

AS A MAN THINKETH

男之思

James Allen

千百合 译



中国经济出版社

CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

男 之 思

詹姆斯·艾伦【著】

千百合 译

中国经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

男之思/(美)詹姆斯·艾伦著;千百合译. - 北京:中国经济出版社,2004.6

ISBN 7-5017-6347-X

I. 男… II. ①詹… ②千… III. 人生哲学—通俗读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 012101 号

出版发行:中国经济出版社(100037·北京市西城区百万庄北街3号)

网 址: www.economyph.com

责任编辑:乔卫兵(电话:010-68300010)

责任印制:张江虹

封面设计:红十月工作室

经 销:各地新华书店

承 印:北京市地矿印刷厂

开 本:787×1092 1/32 印张:3.125 字数:31千字

版 次:2004年10月第1版 印次:2004年10月第1次印刷

印 数:5000册

书 号:ISBN 7-5017-6347-X/Z·800

定价:16.80元

版权所有,未经书面同意,不得摘录或翻印转载

思维是
生灵的
动力



人类就是思维,万物由它驾驭。
思维之力,无所不及,
带来千种愁丝,万般欢喜。
不信? 看看镜中你自己。

前言

写作本书（是我冥思苦想和亲身实践的结果）的目的不在于赘述“精神力量”这个已经被人们提滥了的话题。与其说它是一本阐释性的书籍，不如说它是一本启发性的小册子，它的目的在于激励人们——男人和女人——去发现并感知这一真理，那就是：“人类是自己的上帝，可以塑造自己。”

而做到这一切并不难，只需要寻找你思维中的闪光点并不断激励自己前进就可以了。用织布来作比，思维就好比一个高明的

织布手,无论是要编织个人性格这一内衣还是要编织生活环境这一外衣,或者是早已将无知和伤痛编织进布匹里,它都可以编织出给人以启迪和欢乐的精美布匹来。

詹姆斯·艾伦 于英格兰
伊法寇姆市布罗德公园大街

目 录

前 言/1

思维和性格/1

思维效应对人生境遇的影响/9

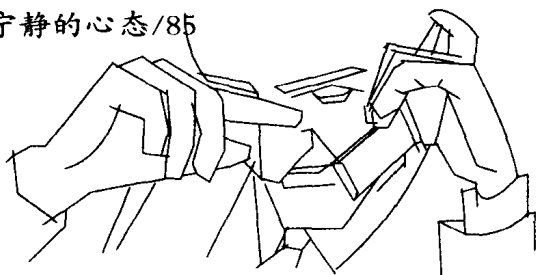
思维效应对身体健康的影响/41

思维和目标/50

思维要素对成就的影响/59

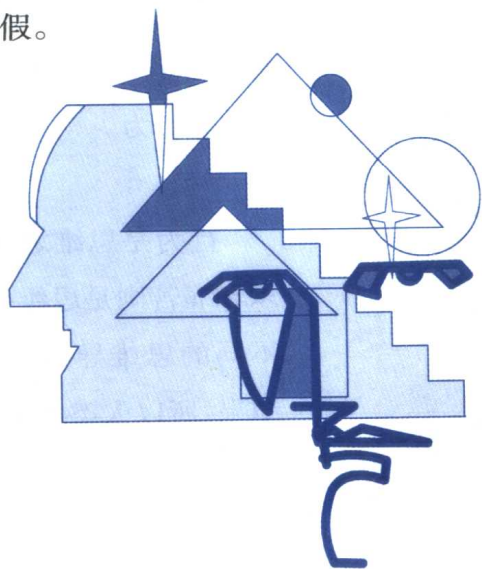
幻想和观念/72

宁静的心态/85



思维 and 性格

有一句名言是这样的，“我思故我在。”这句名言不仅指出了一个人生命的存在形式，而且全面概括了他一生中每一次境遇和所处环境的情形。一个人是什么样的一个人，——他会想些什么，他的性格怎样——这的确是他思维运动的结果，一点儿都不会假。



种瓜 种豆

种瓜 种豆

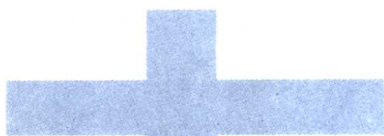
种瓜 种豆

种瓜 种豆

种瓜 种豆

这就好比我们俗语所说的“种瓜得瓜，种豆得豆”。人的每一个行为都源自他背后潜藏的思维之种，没有一定的思维他是不可能有一行为的。这个关系可以用来解释我们所说的那种“自发的”和“不自觉的”行为，同样它也可以用来解释那种我们所说的“故意的”行为。

行为是思维之花，欢乐和痛苦则是思维之果。不同的思维导致不同的结果，所以人类才终其一生，尝尽人间酸甜苦辣。



“思维如神，能塑人生。

邪恶魂灵，荼毒在心，

痛苦哀婉，无力扭转。

纯真在首，欢乐长守，

一朝拥有，神灵庇佑。”

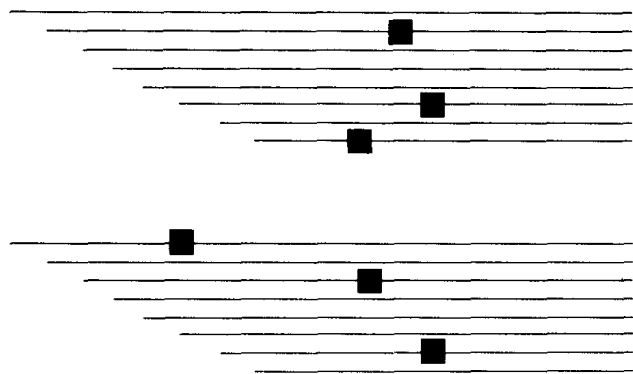
人类依照规律而生活，一个人的面貌不是刻意为之的结果。“因”“果”效应就如同在有形的物质世界一样，绝对会在思维领域里毫无偏差地出现。一种神圣的高贵品质绝对不是心血来潮或是偶然为之的结果，而是长期努力坚持正确思维的自然结果，是长时间地按照神灵的指引净化心灵的结果；同样，一种猥琐的兽性品质也是长期固守卑鄙思维的结果。

人们塑造自己也毁灭自己。他锻造思维的匕首刺向自己。同样,他也打制合适的工具,为自己营建欢乐祥和和强劲有力的大厦。通过选择和应用正确的思维,人们可以崇高到如圣人般尽善尽美;而滥用错误的思维,他可以卑微到禽兽不如。当然,这是两种极端,一般人的品质特性则介于这两个极端之间。人们自己是自身的塑造者和主宰者。



在当今那些仍然能带给人启迪的关于心灵的美丽真理中,没有哪条比这条更让人欣喜、让人感到神力伟大和充满信心的了,这条真理就是:“人是思维的主宰者,性格的铸造者,条件、环境和命运的创造者。”

人类是力量、智力和爱情的载体,他如上帝一样主宰着自己的思维,他掌握着解决一切问题的金钥匙,并拥有了随性而为的力量。



即使是在最脆弱或是最绝望的状态下，人也永远是自己主人，只不过这种状态下的人是一个很愚笨的主人，他对他的“家庭财产”管理不当。但是，一旦当他开始反思他的生存状况，按照自身实际情况和规律出发，他就能成为一个聪明透顶的主人，就能够最佳地利用自己的智慧和力量去达到理想的结果。这就是“有意识的主人”。而只有通过这种亲自体验，人类才能成为思维的主人，这种体验完全是不断应用、不断自我分析和不断实践的结果。



只有不断地探索和挖掘，宝藏才能够被发掘。同样，人们如果不断挖掘心灵之矿，也能够发掘出每一条关于人类存在的金科玉律。人们自己塑造了自身的性格和生活，也决定了自己的命运。如果他愿意观察，愿意控制和改变他的思维，他可以通过追溯他的思维给他自身、给别人和他的生活、环境带来的影响，通过耐心的实践和探索将“因”和“果”联系起来，通过将他的每一次经历——哪怕是最微不足道的经历——和每天的所见所闻作为了解自身领悟力、智力和强力的参照，他可以无往不胜。只有在这个意义上，“不断寻求，不断发现，智慧之门终究会打开”才是一个绝对的规律。只有永不怠倦，坚持不懈，长期实践，一个人才能够进入智慧和知识的宝塔。

思维效应 ——应对人生境遇的影响

人类的思维就如同一个园林，你可以精心修剪得错落有致，也可以让它杂草丛生，荒乱不堪。但是，无论你是有意识地去修剪它或者是懒得理它，有一个前提就是，园林里头必须有一定的种子，如果没有有用的种子，杂草籽将会迅速蔓延，繁衍生殖，直到满园子都乱成一团。

调整人的思维也像培育园林，需要让它远离杂草，种植自己所需的花果。他要精心照料他的思想之园，除掉那些错误的、无用的杂草，需要净化心灵，朝着完美的方向努力培育出正确的思维之花，结出有用和纯洁



的思维之果。在此过程中,人们迟早会发现,自己就是灵魂的园丁,自己能够指引人生的前进方向。人们还能够发现藏匿在自己身上的思维规律,越来越准确地理解思维的力量以及意志的要素在决定一个人的性格、人生境遇和命运中的作用。

