

被禁七十多年而重生的神奇秘密
美国硅谷企业家私下争相传阅
比尔·盖茨深受启迪而辍学逐梦
拿破仑·希尔亲身实践而获成功

神秘的 万能钥匙



使用手册

(唯一授权本)

[美] 安东尼·R·迈克尔斯基 罗伯特·鲍勃·施密茨 / 著 史渊萍 / 译

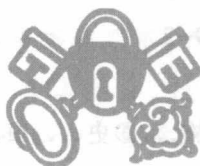
THE
MASTER KEY
WORKBOOK



THE MASTER KEY WORKBOOK

天津社会科学院出版社

THE
MASTER KEY
WORKBOOK



神秘的 万能钥匙

使用手册

(唯一授权本)

[美] 安东尼·R·迈克尔斯基 罗伯特·鲍勃·施密茨 / 著 史渊萍 / 译

T H E M A S T E R



W O R K B O O K

天津社会科学院出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

神秘的万能钥匙使用手册 / (美) 迈克尔斯基 施密茨著; 史渊萍译. — 天津:
天津社会科学院出版社, 2008.4

ISBN 978-7-80688-379-2

I. 神... II. ①迈...②施...③史... 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 (2008) 第 037522 号

Copyright © 2004 by Kallisti Publishing. The Simplified Chinese edition
published by the Publishing Press of Tianjin Academy of Social Sciences.
All rights reserved.

天津市版权局著作权合同登记号 02-2007-123

出版发行: 天津社会科学院出版社

出版人: 项新

地址: 天津市南开区迎水道 7 号 (100032)

邮编: 300191

电话/传真: (022) 23366354

(022) 23075303

电子信箱: tssap@public.tpttj.cn

印刷: 北京领先印刷有限公司

开本: 720 × 960 毫米 1/16

印张: 26

字数: 460 千字

版次: 2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

定价: 39.80 元 (全二册)



版权所有 翻印必究

致 谢

托尼在此感谢：妈妈、爸爸、卡特里娜、查利、施密蒂、查尔斯·F·哈奈尔、众多使《神秘的万能钥匙》取得今日成功的不懈追求者、美国自由企业制，还有上帝。

要想找个在我人生中支持我、影响我来感谢并不难。不过我在这里只提及那些曾经直接或间接影响过我的人，是他们吸引我潜心致力于“神秘的万能钥匙”的研究。

首先，如果没有“宇宙思维”——我的“更高力量”，或者一言以蔽之，就是“上帝”——一切皆无可能。

我必须感谢一些伟大作家，因为我从他们那里获得了深邃的洞察力。他们是：已故的拿破仑·希尔，感谢他那本佳作《思考致富》；《心理控制术》的作者麦克斯韦尔·马尔茨；《潜意识的力量》作者约瑟夫·墨菲博士；韦恩·戴尔博士以及他所有的畅销书；迪帕克·乔普拉以及他的图书和磁带；安东尼·罗宾；“航标”组织以及他们的自我意识培训；鲍勃·普罗科托；弗农·霍华德和《通往宇宙力量的神秘通途》以及布莱恩·崔西和《成功心理学》。

我想感谢比尔和鲍勃，谢谢你们渴望寻找一条更好的道路，从而影响了芸芸众生中那么多迷路者。我想感谢来自“环境模拟”工作室的罗斯·乔亚，谢谢你打开我的心智，使我懂得是我们的主流思想创造了现在的生活。我与帕顿·拜鲁姆在她于佛罗里达州斯图亚特的水边静修所练习瑜伽——感谢你那些渊博而伟大的知识。

还有一些人因为某个重要原因进入我们的生活。当时，我们并不知





THE
MASTER KEY
SYSTEM
神秘的万能钥匙

道这一原因是什么，直到有一天，我们回头再看，终于认出了原因何在。这些人中就有比尔·班普顿，他于1995年向我提供了一条信息，从此我便受到了查尔斯·哈奈尔的教导。另一个人是查尔斯·乌菲里德，是他将我介绍给托尼。如果没有托尼，这本书肯定不会在此时写成，并以这样一种方式排篇布局。另一个人是鲍比·斯科佐。如果没有他在我真正需要的时候给我以执著、爱、友谊和信任，促使我前往宾夕法尼亚东北部与托尼和《神秘的万能钥匙》相识，就不会有这本书问世。感谢我的挚友、亚特兰大的乔治·伯涅尔和马克·威尔顿；巴尔的摩的文斯·马丁；以及我住在纽约的兄长利奥·珀尔穆特。珀尔穆特在我人生的转折关头来找我，并且再次让我懂得所有人都与“宇宙思维”相连；一旦时机恰当，“共振法则”会将所有与你类似的人的共振吸引到你身边。这一法则已经为我吸引来一个“快乐嬉皮士”，此人向我证明：人生可以充满爱；幽默、快乐和充满爱心的人生态度能让你无往不胜。

我还想提一提诺艾尔·基姆。在我追求真理的过程中，他对我产生了巨大影响。他同时也是我“百万富翁的精神状态论坛”合作伙伴。我无法不提及堂兄汤姆·伍兹，他是我的出版商和“精神状态”论坛、磁带制作合作伙伴；在过去那些充满挑战的艰难岁月，是他帮助我度过了难关。

还要感谢那些我没有提到的人。我希望你们都能学习这本使用手册中的教义，尽可能做好其中练习。我深信，这是自我完善和人生福祉的快车道。请记住：“如果你追求群星，它们便更容易穿透云层而上。”

鲍勃·施密茨

2004年10月

T H E M A S T E R



K E Y S Y S T E M

如何运用本书

How to Use This Book

·
·
·
·
·

你将从本书中学到许多知识。但愿存于你内心的成功种子在充足水分的浇灌下生根发芽，冲破土壤，见到天日；但愿你会把自己的树叶和花瓣向外伸展，让所有人都能观看和仰慕。要想看到这一幕发生，就应该正确运用这本《神秘的万能钥匙使用手册》。以下是帮助你从本书中最大限度获益的几条原则和提示。

1. 将本书和《神秘的万能钥匙》结合起来研读

是的，这本书可以单独使用，不过撰写本书所依据的想法是你手中有一本《神秘的万能钥匙》；你要将这两本书放到一起读。

2. 欲速则不达

阅读此书时你根本没必要急于求成。这是一种耐力的竞赛，而不是比速度。

3. 不遗余力地去做

只要有耐心并持之以恒，就会无往不胜。也许你在某家饭店的菜单上见过“好菜需要慢慢做”这句话。是的，自我完善过程也是如此。只要不松劲，你就会前往想去的地方。

4. 至少要完整读一遍

没什么比“开弓没有回头箭”更重要了。

5. 第一次要按顺序阅读并实践

哈奈尔为《神秘的万能钥匙》很好地限定了速度。本书也是基于这一



速度完成的。对于本书，你只有循序渐进，才会扎扎实实取得进步，而不要从这一部分猛然跳到另一部分。每个练习都建立在前一个练习的基础上。按顺序完成这些练习，才有意义和效果。

6. 每年复习一遍这本书

如果你对自己做个人评价，就要花时间复习这本书。你不会随着目标的改变迷失方向，而且能提前了解自己朝目标又前进了多少。做到这一点很重要。持续力是你所能练习的最重要事物之一。

7. 一定要做练习！

如果文中要求你写点什么，就真正把它写出来。不要只在心里牢记，然后接着读下一部分。那样做只会浪费时间。写的过程就是把自己的想法体现在纸上，通过这种方式使其保有持久性。写能使想法具体化，从而使其更强大。请你务必要这样做。其他练习也要以同样的方式处理：你要集意志和勤奋于一身。你为《使用手册》投入了多少，就会从中得到多少。

8. 寻求辅导

但愿你能和某个能帮你彻底理解书中所有概念的团体或个人一起读完这本书。优秀的伙伴或团体还能激励你在发挥最大潜能的情况下做完所有练习。如果你找不到团体，卡里斯蒂出版公司 (www.kallistipublishing.com) 可以为你提供“一对一”辅导，网址为：www.masterkeycoaching.com，网站上还有留言板，一群和你一样渴求知识的人将会回答你在留言板上留下的问题

9. 祝你旅途开心！

这是到目前为止最重要的指导原则。放松下来，快快乐乐地享受旅程吧！



THE
MASTER KEY
SYSTEM
神秘的万能钥匙



前言

Introduction

撰写、设计和出版《神秘的万能钥匙使用手册》是一个漫长过程。自从我2000年开始出版《神秘的万能钥匙》之后若干年来，一直有人要求我写一本使用手册，以作为原作的姊妹篇。很多人希望在《神秘的万能钥匙》基础上增加一些能在团队工作背景下运用的东西。

当然，这主意的确不错，而且明眼人一看便知。但是，作为《神秘的万能钥匙》的伴侣，还有什么比一本使用手册更好呢？于是，这一想法深深嵌入我的脑海。现在真正的问题变成：怎样才能写出一部为人称道的使用手册呢？

我也许在很多方面都和大家差不多。我出席过一些研讨会，读过的书浩如烟海，参与过许多使用手册的写作。有些使用手册几乎可以说是为了附庸风雅（请原谅我此处不确切的措辞，但我的确想不出其他贴切的词语来表达）。它们让人心烦意乱、感到画蛇添足、敷衍了事，而且无法给人以激励。我恨透了这些作品。我在一次非常著名的研讨会上就真的见过这种手册。伙计，我对那本册子简直太失望了！

有些使用手册确实不错，可以说是在原文基础上的进一步丰富。手册中有许多很好的练习既有趣又发人深省。这些手册使我真正有事可做！之所以说它们好，是因为我从中的确学到了不少知识。那些书让我快乐。遗憾的是这种书太少了。





THE
MASTER KEY
SYSTEM
神秘的万能钥匙

有一点我注意到，我从未读过或读完过一本经典的使用手册。《神秘的万能钥匙》是一部伟大作品，《思考致富》也是一部伟大作品，但我却从未读过或使用过一本伟大的使用手册。如我所言，我参与起草过不错的使用手册，但它们根本称不上伟大。没有哪本书能够独立成篇，同时又是对原著的丰富，没有哪本使用手册中的练习真正使我获益匪浅，没有哪本使用手册使我得到灵魂的升华。

我下决心改变这一点。我想做一本真正堪称伟大的使用手册。正如斯蒂夫·乔布斯总是说他们何时开发出第一台苹果电脑一样，我也希望这本使用手册“不朽而伟大”！

我希望大家使用这一手册时，能将其看成对《神秘的万能钥匙》的补充，或者作为《神秘的万能钥匙》的入门教程；作为一种寓教于乐、鼓舞人心的自我完善方法，或者作为一种深邃而严谨的自我修养方式。换言之，我希望写出一本能真正用于个人的指导手册，无论此人希望使用它时是匆匆浏览，还是言听计从。

鲍勃·施密茨为读者看到的这本使用手册打下了坚实基础。他多年来一直致力于训练人们提升精神境界。你在本书中要着手实践的许多练习，鲍勃都在自己学生身上检验了多年。它们的力量非常强大。鲍勃还在书中添加了许多深邃见解，旨在阐释哈奈尔的原文。如果没有鲍勃，这本书肯定不可能问世。

鲍勃一提出最初的轮廓（这得益于他传授了很长时间的 spirit 训练体系），我就立即潜心规划和设计，并通过一切方便的渠道精选材料。起码可以说这种工作很难。我希望像哈奈尔那样，书中设计的“每周课程”



都能为下一周打下基础，同时又不妨碍哈奈尔的练习。如我所言，这是一个难题。

当我认为做到了这一点时，就该对这本书进行审阅了，现在也是发挥其效用的时候了。

我审阅了《使用手册》，鲍勃也审阅了。我还让另外几个人全面审阅过。我让读过它的每个人（包括我自己）在《使用手册》上注释、校对、插入建议，或者想起什么来都写上去。

经过诸多人的努力，结果便有了你如今拿在手中的这本书。它经受了检验，从而为普遍运用做好了准备。我确实没有指望它成为畅销书（我知道，这样说、这样想让人觉得可怕，不过我有我的理由，这些理由我不妨略述一二）。为检验本书的接受程度，我请来一个人，让他做一些相当正规而严谨的事，并且认真反省。我发现此人喜欢的是汽水般华而不实的图书或使用手册。汽水能产生许多泡沫，发出嘶嘶的响声，给你以急不可耐的甜味，但并不能真正提供历久弥坚的知识或好处（在这里我不提这种人的姓名，你知道是谁“做贼心虚”）。

真正希望取得成功、渴望练习自我完善的人如同凤毛麟角。多数人只是“对对口形”，希望“体会”一下，就像真的在实践一样。这样做不一定就表示悲哀或悲观。恰恰相反，这是我们的预期。这里无所谓好与坏。所以，《神秘的万能钥匙使用手册》是为真正的真理追求者和精神实践者撰写、编辑和设计的。如果你对它潜心钻研、矢志追求，成功便是你的掌中之物了。有了《神秘的万能钥匙使用手册》，你便会读更多佳作，做更多让人茅塞顿开的练习，而且以从未有过的高速度开发自我。不过，我希望你能从中多方受益，这是我的心愿。





THE
MASTER KEY
SYSTEM

神秘的万能钥匙

我将这本使用手册看成某种你每年至少要回顾一次的东西。也许你会腾出时间对自己进行一次年度总结。不过，第一次实施《神秘的万能钥匙使用手册》时，如果独自一人练习，就不要急于求成。某些内容要反复阅读，直到完全读懂为止。你并非在参加一项通往终点的赛跑。即便是，这种赛跑也是耐力和毅力而非速度的比赛。如果你是某个研究小组的成员，那么要做到在需要时就大胆提问，并且详细讨论每一个概念。大家可以相互帮助、彼此分享。观点和经验的分享能使每一个聆听这些观点和经验的人更加勇敢，这一点非常神奇。

最重要的是享受过程。正如哈奈尔所说：“人生是过程的展开而非增长。”如果某些内容让你进退维谷，不妨做上标记，暂时撇开几天。你是《使用手册》的主人，而它却不能主宰你。学习是开心的、激动的，但是真正的学习又是枯燥和痛苦的。觉得有必要的时候，暂时休息一会儿也很重要。不过，坚持到底、穷追不舍更重要。深入理解这一点，一切便都会井井有条。

请好好享受这部作品，享受这种不谈报酬的工作，享受这段令人心驰神往的旅程吧！我真诚希望你能获得想要获得的一切。我希望这本书能帮你做到这一点。不过，最后你要记住：你必须身体力行。这才是最重要的！如果说本书可能是一张微缩地图，你——我的朋友，就是真正的发现者。

祝你在这趟神奇之旅中玩得愉快！

作者

2004年10月

T H E M A S T E R



K E Y S Y S T E M

日本大师南因在明治天皇统治时期接见过一位大学教授。后者前来向他请教禅学。

南因以茶待客。他给来客茶杯中的茶溢满之后流了出来，但他仍然继续倒。

教授默默看着溢出的茶水，最终他实在忍不住了。“已经倒得太满了，再倒也装不进去！”

“像这只茶杯一样”，南因说，“你的脑子里装满了自己的想法和构思。如果你不先把自己杯子里的茶倒空，我怎么给你展示禅学呢？”

——“一杯茶”（摘自《禅的骨肉》）



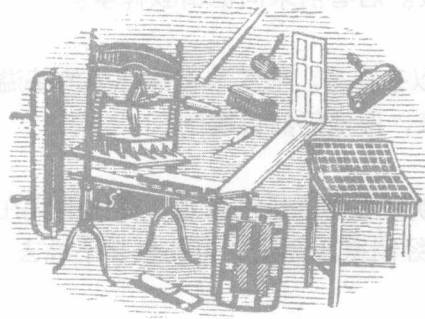
一、凡欲購者請向本公司索取說明書。此項說明書
 係由本公司之專門技師所編，內容詳盡，且附有圖
 片，以便讀者一目了然。

本公司之產品，係由本公司之專門技師所編，內容詳盡，且附有圖
 片，以便讀者一目了然。

本公司之產品，係由本公司之專門技師所編，內容詳盡，且附有圖
 片，以便讀者一目了然。

本公司之產品，係由本公司之專門技師所編，內容詳盡，且附有圖
 片，以便讀者一目了然。

(《內附說明書》自備)“茶莊”——



目录

Gontents

致谢	1
如何运用本书	6
前言	7



第1课 外部世界是内心世界的反应 1

内心世界的和谐表示我们控制自身思想、自主决定人生经历对我们造成的影响的能力。我们通过“客观思维”与外部世界相连，而大脑是这种物理思维的器官。

第2课 潜意识的无穷力量 9

显意识思维可以引导潜意识思维。人生出现转机，扭转不利环境、创造有利环境，都是通过这一点做到的。

第3课 发现并释放内在力量 17

我们发现潜意识思维会对显意识的意愿做出反应，这说明“宇宙思维”那无限的创造力正在个体的显意识思维掌控之中。

第4课 转化生命的因与果 23

要想使力量、富足或任何其他具有建设性的目的外化，就必须唤起情感去感知思想，以使思想成为现实。

第5课 激发创造性思维 33

一个伟大的事实是：一切生命、一切力量都源于内心。人、环境和事件也许会提出需求和机遇，但是应对这些需求的见识、力量和威力需要从内心去发现。



目录

1





神秘的万能钥匙

2

第6课 心想事成的力量 39

先学习后有长进，先有志向后有行动，先有理解后有机遇。精神层面的东西永远在前，然后才有可能实现向无限、无穷的成功转变。

第7课 利用万能力量 45

法则的要义在于，想法会以有形的形状外化出来。只有那些懂得怎样利用自身想法使自己成为神圣思想家的人，才能占据主人的地位并威严地说话。

第8课 学会正确思考与行动 51

先例说：“这不可能成功。”

经验说：“就是那样做的。”

第9课 改变自我改变环境 59

懂得用所谓的“生活琐事”来检验最伟大的精神真相的人，已经找到了解决自身问题的秘方。

第10课 万事万物皆因果 67

富足是宇宙的一条自然法则。这条法则起作用的迹象是毫无疑问的，我们可以从四面八方见到它。无论在哪里，大自然都在被人类挥霍、浪费、奢侈。任何地方都看不到有人节约宇宙创造出的万物。

第11课 归纳推理与客观思维 75

我们首先要相信我们的愿望已经成为现实。做到了这一点，愿望的实现便指日可待。

第12课 专注的力量 83

事物在以外在行为或事件的样子出现之前，便已经在精神世界或心灵世界创造出来了。通过如今仍然支配着我们思想力的简单过程，我们可以促成将来事件的出现。这些事件可能在未来进入我们的生活，也可能就在明天便会出现。



第13课 梦想家时代已来临 87

如果思想得不到有意识的、系统的和建设性的指引，它就无法创造任何奇迹。懒散的和建设性的思想之间的区别就在于此。懒散的思想不过是对努力的挥霍，而建设性的思想却意味着真正无限的成就。

第14课 思想的创造力 93

我们想什么，就是什么样的人。拥有的一切都源于我们的思想。我们用思想来创造自己的世界。

第15课 培养洞察力 101

增长是通过以旧换新、以更好换好来实现的……如果固守自己的拥有之物，我们就无法得到自己所缺的一切。

第16课 与心灵息息相通 109

因此，善与恶并非存在的实体，而不过是我们用来表示自身行为所导致的结果的词汇。而我们所持想法的特性，又反过来预先决定了这些行为。

第17课 分清表象与现实 115

克服每一个困难、赢得每一次胜利，都将赋予你的力量以更多的信念，而你的取胜能力也将变得更强。

第18课 永恒的吸引力法则 121

注意力集中而不分散是天才的明显标志。注意力的培养有赖于练习。关注的诱因是兴趣。兴趣越浓，注意力就越强。

第19课 储藏你的精神食粮 127

恐惧是一种必须被摧毁的东西。生于恐惧之中或者受到可怕事物的困扰，会在很高程度上导致精神的损耗。精神上的这种努力只会将我们不要的东西而不是想要的东西带给我们。

第20课 寻求万物的精神之源 131

在信奉基督教的国家和地区，你也许拥有全部财富，但是如果你不辨认它、利用它，它就没有任何价值……一切伟大的事业都通过认可后才得以实现。





THE
MASTER KEY
SYSTEM

神秘的万能钥匙

第21课 把事情“想”大143

这条法则能为我们做的事没有限制。要敢于相信自己的理想。不要忘了：大自然能够适应你的理想，要把理想想成已经实现的事实。

第22课 播撒精神的种子151

我们改变了因，就改变了果。

第23课 服务于他人159

我们通过交朋友来赚钱，通过从朋友身上赚钱、帮助朋友、为朋友服务来扩大朋友圈。成功的第一法则或服务，而这反过来又以诚实和公正为基础。

第24课 成功炼金术163

你现在已经将“万能钥匙”握在自己手中。你现在知道世上根本没有奥秘或神秘事物。你必须意识到自己已经拥有那把“钥匙”并且可以运用它，这只是一个事实。

