

高寶書版

The Key

啟動正向吸引力的鑰匙

*The Missing Secret for
Attracting Anything You Want*



《祕密》作者與你直接對話！今年最珍貴的人生禮物
告訴你最實用的10個圓夢技巧

CNN主持天王賴瑞金、時代雜誌、
新聞週刊都爭相專訪的「吸引力」大師

Joe Vitale

喬·維托◎著 藍毓仁◎譯

The Key

啟動正向吸引力的鑰匙

喬·維托 (Joe Vitale) ©著

藍毓仁©譯



高寶書版集團

The Key——啟動正向吸引力的鑰匙

作 者：喬·維托 (Joe Vitale)

譯 者：藍毓仁

總編輯：林秀禎

編 輯：黃威仁

出 版 者：英屬維京群島商高寶國際有限公司台灣分公司
Global Group Holdings, Ltd.

地 址：台北市內湖區洲子街88號3樓

網 址：gobooks.com.tw

電 話：(02) 27992788

E-mail：readers@gobooks.com.tw (讀者服務部)

pr@gobooks.com.tw (公關諮詢部)

電 傳：出版部 (02) 27990909 行銷部 (02) 27993088

郵政劃撥：19394552

戶 名：英屬維京群島商高寶國際有限公司台灣分公司

發 行：希代多媒體書版股份有限公司/Printed in Taiwan

初版日期：2008 年 12 月

The Key: The Missing Secret for Attracting Anything You Want
by Joe Vitale

Copyright © 2008 by Hypnotic Marketing, Inc.

Published by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Published simultaneously in Canada.

Complex Chinese translation copyright © 2008 by Global Group Holdings, Ltd.

All rights reserved.

凡本著作任何圖片、文字及其他內容，未經本公司同意授權者，均不得擅自重製、仿製或以其他方法加以侵害，如一經查獲，必定追究到底，絕不寬貸。

◎版權所有 翻印必究◎

國家圖書館出版品預行編目資料

The Key：啟動正向吸引力的鑰匙 / 喬·維托 (Joe Vitale) 著。-- 初版。-- 臺北市：高寶國際出版：希代多媒體發行，2008.12
面；公分。-- (勵志書架；EB010)

ISBN 978-986-185-233-1(平裝)

1. 成功法 2. 思考 3. 生活指導

177.2

97018849

你是自己生命的傑作
你是自己生命的米開朗基羅
你雕刻的那座大衛正是你

——喬·維托，出自影片《祕密》

目錄 · Contents

第1課 鑰匙

不見的祕密	9
萬能鑰匙	15
天地如何運行	19
吸引力法則	24
萬無一失	30
一定要有行動嗎？	35
如何吸引到一百萬元	40
為什麼要物質生活？	45
不該是你的嗎？	49
期待奇蹟	54
放大格局！	57

第2課 法則

清除法則 1 你在這裡	61
清除法則 2 選擇改變內在信念	71
清除法則 3 釐清你的思緒	79

清除法則 4	催眠故事	84
清除法則 5	我愛你	96
清除法則 6	把困擾敲趕走	106
清除法則 7	納維爾法則	112
清除法則 8	請原諒我	118
清除法則 9	你的身體會說話	124
清除法則 10	重要之至的訊息	136

第3課 奇蹟

「奇蹟訓練營」問與答	145
心想錢來的五個要領	173
「奇蹟訓練營」是什麼？	182
特別專題：情緒自由	190



第1課 鑰匙

任何認真研究科學的人都知道，科學殿堂的大門上寫著：
閣下一定要有信心。

——麥克斯·普朗克（Max Planck），
1918年諾貝爾物理學獎得主

∞ 不見的祕密 ∞

你的信念決定你的經驗，與外在因素無關。

——大衛·霍金斯（David Hawkins）

承認吧，你這一生當中一定有想要完成或解決的事情，但你就是還沒做到。

並不是你的努力不夠。我想你已經參加過心靈成長座談會，也看了勵志書籍或影片，例如《祕密》。但說到那個（或那些）令你求之不得的事物，總是讓你很想撞牆。

究竟是怎麼一回事？為什麼有些東西你可以輕鬆到手，但那個事物所在卻永遠是個禁區？所謂「吸引力法則」真的行得通嗎？真的有什麼定律行得通嗎？

在「想要什麼有什麼」的背後，有什麼祕密不見了？



你生命中的一切都是你吸引過來的，包括不好的人事

物——在你不自覺的情況下。如果你對經驗背後的那套心智運作模式有意識，你就可以改變它，然後開始吸引你真正想要的東西。

當你「清除」（我稍後會定義）了那些「使你無法吸引到你想要的東西」的潛在信念時，你就會看到眾人口中的奇蹟出現。例如：

- 當我弄清楚自己體重過重的問題時，我減了三十幾公斤，並且參加了六場健身比賽，改造我的身體，也改造我的生活。
- 當我弄清楚自己心底深處對於買新車藏有何種信念之後，我吸引到十二輛新車，包括兩輛BMW，與一輛手工組裝的豪華跑車Panoz Esperante GTLM，我叫它Francine。
- 當我弄清楚為什麼我的肺臟之間長了可能致命的淋巴結時，我的淋巴結就變成無害的了。
- 當我弄清楚為什麼自己無家可歸、成為貧困潦倒的作家時，我進而變成網路名人，出版三十幾本的暢銷書，也參與影片《祕密》的拍攝。

顯然，弄清楚你自己內心的障礙，就是那個不見的祕密；就是這些障礙害你無法吸引到你想要的東西。你怎麼知道自己現在需不需要弄清楚什麼呢？如果你還在問這個問題，那就表示你大概還沒弄清楚。不過我在這裡提供一個快速的辦法，你只要誠實回答以下問題就行了：

- 你的生活裡有沒有一再發生的問題？
- 你是不是曾經許過新年新願望，卻從來沒有實現？
- 你是不是因為用了一堆勵志方法卻失敗，感到很挫折？
- 你是不是都沒有拿出行動去爭取你想要的東西？
- 你是不是覺得好像有什麼在搞破壞，害你無法成功？
- 你是不是已經看過影片《祕密》，卻仍然無法吸引到你想要的東西？

如果你徹底誠實面對自己，你會發現你的人生裡至少有一個難纏的問題。

它可能是體重問題。你控制飲食、固定運動，但就是瘦不下來，或者才瘦下來沒多久又胖回去。你覺得自己被

詛咒了。

也有可能是感情問題。你嘗試線上交友、約會，有了固定交往的對象，甚至已經步入禮堂，但這樣的關係無法持久。你的愛情故事最後總是沒有美好的結局。

還有經濟問題。你換過幾份工作，但你總覺得若有所失。無論你試過多少就業服務顧問、寫過多少履歷表，你就是不知道從事哪一行才對。你覺得整個世界都在跟你的夢想唱反調。你老是口袋空空，積欠一堆帳單。

還有健康問題。你可能有背痛的老毛病，或者更嚴重的問題，例如癌症或肌肉方面的疾病，也可能過敏、久咳、氣喘。無論你遭受到哪種病痛的折磨，你總覺得自己沒救了，這輩子注定病魔纏身。

這些揮之不去的問題令你覺得自己是受害者。你覺得問題發生在你身上，但不是你自己惹出來的。你覺得罪魁禍首是你的老闆、你的鄰居、政府、執政者、恐怖份子、污染、全球暖化、你的DNA、國稅局甚至上帝。

怎麼辦呢？

萬能鑰匙在哪裡？



我自己也有過這種受困的感覺，曾經沒東西吃、沒地方住。我覺得整個世界都要我完蛋。我看誰都有氣，我氣我的父母，我氣體制，我甚至氣上帝。我覺得我被虧待。我總是想盡辦法才能餬口，忙著找棲身之處和一輛可代步的車，這當中我所承受的痛苦與挫折難以形容。當然不是我的錯，我是好人，我命不該如此。

我在減肥時也有同樣受困的感覺。我從小胖到大，我痛恨自己的身材。我怪我的爸媽以前沒有注意我的飲食。我也怪學校的體育老師讓我有受辱的感覺。我覺得命中注定要胖下去，而我一點也不喜歡這樣。

問題始終揮之不去，我覺得都不是我自己造成的。我怪罪外界。人在碰壁、無路可去時，大概都會有這樣的想法。我們會認為不是自己的問題，是牆壁的問題。我們可能在人生其他領域一帆風順，但就是有個頑劣的疙瘩無法根除。當局者迷，我們看不到出路在哪裡。

本書的重點就是：我們都有出路。

我把它叫做「萬能鑰匙」。



萬能鑰匙就是那個不見的祕密，可以幫你吸引到任何你想要的東西。這是我的肺腑之言，是實話，是真相，是你通往自由的門票。

當我無家可歸時，我審視了自己的信念，明白了那些不快樂都是因為自找的。我發現自己跟有自殺傾向的作家愈來愈像。因為我想成為像他們那樣的作家，所以覺得應該要跟他們一樣陰鬱。一旦我改變了自己的信念，我就開始引來新的人生。我找到工作，賺到錢，開始感到快樂。如今我已經成為作家，創作了數十本書，並且出現在影片《祕密》及《The Opus》裡。

那個我怪罪於別人的難纏問題呢？

我曾經太胖，但現在我就算稱不上身材好，至少也屬於中等。我參加過六次健身比賽。我打造自己的健身房。我接受多位知名健身教練的魔鬼訓練，包括法蘭克·茲恩（Frank Zane）。

那個我怪罪於DNA的人生難題呢？

我用萬能鑰匙找到出路，獲得自由。

這就是本書要談的事。把它當成指導手冊，用來吸引你最瘋狂、最不可思議的夢想——無論那些夢想是什麼。

萬能鑰匙是你唯一需要的。

❧ 萬能鑰匙 ❧

你在無意識之間強求你所有的經驗；你傳達別人在
潛意識之下要求的經驗。

——蘇珊·莎姆斯基（Susan Shumsky），《神奇
禱告》（Miracle Prayer）

在二十世紀早期，《失落的致富經典》的作者華勒思
·華特斯（Wallace D. Wattles）在他一篇較不為人知的出
色散文《如何得到你要的》裡面寫道：

人們失敗，因為他們客觀上認為他們有做事能力，但
潛意識上卻不這麼認為。甚至現在你的潛意識恐怕還是不
相信你有能力成功。你必須消除這些疑慮，否則你的能力
會在你最需要它的時候棄你而去。

華特斯所指的正是萬能鑰匙。若你的意識認為你有所
求，但你的潛意識認為你不够格（或有各種其他的限制）

時，你就得不到你想要的東西。相反的，你會吸引到你認為自己不想要的東西。事實上，你會吸引到你的潛意識覺得對你「正確」的東西。所以為了吸引到你真正想要的東西，你的意識和潛意識必須達成共識。

蘇珊·莎姆斯基在《神奇禱告》書裡寫道：「你的意識所相信的，是你認為你相信的。你的潛意識所相信的，是你最深層的信念，是你真正相信的。」

你現在所擁有的人生是你想要的，以無意識來看是如此。

萬能鑰匙幫你清除障礙，讓你的意識和潛意識大和解。我在前作《相信就可以做到》（The Attractor Factor）一書中提到，清除障礙是創造奇蹟的第三個步驟。而全部五個步驟是：

- 1.知道你不想要什麼。
- 2.選擇你真正想要的。
- 3.清除障礙。
- 4.感覺已經心想事成。
- 5.在積極行動時釋放。