

人文励志
经典

JAMES ALLEN'S PHILOSOPHY

THE WISDOM LEADS TO SUCCESS AND ABUNDANCE

[英] 詹姆斯·艾伦 著
李灵 刘月 译

詹姆斯·艾伦 的人生哲理

使你迈向成功、富足一生的大智慧

中国城市出版社

B848.4
207

詹姆斯·艾伦 的人生哲理

[英] 詹姆斯·艾伦 著
李灵 刘月 译

使你迈向成功、富足一生的大智慧

中国城市出版社

詹姆斯·艾伦的人生哲理

—— 使你迈向成功、
富足一生的大智慧

[英] 詹姆斯·艾伦 著
李 灵 刘 月 译

中国城市出版社

图书在版编目(CIP)数据

詹姆斯·艾伦的人生哲理：使你迈向成功、富足一生的大智慧 / (英) 艾伦(Allen, J.)著；李灵，刘月译. —北京：中国城市出版社，2004.12
ISBN 7-5074-1651-8

I. 詹... II. ①艾... ②李... ③刘... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 123922 号

责任编辑	刘波
封面设计	大陆桥·颜国森
责任技术编辑	张建军
出版发行	中国城市出版社
地址	北京市朝阳区和平里西街 21 号 (邮编 100013)
电话	(010)84275833 84272149
传真	(010)84278264
总编室信箱	citypress@sina.com
发行部信箱	citypress_fx@tom.com
经 销	新华书店
印 刷	北京集惠印刷有限公司
字 数	293 千字 印张 10.5
开 本	880 × 1230 (毫米) 1/32
版 次	2005 年 1 月第 1 版
印 次	2005 年 1 月第 1 次印刷
印 数	0001—6000 册
定 价	20.00 元

本书封底贴有防伪标识。版权所有，翻版必究。

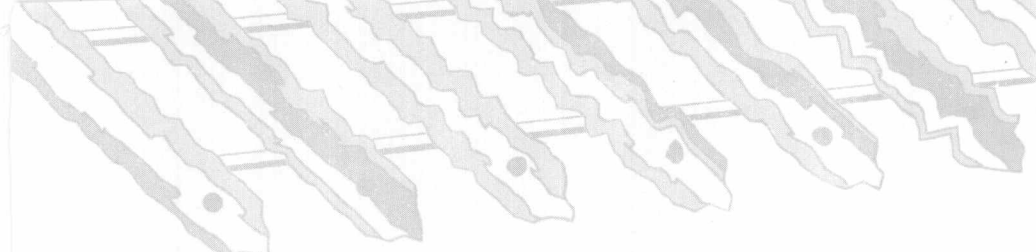
举报电话：(010) 84276257 84276253

我是真的救赎者，到我这儿来吧；
放弃罪恶、痛苦和躁动；
我将把和平的汁液涂在你的胸膛，
抚慰你精神的狂暴海洋：
孤独寂寞——噢，我来和你永远相伴。

被击败，被抛弃，流离失所，
你还有什么庇护？你能飞向何方？
靠在我永远敞开的忍辱负重的胸膛上吧，
我是坚实的庇护所，即使：
万物消逝，我也能独自守护在这里。

噢，我这个最孤寂的人，
是所有孤寂者的朋友；
我这个被懦弱的无助的
没有保护的人们所轻视的人，
将慰藉他们疼痛的心，拭干他们流泪的眼，
到我这来安歇吧，我是痛苦的终结者。

爱情、友谊、财富、快乐和名声——
这些浮华之物，终会化为泥土；
我不抱怨，也不走开：
在我平静的内心深处埋藏起罪恶的耻辱。

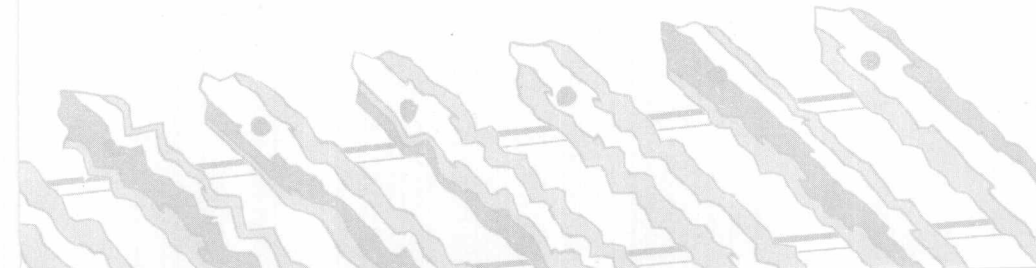


大师对你说

我环顾世界，看到世界被痛苦的乌云遮盖得暗淡无光，被磨难的烈火炙烤得满目焦黄。我寻找其中的缘由。我四处找寻，但没有找到；我审视内心，在这里我找到了缘由及其发展的特性。我再深入地寻找，找到了解救的办法。我发现了一个规律——爱的规律；一种生活——适应那个规律的生活；一个真理——胜利的大脑和平静恭顺的心灵的真理。

我梦想写一本书，帮助人们在自己身上找到所有成功和幸福的源泉，不管他们富有还是贫穷，博学还是无知，非凡还是世俗。这个梦想一直在我心中，最后变成了现实。现在我向世人送上这本关于修复心灵、收获祝福的书，因为我知道，它肯定会到达那些等待着并乐于接受它的人们的住所和心灵。

詹姆斯·艾伦



目录

CATALOGUE

1 大师对你说 1

第 1 章 人在思考 1

思想是塑造人的主要力量，
有思想的人永远都使用思想的工具，
塑造他所想要的一切，
带来千万欢乐，或是带来千万伤痛：
他默默地思考，开始积累思想，
而环境是他的一面镜子。

- 1 思想和性格 3
- 2 思想对环境产生的影响 5
- 3 思想对身体健康的影响 13
- 4 思想和目标 15
- 5 成功的思想因素 17
- 6 幻想和理想 20
- 7 平和 23

第 2 章 通向成功之路 25

每个人享受快乐的时候，脖子上都悬挂着一把达摩克里斯之剑，幸福中隐藏着许多危险。而且这危险随时都会降临，袭击你不设防的灵魂。

- 8 罪恶的教训 27
- 9 世界是精神状态的折射 29

- 10 摆脱不利状态的方式 34
- 11 思想就是力量 45
- 12 健康、成功和强大的秘密 47
- 13 幸福的秘密 57
- 14 获得成功 59



第 3 章 做命运的主人

61

命运，你不再残酷！
你不再充满黑暗并且令人恐惧，
上帝站在死者中间，
人们都是友好和公平的，
我看到光亮和美丽笼罩着你。

- 15 行为、个性和命运 63
- 16 自我控制的科学 70
- 17 人类行为的原因和结果 75
- 18 锻炼意志 78
- 19 塑造思想和建设生活 83
- 20 对专心的培养 87
- 21 冥想的实践 92
- 22 目标的力量 97
- 23 胜利完成目标的喜悦 99



第4章 和平的方式

101

你所有的罪恶和痛苦，你的恐惧和焦虑都是你自己的。你可以依赖它们也可以抛弃它们。是你使自己依附于动荡中；你也可以使自己走进永久的和平。没人能为你抛弃罪恶，你必须自己抛弃它。最伟大的老师也只是给你指明方向；你必须自己走上真理的道路。通过自己的努力，放弃那些束缚你灵魂和破坏和平的东西，你才能获得和平和自由。

24 冥想的力量 103

25 让自私完全死去 112

26 获取精神力量 115

27 认识无私的爱 119

28 圣人、哲人和救世主 128

29 完美和平的实现 133



第5章 走进爱的王国

137

我在这世界上寻找，但是没有和平；
我求学，但是真理总不出现；
我不停地钻研哲学，但是心里总是充斥着虚荣。
于是我呼喊，在哪里能找到和平？
真理又隐藏在哪里？

—— 菲利尔斯·卢西斯

30 心灵的伟大需求 139

31 竞争的法则和爱的法则 141

32 发现一个原则 152

33 在这王国里停歇，它给予你所需的一切 162

第6章 困境的启示

169

当一个人走进一间漆黑的房子时，他会不知所措，看不清周围的物体，弄不清它们的方位，有可能因撞到它们而伤了自己。但是，点亮一盏灯，所有的麻烦都会迎刃而解。眼前的一切清清楚楚，不会有被伤害的危险。

对大多数人来说，生活就是这样一间房子。那些你看不见从而不知如何面对的行为准则常常会伤害你——使你茫然困惑，痛苦哀伤，但是当智慧之光照亮蒙昧的心，混沌会消失，问题会解决，所见事物皆各自有序。这样，在智慧之光的指引下，你可以睁开双眼，大胆向前。

34 和平安宁的启示 171

35 事实与假设的启示 173

36 人类生命中因果法的启示 178

37 精神与物质——价值的启示 180

38 客观公正意识的启示 183

39 坚持原则的启示 186

40 自我牺牲的启示 189

41 理清思想的启示 191

42 天堂之门——自我控制的启示 193

43 行动与结果的启示 195

- 
- 44 智慧之路的启示 197
 - 45 性格的启示 199
 - 46 个性解放的启示 200
 - 47 幸福与劳动之尊严的启示 203
 - 48 礼貌与教养的启示 205
 - 49 教义多样性的启示 208
 - 50 规律与奇迹的启示 211
 - 51 战争与和平的启示 213
 - 52 人类兄弟情谊的启示 214
 - 53 生活之悲痛的启示 216
 - 54 生活变化的启示 219
 - 55 转瞬即逝之真理的启示 222
 - 56 永不熄灭的光 225



第 7 章 超越生活的躁动

227

噢！我们是伟大的人，
当我们征服自己，
傲视人世和命运；
我们是胜利的人，
当我们抛弃爱与恨的，
自私的梦想。

57	真正的幸福	229
58	不朽的人	232
59	克服自我	234
60	利用诱惑	236
61	正直的人	240
62	识别力	242
63	信仰：行动的基础	244
64	拯救的信仰	247
65	思想与行动	249
66	你的心态	251
67	播种与收获	253
68	规律的力量	255
69	至高无上的公正	258
70	理性的运用	261
71	自律	264
72	决心	268
73	光荣的胜利	271
74	积极与知足	273
75	对人保持兄弟般的情谊	275
76	安宁的快乐牧场	279



第8章 胜利的生活

283

欢迎你，神圣的人！

战胜了罪恶、耻辱和悲伤；

你不再软弱，像蛆虫一样生活，

不再唉声叹气，忍受痛苦和死亡。

善良、纯洁和智慧，

你是充满力量的胜利者。

77 信仰与勇气 285

78 男子气质、女子气质和真诚 289

79 能量与力量 294

80 自制力与幸福 299

81 简单与自由 304

82 正确的思考与安宁 308

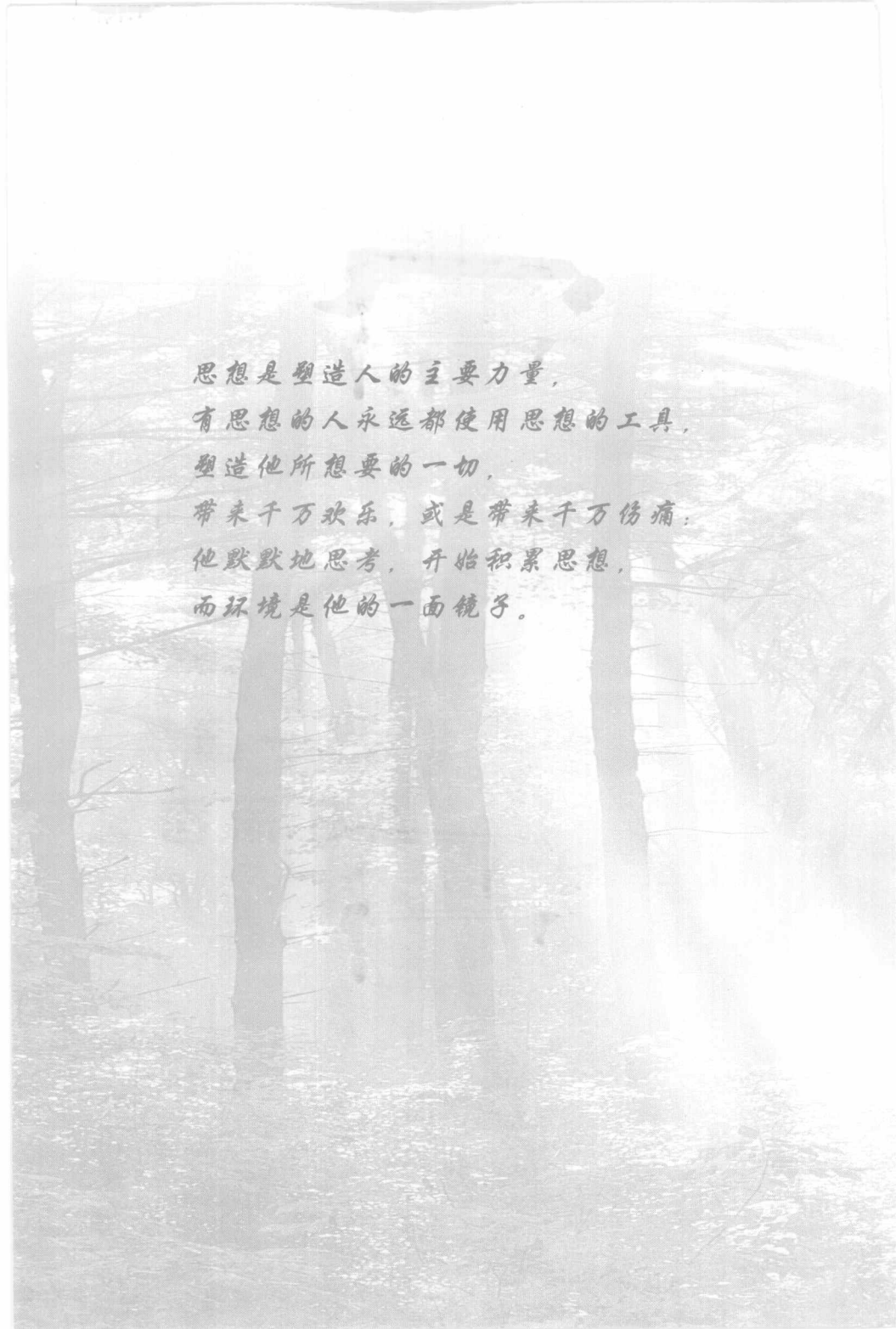
83 平静与安详 312

84 洞察力与崇高 316

85 善良的胜利 320

86 知识与胜利 321

第一章
人在思考

The background of the page is a grayscale photograph of a forest. The scene is misty or foggy, with tall, slender tree trunks standing vertically. A path or clearing is visible in the distance, leading the eye towards the center of the image. The overall atmosphere is quiet and contemplative, which complements the philosophical text overlaid on it.

思想是塑造人的主要力量，
有思想的人永远都使用思想的工具，
塑造他所想要的一切，
带来千万欢乐，或是带来千万伤痛；
他默默地思考，开始积累思想，
而环境是他的一面镜子。

思想和性格

我们也许听过这句话：“一个人怎样思考，就代表他是什么样的人”。这句话所包含的意义适用于所有人，因为它触及人们生活的各个层面。人的生活面貌表现了他所思考的内容，人的性格恰好是他所有思想的完整体现。

正如植物的生长要从种子发芽开始，人类的所有行为都是先从隐藏着的思想种子中开始发芽生长，而这些隐藏着的思想种子使所有行为的发生成为可能，而且必不可少。这种说法既适用于那些“自发的”和“即兴的”行为，也适用于那些计划中想要实施的行为。

行为是思想的花朵，欢乐和痛苦便是它的果实。人们收获属于自己的甘甜或苦涩。

思想，
把我们塑造成各种不同的人。
因为思考，
我们才可以锤炼和构建自己的人生。
如果一个人心存邪恶，
痛苦将缠绕着他；
就像牛车的车轮总会紧跟着前行的牛，
如果一个人心灵纯洁，
欢乐将紧随着他，
如影相伴。

人是规则的产物，而不是技巧的产物。其中的原因和结果都会不偏不倚地体现在人们隐藏着的思想领域和现实物质世界里。

一个人的高贵气质和神圣品质并非上帝的恩宠或是机会的巧合，而是他长期坚持健康思考的自然结果，还有神圣思想的深刻影响。卑鄙和野蛮的性格则是由于长期沉溺于享受卑劣思想所造成的。

你是命运的主人

人创造自己，也可以毁灭自己。在思想的工厂里面，破坏自己是为了锤炼工具；同时他更新工具，以建造天国般美好的欢乐大厦。因为对正确思想的选择和真实运用，人类才能达到极乐的境界；如果沉溺于错误思想中，人类在这世界的位置便会跌入甚至低于兽类的等级中。创造和毁灭自己这两个极端包含了性格的各种形态，而人类是这些性格的创造者和主宰者。

作为集合了力量、智慧、爱并且主宰了自己思想的人类，他掌握着每个大门的钥匙。在追求自己理想的过程当中，人类改变了这个世界并获得新生。

即使是在最脆弱的时候或被遗忘放逐的时候，人类永远都应是命运的主人。但当他软弱和堕落的时候，他是一个错误地控制着自己的愚蠢主人。当他开始认识到自己所面临的形势，并因此努力地去寻求能满足他的生存规则时，他将用自己的智慧指导自己的生活，使思想结出累累硕果，那他便是一个睿智的主人。

人类可以通过探索自己思考的规则，成为一个有意识的主人。这探索过程应该包含了自身的努力、对自我的分析和对经验的积累。

去 寻找，你就可以发现

只有辛勤的探索，人们才能挖掘到宝贵的黄金和钻石。如果人们能深刻地挖掘灵魂深处的东西，他才能发现关于他存在的一切真理。

人类塑造着自己的性格，创造了自己的生活，构建自己的命运。人们可以证明这是正确无误的。如果他可以通过观察，控制和改变他的思想，追踪这些思想对他自己和他人，以及他的生活和生活环境产生的影响来证明；那他也可以通过耐心地实践和调查相关的原因和结果，根据他的每一次经历来证明，甚至每天发生在生活中最琐碎的事情都可以作为获取理解、智慧、力量和知识的途径。

在这方面，只有一个法则绝对是绝对的，那就是要去找才能发现。那么他扣响的每一扇门都会为他打开。只有不断实践、忍耐和坚持不懈，人们才能走进知识殿堂。