

THE AMAZING SECRETS OF
THE MASTERS OF THE FAR EAST

秘密 法则

[美]罗伯特·柯里尔 著

张 婕 译

东方神奇大师数千年的智慧结晶，向你揭开主宰
健康、财富、成功、命运的终极秘密法则。

被誉为“时代的福音”，指引无数人奇迹般地摆脱
困境，找到通往幸福人生的道路。

黑龙江科学技术出版社

在古老的东方，一些神奇的大师 掌握着人生的终极秘密法则

本书首次完整地揭示了远东地区神奇大师经过数千年探究而发现的支配宇宙和人生的终极秘密法则。通过学习并运用这些法则，你将掌握让自己的一切梦想成真的方法：你将学会应用供给法则，使自己永不匮乏；你将学会激活潜藏在自己潜意识思想之中的无可限量的天赋资源，在工作中大展宏图，进而使收入增加数十倍；也可以使你找到通往成功的新行业，这种成功将会远远超出你的期望。了解秘密法则，你的人生将没有什么不可能，不管你是谁，你都能获得财富、健康、爱情、社会地位等一切本来属于你的美好事物。

责任编辑：张丽生 徐增光
封面设计：王明贵

ISBN 978-7-5388-6056-6



定价：19.80元

秘密 法则

[美] 罗伯特·柯里尔 著

张 婕 译

黑龙江科学技术出版社

中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

秘密法则/[美]罗伯特·柯里尔著;张婕译.-

哈尔滨:黑龙江科学技术出版社,2009.4

ISBN 978-7-5388-6056-6

I.秘… II.①罗…②张… 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(2009)第022404号

秘密法则

MIMI FAZE

作 者 [美]罗伯特·柯里尔

译 者 张 婕

责任编辑 张丽生 徐增光

装帧设计 王明贵

文字编辑 胡宝林

美术编辑 滕 霞

出 版 黑龙江科学技术出版社 

地址:哈尔滨市南岗区湘江路77号 邮编:150090

电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 中印联印务有限公司

开 本 880 × 1250 1/32

印 张 7.25

版 次 2009年6月第1版·2009年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6056-6/B·72

定 价 19.80元

序 言

我们生活的宇宙中存在着一个秘密的终极法则，它主宰一切，成就一切。自有人类以来，人们就在不断探索寻求这一法则，希望通过遵循这一法则实现人类共同的梦想——拥有健康、财富、成功，从而彻底掌握着自己的命运。在人类发展的漫长征途上，这一法则曾被多次发现过，并口口相传，但后来又失传了。古代的各种族、部落也曾对此有一些模糊的暗示，这一点可以从古代流传下来的民间故事和寓言中得到证明，如阿拉丁神灯的故事和阿里巴巴打开财富大门“芝麻开门”的咒语。

随着人类文明的不断发展和繁荣，宇宙的秘密法则越来越被浩若烟海、细枝繁节的表层知识所掩盖，人们越来越局限在狭小的范围里，像盲人摸象一样无法把握这一法则的整体。然而在历史寥廓的天空中仍闪烁着一些明星般的人物，他们凭借出类拔萃的领悟能力，自觉或不自觉（大多数情况下是不自觉）地洞见了这一秘密存在，并遵循其行事，从而成就了各自的伟业，如柏拉图、阿基米德、牛顿、莎士比亚、贝多芬、富兰克林、林肯、杰克逊、卡内基、洛克菲勒、爱迪生、爱因斯坦……相对于他们所处时代人类的总人口而言，他们的数量极为有限，寥如晨星，屈指可数，然而正是他们创造了人类文明，改变了国家、民族甚至整个人类的命运。

时至今日，随着社会分工不断细化，宇宙的终极法则已距离人们的生活越来越遥远。然而在古老的东方，一些数量极为稀少的神奇瑜伽大师仍然掌握着人生的终极法则，这些大师可以源源不断地从宇宙的能量库中汲取力量，具有超凡的生机和影响力，他们长期地保持体格强健，精力充沛，并延年益寿，有的大师甚至可操纵和利用自然界中的无形力量，随意成就自己渴望的事物。只要他们愿意，获得财富和成功对他们来说触手可及。

一个偶然的机会，本书作者罗伯特·柯里尔——一位与戴尔·卡耐基齐名的西方心灵导师接触了一位来自东方的神奇瑜伽大师，他惊讶地发现，原来早在几千年前，生活在东方土地上的大师们就曾探索到自然的深处，发现了许多隐藏的奥秘。于是柯里尔决定，一定要把这个神奇的秘密完整地揭示出来，告诉世界上的所有人，造福人类。于是他如饥似渴地在浩若烟海的东方著作中寻找，同时遍访大师，向他们虚心求教，通过十数载的努力，他终于掌握了秘密，本书就是对这一秘密石破天惊的首次完整披露。

如果你正在寻找途径改变自己的生活，渴望获得健康、爱情、财富和成功，那么拿起本书吧，有了它的帮助，你不必再在人类浩瀚的智慧烟海中苦苦寻索，更不必远走异国去学习。本书凝聚了4 000多年来远东地区大师们的宝贵智慧，完整地揭示了秘密法则的7个步骤，读懂了本书，你即可彻底了解主宰你生命、健康、财富、成功和整个世界的大秘密，同时，书中讲述的理念可以轻而易举地直接运用到日常生活中，你不需要进行试验，也不需怀疑和猜测，只需每天几分钟的实践，就可以找到通向宇宙能量宝库的大门，从中不断汲取力量，变得更加健康、更加富有、更加成功、更加快乐！本书将给你的人生带来神奇的转变。

目 录

第一章	你所掌控的力量	1
	古老的掌控之术	2
	东方的神秘主义圈	3
	收效甚快	4
	瑜伽力量可以带来声望与健康	5
	免遭失败	6
	人人均可掌握的科学	7
第二章	大师的智慧	9
	精神专家	11
	瑜伽修行者是长寿之人	11
	瑜伽就是灵魂控制	12
	帕坦伽利的《瑜伽经》	13
	梵天——宇宙的灵魂	13
	供给的力量存在于人体内	14
	轻易获取的力量	15
	宇宙力量的通道	16
	灵魂的力量	17
	悄无声息的特质	17

思想传送与瑜伽	18
心灵遥感的奇迹	19
苦行僧与火车	20
德云	21
大师与基督教	22
拉玛克里胥那对耶稣的观点	23
东方的耶稣	24
宗喀巴的神秘导师	26
东方与西方的血缘关系	26
了解印度人	27
语言与思想方面的兄弟	29

第三章 思想的力量 31

伟大的思想游戏	33
想法彻底改变了世界	34
思想的加长影子	35
行为之父	36
思想与个性	37
思想高于环境	38
克服障碍	38
“你可以成为你决心成为的任何人”	40
思想控制行为	43
好好专注于自己的思想	43
贫困思想	45
失败思想	45
疾病思想	47
信仰疗法	48
情感如何对身体产生影响	49

忧虑思想与疾病 50

由恐惧造成的瘫痪 51

世间最强大的力量 52

第四章 凝念——大师的方法 55

起点卑微 55

有志者事竟成 56

青年卡内基勇往直前 57

幸运是什么东西? 58

不够聪明? 59

一则历史笑话 60

瑜伽修行者的科学 61

潜意识思想 61

你才是自身命运的主宰者 62

意识思想不能解决问题 63

用你的潜意识思想规划人生 63

神奇的记忆力 64

真正的心灵现实 65

源自潜意识的灵感 65

第五章 第一个秘密 68

不要成为“半吊子” 69

他知道自己想要什么 71

考虑自身的个性 72

设想具体的目标 74

清晰的认知有何帮助 74

具体目标的力量 75

当前目标法则 76

- 在工作中进取 78
- 非凡的感知力 78
- 潜意识中的印象 79
- 如何强化印象 79
- 得到自己想要的东西 80
- 减肥 81
- 常识性秘密 82

第六章 第二个秘密 83

- 大师们的法则 86
- 做实验 86
- 思考，然后行动 87
- 有些想法为何毫无作用 89
- 你必须专一 89
- 最高理想唾手可得 90
- 作为一个整体来运作 90
- 消极思想与积极思想 92
- 道路上的绊脚石 92
- 逆向凝念 93
- 大师的专注 94
- 如何开始 95
- 第二步 95
- 为什么是他，而不是你？ 96
- 不要找任何借口 98
- 没有付出就没有收获 99
- 学习高尚之人 99
- 专一的哥伦布 100
- 消极与积极相结合 102

第七章 第三个秘密 104

- 误解现实的表象 105
- 你意识到自己的力量了吗? 106
- 你的敌人——错误的想法 107
- 受曲解支配 109
- 真实的影像 110
- 认识练习 112
- 相信你自己 112
- 内在转化为外在 114
- 你将会成为自己所想的那样 114
- 点亮你的蜡烛 115
- 美丽的秘密 115

第八章 第四个秘密 117

- 靠自我信念支撑 119
- 你为什么必须相信自己 120
- 如何驱除疑虑 121
- 如果你拥有信心 121
- 布克·T.华盛顿知晓这个秘密 122
- 失败思想会如何危害你 124
- 体内的叛徒 125
- 你的机会 125
- 构想加自信 126
- 一位母亲的构想赚了大钱 128
- 有想法的3位青年 129
- 如何强化信念 130
- 选择志趣相投的朋友 132
- 在需要的时候寻求鼓励 133

第九章 第五个秘密 136

- 成功法则 137
- 精力，成功的要素 138
- 获得伟大成功的人 139
- 最好的创作了最多的 140
- “真男人！” 140
- 什么是天赋？ 141
- 爱默生的准则 142
- 熟练的秘诀 144
- 全力以赴 144
- 你遗失的力量遗产 145
- 想法就是机会 146
- 为思想能量指引方向 147
- 思考，行动 149
- 点燃你的激情 149
- 全面调动积极性 151
- 上帝帮助那些自助之人 151

第十章 第六个秘密 152

- 你是真的坚持不懈吗？ 153
- 你的分数是多少？ 155
- 没有无刺的玫瑰 155
- 大师们的解决方案 156
- 障碍物的真正含义是什么 156
- 从错误中学习 157
- 不要放弃拼搏 158
- 坚持不懈才能免受拒绝 159
- 人们为何会失败 160

“我们可以达成自己想做的一切事情” 161

第十一章 第七个秘密 162

把努力加入思想愿景之中 163

计算自己的成就 164

第十二章 瑜伽姿势——打造健康体魄 165

最重要的机器 167

强壮的身体，强大的意志 167

简单的瑜伽练习 168

瑜伽姿势的两大价值 168

强化腹部 169

强化背部与颈部 169

为什么不活到120岁？ 172

瑜伽不适于意志薄弱之人 175

第十三章 佛教 177

第十四章 昆达利尼瑜伽 183

昆达利尼瑜伽的要素 185

基础——离欲 186

什么是瑜伽 188

瑜伽饮食 189

禁食列表 190

瑜伽练习 190

什么是普拉那 191

巴斯特累卡（风箱式呼吸法） 192

头立式 193

肩立式 193
作用 194
双腿坐体前屈式 195
作用 196
孔雀式 196
作用 197
瑜伽体位指南 197
思想平和 198
瑜伽修行者的力量 198
凝念 199
集中精神 199
拿破仑·波拿巴 200
隔绝 201

第十五章 培养理想的瑜伽修行者 205

第十六章 瑜伽修行者庙宇 208

附录 东方术语及名称词汇表 210

第一章

你所掌控的力量

世界已经做好了揭秘的准备，只要我们知晓如何叩启，如何给予必要的推力……人类思想的力量没有极限。

——斯瓦米·韦委卡南达

无数世纪以来，人们始终把精力与重点放在追求金色梦想上。对金色梦想的称谓，每个时代各有不同。以前，它是被称做点金石、不老泉、黄金国、希伯来等的7座城；如今，我们将其称做成功或快乐。与从前相比，如今的寻梦者多了数百万人，然而，在竞争的密林中，能够找到梦想的人寥寥无几。每当我们靠近梦想时，它就消失不见了，随后又出现在较远的地方，就如同诱人但却触摸不到的海市蜃楼一般。

梦想是否永远会在召唤着我们的同时又躲避着我们

呢？在这个世界上，是否只有少数人获得宠爱，而大多数人都注定要在迷茫与绝望中耗尽生命呢？

我们确实是在忧虑与担心中度过了我们的时光。夏季，我们辛苦地劳作，因为我们知道冬季即将到来。然而，无论我们多么辛苦地劳动，供给却没有增长。我们就如同勤奋的蚂蚁一般无助，在逆境之中迷失了方向。

我们是如此渺小，然而，在我们每个人的内心深处却有着伟大的梦想。它向我们低语：我们体内蕴藏着巨大的潜能，如果我们知道如何将潜能发挥出来，便能够凌驾于周围的环境之上。

也许这并不仅仅是梦想而已。有时我们所呈现出的力量远远超乎我们的预料，这种感觉是如此强烈、如此深刻，以至于使我们意识到，我们不再是卑微的生物——安全与快乐是我们与生俱来的权利。只要我们能够找到实现财富梦想与成功梦想的方法，并忠诚且坚忍不拔地切实执行这种方法，将会有助于我们发现自我，有助于我们成为自己想要成为的人！

古老的掌控之术

这种方法是白日梦，是虚幻的点金石吗？犬儒学派的人答道：“是的。”然而，在整个东方以及西方的文明之中，却有无数的声音大声回答道：“不是！”神奇的方法确实存在，而且已经存在了数千年之久！在遥远的印度、锡兰以及中国

居住的虔诚的远东大师们发现了这种方法。

很久以前，古人探究了自然的核心，了解了自然最深处的秘密。这些大师不仅看穿了宇宙的结构——不论是有生命的还是无生命的，而且还发现了掌控人类生活的秘密法则。这些大师运用自己的学识成就了丰功伟绩，创造了地球上的天堂。即使是今天，他们的门徒仍能得到人类所期望的一切美好事物，仍能驱除身体的疾病，大幅延长青春年限，远离担心与忧虑，仍然过着极其幸福的生活。

东方的神秘主义圈

直到今天，仍有一些希望学习大师理论的人会前往亚洲，寻找能够向他们言传古代宗教智慧的上师或导师。这些真理搜寻者们大部分都失望而归，因为上师的数量非常稀少，而且每位上师只收几个学生；先知们来之不易的秘密并不会像普通商品那样面向众人。有资格进入东方神秘主义圈的人，首先必须有很好的梵文基础，因为瑜伽修行者们是用这种古代亚洲语言来传授知识的。学生必须心地纯洁，而且要乐意经历长期的准备工作，才能学到宇宙力量的秘密。

然而，有了这本书的帮助，你无须在异国他乡学习数年，即可掌握大师的秘密。用不了多久，你将会手持开启神奇力量的钥匙——在过去的时代中，它们始终被视为奇迹。由于本书为你提供了瑜伽的简易练习方法，而且与西方的思考方式相融合，因此，每天的实践练习非常重要。本