成功。他不厌其烦地向自己描述事物整体的图景，做到闭上眼睛，就看见轨道，看到火车在轨道上飞驰，听到汽笛呜呜的轰鸣声，这就是成功的秘诀。

● 思想必然领先于行动并且指导着行动，不经过脑子只是莽撞行事，不会有好的结果。任何境遇自有其成因，任何经历都不过是一种结果；因果循环，和谐有序，社会也因此沿着正确的轨道运行。

● 创造力完全来自于心灵的能量，每个大企业的首脑全都是依靠这种能量。成功的商人常常也是理想主义者，他们不断地朝着越来越高的标准迈进。运用精神能量的理想化、视觉化、集中意念，生活正是一点一滴的思想在我们每日的心境中不断地结晶。

● 思想具有可塑性，像我们童年时玩的橡皮泥，我们可以用它构筑生命成长概念的图景。使用，决定着它的存在，使用才能使有价值的事物发挥作用。不管你想要做成什么事情，对这件事情的认识和恰当运用都是必要条件。

● 不劳而获的财富不过是匆匆的过客，不过是灾难



和羞辱的开始。因为，如果我们不配得到，或者这些财富不是我们努力所得，那我们也无法永久占有这些财富，只有通过自己努力得来的财富才是真实的。

● 引力法则规定，我们在外在世界中的种种际遇，都与我们的内在世界相对应。我们该怎样决定应该让哪些事物进入我们的内在世界呢？无论是通过感官还是通过客观意识，进入我们心灵的一切，都会在我们的心灵上打下印记，形成精神图景，而精神图景正是创造性能量的生产模式。这些经历大部分是外在环境、际遇、过往的思虑，甚至是其他负面思想的结果，因此在进入我们的心灵之前必须经过仔细的分析验证。

● 在引力法则面前我们并不是无所作为，我们可以自主地创造精神图景，通过我们内在的思维过程，而无须顾虑其他，诸如外部环境、种种际遇等等。通过运用这种力量，我们必将掌握自己的命运、身体、精神和心灵。是的，命运掌握在自己手上。

● 如果我们有意识地实现某种境遇，这种境遇最终会在我们生活中发生。我们可以把命运紧紧地掌握在自己的手中，并且有意识地为自己创造出我们渴望得到的阅历。

● 归根到底，思想是生命的原动力，把握思想就是把握环境、际遇，就是创造条件、掌握命运。

● 思想的结果取决于它的形态、性质和生命力，这三者共同作用决定了思想的性质。思想的形态取决于产生这种思想的精神图景；精神图景取决于心灵印记的深度、观念的决定性优势、视觉化的清晰度，以及这幅图景的胆识与魄力；思想的性质取决于它的组成部分，也就是心灵的成份。如果心灵的成份是勇气、胆识、力量、意志，那么它所编织的思想也是如此；思想的生命力取决于思想孕育时刻的感受。如果思想



是建设性的，就必将充满活力、充满生命，它能够生长、发展、壮大，它会为自己的全部成长汲取所需的一切。

● 我们把思想分化为形态的能力，就是我们彰显“善”和“恶”的能力。如果我们的思想是建设性的、和谐的，我们就彰显“善”；反之，如果我们的思想是破坏性的、不和谐的，我们就彰显“恶”。

命运是要靠我们自己去把握的。成功是靠自己努力拼搏得来的，同样失败也是咎由自取招致的。

● “善”和“恶”都没有固定的形态，都不是实体，它们不过是用来描述我们行动结果的词语而已，而我们的行动又受到我们思想性质的决定。

● 破坏性的思想是一把双刃剑，在伤害对方的同时也割伤了自己。破坏性思想自身之内就含有使自己分化瓦解的毒菌；这个思想将会消亡，而在这消亡的过程中，它会给我们带来疾病、患难以及其他形式的不和谐。

● 成功是靠自己努力拼搏得来的，同样失败也是咎由自取招致的。有些人倾向于把这一切的困厄都归因于超自然的神灵，但这所谓的超自然的神灵不过是处于平衡状态的“心智”而已。

● 也许我们不知道视觉化的力量是如何控制我们的环境、命运、性格、能力和成就的，但这绝对是科学的事实。不要去想人、地、事，这些东西都不是绝对的。你渴望的境遇本身蕴含着一切所需，合适的人和合适的事，自会在合适的时间和合适的地点出现。

● 思想和心灵状态符合哲学规律，是既对立又统一的。我们的思想决定着我们的心灵状态，而反过来我们的



精神状态又决定着我们的能力和心智能量。

● 视觉化的图景是一种想像的形式；这种思维的过程形成了心灵中的印记，这些印记又形成了观念和理想，这些观念和理想又形成了计划，伟大的计划。在心灵中绘制一幅成功的画面吧，有意识地视觉化你的愿望；在心中抱持一个理想，直到你心中的幻影变得清晰起来。如果我们忠实于我们的理想图景的话，就要推动着成功前进的步伐，通过科学的手段实现它。

● 随着我们能力的提高，自然会带给我们各种成就和收获，也使我们能更好地控制我们的环境。如果我们想要显现一个完全不同的环境，就要视觉化我们的愿望，使理想清晰可见。

● 我们的眼睛更倾向于有具体形态的东西，所以我们只能看到客观世界中的存在，却不能看到精神世界中已然存在的视觉化的图景，而这图景却正是一个重要的标志，预示着将要在我们的客观世界中出现的事物。

● 自然法则的运行是完美、和谐的，一切看起来“不过是发生了”而已。如果你需要证据，那么就回想一下你自己生命中的种种奋斗努力吧，当你的行动朝着一个高尚的方向努力的时候是怎样，当你怀着自私自利的动机之时又如何，两者的差异不言而喻。

● 人类只有一种官能，就是感受的官能，其他官能都是感受的变体。感受是一切能量的源泉，情感可以轻易战胜理智，我们的思想中不能没有感受的存在，思想和感受是密不可分的整体。

● 视觉化是一个行之有效、妙不可言的方法，但是它必须受到意愿的引导，我们绝对不能任由想像力毫无节制地放纵。想像力是一个糟糕的主人，但却是一个称职的仆人，除非受到很好的控制，否则它就会



使我们陷入五花八门的空想和各种不切实际的结论中。如果不加以分析检验，我们的心灵就很容易接受各种似是而非的主意，结果导致精神的混乱。

● 任何的理念都要经过透彻的分析，一切并非科学准确的东西一概加以摒弃。如果你这样做，你就不会浪费精力在一些无谓的事情上，而是非常有把握地做每一件事，成功将为你的奋斗加冕。这就是商人所说的“远见卓识”，这与洞察力基本相似，是一切事业获取成功的奥秘之一。

● 我们必须构筑并且只能构筑一种科学性的正确的精神图景，伟大的心灵建筑师正是通过这些精神图景来筑造我们的未来。

视觉化的图景是一种想像的形式；这种思维的过程形成了心灵中的印记，这些印记又形成了观念和理想，这些观念和理想又形成了计划，伟大的计划。

如果我们想要显现一个完全不同的环境，就要视觉化我们的愿望，使理想清晰可见。





我们这周的练习是让自己认识到这样一个重要的问题：和谐和幸福是一种精神状态，并不取决于物质的占有。一切要用心去营造，收获的结果取决于良好的心态。生活拮据内心富有的人要比拥有财富而内心贫穷的人幸福得多。

如果我们想要获得物质上的富有，我们首先应该关注，如何保持能够给我们带来理想结果的良好心态。要想拥有这种心态，需要我们认知精神本质，并领悟到我们与宇宙精神的合一。这种领悟能够为我们带来可以使我们获得满足的一切。这是一种科学的、正确的思维方式。当我们成功地达到了这种精神状态，那么一切愿望的实现就如已经发生的事实一般，相对容易得多了。当我们做到这些，就会发现“真理”使我们得以“自由”，使我们免于一切匮乏和局限的困扰。



## 重点回顾 >>>

1、获取财富的基础是什么？

是通过对思想的创造性本质的理解。

2、财富真正的价值何在？

在于财富的交换价值。

3、成功取决于什么？

取决于精神力量。

4、精神力量取决于什么？

取决于运用；运用决定了它的存在。

5、我们如何在一切变幻中把握我们的命运？

如果我们希望生活之中出现怎样的情境，我们就要有意识地实现它。

6、生命中最重要的一件事是什么？

是思想。

7、一切邪恶之源在于何处？

在于破坏性的思想。

8、一切真善美的源头在于何处？

在于科学的、正确的思想。





## 第十七课 渴望中诞生希望

### LESSON SEVENTEEN

在美术课上，教师要求同学们画出上帝的形象。作业收上来后，每个同学画得都不错，但有一幅画却令老师大为吃惊。这是一个黑人孩子的作品，他将上帝画得和自己一样：黑黑的皮肤，卷曲的头发，一个黑人上帝。而其他孩子画的上帝都是金发碧眼，就和我们平常见到的画像上的一样。

谁也不能说这个黑人孩子画得不好，亵渎了上帝，因为每个人的心中都有一个神，并且自觉或不自觉地崇拜心中的“神”，这反映出了人的心智状况。

问一个印度人什么是神，他会向你描述一位显赫部落的神武酋长。火君、河伯以及诸如此类则是异教心中的神。

有人会说，我不信神，我没有宗教信仰，你的那套理论不适合我，其实不然。我们为自己雕刻了“财富”、“权力”、“时尚”、“习俗”、“传统”等等的偶像。我们“拜倒”在它们面前，崇拜它们。我们把全部意念集中在它们身上，而它们也因此在我们的生命中得以具体化。

所谓“蛮族”的人们为自己的神“雕刻偶像”，然后向它屈身跪拜，对于他们中少数有智慧的人来说，他们不过是把些偶像当做一个精神支点，一个可视化的外在形象，用来寄托自己的灵魂。但是如果你明白了因果相循，明白表象不过是本质的外在表现，就不会错把表象当成现实，你将关注一切的“因”，而不会只在乎“果”。因为只有了解原因，才能得到你想要的结果。



● 最高级的行为模式在本质和属性上都处于更高的地位，因此必然决定着一切环境、面貌以及与之联系的万事万物。人类可以“支配万物”的支配权是建立在精神基础上的。思想是一种活动，它掌管着其属下的一切行为模式。

● 我们靠口、眼、鼻、耳去感知这个世界，我们习惯于透过五官的镜头去看待宇宙，我们的人、神观念也正是源于这些经验，但真正的观念只有通过精神洞察力才能获得。这种洞察力需要有精神振动的加速，并且只有朝一个固定的方向全力、持久地集中精神意念，才能够获得这种洞察力。精神力量的振动是最纯粹的，因而也是现有力量中最强大的。

● 学习科学需要成年累月精神集中，并要掌握其中的原理，伟大的发现都是持久观察的结果。持续的意念集中意味着思想不间断的、平衡连贯的流动，需要在一个持久、有序、稳固、坚韧的体系下才能完成。

● 一个好的演员能取得成功的关键是他能在扮演角色的过程中忘却自己的身份，而让自己与所扮演的角色完全等同起来，并用真实的表演来打动观众的心。似乎有一种看法，认为集中意念需要的是努力去做什么，但这却是误解，事实正好相反。

● 完全沉浸在你的思想中，沉迷于你所关注的主题，以至于忘却其他一切的不相关的事情。如此集中意念会引发直觉的感知，以及直接的洞察力，让你能看透你所关注的客体的本质，揭示其中的奥秘。

● 我们的心灵就像一块磁铁，而求知的渴望就是不可抗拒的磁力，吸引住知识和智慧，并让它们为我所用，一切知识都是这样集中意念的结果。



● 渴望大多是潜意识的。潜意识的渴望能够激发心灵的能力，使困难的问题迎刃而解。渴望，加上意念的集中，有助于我们了解自然界的一切秘密。

● 意念的集中能够激发潜意识的理念，并引导它行动的方向，驱使它实现我们的意图。集中意念的实践，包括对物质、精神和身体的控制。仅凭一时的热情没有任何价值，想要实现目标，必须有极大的自信才成。

● 自然界中所有的一切，不管是物质的、精神的还是身体的，一切意识模式都必须在我们的掌握之中。因此，控制因素在于精神原则；精神原则能够使你摆脱有限的成就，使你能够达到把思想模式转化为性格和意识的境界。

● 在拥有“分外之物”之前，必须有可以容纳这些“分外之物”的“领地”。集中意念的重点不是考虑某些想法，而是指把这些想法转变为实用价值。

● 理想和现实有时会有很大的差距，心灵想要展翅翱翔，很可能还没有等它高飞，就跌落在平地。精神可能会把理想定得过高，却发现心有余而力不足。但是这一切，都不能成为我们不再进行下一次尝试的理由，如果没有取得成功就说明我们付出的努力还不够。

● 软弱可能是出于肉体的局限或是精神的不确定状态，软弱是精神成就的惟一障碍。重新尝试一下吧，不断的重复终会让你获得游刃有余的完美感觉。

● 人们把精力集中在生活问题上，我们才有了今日

渴望是成就一切伟大事业的前提，忘我则是成就一切伟大事业的内在力量。拥有了渴望和忘我的精神力量，一个人也就无敌于天下。



庞大而复杂的社会结构，一切事物都是如此。地质学家把注意力集中在地下底层的构造上，我们就有了地质学；天文学家把注意力集中在星体之中，发现了天体的奥秘。

● 渴望是一种最为强大的行为模式。一切精神发现和精神成就都是热切的渴望加上意念的集中所致，渴望越是热切持久，得到的发现就越是明白无误。

● 在实现伟大思想的过程中，在经历与这些伟大思想相吻合的伟大情感的过程中，心灵处于这样一种状态，它能够欣赏更高事物的价值。

● 意念的集中能打开疑惑、软弱、无力、自卑的镣铐，让你品尝到征服的乐趣。在一段时间内高度集中意念，加上对实现与获取的长久渴望，可能会比成年累月的被动、缓慢、常规的努力更加有效。

● 渴望是一种先决性的力量，一切商业关系都是理想的客观化。商业课程非常重视意念的集中，鼓励性格中果断的一面。商业活动开发实践中的洞察力，以及迅速作出结论的能力。每一宗商业活动，其中的精神因素都是占主导地位的成份。商业行为中可以培养很多坚定的、重要的美德。心灵在商业活动中稳固、定向地成长；精神活动的效率不断增强。

● 最重要的是心灵的成长，坚持不懈的精神努力，有助于开发你的独创性和进取精神，这使得精神不会受到无缘无故的干扰和本能冲动的左右。心灵的成长是自我从低层向高层迈进过程中的胜利。

● 发电机威力无比，但是如果没有被启动，就什么力量也发挥不出来。我们的心灵就是身体发电机的开关，只有心灵才能使身体运转，使它产生效力，使它产生的能量明确有效地集中。心灵是引擎，它的能量为前人所不敢想像。



● 如果你把意念集中在一些重要的事情上面，直觉的力量就开始运作了，它会帮助你获得引导你走向成功的讯息。集中意念只不过是意识的聚焦达到了与关注对象合而为一的程度而已。正如身体维持生命需要摄入食物一样，精神也需要摄入它所关注的客体，使它获得生命与存在的本质，没有任何神秘可言。

● 人类的直觉仿佛是冥冥中神的指引，直觉不需要凭借经验或是记忆就可以获得答案。利用直觉来解决问题通常超越了理性能力的范畴。直觉常常不期而至，令你惊喜万分。直觉往往会出奇不意地直接击中我们寻求了许久的真理，让人感觉它似乎是来自更高层次的力量。直觉可以培养、可以开发。为了培养直觉，有必要认识它、欣赏它。如果直觉做客你家，你要给予它一个皇室的接待礼仪，这样它还会再次光临。你的接待越是热忱，它的光临就越是频繁。但如果你对它不理不睬或视而不见，它的拜访就会越来越少，与你渐行渐远。

● 潜意识是一个常胜将军，他所向披靡，无所不能。当赋予潜意识以行动的力量时，它所能做的事情是没有止境的。如果你的愿望与自然法则或宇宙精神和谐一致，潜意识就会解放你的心灵，赋予你战无不胜的勇气。你取得何种程度的成就完全取决于你的愿望的本质。

● 我们跨越的每一个障碍，获得的每一次胜利，都会增强我们的信心，这样，就会有更大的力量去赢得更多的胜利。你的勇气取决于你的精神状态，如果你表现出成功自信的精神状态，并充满了不屈不挠的信念，你就会从肉眼看不见的领域中汲取到无声的需求。

你要学会独处，学会将自己的心灵和自己的企望结合在一起。这样，你内在的潜能就会被激发出来，形成坚持不懈的精神努力。它将有助于开发你的独创性和进取精神。

你的勇气取决于你的精神状态。一个表现出成功自信的精神状态，并充满了不屈不挠的坚强信念的人，是不可战胜的。



● 我们有时候弄不清自己到底想要什么，可能在追求名声，而不是荣誉；可能在追求富贵，而不是财富；可能在追求地位，而不是支配权。在这些情况下，等你刚刚追上它们的时候，你就会发现，这些只不过是过眼烟云而已。只要对心灵中的想法保持忠贞，至死不渝，它就会逐渐在客观世界中成形。

● 明确的目标，本身就是一个动因，它在不可见的世界中为你寻找到实现目标所需的一切材料。你正在追求的，可能是力量的符号，而不是力量本身。

● 一个为了财富而终日奔波劳碌、拥有巨额支票、口袋里沉甸甸地装满黄金的人最终会发现，大量的金钱不过是一个数字而已。金钱以及其他一些纯粹的力量符号，往往是人们竞相追逐的对象，但如果认识到了真正的力量之源的话，我们就可以不理睬这些符号了。同样，寻找到了真正的力量之源的人，也不再对力量的伪饰或赝品感兴趣了。

● 思想常常会带来外在世界的变革，但是如果把思想的矛头对准内在的世界，思想就会把握一切事物的基本准则，就能领略万事万物的核心和精神。

● 如果你能把握万物的本质，你就可以比较容易地领会它们，使它们听命于你。事物的精神本质就是事物本身，是它的核心部分，是它的真实存在。外部形态不过是内在精神的外在显现而已。

● 有心栽花花不发，无心插柳柳成荫，力量来自于放松。完全放松下来，不要对结果忧心忡忡。集中心神意念，不要有意识地为实现目标而努力去做什么。对关注的目标凝神思考，直到你的意念完全与它合而为一，直到你再也意识不到别的东西存在。



有能力的商业人士为什么都有一间单独的办公室？这是直觉通常在“寂静”中获得。伟大的心灵常常喜欢独处，在这里他不会受到外界的干扰。正是在静默、独处中，许多生命的重大问题得以解决。如果你没有这个条件，你至少可以找到一个可以让你每天独处几分钟的场所，在那里训练你的思维，使你能够开发自己的能力——一种非常有必要获得的、让你战无不胜的能力。

永远把意念集中在你的目标上，把没有实现的目标当做既成事实；如果你希望消除恐惧，那么就把意念集中在勇气上；如果你想要消除疾病，那么就把意念集中在健康上；如果你希望消除匮乏，那么就把意念集中在富足上。这是引发“因”的生命法则，而正是这些“因”，诱导、指引并建立起必要的关联，从而在物质形态上实现你的目标。



## 重点回顾 >>>

1、集中意念的正确方法是什么？

是明确你的思想关注的对象，然后摒除一切与此无关的事物。

2、这样集中意念的结果是什么？

这样做可以触发看不见的力量，因而带来与你的思想相吻合的境遇的改变。

3、这种思维方式的决定性因素是什么？

是精神原理。

4、为什么是这样呢？

因为我们欲求的本质必须与自然法则相和谐。

5、这种集中意念的实际价值何在？

思想转化为品格，而品格是一块可以创造个体环境的磁石。

6、在一切商业活动中，决定性的因素是什么？

是精神因素。

7、所谓的集中意念是如何运行的呢？

通过发展感知能力、提升智慧、直觉和敏锐度。



8、为什么直觉高于推理？

因为直觉不依赖于经验或记忆，而往往是通过一些我们一无所知的方式方法来解决问题。

9、追求本体的符号象征，其结果是什么？

等他们追上的时候，通常会发现这些不过是过眼烟云，因为符号象征只是内在精神活动的外在形态。因此，除非我们能拥有精神上的本体，否则，外在形态终归要化为乌有。





## 第十八课 互惠行为

LESSON EIGHTEEN

所有人都处于各种各样的社会关系之中，都不是独立存在的。一个男人可能拥有多种身份和角色，处在多种社会关系的交集中。他既是父亲又是儿子，既是丈夫又是兄弟。同样，女人也是如此，在不同的社会关系中扮演不同的角色，不同的角色赋予她们不同的任务和责任。因此，一个人的存在，在于他和整体的关系，在于他和其他人的关联，在于他和社会的联系。这种联系构成了他的环境，而不可能是通过其他方式。

因此很显然，个体不能脱离整体，个体不过是宇宙精神的分化，这种宇宙精神，将“照亮一切生在上的人”。而宇宙所谓的个体化或人格化不过就是个体和整体的关联的方式。这种关联的方式，我们称其为环境，这种环境是由引力法则主导的。

为了生存我们必须获取生存资料，这一点是由引力法则决定的。正是这一法则，使个体与宇宙区分开来，使我们能更加透彻地看待这一问题，也使我们更好地掌握引力法则，让它为我们所用。



● 一切都在变，不变的只有变化。包括世界的思想观念在内的所有事物的变化正在我们身边发生，成为自异教衰亡以来这个世界所经历的最为重大的思想变革。

● 无论黑人还是白人，无论是穷人还是富人，无论是基督教徒还是天主教徒，无论是最上层、最有教养的人群还是最底层的劳动阶级，正在进行着这场人类历史上空前的革命，正改变所有人的观念。然而有的人对此明察秋毫，有的人却对此麻木不仁。

● 走进生物的国度，你会发现一切都处于流体状态，永远在变化，永远被创造、再创造。在矿物世界中，看起来一切都是固体的、不易挥发的，其实不然，它们也无时无刻不在发生着细微的变化。

● 每一个领域，总是在变得越来越美好，越来越精神化，从有形演变为无形，从粗糙演变为精致，从低潜能量演变为高潜能量。当我们抵达无形世界的时候，就会发现，能量处于最纯粹、最活跃的状态，它随时准备被激发。

● 长期被传统的桎梏羁绊的人们已经挣脱了所有的束缚，代表新文明的眼界、信念与服务正在不知不觉中取代了旧的习俗、教条、残暴等一切陈腐的、不适应时代发展的东西。如今，科学发现浩如烟海，揭示出无尽的资源、无数种可能，展现出那么多不为人知的力量。科学家们越来越难于肯定某种理论，称之为定规定法、不容置疑；同样，也极难彻底否定某些理论，称之为荒谬不经、绝无可能。

● 一种来自我们内心的全新的力量和意识正以令人难以置信的意志和决心唤醒处于酣眠中的世界，也让我们对自己的内心重新审视。

● 从分子到原子，从原子到量子，世界的有形实体已经被人们细



化到了极致，它的内部构造人们已经看得非常明白、透彻。所以接下来我们要做的事情就是细分精神，找到精神的量子。“能量，就其终极本质而言，只有当它表现为我们所说的‘精神’或‘意志’的直接运转时，方可被我们所理解。”安布罗斯·佛莱明爵士如是说。

一切都在变，不变的只有变化。我们要善于适应这种变化，磨锐自己的思想，以更宽广的眼界看待这个世界。

● 世事的风云变迁，只不过是精神事务而已。推理，是精神的过程；观念，则是精神的孕育；问题，其实是精神的探照灯和逻辑学；而论辩与哲学，就是精神的组织机体。这种精神是居住在我们内心的终极能量。它存在于物质也存在于心灵。它就是维持一切、使生命能量充满一切、无处不在的宇宙能量。

● 人与动物最大的区别在于脑容量的不同，也就是智慧上的差异。正是这种智慧，使动物比植物高一个等级，使人比动物又高一个等级。

● 一切生命个体都靠着这种全能的智慧而生存，我们发现，人类个体生命的差异，大多数是由他们在何种程度上能够体现出这种全能的宇宙智慧来决定。我们知道，这种逐层递增的智慧在人类身上，表现为人类个体控制自己的行为模式，以及按照环境调适自身的能力。智慧的程度越高，我们越是能够理解这些自然法则，就能拥有更高更强的能力。

● 所有伟大的心灵都要进行调适，如同钟表需要定时一样。所谓的调适无非是对于宇宙精神现存秩序的认知。人们都知道，我们只有首先遵从宇宙精神，宇宙精神才会听命于我们的吩咐。

● 宇宙精神能够对一切需求作出回应，因为宇宙精神本身也遵从着自身存在的规律，这就是自然法则。对自然法则的认知使我们能够跨越时空的距离，使我们能够在高天之上翱翔，也能让钢筋铁骨在水面上漂浮。正是因为人类能够认识到，人类自我是宇宙智慧的个体形式，因此，人类就能够控制那些没有达到这种自我认知程度的个体。

● 我们的思想极其活跃，是具有能动性的。然而这种创造力并非源自于人类个体，而是来源于宇宙。宇宙是一切能量与物质的源泉；而个体不过是宇宙能量分流的渠道而已。

● 整体要靠个体来表现，宇宙通过个体，创造种种不同的组合，因此就有了种种现象的发生，本原物质的运动频率各不相同，它所创造出来的新的物质在振动频率上与原来的物质保持严格一致，这些都遵从振动原理。

● 思想其实是看不见的桥梁和纽带，它使个体与宇宙、有限与无限、有形与无形的领域联系在一起。人类能够思想、感觉、行动、获得知识，这些都是思想的魔力，思想是人类的第一特征。

● 随着科技的进步和发展，人的眼光变远了，凭借高倍数的天文望远镜，肉眼可以看到几百万英里以外的世界；同样，人类借助恰当的领悟，就能够与宇宙精神这一切力量的源泉建立起联系。

● 人类认识的过程就好比一个内部没有录像带的录像机，如果没有理解和领悟就什么也不会留下，只是一个空镜头。

● 所谓的领悟不过是一个信念而已，除此之外什么也不是。食人族也有他们的信念，但那种信念又有什么用呢？惟一对人有价值的信念，就是能够被实践检验证明的信念。经过验证后的信念就不再仅仅是信念而已，它转化成了有生命的信仰和真理。这个真理已经经过成千上



万人的检验，只需要通过合适的方法手段加以运用。

● 很久以前，人类能看到的不过是头顶上的一片天空。人类要想定位数亿英里以外的星球，没有足够倍数的望远镜是万万做不到的。因此，科学也在不断发展，更大、更清晰的望远镜被研制出来，人类因此更多地了解了天体的知识，不断收获巨大的成果，人类的视野变得异常开阔。

● 人类对精神世界的领悟也是这样，精神的望远镜也在不断更新换代。人们在与宇宙精神及其无限可能相联系的方法上，也在不断获得巨大的进步。

● 事物之间有着强大的吸引力，宇宙精神通过引力法则在客观世界中彰显。每个原子对其他的原子都产生了无穷大的引力。万物正是通过这种吸引、结合的法则相互联系在一起。这个原理是有普遍意义的，也是一切现有结果赖以产生的惟一途径。

● 生长是生命的表现，生长力通过宇宙原理得到表达，这种表达最为美丽壮观。为了生长，我们必须获得生长所需的必需品，因此，成长是建立在互惠行为的条件上。我们知道，在精神层面上，同类事物相互吸引，而精神的振动只对那些与它们保持和谐一致的振动作出回应，对与它相悖的事物视而不见。

● 富裕和贫穷是天生的敌人，富足的想法只对那些类似的意念产生回应。人的财富与他的内在一致。内在的富足是外在富足的秘密，它吸引着外在财富来到你身边，而拒贫穷于千里之外。人类真正的财富资源在于他的生产

一个人如果在他所着手进行的事业中投入全部的身心，那么，他的成功是没有止境的。

兴趣是成功的原动力。它是成功的种子。我们要善于呵护自己的每一份兴趣，因为有一天它们可能会长成傲视世界的参天大树。

能力。他会不断地付出、给予；他付出的越多，收获的也就越多。因此，一个人如果在他所着手进行的工作中投入全部的身心，那么他的成功是没有止境的。

● 思想是借助引力法则运行的一种能量，它的最终体现是客观世界的丰裕富足。那些华尔街的金融大亨们，那些产业领袖、大律师、政治家、发明家、作家、医生，他们除了自己的思想，还有什么可以贡献出来增进人类的福祉呢？然而他们只是贡献了思想就令他们的形象无比光辉。

● 宇宙精神是保持平衡状态的静态精神或物质。我们的思考能力使宇宙精神在形式上分化。

● 力量取决于对力量的认识。如果我们不去运用力量，我们就会失去力量。如果我们不认识力量，又如何去运用它呢？对精神力量的运用，取决于意念的集中。意念集中的程度决定着我們获取知识的能力，而知识不过是力量的代名词。

● 专注是现在的热门话题，也是许多人成功的秘诀，意念的集中是一切天才的特质。这一能力的培养建立在练习、实践的基础上。

● 人体就像一部不停运转的复杂机器，需要吐纳，需要新陈代谢。我们这周的练习是把注意力放在自己的创造力上，认识到，个人肉体的生存、行动，需要靠空气来维持，必须呼吸，才能活着。接下来，让思想停留在这样一个事实上：人的精神的生存、行动也是如此，需要吸收一种更为微妙的能量，才能延续下来。

● 没有种子，就不会长出幼苗，更不会有日后的参天大树。在自然界中，如果没有播种，就没有生命长成；结出的果实绝对不会比生育它的植物本身高一个等级。同样，在精神世界中也是如此，只有播下种



子，才能结出果实。而结什么样的果实，则取决于种子的性质。所以，你一切的境遇都取决于你对这种因果循环法则的领悟，这种领悟是人类意识的最高境界。



兴趣产生动力，每个人都把做自己喜欢做的事当做享受，而把做自己不喜欢的事视为折磨。注意力集中的动机是兴趣，兴趣越高，注意力越是集中；而注意力越是集中，兴趣就越大，这是作用和反作用的结果。让我们从注意力的集中开始做起。这样，不久就会激发起你的兴趣；而兴趣的产生会引起你更多的注意，这种注意力会引起你更多的兴趣，如此不断地循环往复。



## 重点回顾 >>>

1、个体生命之中的差异  
如何衡量？

通过衡量他们生命之中所彰显的才智。

2、个体通过服从什么法  
则，才得以掌控其他  
形式的种种才智？

通过认知自我是宇宙智慧的个体化。

3、创造力的来源是什  
么？

是宇宙。

4、宇宙如何创造外在形  
式？

通过个体。

5、个体和宇宙之间的联  
系是什么？

是思想。

6、实现生存方式的原理  
是什么？

是爱的法则。

7、这种法则是如何表现  
出来的呢？

是通过生长法则表现的。

8、生长法则取决于什么  
条件？



取决于互惠行为。个体无论何时都称得上是完整的，这决定着我们付出的是什么，收获的也是什么。

9、我们付出的是什么呢？

是思想。

10、我们获取的又是什么？

还是思想。思想遵循守恒定律，我们所思所想变化万千，因此思想的表现形式也不尽相同。



## 第十九课 知识战胜恐惧

### LESSON NINETEEN

恐惧是由某种危险所引起的消极情绪，通常个体认为自己无力克服这种危险而试图回避。恐惧无论在动物界还是人类，都广泛存在着的一种情绪反应，动物遇到天敌或处境危险时都会表现出恐惧，而人类因为有了语言和文字，恐惧的对象变得更为广泛，尤其是人类极其丰富的想像力及其特有的象征性思维，使得恐惧更是无处不在，无时不有。

恐惧是思想的一种强有力的形式。恐惧是由肾上腺素分泌产生的，它能够麻痹神经中枢，影响到血液的循环，而这些反过来又会影响到肌肉系统。因此，恐惧影响着整个生命存在，身体、大脑和神经，这些影响包括身体的、精神的和肌肉的。

害怕、不安、担心、恐怖、惊吓、惊慌、担忧、犹豫、胆怯、困扰、不安全感、忧心忡忡、沮丧、惊恐不安、惊骇、惊惶失措、畏惧、战栗、大祸临头、末日将至——这些人类社会描述恐惧的词汇是如此的丰富，足可证明恐惧的普遍存在，可见人类战胜恐惧的任务是何等的艰巨。

当我们全心全意只想自己的时候我们就会感到恐惧，如果我们能够把注意力转移到别人身上，恐惧就消失了。总而言之，恐惧是一种过分的自我关注。当然，战胜恐惧的方式是对于力量的认识。被我们称作“力量”的这种神秘的生命力到底是什么呢？我们不知道，但这并不影响我们使用这种力量。

生命就是如此。尽管我们不知道它是什么，可能永远也不会知道，但我们却知道这是一种运行在生命体中的主要力量，只要遵循这种力量的法则和原理，我们就足以让这种生命的能量如滔滔江水般涌入自己的胸怀，提升生命的潜能，从而最大可能地释放精神、道德和心灵的功效。如同我们不知道电是何物。但是我们却知道如果遵循电的法则，电就会成为我们听话的仆人；它能照亮我们的家庭、我们的城市，使机器发动起来，并在其他方面为我们服务。



● 人类对于真理的探索，是一种合乎逻辑的运作，是系统化的进程，不再是盲目的探险。经验在成型之前，我们都能在意识中得到指引。

● 追根究底，所谓的探索真理，其实就是在探索终极动因。回顾人类发展史，每一次经历都会有一个结果，一旦我们能把经历的原因确定，就能够据此有意识地加以控制，如此一来，我们自身一切的遭遇都能在我们的展望和掌握之中。

● 按照这种说法，人生，绝不是一场命运的球赛；人，也绝不是际遇的玩偶。我们要做自己命运的主人，际遇的舵手，就像司机驾驶火车和汽车一样，牢牢握住自己人生的方向盘。

● 世间万物都流转在同一个体系，彼此之间绝不是彼此孤立，或者是相对立的；它们之间都有着千丝万缕的联系，在一定条件下可以相互转化。

● 物质世界中存在着不计其数的对立面：一切事物有不同颜色、形状、大小，有两极，还有内外；有肉眼看得到的，也有我们肉眼无法观察到的。这其实都是我们人类为了方便称呼而赋予它们的不同名称。所有这些，都只是表达方式上的差异。

● 一个事物的两个方面被我们冠以不同的名称，实际上，这两方面都是相互关联的，绝不是两个独立的实体，而是这个整体事物的两个部分。

● 精神世界的法则与此无异。就好像我们经常用两个词——“知识”和“无知”，其实，无知只是知识缺乏的一种状态，说到底在表达一个意思。



● 同样的规律在道德世界中随处可见：“善”与“恶”，“善”是有意义的，也是可以被触摸感知的，而“恶”呢，无非是一种反面的状态，“善”缺席，就变成了“恶”。尽管有时候“恶”同样也是一种客观存在，但是它没有法则可循，没有生命，缺乏活力，总是被“善”摧毁，就如同光明驱走黑暗，真理打败谬论一样。当“善”现身，“恶”就会灭迹。因此，在道德的世界中，只有一个法则，那就是“善”。

人生，绝不是一场命运的球赛；人，也绝不是际遇的玩偶。我们要做命运的主人，际遇的舵手。

● 在精神世界中也同理可证。就好像我们说到的“物质”和“精神”，听起来似乎是两个独立的实体，但是无可置疑的，精神世界中也只存在惟一的法则——精神的法则。

● 物质是不断变化，更新替代的，在漫长的时间长河里，一日和千年毫无区别；而精神却是永恒真实存在的。如果我们地处一个大都市，看高楼大厦，看车水马龙，看霓虹闪烁，星点的物质文明都绝不是一个世纪之前的人能想像、企及的。而如果我们子子孙孙在百年之后依然站在我们今天的位置看这个物质世界，他对我们今天所拥有的一切依然会毫无概念，今天的一切早就在历史的长河里消失得无影无踪。

● 这惟一的变化法则依然可以通用于动物世界。成千上万的动物在度完自己短短几年的生命之后消失了。植物世界亦然，多少植物有着昙花一现的光景，那仅仅拥有一年生命的草本植物……也许只有在无机世界中，我们才能期待更永久一点的存在。然而，沧海桑田的变幻让我们无奈：曾经的汹涌大海如果变成了陆地，曾经的平湖如果耸立起高山，站在约塞米蒂国家公园的大峡谷面前，我们



会无限感慨曾经被冰川吞吐之后留下的斑斑履迹……

● 我们，时刻处于瞬息万变之中，变化的根源来自于宇宙精神的演变，万事万物都逃不过这个最初的体系。物质，不过是精神借用的一种形式，一个条件，本身没有任何原理、法则可言，主宰世界的惟一法则和原理就是——精神法则。

● 就此，我们完全可以笃定，精神法则通行和主宰了物质世界、精神世界、道德世界和我们人类的心灵世界，是惟一和不可替代的。

● 要知道，精神是处于静止状态的，是静态的。人类的思考能力是它作用于宇宙精神并使宇宙精神转化成动态心智的能力。精神的运动状态就形成了我们所谓的动态心智。

● 要运动就必须具备充足的动力燃料，食物就是这些燃料的物质形式。一个人不吃东西就无法思考。精神的运动行为，也就是我们所说的思维过程，如果没有借助一定的物质手段，当然也就不可能转化成为快乐和福祉的源泉。

● 因此，人要思考，要让宇宙精神发挥作用，就必须借助食物——这种物质形式提供能量。这就好比要把电力转化成动态能量，就首先需要一定的能量创造电力；要想让植物茁壮生长，就必须借助阳光提供能量。

● 说到这，你应该已经明白，思想从不停止地在客观物质世界中成形，寻求表达的出口。即使你还没有意识到这一点，你也绝不能忽视这样的事实——你强大的、积极的、颇有建设性的思想会体现在你的健康水平、事业经营的状态，以及你的生活际遇中；而你那些负面的、软弱的、具有破坏性的思想，也会在生活中带给你恐惧、不安、忧虑的情绪，让你的生活变得困顿、颓丧，在你的事业、感情中产生不和谐的音符。



● 力量产生财富，财富只有被赋予力量时才会真的变得有价值。世间万物，都表现为一定的形态和一定程度的力量。

● 蒸汽、电力、化合力、重力的原理都无一例外地重复论证着因果循环的不破真理，它让人能够大胆无畏地制订并执行计划。自然法则统治整个自然界，然而，精神能量与自然物质的能量是并存的。所谓的精神能量，就是来自我们人类心灵和心理的力量。

● 我们习得知识的中小学，乃至是大专院校，都只是我们精神能量的发电站，用来开发我们心灵潜力的地方，除此之外，没有任何持续性的价值。

● 要想让看起来那么笨重的庞大机器运转起来，就需要有很多的发电厂为它们提供能量。人类发掘了很多原材料，被转化之后可以增强我们生活的舒适度。与此类似的，我们的精神发电厂也需要寻觅这样的原材料，同时加以开发培育，最终要转化成远高于一切自然力的能量。如此看来，比起这些看起来神奇非凡的自然力，精神力量似乎要显得更为伟大和高深。

● 那么，精神发电厂需要寻找的原材料到底是什么呢？是什么材质才能最终转化成能够控制其他一切能量的力量呢？这种原材料的静态形式和动态形式分别就是精神和思想。

● 这种能量存在于一个更高的层面上，超越一切，它使得人类能够发现自然界的法则，使得人类能够开发和利用自然界伟大神奇的能量，跨越时空的距离，战胜重力

积极的思想，产生积极的结果；消极的思想，结出消极的果实。你所选择的，就是你将拥有的。天堂或是地狱！



原理，这是人类几代人或者几十代人的辛苦劳动都无法成就的。

● 思想，充满能量，不断发展。在上半个世纪以来，它就创造了无数看似不可能的奇迹，这在前50年，甚至是前25年都无法想像的。如果精神发电厂在这50年之内就筑就出这样不可小觑的辉煌，那么，可以推想，下一个50年之后的我们，又会站在一个怎样的高度了呢？

● 万物之源，无限广大。从科学的角度讲，我们知道，光传播的速度是每秒186,000英里，宇宙中有很多星球上的光线经过2000多年才到达地球，而光的传播形式是光波，光线传播的以太(能媒)只有是连续的，光线才能穿越那么漫长的距离到达地球。因此，我们可以确信：物质产生的本原，也就是以太(能媒)，是普遍存在的。

● 在形式上又如何体现呢？联系到电学中来讲，我们把电池的两极——铜和锌的两极连接起来，就形成了电路，电流在其中通过就产生了能量。其实，任何两极都会出现类似的情况，同时还因为所有事物的外在形态都跟它振动的频率有关，说到底就是原子之间的关系。因此，我们只有通过改变事物的两极，才能期望去改变客观环境中的表现形式。这就是所谓的因果循环。

● 透过现象看本质，我们必须从思想上充分意识到，一切事物的表象都并非真实：地球不是静止的，也不是方的；太阳没有绕地运行；天空也绝不是我们看起来的那个巨大的穹庐；星星并非只有那么一点点微弱的光芒；物质也不是像我们所认为的那样静止不动，而是处于永恒的运动状态之中。

● 按照这个思路走下去，总有一天——也许就在某个拂晓时分，我们知道了越来越多宇宙精神的运行原理，人类所有的思想和行为模式都会因此而做出调整 and 改变。这一天，指日可待！



我们早已习惯通过每天的进食来源源不断地给身体提供所需的养分和能量。在吸收精神食粮方面，我们当然也需要多一点的耐心和坚持。本周你们可以每天尝试花上短短几分钟的时间来做集中意念的练习——全身心地沉浸在你的思想所能触及的客体中，不接受外部任何其他的刺激和影响。记住，一定要专注，要投入。



## 重点回顾 >>>

1、两极是如何相互对照的？

它们被赋予独特的名字，比如，内和外、光 and 暗、好与坏、顶端与底部等。

2、这些是独立的实体吗？

不是，它们都是整体的部分或不同方面。

3、在物质、精神和心灵世界中有一个创造性原理，这个原理是什么？

是宇宙精神，即永恒能量。万物都是由它而来。

4、我们如何与这个创造性法则相联系？

通过我们的思考能力。

5、这种创造性法则是如何运行的？

思想是种子，思想引发行为，行为产生现实中的结果。

6、事物的本质是什么？

是一种振动的频率。

7、这种振动的频率如何发生改变？



通过精神行为。

8、这种精神行为又基于什么？

基于两极的作用，也就是个体和宇宙之间的作用和反作用。

9、这种创造性能量是发源于个体还是宇宙？

源于宇宙，然而宇宙只有通过个体才能把这种能量彰显出来。

10、为什么个体是不可或缺的？

宇宙是静态的，它需要能量来赋予它以推动力。这种推动力由何而来呢？食物转化为能量，而能量使个体得以进行思考。当人完全停止进食，他的思想也终止了，这时他也就不再作用于宇宙，他和宇宙之间作用与反作用的行为也终止了。





## 第二十课 思想主导一切

LESSON TWENTY

从古至今，人们都从未间断过对一个问题的探讨，即“恶从何来”。因为宗教向我们诠释了神的全知全能以及对众生的普度与关照。既然神爱我们，那么世间上又为何仍存在众多邪恶与黑暗，又为何要区分出地狱、天堂？

神即为众生，万物之灵。

上帝按照自身的形象创造了人。

众生、万物、人皆起因于创造，因此创造力才是神，或称之为灵。

所以，人也是创造力的产物，是内部世界的“精神”在外部世界的一种形式的体现。

这种精神具有一种特殊且惟一的属性，即思考。

思考所表达出的思想即是创造力的不断再现，是创造的过程本身。

所以，世间的一切都可称之为思想过程的产物。

外部所显现的世界中不论发生或毁灭皆是创造力的产物，也就是思想过程的产物。

世间人们肉眼可见的各种发明创造、组织结构，以及建设性活动，都是思想创造力的产物。

当思想的创造力缔造出对人类自身有益的或所谓好的、人们向往的结果时，我们就称这个结果是“善”。

当思想创造力产生出对人类自身有害的或所谓坏的、不希望见到的结果时，我们就称这个结果为“恶”。

如此这样我们就可以简单的区分善、恶。同时也解释了它们的起源：创造本身不过是思想的过程，而善与恶的名称皆用来形容这种伟大创造过程所产生的不同“果”。这个“果”即是思考或创造过程所产生的。

不同的思想决定着人类行为种种，我们又以不同的人生行为产生出不同的人生之“果”。

第二十课对于这个深入且重要的话题进行了更多的阐述。



● 精神具有永恒不变的属性。我们依照精神的表现而证实自我的存在。精神表现出何种自我，我们也就的确是精神所再现出的模样，如若精神消失，那么人也就随之消失。当我们深刻领悟到精神的主观能动性时，精神就会因此而受到激发并变得更加活力充沛。

● 当我们对身边可用的资源知晓时，我们才会对它们加以运用。就像我们知道我们拥有财富，便会使用财富去改造或经营我们的生活。但如果你从不知晓它的存在，也不懂得加以运用，那么任何事物的存在对你将失去意义。因此，当我们没能意识到这种巨大精神财富就真实地存在着，我们也同样不会利用它去为我们创造更有价值的东西，因此如果想得到精神的帮助，就要了解它、相信它、运用它。

● 认识与了解是一切事物被创造出的基础，创造力的巨大作用要依靠于主观意识和思考过程而产生。它们的协同作用将我们内在的、肉眼不可能看见的主观世界转变为可见可知可触的外部世界中的一切环境或遭遇。

● 生存的价值往往可以通过思考体现出来，通过思考，人可以获得巨大的潜能。终其人的一生，其实每一分钟无不是依赖着思想和意识的创造性活动而存在。思想犹如一只神奇而有力的大手，操控且美化着我们的生活。如果我们对这只大手的魔力一无所知，那么生活又将变成怎样？

● 我们无法想像，如果你真的如上面所说对这只无形的大手始终一无所知，那么我们就如愚钝者对于世界的认识，片面而浅薄。会不由自主地将自己的命运交托到思考者的手上，他们借助于思考，增强了自身的力量，轻易地将我们的生活主宰。这种主宰不必依存于任何财富的收买或暴力的干预，仅仅是通过他们的主观“心力”即可以将我们的命运拿捏、把玩。因此不去思考的人在生命的路程中，必将走更多的弯路，



比思考者付出更多且完全无必要的艰难与辛苦。

● 当我们一旦掌握了思考可以创造一切、并能够改变一切的力量法则，我们即可以完全地信任并使用它，因为一切法则都应该不改变。这样我们才可以持续不断地将这些原理、方法、能量以及精神产物领悟透彻，从而开辟出我们自身与最强大的宇宙精神之间的通道。

思考可以创造一切，改变一切。不去思考的人，在人生中必将走更多的弯路，比思考者付出更多的代价和艰辛。

● 当我们信任并使用这种法则，它自身的恒定性就必将给我们的生活带来福音，我们可以借此与宇宙精神保持连接，去体悟和实践它的能量，同时，宇宙精神也依靠我们个体去创造和改变世间万物。

● 当你逐渐体悟到你完全可以通过思考过程做到与宇宙精神本质的合而为一，那么此时此刻的你将可以成功地转变为宇宙精神的信使。你的所作所为皆是宇宙精神在世间的真实再现。行动吧，此时你手中正执着一把金光闪闪的利剑，它赋予你无穷的力量，头脑中的创造力也正如一场熊熊燃烧着的烈火将你生命中的所有激情与能量释放、点燃！这种庞大的力量将你的生命推至无限活力与能力的巅峰，与宇宙中那无法所见的精神相连。它对于你的激发与帮助，使你可以完全地信任并依赖它，果敢地始终使用这种能量去改造和美化你的生活。

● 那么当你预先想获得这种能量之时，就要给自己创造出一种平和而静寂的内心环境。这种静默之中所感知到的力量泉源才是最真切而具体的。让宇宙精神在你的身上一如海面中漂泊的五彩瓶，惟有平静的海面才可以使它惬意而舒缓地漂浮于上，让其在阳光的照射下折射出迷人的光芒。



● 当你领悟了这种力量的使用方法，你就要去不断地琢磨和思考这种方法的整个过程。当你无数次地在你的脑海中勾勒出它的形象并对这个过程了如指掌，那么你就犹如被上天戴上了一顶智慧的光环，无论身处何时何地都可以对这种力量控制自如。

● 我们也许无法窥探到我们内在世界的全貌，但它却实实在在地存在于我们的思维中。当你相信它的存在并去认真找寻、练习、揣摩它，你就会发现其实它是一切存在的最根本。它不仅可以帮助你，同时也可以帮助身边的所有人慢慢了解自己的内心，了解一切人、事、环境的内在与外在，从而缔造出自己内心中的王国，并通过自身的努力将美好的“天国”梦想变为现实。

● 这个法则的永恒不变性同时也为我们带来了另一个难题，什么样的思维就会产生什么样的结果。即使结果是“恶”的，那也是由我们自身而来。这一法则的运行从来都是精确无误的，绝不偏离。如果我们思考的是匮乏、局限、混乱，我们就会处处遭逢恶果；如果我们思考的是贫困、不幸、疾病，那么思想本身就为我们打开了人世间的潘多拉魔盒，各种劫难皆会接踵而来。有其因必有其果，因果始终如影随形。若我们自身恐惧这些灾难，那么灾难就会降临我身，如果我们的思想冷酷而愚昧，我们将面对的也必是存于无限未知中的恶果。

● 由此我们已知这种能量同时具备着创造性和毁灭性，它既像光环也像孙悟空的紧箍咒带在我们的头上。我们如果掌握了恰当的使用方法，人生就犹如得到了上天的庇护，它将时刻赋予我们能量与希望；但如果我们错误地使用了它，也极有可能为我们自身招来灾难性的后果。借助于这种无穷的力量，我们可以自信而勇敢地去实践以往生活中我们曾因恐惧、担心、能力不足而放弃了的想法与愿望，那时你会发现灵感与天才已绝非普通人一生都不敢想像的梦。

● 创造性思维为我们带来非同凡响的灵感。非常的想法就必须借



助于非常的手段与方法去付诸实施。我们要拥有打破常规的勇气，直到我们能够认识到一切力量都必源于我们自身内在，灵感也会随之源源不断而来。

● 灵感是一种实现的艺术。是个体精神通过与宇宙精神的合而为一并据世间情形做出适应与调整的艺术。它懂得用有效的机制去保障自己运行的通畅性并可以将世间的一切无形，通过思维转化为有形的再现。它可以将不完美变成完美，将无形变为有形，将不可能变成可能。灵感正是通过自身的实现过程协助我们完成了我们自身的实现过程。

● 这种无限的力量无处不在，它不仅存在于无限广大的空间当中，也存在于我们无法想像的微小空间之中。无论何时何处我们只要接受并掌握这样的事实，也就掌握了这种力量精神。它恒定不变的本性使它因此不可再分，它的稳定使我们随时随地可以求助于它。

● 理性与情感从来都是一对密不可分的伙伴。当 we 已经从理性上完全接受并信任这种力量时，我们的情感又是否与我们的伙伴一道信任并接受它呢？一种观念或方法的植入需要全面而良好的土壤，当情感也开始接受并一同发挥作用时思想才更会焕发出勃勃生机。

● 当我们准备孕育灵感时，一定要为它创造平和而安静的环境。让自己的肌肉放松，感官静止，进入到休眠状态，我们可称其为完全的“寂静”。当你体悟到了自身的平衡和力量时，就可以愉悦而放心地去接受灵感及智慧的洗礼。

思考的力量是双刃的，它可以创造，也可以毁灭。结果如何，关键看我们的思考是积极的、正面的，还是消极的、负面的。



● 灵感力量的获取并非迷信或者巫术，它们全无相同之处。灵感是通过体悟与思维，运用正确的方法从“寂静”中获得。作为接受者，它我们的生活带来无穷希望与改变。当我们领会了这种无形的力量便抓住了人生中一次最为重要的命运机缘，它非但没有使我们变成它的奴隶反而作为服务者更加热切而忠实地协助我们，赋予我们无穷力量，使我们在生活中逐渐变得能力非凡。

● 通过呼吸，我们可以给生命提供更富足的养料，无意识的呼吸与自主的有意图的呼吸会产生完全不同的结果。当我们意识到了这一点，那么我们就要调整自己的意识状态去主动地认识并接纳这种行为背后的意义，并通过情感上的主动性确保它能够持久且坚定地被执行。

● 需求带来供应的必需。当我们将有意识地去增长需求，那么身体的力量也会帮助我们去发掘这种需求并积极配合，同时给供应的增长。生命因此而变得更加丰富，能量、活力都会较之以往大大增强。

● 这个道理其实很简单。同时还有另外一个生命的奥秘是几乎从来不为人所知。如果我们能够真正的了解并掌握它，就会为自己的生命带来一个最有意义的伟大发现。

● 是否有人曾经告诉过你，有这样一种物质，充盈于我们整个生活当中。我们生活并存在于“它”其中，也同时在“它”中呼吸、运动。“它”被解释为“灵”。“灵”被解释为“爱”。因此每当我们呼吸，吸纳到体内的都是这种生命、这种爱、这个灵。这就是“气能”，虽然我们常常会提及它，但并不知晓它会在我们生活中有着如此巨大的作用，气的存在不可或缺，它可以被看成是整个宇宙的能量。

● 每当我们呼吸的时候，肺部在吸入空气的同时也吸入了这种“气能”，让生命本身徐徐注入到我们的体内，借此，我们就可以与全部的生命、智慧及物质联系起来。



● 建立自身与整个宇宙的和谐统一，并积极不断地与其保持一致，这样就可以逐渐使我们远离疾病、困境与众多限定的规律性，走出消极生命的篱笆，通过阳光、宇宙能量更通过自身的呼与吸感受到真正的生命气息。

● 宇宙精神借由我们的身体可以自由地扎根、生长，它在我们的体内可以协助并控制我们自身创造力的维持与增长。超自然存在的生命气息让我们体觉到“真我”的精华。

● 思想的创造性本身有一种永恒不变的规律，那就是“种瓜得瓜、种豆得豆”。最终我们想获取什么样的思想必然依赖于这种思想被创造时所处的环境。我们自身拥有什么才会提供给思想以什么样的物质，不同的环境所造就的思想也截然不同。无论我们创造得好坏，那都是我们自身所产生的结果。因此，我们的所作所为完全和我们的“存在”本质相吻合，而我们的存在取决于我们的“思想”。我们的思考结果也总是与我们的思想状态保持着惊人的一致。如若想保持思维的正确性不致偏离方向而产生错误的结果，那么比较简单而有效的方法就是始终如一地与宇宙精神保持统一。这样就不致因混乱不堪的思想，产生出破坏性的结果。就如你掌握了创造力的金手指，你可以用其造福自身、也可因用其不当将自身毁灭。当心这种神奇且具大的创造潜能，它可载你，也可覆你。

● 意志能够帮助我们远离这种境地吗？答案是否定的，“自由意志”提供给我们的危险，远非个人意志力可以强制性地迫其结果进行改变；创造力的基本原理普遍存在，那种寄希望于通过个人意志使宇宙力量依存我们的想法是一种对事实原则的歪曲。因其本身与宇宙精神背道而

种瓜得瓜，种豆得豆。你的所想所为，决定了你将获得的结果是什么。每个人都应牢记一点：决定自己命运的钥匙，就在我们自己的手中。



驰，即使一时可侥幸成功最终也难逃恶果。

● 面对强大而不可抗拒的宇宙力量，如若希望它能够帮助我们，就不要妄图通过主观意志去操控它。只有虔心真诚地去顺应它，与其达成实质上的和谐统一，才有机会被赋予等同的能量，获得与其协调一致的去创造、去为自身理想工作的机会，才能在最大程度上激发出内在的自我潜能，创造生命中的奇迹。



你这一周的作业是，给自己创造平和的心境。进入到我们所谓的“寂静”的状态中去，接下来调动思维思考一个道理——我们自身作为“气能”之中的一个个体与其有着怎样的关系？我们存在于其中，它无所不在。如果它是“灵”，那么我们也必将按照它原有的样式被创造或改变。在精神上你和它是有着共同的核心与本源的，所不同的仅仅是程度的区别。如果你与它仅有程度上的区别，那么在所有的特性上你们就应该完全相同。只有认识到这些，我们才能把握自身，区分出善恶之果、悲喜之源。这种思考会使我们与“灵”做到真正的和谐统一，集中我们的意念去解决我们生活中所要面对的所有问题。



## 重点回顾 >>>

1、力量在什么样的情形  
下才可产生？

当我们真正去认识并使用它。

2、意识指什么？

意识即认识、了解、知晓。

3、怎样的方式可以认知  
力量？

思考的方式。

4、什么是人生中最为珍  
贵的？

科学而正确的思考能力。

5、正确的科学思考是  
指？

我们通过对宇宙精神的遵循来调整我们自身思  
维过程，从而与自然法则保持和谐一致。

6、如何实现这种和谐一  
致呢？

透彻而准确地理解精神的永恒法则、力量、方  
法与组合。

7、什么是宇宙精神？

宇宙精神是一切存在的基础与本源。

8、为什么生活中会出现  
局限、疾病等各种不  
良的结果？



这些负面情况的产生方式，与一切积极、理想的结果的产生方式是完全一致的，它们虽然遵循着同一个法则，然而正因为这个法则的运作公正无私，所以当思想本身发生偏离时，运用这一法则所创造出的也必将是不良的境遇或结果。

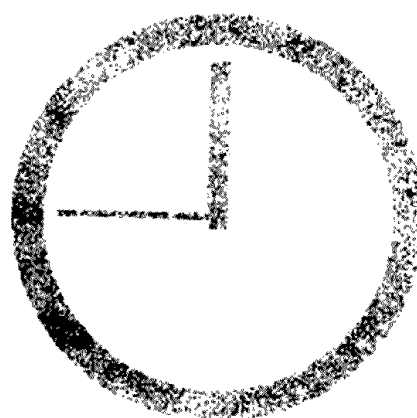
9、灵感是指？

灵感是一门无所不在的艺术。

10、我们如何能知晓是什么决定着我们所遭遇的各种境况？

我们自身意念的方向性。因为，我们是什么，就会得到什么；同时我们做了什么；我们想了什么，又决定着我们最终会成为什么。





## 第二十一课 改变人格彻底改变环境

LESSON TWENTY-ONE

通过前20课的学习，我们已基本了解这种经典原理法则的特性。从本课的第七节中，你将会学到如何在现实生活中采用积极思考的方式去获得灵感，以期达到大智大慧或大的设想。

在本章的第八节中，我们将会向你揭示祈祷的秘密，为什么我们曾认为祈祷会带给我们神奇的力量？通过学习你会发现，事实上一切曾在我们的意识中出现过的想法，都会在我们的潜意识中留下痕迹，这种痕迹被长期贮存于我们的大脑中并逐渐形成自己固有的运行模式，也正是依据这种模式，创造开始为我们创造性地解决生活中的一切问题。

宇宙遵循有序的法则而运作，否则世界将变得无序的混沌。所以包含于大宇宙之中的事物皆可有其相对应的因果。外部环境相同的情况下，即因相同的前提下，定会产生相同的果。我们对上帝的祈祷也是如此，当我们向上帝祈祷并获得恩允，那么我们也势必在以后或从前的祈祷中获得恩允。这一点正遵循了宇宙有序运作的法则。无形的祈祷其实也遵循着同地球引力法则非常相似的法则，它们绝对、准确、科学。

但是，即使很多人从出生后通过学习都会知晓很多知识或定理，但却极少有人会真正了解祈祷的法则。祈祷所遵循的精神法则还未被我们发觉或意识到时，已经存在于你我身边并恒久不变地运行着。直至今天才得以证明并逐步认识到这个法则不仅准确且科学而严格。



● 当我们意识到宇宙精神能给我们带来巨大力量，我们就可以让自己与宇宙精神和谐统一。宇宙精神本身将会亘古不变的存在，永不消失。面对这个要与其保持一致的伟大目标，惟一可能产生阻力和困境的可能会是一些外因的限制和不足，但只要你从潜意识中紧随宇宙精神的实质，就一定会从局限、禁锢中解脱出来获得可望并可及的自由。

● 当我们意识到我们内在力量的巨大作用，就可以从这种自信中获得力量与鼓励，使这种力量持续而不竭。

● 宇宙精神没有边界，它博大而不可再分。作为一个整体形态，它是万物产生的根源。我们作为一个单纯的个体，是用来展现它庞大力量的细小支流。我们的思想同样依据这样的法则得以在客观世界中显现。

● 宇宙精神自身所具有的无限力量犹如一个取之不尽、用之不竭的生命源头。宇宙精神之于我们每一个个体就如同母体之于胎儿，我们借由精神上的脐带与宇宙精神获得骨肉相连，从而源源不绝地丰盈自我的精神思想和思维生命。我们借由这条脐带获得生命及生活所需的全部精神能量。

● 伟大的精神行为指引我们从困境中获得新生。精神行为力量的强弱则取决于对宇宙力量法则的了解。所以，当我们逐步将自身与宇宙精神高度一致起来，我们就会从中获得更强有力的能量去改造或控制内部世界以外的困境。

● 如何在学习运用精神力量的路途中把握方向并确保不被不良倾向所诱导？在精神理念的领域中有这样一种法则，即宏大的理念可以逐渐瓦解、抵消，或摧毁渺小的理念。这个法则可以协助我们清除前进路途中的种种阻碍，逐步进入更加开阔的思想领域之中。广阔的思想会引



领我们看见比以往更高更远的人生价值与目标。

● 精神自身强大的创造性可以使我们获得内心所向往的任何胜利与成功。具有了如此巨大能量即具有了大智慧、大能力，具有了更加开阔的眼界和宽广的胸怀。精神能量自身并不会因外界困境的强弱而有所改变。敌人无论强悍、弱小，精神能量都能够应对自如。

● 上面我们曾提到，一切思维产生的结果只要在意识中存在过，就会留下印记，这种印记经过转化形成了一种创造性的能量，去改变生活与境遇。我们通过领悟精神事实，便可清晰了解如何将意识中的内在世界植入到外部世界当中。

● 我们所身处的环境与生活就是我们内在世界的外部显现，我们固有的心态会折射至行为与客观世界之中。正确的思维方式实质上是一门科学。

● 当思维印记留存于头脑之中，它会因其倾向性而引导精神发展的方向，精神的发展特点又将左右人的性格、能力和一切意图、倾向。所以说，精神倾向决定人生经历。

● 物以类聚，相同品性的事物总是相互吸引。什么样的心态就可能招引什么样的外部境遇，它对于外部世界相似事物的吸引力远远大于我们的想像。

● 如若我们希望将我们的人生加以改变，那么最简单且惟一可行的方法即是将我们内心世界的想法付于改变。我们将心态称之为人格，来源于我们头脑中的思想。

什么样的心态招致什么样的外部际遇。如果我们希望将自己的人生加以改变，最简单有效的办法就是将自己内心世界的想法付诸于改变。



当心态改变后，人格随之改变，最后直至改变身边的所有人、事物与环境。

● 改变自身心态之路并非轻而易举，只有通过不懈的努力才有可能得以实现。当我们受到阻力时我们可以运用视觉化的艺术作用援助自己，即将头脑印象中负面的消极图像用可令自己兴奋的正面图像加以取代，从而形成圆满而令自己满意的精神图像。

● 在保存内心理想图像的同时，请不要忘记将要实现这些愿望时所必须具备的决心、能力、才华、勇气、力量或任何其他精神能量等一并贮存，并放在你内心的最深处，因为这些图像所必不可少的因素会更加容易地将你的精神与理性完全融合和兑接，赋予头脑中的精神图像以勃勃生机。

● 当我们追求目标时，请自信于自己可以达到理想中的最高境界，因为此时你已经被赋予了强大的力量泉源的支持，完全有能力应付眼前的一切。当我们坚定不移地向着最高目标而努力，精神能量就一定会把最高理想的现实送至你的手中。百炼成钢的道理在这里依然适用，任何事物只要我们长期不懈地坚持，多次重复就会逐渐形成习惯，习惯后的行为在实施时显得是那样轻而易举。同时，如果我们努力避免坏习惯也会使我们逐渐从中解脱。努力实践的过程并非一帆风顺，只要坚定这个付出必得的法则我们就可以战胜每一个困难险阻。

● 你此时一定为这条法则而欢欣鼓舞，放心大胆地去实践它吧！一切皆有可能，即使看起来最难改变的人类天性也会被重新塑造，只需你将自己想像成你理想中的样子。

● 人的生命本身会为客观世界轻易地改变和影响，如若不依靠坚实的理念，思想本身会受到众多阻难。我们要让创造性、建设性的思想同消极、负面的想法不断斗争，直至创造性的力量压倒可怜的受表象支



配着的负面想法。

● 在实验室中通过显微镜或望远镜锲而不舍地观察世界的人们是创造性思想最英勇的实践者。这些科学家们与企业家、政治家们一路将创造性的思维力量应用于身边的的工作与生活。他们不会像消极者那样只关注以往的经验而不去信任自身的开拓力量与潜能，他们不会把肉眼可见的权力与利益等摆在生命的核心。

人生如逆水行舟，不进则退。在这个世界上，没有墨守陈规、循规蹈矩者的立足之地，相反，却可以令运用创造性精神奋力拼搏者大展拳脚。

● 在追求更高生命意义的道路上，也如逆水行舟不进则退。生活最终将以严格的评判标准将人类区分为两种，运用创造性思维奋力拼搏的精神追求者与循规蹈矩、从不改变自我的保守者。对于千变万化的世界，不会存在原地踏步的境地，所以当我们评判自己是哪一个队伍里的成员时，只有两种选择，非此则彼。

真理是达到自由之途的惟一途径。而真理就是你要认识自我，认识到自己内在的力量，并积极发挥出来。

● 人们正处在一个极具竞争、变化莫测的生存空间当中，每一天、每一分钟世界都在发生着改变。人们对于现今世俗生活所带来的苦闷、压抑感高速提升，而且一种企图改变、毁灭并重建这种生活的愿望正如星星之火以燎原之势汹涌而来。

● 那些仍固守于旧秩序、旧世界的卫道士们正在新时代的黎明前焦躁不安的互相安慰，大肆谈论固有生活的安定与完美。将已经展现于眼前的未来趋势掩耳盗铃地置于脑后，对于新思维、新体制的恐惧使他们畏缩不前。

● 人类智慧的不断发展将带来对宇宙本性认识的发展与更新。当人们真正将崭新的宇宙精神理论应用于人类生存体制之中时，诸多社会问题皆会因之而得到改善。社



会会变得更加尊重个体的创造与更新，而压制极少数者对整个社会的控制或特权。

● 人们对于宇宙精神的认识需要一个由认知到确信的过程。只要人类一天还处于对宇宙能力理论的懵懂之中，少数的特权者就将多一天借助于神或宿命论来控制这个世界。人与人之间的创造力或行动力都在最大程度上拥有自由，这种自由神圣而不可侵犯，也绝不允许旧有秩序的卫道士们打着各种幌子继续其罪恶。

● 当人们真正体悟到宇宙精神，并能够将自己与其保持高度同一，就必将会得到它特殊的偏爱与眷顾，所有人类向往中的最高理想都会环绕左右。但宇宙精神有其自身的禀性，它刚正不阿、不为吹捧恭维所动，也绝不会因一时之情绪做出不理性的判断和厚赐。它是公正的、可信赖的、强大的。



请你们本周思考下面的问题：真理是使你获得自由的惟一途径。当我们运用宇宙精神法则去思考和经营我们的生活时，我们就不必再惧怕通往成功道路上的艰难困苦。你通过内在精神的自我强大达到外部世界的协同改变，并且当我们身处“寂静”之中时，我们随时都可以唤醒思维之中的灵感之泉，使其源源不绝地为我们破译出幸福人生的密码。我们可以借助于集中意念而进入那片心灵的静土，并在这片土地上找寻暂新的生命中迥然不同的奇遇与机缘。



## 重点回顾 >>>

### 1、力量从何而来？

来源于宇宙精神，万物由此而生，它是一个整体并且不可分。

### 2、这种力量通过什么方式得以显现？

通过人类的个体作为彰显自身的支流或渠道。

### 3、怎样才能使自己与这种“全能力量”和谐统一？

通过思维的思考能力获得对宇宙能量的感知，我们的内心世界所想即会在外部的客观世界得以显现。

### 4、这一发现意味着什么？

这是一个伟大的奇迹，它向我们展开了前所未有的、无穷无尽的机遇。

### 5、我们怎样使不良的境遇得到改善？

通过自我的内在精神与宇宙精神力量的高度统一。

### 6、伟大的、先知先觉的创造者与大多数人所异于何？

他们总是思考大的理念，借此将内心中渺小而



卑微的小理念消除、摧毁。

7、经验是怎样产生的？

通过固有的理念与法则而产生。

8、这一法则如何运行？

通过我们对事物的控制、支配心态。

9、新旧体制之间有哪些  
区别与差异？

区别在于对宇宙本质的理解与认识。旧体制借助“神的选择”控制众生，新体制强调人类神性的一面、认同人的自由与民主。





## **第二十二课 健康是过去思维方式的结果**

### **LESSON TWENTY-TWO**

在第二十二课中我们将会带你领会，任何思想都可以在我们潜意识的意识层中扎根，作用于我们的精神世界，即便如此这种思想的种子也未必全部是健康的种子，它所结出的果实很可能会令你大失所望。

人类的生活中往往会出现不尽人意的局面，人们不可避免的会发生各种各样的疾病，这些疾病虽表现形式不同但归结其原因通常都是由于人类自身没有屏蔽或消解的多种负面情绪所致，例如恐惧、忧愁、焦虑、苦恼、嫉妒、憎恨等等。

生命系统同时存在着两种基本功能，一为吸收、利用养分，制造细胞；二为分解、转化并排泄废物与毒素。

生命体都在生命过程中进行着这种不断建造同时不断破坏的活动。建造所需的养料也可以简单的表述为食物、空气和水。如此看来，人类的健康生存甚至延年益寿、长生不老不是变得相当的容易？

然而，人体中的破坏系统也可以将体内的垃圾累积起来，从而通过渗透进入机体细胞，导致全身性的毒素泛滥，破坏了整个身体或身体中某个部位的健康与平衡。因而人们会感觉到全身或某个部位的不适或病痛。

如果我们希望自己的机体能够保持健康不被疾病所累，那么最好的方式莫过于增加机体能量的同时，减少体内毒素的累积。当我们将意念中的消极因素逐步减轻直至消除就可以大大降低患病的可能。当我们体内用于清除毒素和排泄垃圾的神经和腺体不再为恐惧、忧愁、焦虑、苦恼、嫉妒等破坏，延年益寿将不再是难题。

任何辅助性的保健食品或营养品都只能在相对次要的层面上给机体以补充，那么生命体的和谐健康主要依赖于什么？我们如何了解并综合利用它？在这一课的阅读旅途中你将会一一知晓。



● 知识在我们的生活中起到至关重要的作用。我们依赖知识而生存，当我们了解到借助于知识可以更有效地控制和调节我们的性格、情绪、力量乃至机缘，我们就会更加确信人类的健康状况都是过去思维方式与习惯的结果。

● 当我们对意识的作用一无所知的时候，意识自身所产生的负面作用可能已经在我们的机体中集结了庞大的敌对力量。它们将我们思维中的印象作为种子种植于潜意识的土壤并随时幸灾乐祸地准备收成。因此，我们应该不断反思自己的思维方式是否存在着问题，把不良的诱因消解在萌芽状态。

● 我们的思维中所生产出的想法如果过多的存在消极的诱因，那么我们就必将为病痛、失败、颓废、消极无力所累。归根结底，我们在思考着什么，我们就将获得什么。什么样的“因”必将产生相同的“果”。

● 如若你已身陷病痛，那么请借助于我们上面所提到的在大脑中构造美好图景的方式来尝试更新和改变体内消极的固有平衡。你会发现当你持续不断地将自身体魄雄健的图画烙印在头脑中并反复重现时，各种非疑难的微小病痛十几分钟就会消失殆尽，即使是长年的慢性病痛也只需数周的时间而已。数以千计的人应用此法获得成功，你也一定可能做到！

● 科学告诉我们任何物质的存在模式都是一种不同频率的振动或运动。物质自身正是通过无休止的振动来达到自身的不断改变与更新。精神同样也可以通过共振的原理改变我们体内的原子活动形式，从而带来细胞内部结构的共同改变，随后机体也会随之发生化学改变。

● 自然界中无论看起来是静止还是运动的事物、无论是肉眼可见还是不可见的事物都按照自己固有的频率不断地振动。当振动的频率被改变，物质的本质、性质、形态也一定会随之发生相应的改变。我们因



此可以借助改变思维的振动方式而改变机体使其调整至最理想的状态。

● 不要把这种结论看做是新鲜的发现。其实在日常生活中我们无时无刻不在使用着这种力量。也正因此才会有太多的我们并不满意的结果产生。当我们还没有知晓这种因果关系时，我们会不自觉地将负面的思想根植于身体中，从而招致恶果。通过训练，我们可以正确、智慧地使用这种有益的振动，使身体状态向着我们所希望的方向发展。长期累积的经验会使我们更加自如且自信地使身体产生愉快的振动，也会同时会知晓如何避免不愉快的感觉产生。

过去的思想会影响后来的结果。积极、崇高、勇敢、善良的思想，招致成功和幸福的结果；而愤慨、险恶、苛刻、嫉妒的思想，则招致没落和失败的结果。

● 让我们试图回想，我们过去的思想所带来的不同后果。当我们的思想更加积极、崇高、勇敢、善良时，它就具有积极的活力也具有高强度的创造性，那是因为我们使身体得到了较好的振动形式。如果我们的思想充溢着愤慨、险恶、苛刻、嫉妒时，则使用的是另外一种振动形式。任何一种振动都会在现实世界中形成不同的结果，或使人疾病缠身，或令人健康愉快。

● 我们由此可以相信，精神自身有着能够引领和操控我们身体的巨大潜力。

● 生活中的许多情形可以控制我们的身体，我们称之为客观精神对身体的作用。当你听到滑稽可笑的事情，脸部的肌肉会做笑的表情，身体也会由于笑而产生振动，由此可见思想可以主导我们的肌肉工作。当我们为电影中的剧情感动得流泪，因紧张的画面而手心出汗时，其实正是我们身上的腺体在配合我们的思想工作。当你愤怒的时



候，会感觉全身的血液一时间全部充盈到你的头部，这表明思想本身也可以控制血液的循环。但不要担心，所有这种客观精神对身体的控制或影响都是暂时的，它并不会长久地存在。

● 而潜意识则用另一种完全不同的方式控制我们的身体，当我们出血或受伤，便有数以万计的细胞开始进行分工协作，帮助伤口愈合。如果我们不小心因外伤而骨折，虽然我们要接受医生的帮助和治疗但真正帮助我们的骨头重新长合在一起的仍然是我们自己。当我们感觉到寒冷的气流，我们几乎会立即打喷嚏把寒冷的空气驱赶出去。当我们不小心感染了细菌或病毒，身体也立即会发出警报，首先将患处同其他身体部位作以阻隔，然后专门用于与病毒战斗的白血球就会开始激烈战斗和反抗。

● 这种智能的人体细胞行动通常在潜意识的作用下不知不觉地完成。如果我们主观不去刻意更改或控制它们的行动，它们将会把行动完成得非常出色。它们对我们的思维高度敏感，智慧得可以胜任几乎所有工作。但当我们一旦出现了一些负面消极的想法或因素，或者一些与浴血奋战完全不相符的头脑画面，智能的细胞们就会对这样的指令不知所措。久而久之，细胞就会被这不明朗的指令搅扰得疲惫、乏力、迟钝，最终不得已放弃行动。

● 我们借由思想与身体的共振法则可以顺利地走上通往健康之路，共振法则通过我们的精神世界发挥其自身的巨大作用，内在世界的改变可以轻而易举的改变我们所身处的客观环境。所以如若我们拥有了这种智慧、了解了这个基本原理，当我们发现自己生活之中存在的问题时就立即行动起来去努力改变自身的内在思想和精神，以期待在我们的外部世界中获得相同的反映。

● 客观世界的问题求解总是会在内部的精神领域中找到，当“因”被改变，“果”也必将发生相应的改变。



● 我们身体内的每个细胞都是一个个智慧的小精灵，不必我们去指引它，它们即可以帮助我们将身体中的一切问题轻松、圆满地解决。每一个细胞都具有非凡的创造力，它们会按照最理想的图景准确地勾勒出你想要的答案。

● 所以，当你将完美、理想的图画贮存进你的大脑中时，那么细胞天才的创造力就将一个真实而健康的体魄完美地打造给你。

● 生活在我们大脑中的细胞也会遵循这样的法则而工作，大脑受控于我们的心态或精神，如若我们将不良的图景或信号导入大脑并为主观意识所接纳，那么我们的身体也会接受到同样的信号信息，逐渐衰退。因此不时地将健康、主动、积极的思想导入大脑中才可以确保我们拥有强健的体魄。

● 我们已经了解，人身体的一切器官或行为都是不断振动的结果。

● 我们已经知道，主观精神也是一种振动的行为。

● 我们已知晓，强大、有力、高级的振动模式将取代、引领、改变、控制低级的振动。

● 我们也了解到，身体采用何种振动形式是由大脑细胞的性质决定的。

● 我们也明白了积极或消极的脑细胞产生的原理。

● 因此，我们就已完全可以控制并引领我们的身体

内在世界的改变，  
可以改变我们身处的外部  
环境。成大事者，应该能够  
调适自己的心情，使之达到  
宁静致远的境界。

不要相信命运，你之所以不能  
达到成功、快乐、幸福的彼岸，  
原因在于，你从未让自己接受  
成功、快乐和幸福乃是自己的  
责任。



状况向着我们希望的方向发展和变化，通过了解精神力量的和宇宙精神的法则我们可以让自己与其保持高度一致，让机体自身的智能反应得到我们主观思维的顺应与支持。

● 现在，已经有越来越多的人对这一法则予以支持和认同，精神的确可以达到对身体的控制。甚至更多的医生也开始加入这个行列并全力以赴进行研究。在这一研究课题上著述甚多的肖菲尔博士曾经说过“迄今为止精神疗法在医学世界中尚没有受到极认真的对待，在心理学界也极少有人以此为出发点做精神能量方面的研究。太少的人关注精神能够控制身体的巨大力量。”

● 我们可以确信，医学对功能性的神经疾病治疗卓有成效，但这些医治方法大多来源于对以往经验的总结和对新问题的创造性解决，我们很难在固有的书本中找到答案。

● 医生往往只能对眼前的医疗手段或措施加以使用，而忽略对精神疗法的实际运用。当医学对精神疗法开始重视并在医学院校中开始被教授以后，很多现今医患关系中存在的问题就会得到更完善的解决。它可以大大地降低医生实施救治时因治疗手段不足或不够有效而造成的错误。

● 由于精神治疗本身是一种自我唤醒或自我暗示，因此患者本身自己就可以独立完成。尽管大多数病人并不知晓这个道理，并且从未在自己的身上使用过，但如果有一天它们开始借助于精神疗法，将会使它们得到意想不到的结果。病人可以将自己的情绪或思想由不利、消极的状态中解脱、置换出来，替代之以欢乐的、充满希望的、平静的心绪，这种治疗可以依赖自身的力量改变病情、改变生活。

● 太多人抱持着这种荒谬的理论，即人类的一切不幸皆来源于上帝的安排。若果真如此，那么所有人类生命的救助与施惠者不是无视于上帝的全能安排而对天命做出反抗？因此真正顺应于上帝的意志的生命



体应该确信无所不在的宇宙力量可以协助我们去摧毁人世间本应该存在的不和谐因素，使一切疾病与痛苦都消亡。

● 神学者一直在鼓吹并使我们确信我们“生而有之”的罪恶，使我们从出生起便没有一天可以逃离自我忏悔和心灵的处罚。若造物者果真爱人，又为何让我们以有罪之身活在凡间，通过一生的自责与悔悟去得到不可知的来世的清白。这种对于宇宙万物的极端无知使人们生而恐惧，人们不断地忏悔自我也是因其对全能上帝的惧怕而非“爱”。神学家2000年来以自己有限的心智曲解了上帝的意志而错误的引导人们，埋没了神的意愿本质。

● 精神作为万事万物之源按上帝的意志服务于客观世界的本体。人生活的环境、情形都由其对这个世界的认识而来，人的所作所为也皆受制于不断闪现的瞬间灵感。对已有知识的掌握和对未知事物的探索使人类不断进步、成长直至达到卓越。精神本质最终会将人意识中的无限潜能转变为现实。

## 心灵训练

lesson twenty-two

你这一周可以围绕着丁尼生这首美丽的诗句展开思考，“当你向他索取，他必会恩惠于你、你们的心灵将在瞬间聚合、犹如骨肉血缘般亲密，他每时每刻都会陪伴在你的身边从未远行。”你会逐渐领悟主动地“向他索取”便是将自己的心灵接近力量无限的宇宙精神。



## 重点回顾 >>>

1、怎样才能使人摆脱疾病的负累？

让自己同全知全能的自然法则统一。

2、如何保持这种完全的高度统一？

我们已经了解人的肉体为精神所掌控，当人类将自己的思想或精神打造得理想完善时肉体也将与其拥有相似的完美。

3、精神和本体的一致性意味着什么？

当精神有意识地趋向于完美，人类的理智与情感也渐次将这种完美表达出来。

4、精神与客体的关系是否有一个对应的自然法则？

精神借助振动法则对客体产生影响。

5、为什么振动法则会适用于此？

大思想、大智慧可以控制、转变、消除小的思想与理念。同样高频率的振动可以管理、更改、控制、转变或消除较低频率的振动。

6、精神治疗法是否已得到众多人群的认同？

尽管全世界的人类应用的形式并不完全相同，



但在我们的国家中已有数百万人应用此法并获得了自身健康、生活、能力等诸多改变。

7、应用精神疗法会得到什么样的效果？

人类思维最高境界中的创造力与推理力可以借由现实存在的结果而被验证，从而使人对自身的表现达到自我满足，获得精神上的愉悦。这种效果是史无前例的。

8、应用这种方法是否能够改变生活中的其他方面？

人类可以借助于这一理论体系满足个人或群体的一切期望。





## 第二十三课 将成功发展到极致

LESSON TWENTY-THREE

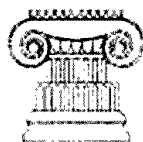
能够同大家一起进入第二十三课的学习不失为一件愉快之事，在这一课中我们将一起来探讨金钱在我们生活中方方面面的不同表现与特点，了解成功的根源在于对人的服务。生活中一切获得都源于我们曾经的付出，所以当我们有机会为周围的人、事、物有所付出时，我们就等于得到了上天的格外恩宠。

通过前几课的学习我们已经熟知，上天对于人类最高价值的恩赐与奖赏，就是人拥有着取之不尽、用之不竭的思想。创造性的思想带来创造性的行为。因此当我们期待生活有所收获，那么对于我们最有价值的付出就是我们源源不绝的思想本身。

真正具有爆发力的创造性思维是意念高度集中的产物。我们在一段时间内将思想高度集中于一点，汇集全身所有的能量与精力进行一场飓风般的脑力激荡，随后我们将如被赋予了超人的智慧与力量，将内在精神完美再现于现时现境。

这是一门最为本源与基础的科学，它将一切科学包含于其中；这又是高于一切艺术的艺术，将素凡人生装点得无限曼妙。当我们对这门艺术的科学、科学的艺术熟练掌握、灵活运用之时就可以在人生道路上获得长足的进步，面前这美好的场景绝非不可触得的海市蜃楼，而是你通过自身不懈努力不断为自己收获的最为振奋人心的嘉奖。

丝毫不必怀疑，当我们将心态调整为积极、无私、公正，我们的人生也必将因此而厚重、踏实、深远。“春种芽苗秋收果”这是付出回报的忠实法则。自然因其规律而复始，人生也因此规律而前行。只需相信付出必有收获，人生的平衡、乐观才是宇宙精神的主旋律。



● 对于金钱的理念取决于我们对金钱的态度。金钱无疑是商业经济的典型表征，也是踏入商业经济领域的惟一通道。对于金钱的渴望可以调动我们对其重视的程度与欲念，从而促成整个经济的加速流通，打开财富的通路。但如若我们对金钱的获取过程心存恐惧，那么无疑我们将会与通往财富之路南辕北辙。

● 对金钱的恐惧或对获取财富过程的恐惧只会带来我们所厌倦的贫穷。真实的贫穷来源于意识世界中的贫穷。我们有所付出才会有所收获，如果我们因恐惧而止步不前那么我们真的就只会得到我们所恐惧失败后所产生的那种悲惨结果。金钱也存在于这个整体的世界中，它也同样遵循宇宙精神的法则，因此它也受导引于智慧、勇敢、优秀的人类思想。

● 生活中我们经常会引用“人脉即财脉”这样的熟语来形容朋友与财富获得的关系。当我们帮助朋友、为他们服务、为他们谋利益、为他们做更多有益于他们自身的事情时，我们也同时不断扩展了我们的交友领域。服务于人是成功的一条黄金定律，而这种服务必须是一种源自于本性的给予，它的背后是一颗诚实、正真、关爱他人的心。有所企图的帮助不能称之为真正意义上的服务。当心怀鬼胎者使用其有限的手段与方法去容人待友时，他们最终也必将遭人际关系及事业上的全盘失败。因为他们对于交换原理一无所知，他们根本无法瞒天过海地去欺骗宇宙间的根本法则，因果关系的定理必使他深陷入无力、无为、无能的泥淖。

● 生命的力量可聚积于一点，也可发散于四围。我们因生命意识中的图景被塑造成可见可触的外在形态。当我们调试自我的心态、开放我们的心灵、吐陈纳新地不断更新自我，更侧重追求过程而非结果，那么最终我们收获的就不仅仅是欲知的结果，还有意想不到的心历体验。

● 当你具备了能够吸引财富的内因，那么财富也一定会追随你而



来。在和财富的邂逅过程之中，你需要具备不只是一颗服务于他人的心，同时你也要具备敏锐的洞察力。你更要在机遇与你碰触的瞬间将其牢牢把握。你需要将所有机遇、垂青于你的因素汇聚于身旁，当你身处有利的位置时，你就能够帮助你要服务的人，同时也更接近财富与成功。

● 人生性中的广阔胸襟与对他人的慷慨大度使我们的思想具有着迷人的活力，而谋私的思想或行为只能带来精彩思维的毁灭。自私像思维中的蚁洞，终会将我们的创造力大厦瓦解、毁灭，也因此折断了飞往财富空间的羽翼。我们必如体悟人生一样细细品味所谓“舍得”的真谛。

● 我们以自身所能服务于人，服务于世界。我们自身的力量供应了整个社会和人类。我们不断调整自己的意识使其与全能之力的法则保持一致，我们就会轻而易举地看到，当我们给予得更多，我们就会收获得越多。工人以技能服务于人、艺术家以艺术作品服务于人、商人以自己的货品服务于人，所有的付出都会按照法则中所言，拿出的越多，得到的越多，而后我们自然会有能力付出更多的恩惠与服务。

● 金融家依据自己的思考，源源不断地付出，他努力保持自我思考的独立性并且从未将这样的工作委以他人。当他希望通过思想获得想要的结果他必会得到身边人的众多启示，当他得到了他想要的答案，那么他就可以用更多的形式和手段去为更多的人谋求利益。最后，当众人也随之得到了成功，金融家因此也成就了自我。很多的成功者或财富的拥有者，他们不必依靠损失他人的利益而自我收获，相反，他们往往是依靠帮助他人致富而让自己成为了最富有的人。

服务于人是成功的黄金定律。朋友是人生之路和财富之路上最重要的资源。但服务之心应当诚恳，发自内心。不择手段只能招致恶果。



● 芸芸众生，善于思考者寥寥无几。大多数人对思维的尝试皆是浅尝辄止。他们没有更多自我的观点，而是人云亦云地过着自己平淡而无为的生活。他们从不过多的去验证或反思既有的思想，他们以极度柔顺的态度迷信于权威和宿命。他们将思考太多重大决定的工作推卸给极少数的人，这些人不只无形中拿去了不思考者的权利，同时也使他们泯灭了创造的能力。

● 当我们在我们所真正关心和专注的事上集中自己的意念和能量，我们就可以心无旁骛地使思维的能量为自己服务。太多的人不了解这个法则，反而将消极而负面的因素如悲伤、困苦、混乱等常常挂在心上，这对他不仅没有任何益处反而徒增烦恼。当我们满心所渴望和想像的全部是理想的结果，我们也会因事业或生活不断收获的顺利与满足而更加使自己关注于这种良好状态所带来的良好心绪，那么这种良性的循环怎么会不给我们带来快乐的生活呢？

● 精神是我们必须始终坚守的阵地。我们只有在精神中才能够去创造和实现一切可能。不论精神被界定是什么领域这都丝毫不会影响精神将使我们的思想凝结成精华的本质。任何精神的有意义的行为都必然在我们的思维中得以实现其全部过程。

● 了解了这些，你一定与我同样会得出这样的结论。如果你是一个真正的“务实者”，那么对于你最安全、最踏实的选择就是认认真真地去学习这种法则，并去努力不懈地实践它。只有坚定地学习和实践才可以使我们真正领悟其中的真谛。“务实者”从来不是只知努力不知抬头看路的愚笨者，只要他们认识到这种法则使他们的生活甜如蜜糖，那么当你在理想之巅看风景时，会发现你身边皆是这些勤奋而踏实的人们。

● 下面我将以一个现实中的例子，来证明创造力和人的成功之间的关系。过去，我有一个芝加哥的朋友，他始终如一地用原有的观念来指导他的人生。他的生活一度曾很成功，虽有一些失败但不是事业的主



旋律。后来我再遇此人时，正逢此人处于事业上的低谷，他似乎再无回天之力，并且和过去的他相比较，现在的他的确显得头脑中的新鲜想法极度匮乏。

● 当他了解了我们本书中所介绍的理念时，他显然如获至宝。他说经商多年的经验告诉他，做生意贵在常有新奇的想法和高招可以应对风云变换的商场。但现在的他明显如江郎才尽般再也没有有什么好的创意和点子了。如果我们的理论对他真的会有效，那么无疑这将给他提供回转的生机，加之其多年的眼光和经验一定会再次走向巅峰。

● 几年后的前不久，我又再次听到了关于此人的消息。当时我在聊天中问一个朋友，“我们那个朋友现在发展得如何？他是否重整雄风，再创了佳绩？”谁知这位朋友一脸惊讶的看着我说：“怎么你不知道，他可大发了一笔，而且现在已经跃居成为了某个企业的重要人物。”他所提及的这个企业正值发展的春天，各种广告在国内外闻名遐迩，并且发展如此迅猛的原因是缘于一个价值连城的黄金点子，而这个点子的源头正是他！这个事例绝非耸人听闻，而的确是一个真实的故事。

● 如此这般，你的内心又在发生着怎样的激荡？对于我本人来讲，这个事例表明确实会有人在因这种精神方法而受益于人生，也确实有人可以做到自身与无限精神的合一与沟通。他能够左右它为自己工作，把经典的思维灵感应用于商业当中。

● 听到这样的讲述请不要将注意力拘泥于“无限”这样的词汇，这并非是将人神化或将人的品格或意志进行无休止的夸大，我只是想告诉你们，当你用最灵敏的智慧去

不要将烦恼挂在心上，而要永远想着积极。精神状态决定着成功的状态。

以开阔的思想看待财富，不被财富所羁绊，财富的源头才会被真正打开。



倾听无限的意义时，“无限”本身就会随即为你带来“无限的力量”。精神与你的客观行为做到了前所未有的和谐统一。这不仅不是对神的万能的亵渎，反而是对神的意志思想的提炼与解释。当我们自信于自己的能力并且按照创造性思想的指引运用我们的精神，那么我们就学会了运用这种“无限的力量”。

● 我想提醒大家的是，我从未曾与此人商议自我更新的步骤与方案，而是他自己从这种“无限的能量”中自然而然地找到了自己的全部所需，他使用思维中独到的创造力打造了自己理想中的模式，他必定是不断对自己的思想更新、否定、填补、改进，不会放过任何一个小小的细节。如果你同我们一样每天深处于对这项理念的研究之中，你就会像我一样从所接触到的一个个典型事例中和典型人的身上感受到这种“无限力量”的神奇，因为他们的卓越与成功绝不虚假。

● 也许会有人怀疑，为何此种“无限力量”就可以如此有力并且如此容易地作用于客观物质世界？事实并非如此，在与“无限能量”的接轨中，一定要完全与它运行的法则一致而和谐，否则哪怕一个最小的失误也会让你全盘皆输。“无限能量”只赋予能够经受得住考验的人。



这一周，请将这样的意念根植于心：人是因肉体的存在而存在，人是因精神的存在而永生。因此人的任何生命活动或内心憧憬都将通过精神的影响力去得到满足。金钱与利益对我们的满足只是一时，并且只在环境的层面上对我们的生活有所影响。而当人的精神与“无限力量”合而为一，它就可以为人带来用不枯竭的供给。金钱最终的目的只是为了服务于人，当你能够以这种开阔的思想去看待财富，你的思想与财富源头就会被开启。届时，你会体会到精神疗法的美妙动人。



## 重点回顾 >>>

1、什么是成功的第一法则？

是服务于人。

2、怎样才能使我们更好地服务于他人？

将思想与胸襟同时开拓；重视过程远过于重视结果；重视追寻远过于重视拥有。

3、自私会给我们带来什么恶果？

自私的想法会将我们思想中有价值的东西毁灭。

4、成功如何被发展到极致？

轻视结果，重视付出；轻视拥有，重视过程。付出大于收获。

5、金融家如何取得财富的成功？

他们依据自己的想法而决策和执行。

6、为什么很多国家的很多人甘愿一生庸碌并将自己思考的权力赠予他人？

他们依赖这少数人执行他们不具有创造力的想法，从而恶性循环。



7、如果思想里的核心是  
悲伤与消极，结果会  
如何？

会将更多的悲伤和损失招引至身旁。

8、如若思想中的核心是  
快乐和收获，会产生  
怎样的结果？

乐观的思想会为我们带来更加令人愉悦的巨大  
收获。

9、精神法则是否同样可  
应用于商业？

当然可以，无数个例证都可以向我们表明这一  
法则非常适合于商业之中，即使我们不曾发  
现，其实他已经在无意识中被大加使用了。

10、这些原理会给我们带  
来哪些实际的益处？

我们可以从中明白：凡事皆有因果，而这项原  
理在精神世界中的应用就是我们健康的“因”，  
得出的“果”也必将完美。所以若我们想借此信  
条而收获满意果实就应该确知这一理念并时刻  
尝试使用它。





## 第二十四课 一切皆在你心中

LESSON TWENTY-FOUR

很高兴你进入了本书第二十四课的阅读，它意味着这次神秘之旅已接近尾声。

当你相信精神在生活中的神奇魔力并不断地实践和尝试这一真理，你便会不时地从你的生活中看到你只曾在头脑中闪现过的场景。因为在此以前，你已将你心中的思想映射入了你的现实生活。很多人在愉快的学习之旅后向我表述了他们的心得：“思想的确像一把利剑，可以在我们的生活中披荆斩棘，勾勒出一道绚丽的彩虹。”

通过实践与学习而得的这种自我激发和创造的能力，可以伴随你度过愉快而成功的一生。这种无处不在的思维法则让你获得自我的醒悟与提升，它带领你脱离物质的匮乏与自我思想的局限，也带你走出消极、悲伤、恐惧或忧郁的生活情形。它不会因你曾经的个性与信仰而歧视你，更不会因你对此道理省悟得早晚而对你有所偏见。无论怎样，它对于你都是一种随时随地的、无条件的接纳。

也许曾经你是位忠实的宗教信徒，那么这种理论和宇宙精神的力量只能使你感觉更接近和信任你的神；如果你一生都坚持笃信科学，那么论述中如数学般精准的细致描述一定让你心悦诚服；如果你相信灵魂至上、在哲学的自我剖析中已走了好长一段路途，那么如此惟心与形而上学的精神领域的最新结论定会让你在长久的上下求索中如获至宝。

至此，我们已完全不必怀疑，千秋万代宗教、哲学、科学领域内的人们所孜孜以求的千古绝密就在这一天被破解，此时它正捧在你的手中，等待着伴你步入那只曾在你梦境中才展现过的人间天堂。



● 当“太阳是宇宙的中心”、“地球围绕太阳旋转”这样的科学发现首次被公之于众时，人们不仅惊讶、怀疑，并且一度认为这是一种极端错误的学说。人们每天看见太阳从东方升起从西方落下，太阳本身的运动轨迹在我们的肉眼中是那么的明确，人们对此观点及提出此观点的科学家给予抨击，并将其定义为歪理学说。但经过长时间的验证，我们已经可以看到事实最终定会击败一切怀疑，而让人们逐渐接纳并信赖它。

● 世界上存在着很多可以发出声音的物体。物体之所以可以发出声响，它的原理是这个物体本身使空气产生了振动。振动的频率越大我们就更有可能听到其声音，一般来讲当振动可以达到每秒16次以上，我们就可辨识到声音，如果振动达到了每秒38,000次以上，因为频率过高反而一切将回复到无声。它所展示于人的是一片静寂。所以声音不产生于物体本身，声音其实产生于我们自己对声响的感觉中。

● 我们对于光和色的感知也是这样的原理。在我们的认识中，太阳是一种能自己发出光和热的物体。“光”本身其实是波产生振动的结果。太阳以每秒钟四百万亿以上的振动频率传递着能量，因此我们将这种能量定义为“光波”。“光”是能量的一种表现形式。随着振动频率增加，光的颜色也会相应发生变化。在这里不得不提及的是，色彩本身也存在于我们的心里，不论是绿树红花、海绿天蓝都是光波不同的振动频率所带给我们自身的感受而已。如果振动频率低于每秒钟四百万亿以下时，光则消失，热则出现。所以当我们完全听凭感觉判断世界上所有事物所传递的信息时难免会出错。

● 我们可以将这种理论归纳至形而上学体系之中。当思想之中的精神世界平和如镜，生命的诸多相关事物也会随之显现出和谐。当我们思想中存在健康、财富、成功，我们就可以得到健康、财富与现实中的成功。



● 也许你长久以来被生活中的各种苦痛挤压得困苦不堪，但当你了解到所有的疾病、痛苦和局限性皆源于你自身内在的“因”的错误时，你就理解了为何会产生这样的“果”。绝对真理可以改变我们的思想进而改变我们的生活。一切犹豫、恐惧、不信任都是我们自己内心的逃避，你应当知道这些都仅仅是虚幻的存在而非真实的困境。当你轻视它们，我们就不会再被牢禁，就可以将它们抛至九霄云外。

一切忧郁、恐惧、不自信都是我们内心的自我逃避，只要我们轻视它们，我们就一定会脱出牢禁，解放自己，走上必胜的坦途。

● 你现在所需要去做的，就是完全对这个真理的深信不疑。当你真正做到，你就可以准确无误地运用你的思维能力，真理也将飘然而至于你的生活。

● 对这种精神力量的确信者们，不断地应用这些方法去帮助自己和他人。他们借此开展对自己的治疗，他们用自己的行动与努力把思想中的场景变为理想的现实。他们了解只要你掌握了这个法则，你会发现一切健康、富有、成功都时刻围绕在我们周围，它们从不遥远，而那些被困境所折磨的人们仅仅是因为还没有参悟到这个真理而已。

● 无论疾病或困苦都是源发自我本身的精神状态。只要我们把以往头脑中的错误态度清除干净，取而代之这一项绝对真理，那么所有不利于我们愉悦的情形都会相应得到转变。

● 那么，我们如何帮助自己破译真理、消灭思想中的错误呢？最有效的方式即是让自己向“寂静”中走去，你可以一人独往，也可以同时帮助他人。如果你已经能自如地在头脑中幻化出想要的理想图景，那么你就已经拿到



了通往幸福之路的金钥匙。生活的一切美妙都将在打开门的瞬间扑面而来。如果我们仍无法自我完成，那么说明我们内心仍有疑虑，我们就应该反复、多次与自己的心灵交谈、使他接纳这个真理并帮助你去开启幸福的大门。

● 请永远铭记，无论环境如何，你一生真正需要斗争和征服的仅仅是你自己。因为一切困难与恐惧皆产生于你的心中，所以外界的困难、坎坷都不应该将你压倒，你只要从内心里不断自我调整，你想要得到的完满结果就定会一一实现。

● 在实践过程中我们可以借由很多形式帮助自己。例如在内心描绘理想的图景、与自己的内心交谈使之确信、良好的自我暗示都可以不同程度地将你的意念集中起来，最终走上真理之路。

● 那么我们又如何通过这种力量去帮助他人呢？当你希望一个人从困难中解脱出来、战胜局限与错谬，你只需从你的思想层面上做出努力，从意识上去帮助他。这种意识可以让你们在思想上得到共鸣，你内心中对软弱、匮乏、局限、危险、困难的战斗与消解等想法也会同时传递给他，从而协助他得到解脱。

● 当然思想本身的活跃性和它无穷尽的创造性会时常使你一不留心即专注于眼前境遇的不和谐。你不必担心，只要你坚定自己的真理，相信一切现象都只是暂时的表象而非事实本质时，你就可以战胜一时的困难，得到精神永不消逝的力量。

● 既然事物皆本源于振动。那么无论正确或错误的思想都是以振动的形式存在，往往正确思想的振动频率会大于错误的思想，因此真理将永远战胜谬误。只要真理刚一露头，肆虐的邪恶便会落荒而逃。

● 你对真理的理解和领悟程度完全决定了你可能获得的客观境



遇，也全面展示了你个人智慧的潜力，当你不断更新、超越原有自我的时候，你就在生命中不断进步、前行。

● “自我”属于精神的范畴，它的根本就是尽善尽美。它本身就不应该存在着恐惧或任何疾病。最初的它应如一个初生的婴儿般纯净、完美。当我们感受到灵感的闪现，我们不要将其误解为我们大脑细胞工作的结果，其实那是“自我”被激发的产物。“自我”与宇宙精神合而为一，这种精神性是稳定而久存的。灵感如人类生命中的火光可以改变自身，将为这个世界创造出无限的希望。

请永远铭记，你一生中真正需要斗争和征服的只有你自己。

● 真理必借助于意识的不断开发而收获。它不会因长期的训练或实验而闪现。简而言之，真理不是学而实习之的，它靠的是一种信念所带来的悟性去领悟、破解它。我们生存的世界、周围的生活、社会的变革都取决于我们对真理的领悟程度。真理不是简单恪守的信条，而是将思想融于行为的一种客观显现。

● 性格也决定着真理的垂青。一个人的性格是其自身宗教信仰的一种形式的体现，而性格对于个体也是其对于信仰的诠释。信仰即为人们所完全笃信的真理，他相信什么样的真理也就会展现出什么样的性格和品质。性格也是个人对他本人宗教信仰的诠释。如果一个人一味地抱怨时运不佳，那么他就是在曲解真理。因为时运的好坏完全决定于他自身。

● 人的生命之中，过去与现在的关系是一种不间断的承接。当我们的生活遭逢失败或困境，那是因为在这些困境真正的出现之前，这种场景或意识就已经根植于我们的潜意识之中了。这种潜意识会在我们不知觉的情况下把



与此相同的精神和物质吸引过来，造就今天的局面。所以当我们知道了这个道理我们就应该反省自我，体察自己的内心，找到究竟是什么负面的消极因素影响了我们的心智。

● 真理能够使你“自由”，如果你能有意识地认识真理，你就能够战胜一切困难。

● 你外在世界中遭遇到的境况，永远都是你内在世界境况的反映。因此，要让你的心灵拥有完美无憾的理想，这样，你才能够在外在环境中遇见理想的机遇和条件——这一点是经得起科学验证的。

● 如果，你总是看到环境中的缺憾、不满、限制等等负面的因素，那么这些境况愈发会在你的生命中出现。然而，如果你训练你的心灵，去注视精神的自我，也就是永远完美、完整、和谐的“自我”，那么，你就能够拥有对你的身心健康有益的外部环境。

● 思想是具有创造性的，而真理是最完备、最高境界的思想。因此，正确的思考能够带来正确的创造。当真理到来，谬误必然退避、消失，这一点是不言自明的。

● 宇宙精神是一切精神的汇聚。精神就是智慧，精神即心智。精神和心智是同义词。

● 精神不是依存于我们这个个体之中的，精神是一种永恒存在的物质，它无时无刻不在，遍及宇宙之中的所有空间。我们的生活和生活中的一切事物没一处不是精神的产物与结果，它同我们的肉体如影随形。它和宇宙合而为一，共生共存。

● 人们相信有上帝，用神的意志来解释人世间一切不可琢磨的巨大力量。但是“上帝”这个词还不能完全表达宇宙精神。我们用上帝来解



释超自然的力量相当于认同力量的源头是外部世界，而精神本身的自然法则是源于人内在的潜在能量。“上帝”其实每时每刻都存在于我们的体内，因为它即是我们精神的灵魂。

● 思维的精髓在于创造，精神的本质也在于创造。我们应用思维和精神进行创造的同时我们自身也具有了超人格的力量。我们为自己也为别人不断地在思维与精神寻求中增长创造了能力。

● 当我们真正理解了这个精神法则，真正体会到了宇宙精神的玄妙，我们就如同手持通往幸福的金钥匙，借由它可以打开人生最为瑰丽的宝库之门。此时的你已经成为了上天的宠儿，具备一切领悟真理所需的才智与心力，具备常人无可匹敌的广阔心胸，更具备不可磨灭与消亡的坚定意志。

要训练自己的心灵，去发现完美、自信、大勇的自我，并从心灵中驱除一切负面的因素。正所谓，必信者必胜。成功者思想中只有“我能”，而非“我不能”。





这一周希望你能够去体会：我们生存在一个无限丰盈的世界，这个世界充满着神奇与可能，包括你也是一个神奇而富有活力的生命体。当我们认识到这个真实的黄金道理，我们就会新奇而惊喜地发现那些宇宙早已为我们预先准备好的无限资源，它们可能是我们从未见闻过的美妙，也是我们的思维创造力所未曾触及。当我们相信自身完全可以明辨世间的善恶与是非，我们就可以逐渐领悟我们曾经所认为的无比完美。但相对于内在精神所带给我们的巨大宝库，仍是多么的微小而平庸。



## 重点回顾 >>>

1、人自身存在着什么样的真理？

在人的精神领域中存在着一个真正的“自我”，并且她天生美玉无瑕。

2、我们如何才能将存在着谬误击垮和消灭？

我们可以用正确的真理去消灭错谬的思想。当我们相信我们所期望的必会在未来的客观世界中显现，我们就会毫不迟疑地修正我们的方向。

3、我们是否可以帮助他人学习到“宇宙精神”的真理？

宇宙精神是一个密不可分的整体，它无处不在，它充溢于我们的一切生活环境之中，所以他人与你都在其中，帮助他人就如同帮助自己。

4、宇宙精神是什么？

它是一个宏大的，所有精神总和的概念。

5、宇宙精神存在于哪里？

宇宙精神是一个密不可分的整体，它无所不在，它存在于我们的身体，也存在于我们的内



心。宇宙精神是我们的精神之源，它是宇宙的灵魂，是我们生命灵魂的依托。

6、我们如何能够连接宇宙精神？

通过我们的思考。依靠思考我们就可以将宇宙精神表达出来，同时也可以为自己、为他人展现宇宙精神的巨大能量。

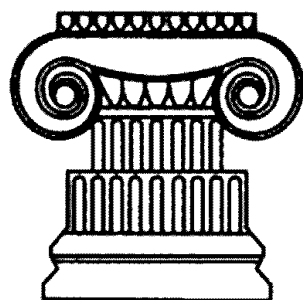
7、思考能带来什么？

思考能给我们带来更加坚定、冷静、审慎、清晰、恒定的思想状态，更加明确而积极地面对追求的目标。

8、当我们思考并无限接近宇宙精神会得出什么样的结果？

无论你想什么、做什么、梦想什么，都有一股潜在的神奇力量在你的体内作为动力支持着你。宇宙精神实实在在地存在于你的身体里，如果你善待它，它就会将你的思想作为自己永恒的家园，并帮助你创造最为和谐、完美的人生。

# THE MASTER KEY SYSTEM



## 从《世界上最神奇的24堂课》中 能得到什么



《世界上最神奇的24堂课》体系到底给我们提供了什么？

它解释了所有伟大的、崇高的、卓越的和观点的起源。揭示了为什么有时候我们与生俱来地拥有语言技巧、直觉意识、精确的判断和灵感。

它告诉我们为什么那些谙熟控制我们精神王国的规律的人能够成功，能够实现自己的抱负，能成为作家、著作者、艺术家、政府官员、工业巨头，而这些人又为什么总会少于人口的百分之十。

它告诉我们人体能量散发的中心点，解释了这个能量是如何分配的，能量的散发为什么会使人拥有愉快的体验，并且讲解能量散发受阻时如何给个体造成紊乱、不和谐和各种各样的缺乏和不足。

它告诉我们一切必须消除的负面力量，并告诉我们如何去消除它。

它解释了那个控制着你“称为自己”的东西到底是什么。你并不是指你的肉体，肉体只是自我用来达到目的的物质工具；你也不是指你的灵魂，灵魂只是自我用来思考、推理和设想的另一个工具。

它告诉我们潜意识的程序如何处于不停的运转中，并启发我们如何积极地去引导这一过程，而不仅仅只是这个过程的被动承受者。

它告诉我们在什么条件下我们可以成为健康、和谐和富裕的继承者。那就是要求我们抛弃自身的局限性、奴役性和欠缺性，要求我们最大限度地利用我们所拥有的资源。

它告诉我们构建未来赖以发展的基础和模型。它教我们如何使它变得宏伟和美丽，并告诉我们不能因为物质条件而受到局限，除了自己没有任何人能设置障碍。

它教给我们一个途径，利用这个途径我们只要虔诚不懈地努力就一定会得到和最初预想相同的结果。

它告诉我们为什么一些表面上努力追求自己理想的人看起来却是失败的。

它告诉我们个人的性格、健康和经济状况是如何形成的，在如何取得合理的物质财富方面给我们提出了很好的建议。

它告诉我们如何做、何时做、做什么等来保障未来发展的物质基础是安全的。

它告诉我们处于贸易关系和社会地位的底层时获得成功的基本原则、重要条件和永恒不变的规则。

它告诉我们克服所有困难的秘密。

它告诉我们人类要实现自己幸福和完善发展仅需要三个事物，指明了它们是什么和我们如何获得。

它表明大自然为人类提供了丰富的物质财富，解释了为什么一些资源好像是远离人类的。它告诉我们个体与供给之间联结的纽带。它还解释了引力原则，让你看到真实的自己。

它告诉我们为什么生活中每一个经历都是这个原则的结果。

它说明了引力原则是根本性的永恒不变的，没有人可以逃出它的控



制。

它教给我们一个方法，通过这个方法我们发现无穷大和无穷小归根结底只不过是力量、运动、生命和意志。

它告诉我们很多假象和异常现象，这些现象误导人们认为一些成就的取得是无需付出的。

它告诉我们先有付出才会有回报。如果我们不能提供金钱，那我们就提供时间或方法。

它告诉我们如何制造一个有用的工具，通过这个工具我们可以使一些规则生效，这些规则又能为我们开启通往大自然无穷资源的大门。

它告诉我们为什么某种形式的思维常常会导致灾难性的后果，并常常会使付出一生努力取得的成果付诸东流。它告诉我们现代的思维方式，启发我们如何保护我们已取得的成果，如何调整目前的状态以便迎合已经改变了的思维意识。

它告诉我们一切力量、智慧和才能的发祥地，并教会我们在处理日常事务时如何使它们协调发展。

它向我们揭示了微粒和细胞的本质，这是人类生命和健康赖以存在的基础，它教给我们进行自身变革的方法和变革所带来的必然结果。

它揭示了成长的规律，为何当我们只是牢牢地抓住已取得的成果不放时，更多的机会已经从我们身边悄悄地溜走。各种困难、矛盾和障碍产生的原因，要么是我们舍不得放弃已经没有价值的东西，要么是我们拒绝接受有用的事物。我们把自己束缚在破旧、陈腐的事物之上，而不去寻找发展所需要的鲜活的源泉。

它告诉我们精神对思维的重要性，决定语言的关键是什么以及思维活动的载体是什么。

它向我们描述了如何保证财产的安全，为什么我们需要为自己每一个思想和行为负责任。

它揭示了财富的本质，如何创造财富和财富存在的基础。成功的取得依靠崇高的理想而不仅仅是财产的累积。

它告诉我们不义之财是灾难的先导。

它揭示了人类利用科学和高科技追求成功的奥秘。尽管人类有创造和谐和利用环境的能力，同样也有创造不和谐和制造灾难的能力。不幸的是，由于无视自然规律的存在，大多数人都在向后一个方向发展。

它向我们揭示了振动原理，为什么最高原则在很大程度上决定了事物的存在环境、方位和事物接触时的相互关系。

它告诉我们人的意志是一个磁铁，它如何以一种不可抵挡的吸引力得到它所需要的。想要得到某一事物先要彻底地了解它。

它揭示了直觉发挥作用的机制和如何依靠直觉走向成功。

它揭示了真实力量和象征力量之间的差别，为何当我们超越象征性力量时它会成为一片灰烬。

它告诉我们创造力起源于什么时候和它起源的方式。

它揭示了个人真正的财富资源。

它教给我们集中注意力的方法。表明为何专注是一个人能力的最杰出特点。

它揭示了任何事物最终都会归结为一件事。由于它们都是可以转化的，它们一定是相互联系的，而不是相互对立的。

它揭示了获得基础性知识是一种能力，懂得因果关系是一种能力，而财富则是能力的产物。只有当事件和环境影响到能力时才显现出它们的重要性。最终，一切事物都以特定的形式并在特定的程度上反映了能力。

它告诉我们生命的真谛何在。

它揭示了金钱观念和能力观念，它们使货币实现了流通，产生了巨大的吸引力，并开启了贸易的大门。

它告诉我们如何创造自己的金钱和磁场，如何培养争取和利用机遇的能力。

它告诉我们自身的性格、所处的环境、能力、身体状况产生的原因，并揭示了我们如何实现自己未来的理想。

它揭示了如何仅仅改变振动的频率就可以改变大自然的全景。

它揭示了人体的振动频率是如何不断改变的，这种改变常常是无意识的，并伴随着不利的灾难性后果。它教给我们如何有意识地控制这一改变



并把它引向和谐有利的方向。

它告诉我们如何培养足够的能力来应付日常生活中出现的每一种情况。

它告诉我们抵制不利境况的能力取决于精神活动。

它揭示了伟大的思想拥有消除渺小思想的力量，因此持有一种伟大的思想足以对抗和消灭所有渺小的、不利的思想，这是很重要的。

它告诉我们处理重大事务时不会比处理小事情遇到的困难多。

它告诉我们如何使动力发挥作用，它将会产生不可抵挡的力量，使你得到你所需要的事物。

它揭示了所有状况背后的本质，并教给我们如何改变自身的状况。

它告诉我们如何克服所有困难，不论它是什么或在哪里，并揭示了做到这一点的惟一途径。

它同样也送给我们一把万能钥匙，那些拥有深刻理解力、辨别力、坚定的决断力和坚强的奉献意志的人能利用这把钥匙开启成功之门。

因此，或许现在你开始明白当时的人们为什么甘愿付出1500美元来获得这本书的手抄本。

建议你在阅读完本文之后，重新阅读这最神奇的24堂课，必将有重大的全新体验。

