

〔美国〕查尔斯·哈奈尔／著
梁旭／译

影响人生的 24堂课

永恒的励志经典

比尔·盖茨因此书而从大学退学创业
纽约的富人们为了财富秘密不被泄露而封禁了70年的奇书

河北出版传媒集团
河北人民出版社

 永恒的励志经典

影响人生的 24 堂课

◎ [美国] 查尔斯·哈奈尔 著 梁 旭 译

河北出版传媒集团
河北人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

影响人生的24堂课 / (美) 哈奈尔著 ; 梁旭译.
—石家庄 : 河北人民出版社, 2014.10

ISBN 978-7-202-09227-9

I. ①影… II. ①哈… ②梁… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第163504号

书 名	影响人生的24堂课
著 者	(美) 查尔斯·哈奈尔
译 者	梁 旭

责任编辑	甄 洁
美术编辑	吴书平
责任校对	付敬华

出版发行	河北出版传媒集团 河北人民出版社 (石家庄市友谊北大街330号)
------	-------------------------------------

印 刷	北京中振源印务有限公司
开 本	787 × 1092 毫米 1/16
印 张	16
字 数	160 000
版 次	2014年10月第1版 2014年10月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-202-09227-9/I · 1036
定 价	38.60 元

版权所有 翻印必究



导读：被禁 70 年的商业奇书 001

无所不能的成功商人 001

被禁 70 年的奇书 003

揭示出成功的规律 005

第一堂课 发掘你的内在力量 007

第二堂课 约束你的情绪 017

第三堂课 头脑中的态度决定你现实生活的境遇 029

第四堂课 认识“自我” 039

第五堂课 大胆去争取想要的一切 049

第六堂课 集中意念，全神贯注 059

第七堂课 打开上帝的“锦囊” 069

第八堂课 播种你的想象力 079

第九堂课 相信自己，并改变自己 089

第十堂课 宇宙之间的因与果 101



- 第十一堂课 开放你的思考能力 111
- 第十二堂课 集中你的能量 121
- 第十三堂课 梦想的重要性 131
- 第十四堂课 摒弃消极的思想 141
- 第十五堂课 锻炼自己的洞察力 151
- 第十六堂课 视觉化你的理想 161
- 第十七堂课 心中要有渴望 171
- 第十八堂课 引力法则——掌控人类的终极力量 181
- 第十九堂课 有知识才有力量 191
- 第二十堂课 想得越少,干得就越多,收获反而越少 201
- 第二十一堂课 大胆提出大设想 211
- 第二十二堂课 在内在世界中寻找所有答案 221
- 第二十三堂课 服务于人才能使自己成功 231
- 第二十四堂课 相信自己,你能行! 241



被禁 70 年的商业奇书

§ 无所不能的成功商人 §

查尔斯·哈奈尔 (Charls E Haanel, 1866~1949), 美国著名作家、企业家, 他创建了他那个时代最大的商业集团, 并写有 6 本成功心理学著作。哈奈尔一生攻读并获得了许多学位, 也加入过多个团体, 在各个领域都曾获得过成功。

1866 年, 哈奈尔出生在美国密歇根州安娜堡, 少年时跟随父亲搬迁到圣路易斯。他曾经经过自我推介, 担任了国家搪瓷和邮票公司办公室男童, 开始了他的商业生涯。15 年后, 哈奈尔辞去了工作, 希望在财商界取得更高的成就。他听说墨西哥铁环铁佩克邻近地区很适宜糖类植物和咖啡的生长, 于是说服资本家去购买那片地, 来发展种植园。最后, 那些资本家不仅买下了地, 在 1898 年成立了一个公司, 还推选哈奈尔为主席。公司的发展非常顺利, 很快他们就拥有了一家具有雄厚资产的企业。1905 年, 哈奈尔组建了洲际商务公司, 又吸

纳了6家附属公司,成为当时世界上同类企业中最大的公司。他取得了巨大的成功,但他并没有停下前进的脚步。后来凭借着自己卓越的能力成为萨克莱门托流域发展公司的组建者之一,并担任主席一职。此外,他还成为墨西哥金银矿公司的主席。

哈奈尔不仅在商场上获得了巨大成功,在政坛也有一定的地位,只是他忙于在商界打拼,少有精力去为了争当党派候选人而拉选票。





§ 被禁 70 年的奇书 §

《影响人生的 24 堂课》是查尔斯·哈奈尔的代表作，1912 年在纽约首次出版。这部书一经问世就受到了各界人士的广泛推崇。拿破仑·希尔读过这本书后收获甚大，于是向哈奈尔写了一封感谢信。在信中，他说：“我非常感谢您能够让我比别人更早一天看到这本书，我也很赞赏您为了让更多的人去汲取这本书中的精华，而一直在努力的工作。作为本书的受益者，我非常希望能够与您合作，不遗余力地把这些课程推荐给我所能接触到的人们，让他们与我共同分享这本书带给我们的辉煌成果。”

《影响人生的 24 堂课》还有另一个广为人知的名字，就是《硅谷禁书》，因为 1933 年，《影响人生的 24 堂课》曾被全面查禁，直到 70 年后的 2003 年才被解禁。

那么，这究竟是怎样的一本书，又是什么原因让它被禁了 70 年呢？

在出版这本书前,查尔斯·哈奈尔一直在纽约商业协会担任商业管理课程的讲师。他后来将自己多年从事商业研究和个人潜能开发的精华体验,精编成了 24 堂课,并在纽约出版。书中涵盖的,是教人如何取得成功的经典法则。

这本书出版后,有人发现了一个秘密,就是认真学习过书中的法则后,很多人的人生观被彻底改变,他们很快获得了全新的能量,从此走上了成功之路,获得了巨大的财富。当时纽约协会里的富人们惊奇地发现这本书的神奇力量后,很害怕会有更多的人学习到书中的法则,出于私心,他们利用职权查禁了这本书。然而,这本书虽然被查禁,但并没有停止传播。市面上没有公开出售这本书,但手抄本却正在少数人之中悄悄流行,它依然被人们所追崇。甚至有人以 300 倍的价格求购这本书的完整版本时,竟然没有任何人愿意转让。据说,比尔·盖茨就是因为读到了这本书,才从哈佛大学退学而转战商场的。从硅谷起家的百万富翁和亿万富翁中,几乎人人都拜读过这部著作。

幸运的是,70 年后,《影响人生的 24 堂课》终于解禁,人们终于有机会尽情地学习书中的所有课程。它曾经把很多人送上了成功的光辉之路,如今依然在影响着很多人。





§ 揭示出成功的规律 §

在《影响人生的 24 堂课》中,处处体现着哈奈尔领悟到的卓越思想。他将这些能够为人们提供巨大帮助的正能量,凝练成一条条法则,体现在这部著作中。他以自己的成功经历和感悟告诉人们,任何人都可以成功,成功是有规律可循的。

在书中,哈奈尔给人们提出了很多走向成功的宝贵建议,包括精神、毅力、知识和行动等多个方面。

他告诉人们要善于发掘自己的内在力量。他说:“统治内在世界的,是人类的精神。当我们掌控了这个世界时,就可以找到所有问题的答案,所有结果的动因。既然我们能够掌控整个内在世界,那么,我们也就能掌握所有的力量和财富的规律了。”

他告诉人们要有积极的态度。他说:“正是我们头脑中对待生活的态度,决定着我们的生活境遇。如果我们无所希

望,我们就必将无所成就;我们的希望越多,我们得到的也就越多。”

他告诉人们要有明确的目标,并集中能量去实现它。他说:“今天一个理想,明天又一个理想,下周又变成了第三个,这样做只会使你的力量被逐渐耗散,最终一无所成。人力、物力的浪费将使一切变得混乱不堪、毫无意义。”

他告诉人们要锻炼洞察力。他说:“洞察力使我们能够权衡利弊,妥善规划。它带领我们的思想和注意力朝着正确的方向发展,让它们不至于堕入没有回报的歧途。”

他告诉人们要真诚地对待朋友。他说:“成功的第一条法则就是服务他人,而这种服务又必须以诚实正直为基础。一个心怀诡诈的人是无知的,对于万物交换的基本原理,他未曾觉察到;他必将一事无成;他肯定会彻底失败。”

他告诉人们要相信自己。他说:“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,要让你心灵的理想接近完美,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。”

凡此种种,哈奈尔为人们揭示了获取巨大成功的种种规律。认真学习并研究这些规律,人们会获得巨大的精神能量,更容易充实自己,在社交和商业领域获得优势。直到今天,其中的很多建议和方法依然对年轻人有着非常重要的借鉴意义,值得人们去学习和领悟。



第一堂课

发掘你的内在力量

第一堂课

发掘你的内在力量

第一堂课，发掘你的内在力量。在这个世界上，每个人都有自己的内在力量，只是有些人没有发现而已。发掘你的内在力量，可以让你在面对困难和挑战时，能够保持冷静和理智，从而找到解决问题的方法。发掘你的内在力量，可以让你在面对压力和挫折时，能够保持积极的心态，从而找到前进的动力。发掘你的内在力量，可以让你在面对诱惑和诱惑时，能够保持坚定的信念，从而找到人生的方向。发掘你的内在力量，可以让你在面对失败和挫折时，能够保持不屈不挠的精神，从而找到成功的道路。发掘你的内在力量，可以让你在面对困难和挑战时，能够保持冷静和理智，从而找到解决问题的方法。发掘你的内在力量，可以让你在面对压力和挫折时，能够保持积极的心态，从而找到前进的动力。发掘你的内在力量，可以让你在面对诱惑和诱惑时，能够保持坚定的信念，从而找到人生的方向。发掘你的内在力量，可以让你在面对失败和挫折时，能够保持不屈不挠的精神，从而找到成功的道路。

第一堂课

发掘你的内在力量



很荣幸在此开讲《影响人生的 24 堂课》第一课。愿你的生命更有力、更健康、更幸福，也愿你认识这种能量，意识到健康，感悟到幸福，汲取其中的精神力量，直至它们为你所拥有。那时，它们将与你合而为一，再也不会分开。对于拥有内在力量的人而言，世间万物都是可以控制，并可以改变的。

这种力量无须你去获取，因为你已经拥有它。不过，你需要去了解它，去运用它，去掌握它，去把它融入自己的生命中。这样，你就能够勇往直前，征服面前的整个世界。

日复一日，当你踌躇满志，当你动力激增，当激情的火焰





热烈燃烧,梦想的蓝图渐次清晰,内心的感悟与日俱增,那时你将会认识到,世界是活生生的,绝非一堆毫无生气的木石!世界是人类跳动的心房,是生命,是美。

显然,感悟是必须存在的。它与上述一切共同发生作用,而那些深入领悟的人,将会沐浴在新的光芒里,充满崭新的力量,从而每一天都将获得更大的力量与自信。你将认识到,你的希望和梦想,都会变成现实。生命的意义也比以往更深刻、丰富和清晰。

好了,开始吧,第一章。

在现实生活的各个层面上,“多者愈多”的道理一直存在;同样,“损者愈损”的道理也真实可信。心智是创造性的。外在条件、客观环境以及所有生活际遇,都是我们心灵中习惯性或支配性的态度所造成的结果。

我们的思想决定着我们的态度,因此,所有力量、成就与财富,完全依赖于我们的思维方式。

事实确实如此,因为在我们“做”什么之前,我们必定已经“是”什么了。我们所“做”的程度绝对不会超过我们所“是”的程度。而决定我们“是”什么的,是我们“想”的什么。

我们本身不具备的力量,是无法显示出来的。人们想获得力量的唯一途径,就是意识到力量的存在;而要想意识到力量的存在,我们就必须懂得:一切力量皆源于内心。

力量的确存在于内在世界——这世界是一个思想、感觉和力量的世界;一个光明、鲜活而美丽的世界;虽然它无影无形,但却强大有力。

统治内在世界的,是人类的精神。当我们掌控了这个世界时,就可以找到所有问题的答案,所有结果的动因。既然我们能够掌控整个内在世界,那么,我们也就能掌握所有的力量和财富的规律了。

外在世界是内在世界的映射。相由心生,外在的表象是内在的反映。在内在世界中,人们可以找到无尽的智慧、能量、供给。它足以满足人类的所有需求,并等着你去开启、发扬、释放。如果我们能够认识到内在世界的潜能,就能在外在世界中将其成形。

内在世界的和谐,将会通过和谐的景况、惬意的环境以及万物的最佳状态,反映在外在世界中。这正是健康的基础,也是一切伟大、力量、功绩、成就和胜利的必要条件。

内在世界的和谐,意味着一种能力。拥有了这种能力,我们就能够控制自己的思想,并能决定一切经历加诸于我们的影响。

内在世界的和谐,会带来内在的乐观和满足;而内在的满足,将带来外在的富足。

外在世界,反映出内在意识的情形和境况。

如果我们在内在世界中启迪了智慧,就会领悟到如何辨别潜伏在内在世界中的非凡潜能,并将获得在外在世界中彰显这些潜能的能力。

一旦我们意识到了内在世界的智慧,我们就会在精神上拥有这种智慧,并通过精神财富的富足,使实际的力量和智慧得到增进,从而使我们有能力去彰显那些为我们最充分、最和谐的发展所必不可少的本质要素。





内在世界是一个实际的世界。在这个世界中,所有有力量的男人和女人,都会产生勇气、希望、热情、信心、信赖与信仰。而拥有了这些后,人们就可以获得非凡的才智去领悟梦想,并获得实际的能力去实现梦想。

生命,不是一个从无到有的过程,而是一个依次展开的过程。我们所有在外在世界所获得的东西,在内在世界里,我们都早已全部拥有了。

所有财富都建立在认知的基础之上。财富所得,是认知累积的结果。财富所失,则是认知耗散的结果。

精神的功效,与和谐密切相关;不和谐意味着混乱。因此,所有能够获得力量的人,必然与自然法则和谐共处。我们依靠着客观的心智与外在世界相联结。大脑是心智的器官,大脑脊椎神经系统把我们身体的各个部位自觉地联系在一起。这一神经系统,对光、热、嗅、声、味等一切知觉做出反应。

当我们的心智能够使我们正确地思考,能够参悟真理,当思想通过大脑脊椎神经系统将建设性的信息传递到身体的各个角落时,在这些知觉的影响下,我们将是和谐而愉悦的。

结果,我们正是通过心智,将勇气、活力以及所有建设性的能量注入我们的身体;同样,也是这种客观存在的心智的存在,使我们的生活中有了许多的悲伤、疾患、匮乏、局限以及各种混杂、不和谐的成分。因此,错误的思维方式将通过客观心智将各种破坏性的力量施加在我们身上。

通过潜意识,我们与内在世界建立了联结。太阳神经丛是此种心智的器官;交感神经系统操控着各种主观感觉,如快

乐、恐惧、爱恋、感情、热望、想象等各种潜意识现象。正是通过这种潜意识,我们得以和宇宙精神相联结,和宇宙中无限的建设性力量联系起来。

生命的伟大奥秘,正在于人类生命这两大中心的协调,以及对其各自功能的感悟。有了这一认知,我们才能够使客观心智和主观心智主动合作,从而使有限和无限协调统一。我们的未来全然掌握在我们自己手中,而无须受反复无常的外部力量所摆布。

所有人都承认,只有一种法则或意念遍及整个宇宙,占满所有的空间,其所在的每个地方,本质上都是一样的,它是无所不能、无所不知、无所不在的。它囊括了所有思想和意念。它是万有中的万有。

宇宙中有且只有一种意念能够思考;当它思考的时候,人类主观的想法就转变成客观事物。这种意念无所不在,包括所有人的心中;每个人都是这无所不能、无所不知、无所不在的意念的表现形式。

正因为宇宙中能够思考的意念有且只有一种,因而必然引出如下结论:你的认知必须同宇宙意念相一致,换句话说,就是万念归一。这个结论是不容冒犯的。

集聚在你大脑细胞中的意念,与集聚在他人大脑细胞中的意念都是相同的。每个人不过是世界或宇宙精神的个体化。

宇宙精神是静态的或潜在的能量;它仅仅是它;它只能通过个体的人来显示自身的存在,而个人也只有通宇宙才能彰显自身。二者是合而为一的。

