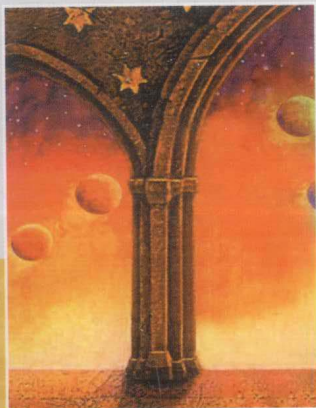


# The Master Key System

## 世界上最神奇的24堂课

[美] 查尔斯·哈奈尔 著

岳玉庆 杨永刚 刘玉红 邹晓蕾 译



一本在美国被禁70年的励志奇书  
有史以来最伟大的励志和意识心理专著  
美国历史上最具影响力的潜能开发著作  
造就成功与财富的万能钥匙

本书于1912年创作出版，当时销售了20多万册；1933年  
世，顿时风靡全球。

堂课，成就人生，迅速致

比尔·盖茨偶然读到此书，造就了微软帝国，成为世界  
首富。

附赠精选  
MP3光盘



中国宇航出版社

# The Master Key System

## 世界上最神奇的24堂课

[美] 查尔斯·哈奈尔 著

岳玉庆 杨永刚 刘玉红 邹晓蕾 译



中国宇航出版社

·北京·

版权所有 侵权必究

### 图书在版编目(CIP)数据

世界上最神奇的24堂课=The Master Key Sytem:  
英汉对照/(美)哈奈尔(Haanel, C.F.)著;岳玉庆等  
译.—北京:中国宇航出版社,2011.1

(金牌励志系列)

ISBN 978-7-80218-906-5

I. ①世… II. ①哈…②岳… III. ①英语-汉语-对照  
读物②成功心理学-通俗读物 IV. ①H319.4:B

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第259149号

策划编辑 楚晓琦

装帧设计 03工舍

责任编辑 楚晓琦

责任校对 朱祯

出版  
发行 **中国宇航出版社**

社址 北京市阜成路8号  
(010)68768548

邮编 100830

网址 [www.caphbook.com/www.caphbook.com.cn](http://www.caphbook.com/www.caphbook.com.cn)

经销 新华书店

发行部 (010)68371900

(010)88530478(传真)

(010)68768541

(010)68767294(传真)

零售店 读者服务部

北京宇航文苑

(010)68371105

(010)62529336

承印 北京嘉恒彩色印刷有限公司

版次 2011年1月第1版

2011年1月第1次印刷

规格 880 × 1230

开本 1/32

印张 10.25

字数 295千字

书号 ISBN 978-7-80218-906-5

定价 22.80元(赠精选MP3光盘)

本书如有印装质量问题,可与发行部联系调换

## 序言

Preface

本书的英文名为The Master Key System, 直译为《万能钥匙》。因为全书分24课进行讲述, 故有的译为《世界上最神奇的24堂课》。又由于许多硅谷的成功人士都曾阅读过本书, 因此有时又被译为《硅谷奇书》。

本书于1912年创作出版, 销量达到20多万册。1933年, 它突然遭禁, 2003年, 解禁后顿时风靡全球, 涌现出许多新版本, 可见本书的魅力和价值。

这是美国有史以来最伟大的励志和意识心理专著, 是美国历史上最具影响力的潜能开发著作, 是造就成功与财富的万能钥匙。比尔·盖茨偶然读到此书, 造就了微软帝国, 成为世界首富。著名的励志大师拿破仑·希尔也把自己的成功归功于本书中讲述的基本原则。2007年出版的超级畅销书《秘密》的作者朗达·拜恩也从本书获益良多。

作者查尔斯·F·哈奈尔(Charles F. Haanel, 1866~1949), 是“美国新思想”作家和商人, 是美国心理研究协会、美国作家联盟等许多组织的会员, 被誉为“个人发展之父”。他实践自己的致富原则, 白手起家, 大获成功, 成为几家公司的董事长。他的代表作有《世界上最神奇的24堂课》《瑜伽大师的秘密》《精神化学》和《新心理学》等。由于他身体力行, 这些书都极有说服力。

本书采用左右英汉对照的形式, 方便读者阅读。经过仔细推敲, 译文忠实通顺, 为您欣赏本书可助一臂之力。

阅读本书, 您可以进入一个玄妙而神奇的世界, 只要您有心, 就能找到发财致富、走向成功的万能钥匙。

阅读本书,您可以在不知不觉中激发对英语的兴趣,提高英语水平。阅读励志经典,同时提高英语可谓一举两得,事半功倍。本书适合具有中等以上水平的读者阅读。为了帮助读者提高听力和口语,本书还配有部分内容朗读录音的MP3光盘。

最后,需要说明,虽已尽力而为,但由于能力所限,错误和不当之处在所难免,欢迎读者批评指正。

译者

2010年12月

哈奈尔的励志经典《世界上最神奇的24堂课》阐述了生命以及创造性人生的基本原理，是迄今为止关于自我提高和内心自省的经典之作。本书涉及如何致富、如何保持健康、如何成功等等，内容非常全面。它讲述了为成功奠定基础的原则、理念、方法和法则。如果你希望有所成就，世界上最神奇的24堂课体系会为你指明道路。利用这一体系，结果会令你大吃一惊，难以置信。

本书作者哈奈尔认为，有些人似乎不费吹灰之力，就能功成名就，大权在握，腰缠万贯；有些人虽然取得成功，但是却困难重重；另一些人则一败涂地，壮志未酬，梦想破灭。为什么会如此？为什么一些人实现理想非常容易，一些人实现理想非常困难，而其他人则根本无法实现？原因不可能是身体上的，否则身体最完美的人将是最成功的人。因此，差别一定是在精神方面——在于思想；思想一定是创造力的源泉，一定是导致人之间差别的唯一原因。战胜环境和人生之路上的种种障碍的正是思想意识。

一个人的真正力量来自于内在，过于依靠外部的力量无异于本末倒置。失败者会抱怨自己的运气不佳，总是为自己的失败找借口，其实真正的原因就在于自己。我们的意识才是能力和力量的源泉。若是依靠外在的帮助，我们便会变得软弱。我们必须怀有积极的心态，致力于自己的想法，描绘自己的蓝图，创造属于自己的奇迹。

只有严格遵循规律，我们才能够实现理想。一生中要想富有，就要认识到实现富有的规律。在头脑中建立积极的意象，让这一意象具体化，创造出

积极的条件助你成功。如果你想象各种匮乏、局限和混乱，你的头脑也会创造出消极的条件来，让你遭受贫穷。成功，除了会让自己收益，还会影响到周围的人，他们反过来又会帮助你实现自身与事业的攀升，彼此促进，改善你的外部环境。

生活是一首宁静和谐的乐曲。如果思想是批判性的或者破坏性的，它就会为身边的环境带来混乱或者不和谐的氛围。所以，培养一种对建设性思想有益的心态是至关重要的。

有了积极的态度和人生目标，我们还要集中精力。如果我们能合理地运用全神贯注的力量，那将给我们带来难以置信的影响。真切的渴望是感觉，自信的期待是想法，坚定的需求则是意志。通过这种意志，把最有利于我们目标的东西吸引过来，帮助我们实现目标，走向成功。这就是吸引力法则

宇宙意识是万能的，无处不在，我们每个人的意识都是宇宙意识的一部分，是宇宙能量分散的一个渠道。我们一定要运用好宇宙的这个创造性原则，用知识战胜恐惧，用爱的原则在运动中获取活力。当个人意识与宇宙法则是一体的时候，他就会发现所有健康、财富和力量的源泉。

除了财富和成功之外，人们也同样追求健康。而塑造一幅健康的大脑图像，让意识完全吸收，保持这种图像，多数人通过这种办法在几周内就消除了慢性疾病，获得了健康。当完美的图像呈现在主观精神前时，创造性能量就会创造出一个完美的身体。

阅读24堂课，接受哈奈尔的指引，您的人生会由此改变，从此会快乐、幸福、富有和健康。

译者

2010年12月

# 目 录

Contents

Part One 第一课	1
Part Two 第二课	14
Part Three 第三课	28
Part Four 第四课	40
Part Five 第五课	53
Part Six 第六课	66
Part Seven 第七课	79
Part Eight 第八课	93
Part Nine 第九课	107
Part Ten 第十课	122
Part Eleven 第十一课	135
Part Twelve 第十二课	149
Part Thirteen 第十三课	162
Part Fourteen 第十四课	176
Part Fifteen 第十五课	188



Part Sixteen 第十六课	201
Part Seventeen 第十七课	215
Part Eighteen 第十八课	230
Part Nineteen 第十九课	241
Part Twenty 第二十课	253
Part Twenty One 第二十一课	267
Part Twenty Two 第二十二课	280
Part Twenty Three 第二十三课	294
Part Twenty Four 第二十四课	307

# Part One

## 第一课

### Introduction

Would you bring into your life more power? Get the power consciousness. More health? Get the health consciousness. More happiness? Get the happiness consciousness. Live the spirit of these things until they become yours by right. It will then become impossible to keep them from you. The things of the world are fluid to a power within man by which he rules them.

You need not acquire this power. You already have it. But you want to understand it; you want to use it; you want to control it; you want to impregnate<sup>①</sup> yourself with it, so that you can go forward and carry the world before you.

Day by day, as you go on and on, as you gain momentum<sup>②</sup>, as your inspiration deepens, as your plans crystallize, as you gain understanding, you will come to realize that this world is no dead pile of stones

### 导论

你想让你的生活获得更多的力量吗?那么,争取力量意识吧。你想让你的生活更健康吗?那么,获得健康意识吧。你想让你的生活更快乐吗?那么,拥有快乐意识吧。在生活中践行它们的精神,使之为你所有。到时,任何人都无法从你身上将它们夺走。一个人靠一种力量支配着世界上的事物,这些事物就会流向这种力量。

你不必去获得这种力量,因为你已经拥有。但是,你理解它,利用它,控制它,充满这种力量,这样你才能够勇往直前,大获成功。

一天天,你不断前进,获得前进的动力,灵感不断深化,计划更加明确,不断领悟,你会认识到这个世界并非一堆

① impregnate 使充满

② momentum 动力

and timber, but that it is a living thing! It is made up of the beating hearts of humanity. It is a thing of life and beauty.

It is evident that it requires understanding to work with material of this description, but those who come into this understanding are inspired by a new light, a new force, they gain confidence and greater power each day, they realize their hopes and their dreams come true, life has a deeper, fuller, clearer meaning than before.

1. That much gathers more is true on every plane of existence, and that loss leads to greater loss is equally true.

2. Mind is creative, and conditions, environment and all experiences in life are the result of our habitual or predominant mental attitude.

3. The attitude of mind necessarily depends upon what we think. Therefore, the secret of all power, all achievement and all possession depends upon our method of thinking.

4. This is true because we must “be” before we can “do” and we can “do” only to the extent that we “are,” and what we “are” depends upon what we “think.”

5. We cannot express powers that we do not possess. The only way by which we

毫无生气的石头和木头，而是一个有生命力的东西！它拥有人类跳动的的心脏，充满了生命和美。

显而易见，要使用本书所描述的材料取得效果，就需要理解，但是能获得这种理解的人受到一种新视角、新力量的激励。因此，他们每天增添更多的自信，获得更大的力量，他们意识到自己的希望和梦想会得以实现，生活比从前会有更深刻、更丰富、更清晰的意义。

1. 在生活的各个层面上，多者愈多千真万确，损者愈损也自有道理。

2. 意识具有创造力，生活中的条件、环境和一切际遇都是我们习惯性的或者主要心态的结果。

3. 我们的心态必然取决于我们的所思。因此，一切力量、成就和财富都取决于我们的思维方式。

4. 这其中的道理就在于，我们必须先“是”什么，然后才能“做”什么。我们只能在“是”的范围内，去“做”。我们“是”什么，取决于我们“想”什么。

5. 我们不具备的力量就

may secure possession of power is to become conscious of power, and we can never become conscious of power until we learn that all power is from within.

6. There is a world within—a world of thought and feeling and power; of light and life and beauty and, although invisible, its forces are mighty.

7. The world within is governed by mind. When we discover this world we shall find the solution for every problem, the cause for every effect; and since the world within is subject to our control, all laws of power and possession are also within our control.

8. The world without is a reflection of the world within. What appears without is what has been found within. In the world within may be found infinite Wisdom, infinite Power, infinite Supply of all that is necessary, waiting for unfoldment, development and expression. If we recognize these potentialities in the world within they will take form within the world without.

9. Harmony in the world within will be reflected in the world without by harmonious conditions, agreeable surroundings, the best of everything. It is the foundation of health, and a necessary essential to all great

无法表现出来。我们获取力量的唯一方法，就是要意识到力量。我们只有在明白一切力量都来自内在之后，才能意识到力量。

6. 存在一个内在世界——一个思想、情感和力量的世界，一个光明、生动、美丽的世界，这个世界看不见，但是它的力量是无穷的。

7. 内在世界受意识的支配。我们发现了这个世界，我们就能找到每个问题的解决办法，找到产生结果的原因。因为内在世界受我们的控制，所有力量和财富的法则也在我们的控制之中。

8. 外在世界是内在世界的反映。外在显示的，就是从内在发现的。在内在世界，可以发现无限的智慧、无限的力量和无限所需要的东西，等待挖掘、开发、表现。我们认识到内在世界的这些潜力，它们就会在外在世界呈现出来。

9. 内在世界的和谐，将通过和谐的状态、舒适的环境和所有一切的最佳状态在外在世界反映出来。和谐是健康的基础，是通向所有伟业、所有力

ness, all power, all attainment, all achievement and all success.

10. Harmony in the world within means the ability to control our thoughts, and to determine for ourselves how any experience is to affect us.

11. Harmony in the world within results in optimism and affluence; affluence within results in affluence without.

12. The world without reflects the circumstances and the conditions of the consciousness within.

13. If we find wisdom in the world within, we shall have the understanding to discern the marvellous possibilities that are latent in this world within, and we shall be given the power to make these possibilities manifest in the world without.

14. As we become conscious of the wisdom in the world within we mentally take possession of this wisdom, and by taking mental possession we come into actual possession of the power and wisdom necessary to bring into manifestation the essentials necessary for our most complete and harmonious development.

15. The world within is the practical world in which the men and women of power generate courage, hope, enthusiasm, confidence, trust and faith, by which they are given the fine intel-

量、所有收获、所有成就以及所有成功的关键因素。

10.内在世界的和谐,意味着我们能够控制自己的思想,能够自己决定任何经历对我们的影响。

11.内在世界的和谐,会产生乐观和富足;内在的富足,会产生外在的富足。

12.外在世界反映内在意识的环境和条件。

13.如果能够在内在世界发现智慧,我们就能分辨内在世界的种种美妙的潜能,我们也将获得力量使这些潜能在外在世界得以呈现。

14.我们意识到了内在世界的智慧,就在精神上拥有了这种智慧;在此基础上,我们就真正拥有了力量和智慧,使我们最圆满、最和谐发展的要素成为现实。

15.内在世界是一个现实的世界,有能力的人从中获取勇气、希望、热情、自信、信任和信仰,由此他们获得智慧,具备远见卓识;获得实际技能,让这些远见卓识成为现实。

ligence to see the vision and the practical skills to make the vision real.

16. Life is an unfoldment, not accretion. What comes to us in the world without is what we already possess in the world within.

17. All possession is based on consciousness. All gain is the result of an accumulative consciousness. All loss is the result of a scattering consciousness.

18. Mental efficiency is contingent<sup>①</sup> upon harmony; discord means confusion; therefore, he who would acquire power must be in harmony with Natural Law.

19. We are related to the world without by the objective mind. The brain is the organ of this mind, and the cerebro-spinal system of nerves puts us in conscious communication with every part of the body. This system of nerves responds to every sensation of light, heat, odour, sound and taste.

20. When this mind thinks correctly, when it understands the truth, when the thoughts sent through the cerebro-spinal nervous system to the body are constructive, these sensations are pleasant, harmonious.

21. The result is that we build strength, vitality and all constructive forces into our body, but it is through this same objective

16.生命是逐渐展开的产物，并非不断增加的结果。我们外在世界将要拥有的，都是我们在内部世界里已经拥有的。

17.所有的财富都以意识为基础。所有的收获都是积累意识的结果。所有的失去都是源于意识的分散。

18.精神效率取决于和谐，不和谐意味着混乱，因此，要想获得力量，就必须遵守自然规律。

19.我们通过客观的意识与外在世界相联系。大脑是这种意识的器官，大脑脊髓神经系统让我们与身体的各个部分发生有意识的交流。这种神经系统对感受到的光、热、声音和味道发生反应。

20.当这种意识思考正确的时候，当它理解真理的时候，当通过大脑脊髓神经系统传输到身体的思想是有益的时候，产生的感觉会是愉悦而和谐的。

21.结果，我们将力量、活力和一切有利的因素注入我们

---

① contingent 取决于

mind that all distress, sickness, lack, limitation and every form of discord and inharmony is admitted to our lives. It is therefore through the objective mind, by wrong thinking, that we are related to all destructive forces.

22. We are related to the world within by the subconscious mind. The solar plexus<sup>①</sup> is the organ of this mind; the sympathetic system of nerves presides over all subjective sensations, such as joy, fear, love, emotion, respiration, imagination and all other subconscious phenomena. It is through the subconscious that we are connected with the Universal Mind and brought into relation with the Infinite constructive forces of the Universe.

23. It is the co-ordination of these two centres of our being, and the understanding of their functions, which is the great secret of life. With this knowledge we can bring the objective and subjective minds into conscious co-operation and thus co-ordinate the finite and the infinite. Our future is entirely within our own control. It is not at the mercy of any capricious or uncertain external power.

24. All agree that there is but one Prin-

的身体，但是也是通过同一种客观意识，所有的忧郁、疾病、匮乏、局限和各种不和谐进入我们的生活。因此，是通过客观意识，通过错误的思维，我们跟所有毁灭性力量联系在一起。

22. 我们通过潜意识与内在世界相联系。控制这种意识的器官是太阳神经丛，而交感神经控制着所有的主观感觉，诸如喜悦、恐惧、爱、情感、呼吸、想象及一切其他潜意识现象。正是通过这种潜意识，我们才与宇宙意识联系起来，才与宇宙中无限的有益力量联系起来。

23. 我们生命中的这两个中心的协调以及对它们功能的理解，才是生命的重大奥秘。认识到这一点，我们可以让客观意识和主观意识进行有意识地合作，以此协调有限和无限。我们未来的命运完全由我们自己掌控，不受任何变化无常或捉摸不定的外部力量的支配。

24. 所有人都认为，只有一

---

① solar plexus 太阳神经丛

principle or Consciousness pervading the entire Universe, occupying all space, and being essentially the same in kind at every point of its presence. It is all powerful, all wisdom and always present. All thoughts and things are within Itself. It is all in all.

25. There is but one consciousness in the universe able to think, and when it thinks its thoughts become objective things to it. As this Consciousness is omnipresent it must be present within every individual; each individual must be a manifestation of that Omnipotent<sup>①</sup>, Omniscient<sup>②</sup> and Omnipresent Consciousness.

26. As there is only one Consciousness in the Universe that is able to think it necessarily follows that your consciousness is identical with the Universal Consciousness, or, in other words, all mind is one mind. There is no dodging this conclusion.

27. The consciousness that focuses in your brain cells is the same consciousness which focuses in the brain cells of every other individual. Each individual is but the individualization of the Universal, the Cosmic Mind.

28. The Universal Mind is static or

个原则或意识存在于整个宇宙之中, 占据所有空间, 而且在它存在的每一刻都基本相同。它威力无比, 充满智慧, 无时不在。所有的思想和事物都存在于其中。它是一切的一切。

25. 宇宙中只有一种意识能够思考。当它思考时, 它的思想就变成了客观事物。因为这种意识无处不在, 因此它一定存在任何人之中; 每个人一定是这一无所不能、无所不知和无所不在的意识的体现。

26. 因为宇宙中只有一种意识可以思考, 所以你所思考的极可能是普遍意识, 换句话说, 就是所有的思想归根结底就是一种思想。这是个无可辩驳的结论。

27. 在你脑细胞里集中的意识和任何人脑细胞中集中的意识是完全相同的。每个人只不过是宇宙思想的个体化呈现罢了。

28. 宇宙意识是静态或是潜在的能量。它的确如此。它只能通过个体表现出来, 而个

---

① omnipotent 万能的

② omniscient 全知的



potential energy; it simply is; it can manifest only through the individual, and the individual can manifest only through the Universal. They are one.

29. The ability of the individual to think is his ability to act on the Universal and bring it into manifestation. Human consciousness consists only in the ability of man to think. Walker says, "Mind in itself is believed to be a subtle form of static energy, from which arises the activities called 'thought,' which is the dynamic phase of mind. Mind is static energy, thought is dynamic energy—the two phases of the same thing." Thought is therefore the vibratory force formed by converting static mind into dynamic mind.

30. As the sum of all attributes is contained in the Universal Mind, which is Omnipotent, Omniscient and Omnipresent, these attributes must be present at all times in their potential form in every individual. Therefore, when the individual thinks, the thought is compelled by its nature to embody itself in an objectivity or condition which will correspond with its origin.

31. Every thought is therefore a cause, and every condition an effect; for this reason it is absolutely essential that you control your thoughts so as to bring forth only desirable conditions.

体也只能通过宇宙意识体现出来。它们是一体。

29. 个体思考的能力，就是他对宇宙意识产生影响并将这种影响表现出来的能力。人类的意识仅仅在于人类思考的能力。沃克说：“意识本身就是一种以微妙的形式存在的静态能量，从中产生的活动称为‘思想’，它是意识的动态阶段。意识是静态的能量，思想是动态的能量。这是同一种事物的两个不同阶段。”因此，思想是一种动态的力量，是通过把静态的意识转化为动态的意识形成的。

30. 因为所有的属性都包括所有无所不能、无所不知、无所不在的宇宙意识之中，这些属性必定以某种潜在的形式一直存在于每个个体当中。因此，当个体思考的时候，思想就会受其本性的驱动，客观呈现出来，或者以与其本源对应的一种状态呈现出来。

31. 由此可见，每种思想都是一种因，每种条件都是一种果，因此，如果你想要得到预期的结果，就要学会控制自己的思想，这一点至关重要。