

<<硅谷禁书5>>

图书基本信息

书名：<<硅谷禁书5>>

13位ISBN编号：9787802227347

10位ISBN编号：7802227348

出版时间：2008-11

出版时间：中国华侨

作者：查尔斯·哈尼尔

页数：235

译者：王秋洁

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<硅谷禁书5>>

前言

1912年，纽约图书市场出现了一本神奇的书。这本书在出版后，仅仅上市几周，就从大众的眼里神秘消失了。

1933年，此书再次出现，但是这一次的命运却更加扑朔迷离，面世后短短数天，就被全面查禁，而且，这一次被禁时间长达70年，直到新世纪后才被解禁，这本名为《硅谷禁书》的神秘之书才得以重见天日。

《硅谷禁书》到底是一本怎样的书？

它为何被禁止呢？

原来，这一切和本书的作者查尔斯·哈尼尔有着巨大的联系。

因为查尔斯·哈尼尔在出版此书之前，一直在纽约商业协会担任商业管理课程的讲师。

他将自己多年从事商业研究和个人潜能开发的精华体验浓缩成24堂课程，这些课程贯穿了哈尼尔多年的实践经验，将成功之道凝练成一条条切实可行的经典法则。

此书出版后，刚开始时只在小范围内被人阅读，但读过此书的这部分人从书中发现了一个惊人的秘密——通过学习《硅谷禁书》中的成功法则，可以获得一种全新的能量，它将彻底改变你的人生观，让你获得巨大的财富。

而当时的纽约商业协会几乎都是由一些成功个人组成的富人组织，他们被《硅谷禁书》中的神奇力量震惊了，因为这些富豪者不希望有更多的人从书中学习到成功的法则。

他们发现，所有读过《硅谷禁书》的人，都如同接受了神的启示一样，从此脱胎换骨，在极短的时间内获得了巨大的成功。

<<硅谷禁书5>>

内容概要

时下流行的瑜伽，无论是中国本土的“大师”还是印度的“阿三大师”，再或是欧美的“洋大师”，他们的瑜伽，从起始到目的，跟瑜伽的宗旨相去甚远。

在这本书里，查尔斯·哈尼尔收录了许多极有价值的秘密，它们是作者付出巨大的心血从古代印度的宝贵智慧中收集起来的。

这些秘密如果每天付诸好、实践将会给你带来更多的健康、更大的成功和无限的幸福。

为什么一些特定的锻炼能够让人变得积极、勇敢、无畏和有激情，而另一些运动却让人变得羞怯，谦逊、温顺和有深度，这些锻炼又是怎样达到目的的？

这些发现是瑜伽修行者惊人的秘密，它的价值是整个瑜伽课程价格的很多倍。

这本书将把一柄力量的权杖放置在你的手中，从而使你能够打开一条通向健康、成功和生活富裕的道路。

你将发现它们蕴含着一个珍稀无价的启示，它在你沮丧时给你的精神创伤带来抚慰。

你将开始感觉到你已经实现了一生的梦想，并且经常为这个信息设有早些到来而痛惜。

<<硅谷禁书5>>

作者简介

查尔斯·哈尼尔，1866年出生于美国密歇根，1949年去世是美国著名的作家、企业家，他创建了他那个时代最巨大的商业集团，并写有六本成功心理学著作，内容都是他个人在生命中获得伟大成就所运用的观念和方法其中最著名的作品有：《THE MASTER KEY SYSTEM》《硅谷禁书》（中国华侨出版社2007年7月出版）《MASTER KEY ARCANA》《硅谷禁书II：成功秘钥》《THE NEW PSYCHOLOGY》《硅谷禁书III：吸引力法则》《A BOOK ABOUT YOU》《硅谷禁书IV：你的秘密》《THE AMAZING SECRETS OF THE YOGI》《硅谷禁书V：瑜伽的秘密》

<<硅谷禁书5>>

书籍目录

第一课 印度最神奇的发现第二课 普拉那：不可思议的灵性能量第三课 昆达里尼：决定命运的神秘力量，第四课 呼吸，治疗百病的灵丹妙药第五课 对生命的控制第六课 控制生命的八个步骤第七课 再生能量的升华第八课 利用无限的力量第九课 生命的呼吸第十课 起死回生第十一课 自性之光第十二课 完美的和谐第十三课 懒人瑜伽操第十四课 瑜伽的宗旨第十五课 信仰的秘密第十六课 真理的秘密第十七课 儒学第十八课 希腊哲学第十九课 瑜伽圣典《瑜伽经》第二十课 瑜伽饮食法

<<硅谷禁书5>>

章节摘录

第一课 印度最神奇的发现 这一课将向你讲述印度科学家的奇异发现：为什么一些特定的锻炼能够让人变得积极、勇敢、无畏和有激情，而另一些运动却让人变得羞怯、谦逊、温顺和有深度，这些锻炼又是怎样达到目的的？

这一发现是瑜伽修行者惊人的秘密之一，它的价值是整个瑜伽课程价格的很多倍。

1.如果我们将人体从中线分为两部分，我们会观察到大部分对人体有作用的器官都包括两个对称的部分：一半在身体的右边，另一半在左边。

2.因此，大脑、眼睛、耳朵、鼻子、胳膊、睾丸、卵巢、肺、肾和腿，都是或者有两个对称器官，或者两个部分，分别分布在身体的左右两侧。

3.这是因为人体是有两极的磁体，就跟其他所有的躯体一样，显示着磁性的特征。

4.身体的右侧代表阳极，左侧代表阴极。

5.精神、思想质、星质、以太（醚）和物质，所有这些都显示出两个极性：阳极和阴极。这是宇宙的固有法则。

男性和女性，热和冷，北和南，西和东，浅和深，昼和夜，都代表着连续整体的两个磁极。

6.阳极显示出的特质恰好跟阴极的那些特质相反。

它们每个的功能都跟自己的另一半相反。

7.每个身体的两个磁性特质都是这样构成的：它从周围的空间吸收（吸进）那些稀薄形式的能量，然后将它们贮存（保留）并向周围发散。

8.被阳极吸收和发散的能量跟阴极吸收和发散的能量大不相同。

虽然体内阳极和阴极是分开的，但人体拥有的特性却不是阳极或阴极的，而是二者的结合。

9.这就是人体构造的真相。

右侧形成人身磁体的阳极，而左侧形成阴极。

10.由于能量是活跃流动的，因此它可以控制物质。

11.以太（醚）是一种静态的能量。

它充满所有的空间，并可渗透一切固体和气体。

12.以太（醚）是由正负两种电子组成。

13.当人体的磁性特质中止从周围空间吸收或发散能量，它的磁性特质也就中止了。

14.然后，那身体就死了。

15.每一个人从生到死都在进行着呼吸的动作：吸气、持气和呼气。

16.在人的每一次吸入过程中，他吸入的都不仅是空气，还有渗透在空气中的以太（醚），或者说普拉那能量（Pranic energy）。

17.空气从鼻孔中吸入——左鼻孔和右鼻孔。

18.空气从鼻子内部吸入，通过咽、喉、气管、支气管，最后进入肺。

19.肺接受了吸入的空气并从中吸取氧气，然后氧气跟血液混合。

20.当氧气跟血液接触之后，会发生一个氧化的过程。

血液因此吸收了氧气并释放由肺在每次呼吸中排出的二氧化碳和带阳（氢）离子的气体（或“酸性气体”）。

21.印度的科学家发现人的两个鼻孔并不是同时呼吸气体的。

他们发现每次呼吸都是通过一个鼻孔进出，一天之中两个鼻孔是间歇性轮流工作的。

22.这些科学家并不是为了找到人类呼吸的不正常现象或者跟人类呼吸相一致的规律——在一切有呼吸的生物身上绝非如此。

他们只是发现了掌管所有法则、规律和节奏的宇宙表现（manifestation），从最无关紧要和最细微的到最惊人的表现。

23.他们发现那些健康状况比较正常的人们，一个鼻孔呼吸大约六十分钟左右，然后就换下一个鼻孔来呼吸相同的时间。

24.每小时呼吸气流从一个鼻孔换到另一个鼻孔，一天有二十四小时，就是左鼻孔呼吸十二个小

<<硅谷禁书5>>

时，另外十二个小时由右鼻孔来呼吸。

25.当其中一个鼻孔呼吸的时候，另外一个鼻孔并不进出气流，直到轮到它的时候它才开始工作。

26.在脊柱上有两个神经，分别叫平加拉（pingala）和艾达（ida）。

有一个被称作“苏淑马纳”（sushumana）的中空导管从脊髓中穿过。

27.每当我们呼吸的时候，空气和以太（醚）都会在艾达神经或者平加拉神经循环之后再从鼻孔出去。

28.艾达神经起始于左鼻孔的底部，就是跟右鼻孔连接的地方，穿过小脑和椭圆形骨髓（oblongata），从脊髓神经的左边经过之后，在脊骨的底部结束。

29.相似地，平加拉神经起始于右鼻孔，穿过小脑和椭圆形骨髓并通过脊骨的右部，在脊骨的底部终止。

30.苏淑马纳神经，或者叫神经管，并不是直接跟任何一个鼻孔相联系的。

它从大脑的底部或者从椭圆形骨髓开始，顺着脊骨的右侧延伸，最后在脊骨底部结束。

31.在鼻子的底部——就是两个鼻孔交接的地方，也是艾达和平加拉神经起始的地方——是人体中至关重要的地方。

这个地方很敏感，并显示出一种奇特的智能。

32.艾达和平加拉神经的根部都在这里。

它们的感知能力和智能在从每次空气穿过鼻孔的呼吸中选择醚电子的过程中显示出来。

33.在每个鼻孔的内腔里都会有一个软骨质的“小门”或类似闭合物，这两个小门都是由艾达和平加拉这两个关键部位控制。

当呼吸气流从其中一个鼻孔进出时，鼻腔内的小门就会保持开放状态，而另一个鼻孔此时是闭合着的，这个部位是个至关重要的中心点，因为它的运作方式会决定一个人是健康还是生病，成功还是失败，生存还是死亡，有所得还是有所失。

34.行星的光线也在这里聚合并对其功能进行控制。

这个部位还存在着掌控人类生命的机关。

因此，一个瑜伽修行者必须学会如何控制这个关键部位并对呼吸气流进行调整以确保达到预期效果。

35.当平加拉神经——即右侧鼻孔——正在进行呼吸流通，那么艾达神经就处于不活跃或者睡眠状态，而左鼻孔内的小门也处于闭合状态。

同样地，当艾达神经——即左鼻孔——处于工作状态时，平加拉神经就处于静止状态，而右侧鼻孔内的小门就是关着的。

但是当苏淑马纳神经——也即两个鼻孔——都处于工作状态时，那么两个鼻腔内的小门就都是微开着的，平加拉和艾达两个神经也都处于活跃状态。

36.当右鼻孔工作时，平加拉神经都会从每次吸入的空气中选取阳性电子——这些电子分布在以太（醚）中，这些以太（醚）又跟空气相互交融。

每次吸入的空气都汇合着阳性的电磁流，从脊骨的右侧流下。

37.当右侧鼻孔处于积极活跃状态时，此时从人们右侧鼻孔进出的气流就会表现出一些阳性的性格特征，比如好战思想和虽罕见但也偶尔会有的侵略性特征。

38.对于一些男性来说，有时候放任的性欲激情就是右鼻孔的气流过于强大。

39.同样地，当左侧鼻孔工作时，艾达神经就会将阴性的电子从脊骨的上面运送而下。

40.当男性的左鼻孔担任主要的呼吸任务时，他就会表现出阴性的性格特征，譬如恐惧、羞怯、柔顺、谦逊、服从等等，当然同时也有一些诸如真诚、良善、仁慈、受敬重和有灵性等美德。

41.阳性电磁流和阴性电磁流会在平加拉和艾达两条神经中交替流动，也会分别跟腹腔神经丛和其他交感神经系统丛上面相遇。

交感神经系统沿脊柱分布，并为人体机械运作提供普拉那（Prana）。

42.平加拉和艾达神经向周围放射大量的神经分支，这些分支将所有的交感神经系统丛与脑脊髓系统连接起来，因此，大量通过平加拉和艾达神经传递的能量都在不同的神经丛中储存起来，而所有的神经丛中最主要的是腹腔神经丛。

43.当苏淑马纳或说两个鼻孔同时工作时，平加拉和艾达神经也同时沿着脊柱运送各自的气流。

<<硅谷禁书5>>

当这些气流顺着脊柱向下流动的时候，它们将各自内的营养成分沿途分散给不同的丛，最后剩下一些带到脊柱底部。

平加拉和艾达神经在脊柱底部会聚，并向苏淑马纳神经管提供普拉那。

44. 交感神经系统的中心在腹腔神经丛上。

人体的某些重要功能是由特定的精神活动来指导的，而交感神经丛正是这些精神活动得以进行的渠道。

45. 脑脊髓系统和交感神经系统是由迷走神经连接起来的。

迷走神经是自主神经系统的一部分，它从脑部区域出发，经过胸腔、心脏和肺（肺部上也有迷走神经分布），最终到达横膈膜部位。

此时迷走神经脱掉表面的被覆，变得跟交感神经的外形一样。

这样，迷走神经就成为连接两个神经系统的纽带，并让人体成为一个单独的生理实体。

46. 脑脊髓系统是主观意识神经器官，而交感神经系统是潜意识神经器官。

脑脊髓是我们接受外界生理感官信息的渠道，也是我们控制整个身体动作的渠道。

脑脊髓的神经系统中心在脑部。

47. 当腹腔神经丛处于活跃状态时，它会向你身体的每一部分，同时也向你遇见的每一个人散发生命的能量和活力。

这种感觉是让人很愉快的，整个身体都充满了朝气，那些与你接触的人也会体验到这种愉快的感觉。

48. 如果你想要让自己变得更有勇气和力量，少些羞怯而更有闯劲，那么就练习用右鼻孔呼吸吧。一开始你可能需要用食指来堵住左鼻孔，但是最后你就渐渐地能自由控制，可以关闭任意一个鼻孔了。

49. 如果你想培养某种精神特质，比如博爱、威严、真诚、善良、快活或者仁慈，那么你就要练习用左鼻孔呼吸。

50. 包含在这一课的信息是多么令人吃惊、多么独特、多么有用、多么令人惊讶的可靠，以致我们感到，所有有幸得到这一个惊人秘密的学生们，都立刻打破一切已经像手铐脚镣一样奴役他们的错误概念和传统。

本课训练 1. 大脑、眼睛、鼻子、胳膊、肾脏、肺和腿等都是成对的器官。

这是为什么？

因为人是一个有阴阳两极的磁体。

2. 只有人才是这样吗？

不仅仅人是磁体，而是任何其他的生命躯体都是具有磁性的磁体。

3. 人体的哪一部分是阳极？

哪一部分是阴极？

人体的右半部分代表阳极，左半部分代表阴极。

4. 当人体停止从周围获取和向周围散发能量时会发生什么？

人体的磁性特质就会停止，甚至死亡。

5. 空气是一直从两个鼻孔进出的吗？

每天，两个鼻孔是短暂间歇地轮班呼吸。

一般来说，呼吸每次都是只从一个鼻孔进出。

6. 对于一个健康状况良好的人，呼吸气流是怎样进出的？

对于那些健康状况良好的人，一个鼻孔每次大约呼吸是六十分钟，然后转换到另一个鼻孔，呼吸相同的时间。

7. 当右鼻孔处于呼吸的支配地位时。

人们会受到怎样的影响？

由于右半身是阳极，而当右鼻孔处于呼吸的支配地位时，人们就会表现出阳性（积极）的性格特征，比如好战的精神，偶尔也会出现不太常见的侵略性。

一些男性所表现出来的放纵的性冲动就是右鼻孔呼吸过分所造成的。

8. 当左鼻孔处于呼吸的支配地位时，人们会受到怎样的影响？

<<硅谷禁书5>>

由于左半身是阴极，而当左鼻孔处于呼吸的支配地位时，人们会表现出阴性（消极）的性格特征，例如恐惧、羞怯、屈服、谦卑、服从等。

也有一些诸如真诚、善良、仁慈、威严和内敛的精神等。

9.艾达和平加拉神经在哪里相接？

艾达神经和平加拉神经各自分别在左鼻孔和右鼻孔起始，经过小脑和椭圆形骨髓，并分别沿着脊髓的左右两侧下走，最后在脊髓的底部相遇，也就是在尾骨——即未发育的人类的尾巴——处相接，它是脊椎部分的尾部，是一块三角形的骨头。

10.当两个鼻孔同时进行呼吸时会发生什么？

当两个鼻孔同时呼吸时，两个鼻孔处的“小门”会处于微开状态。

这时艾达神经和平加拉神经都处于活跃状态，它们各自所携带的以太（醚）能量流从上面运到下面的脊骨处来。

当这些能量流经过交感神经丛时，它会将大量的能量分布其中，然后再把剩下的那些能量带到脊骨的底部。

这两股能量流在脊骨底部相遇。

脊骨底部还同时提供普拉那——瑜伽修行者对以太（醚）能量的称呼，最后到了苏淑马纳神经管或苏淑马纳神经这里。

这时，两股能量流从大脑的底部开始，穿过脊骨的中央腔，在尾骨处将艾达和平加拉神经重新连接起来。

第二课 普拉那：不可思议的灵性能量 这一课将向你展示那个能使人或吸引邪恶和不幸，或吸引快乐和运气的简单方法，还有其他一些能使人长寿的方法。

这个方法是迄今为止从未向人展示过的。

这部分还会告诉你那些印度大师是怎样运用这个方法让自己的身体轻浮起来，或者为了隐藏自己的隐私而让身体随心所欲地移动的。

这也是一个旷世的惊人秘密。

1.人体是一个磁体。

每一个磁体都有两个磁极：阳极（北极）和阴极（南极）。

任何一种型号的，包含有这两个磁极的任何磁体，在分割成两块或两百块之后都会跟原始磁极一样也有两个磁极。

2.当条形磁铁从中心处被悬挂起来之后，它的两个磁极会分别指向南北两个方向。

这是个永恒不变的定律。

但是指向北方的那个磁极并不是磁体的北极，而是相反的方向——南极。

因为根据磁力学可知，同性相斥，异性相吸。

3.整个世界就是一个巨大的磁体。

4.人身磁体可以按照三种方式被分割为次级磁体，按照任何一种方式分割之后都仍然呈现阴极和阳极的特性。

5.如果将人体分为左右两个部分，那么右侧部分就是阳极，左侧是阴极。

6.如果将人体分为上下两个部分，那么上半部分就是阳极，下半部分是阴极。

7.如果将人体再按照腹背两个部分来划分，那么划分之后的腹部就是阳极，背部是阴极。

8.同样地，当我们将地球分为南北两个半球之后，北半球就是阳极，南半球是阴极。

9.如果我们将地球分为东西两个半球，那么东半球就是阳极，西半球是阴极。

10.一些印度的贤士发现当一个人睡觉的时候，如果他将头部分别朝向南北东西四个方向时，他会吸引不同的气质到他的生命里，这取决于他自身的磁体跟地球磁体之间处于何种关系状态之中。

11.他们说，当人们采用南北方向的睡姿时会带来平静、舒适和长寿；而东西睡姿则会产生相反的效果。

12.1905年，菲尔博士（Dr.Fere）为法国生物协会检验了这一理论并得出了相似的结论。

最近，另外两个法国工程师：Wm?度沙特尔（Wm?Duchatel）和雷内?沃克里尔（Rene Warcollier）也检验了这个理论并且发现这个理论是有现实根据的。

<<硅谷禁书5>>

他们甚至进一步确定人类不仅要采取南北方向的睡姿，而且要在工作的时候面朝或东或西的方向。他们还得出结论说，如果工作时动作方向是南北走向的，就会花费很多无用功，但是他们并没解释这个法则是基于地球的磁流原理还是地球的自转产生的结果。他们要求人们不仅把床调整到南北走向的位置，还建议人们把工作地点的桌子调转为东西走向以取得最好的效果。

媒体关注与评论

时下流行的瑜伽早已经背离瑜伽的宗旨 时下流行的瑜伽。
无论是中国本土的“大师”，还是印度的“阿三大师”，再或是欧美的“洋大师”，他们的瑜伽，从起始到目的，跟瑜伽的宗旨相去甚远。
不少人仅把瑜伽当做健身运动，却忽视了瑜伽更深刻的内涵--身、心、灵共修，使心灵回归真正的自我，达到完美境界。
而这才是印度人眼中真正的瑜伽。

——来自印度最有价值的神奇发现 在这本书里，查尔斯·哈尼尔收录了许多极有价值的秘密，它们是作者付出巨大的心血从古代印度的宝贵智慧中收集起来的、这些秘密如果每天付诸实践将会给你带来更多的健康、更大的成功和无限的幸福。

它们将被证明是~个“指导、哲人和朋友”，并且在你处于麻烦、困难或病痛之时好好照顾你。

事实上，你碾快就会把它们当作曾经走进你生命中的最大恩惠。

它们将赋予你勇气、希望、健康、成功、力量、长寿、容光焕发和富有魅力的个性。

——瑜伽修行者惊人的秘密 本书将向你讲述印度科学家的奇异发现：为什么一些特定的锻炼能够让人变得积极、勇敢、无畏和商激情，而另一些运动却让人变得羞怯、谦逊、温顺和有深度，这些锻炼又是怎样达到目的的？

这些发现是瑜伽修行者惊人的秘密，它的价倩是整个瑜伽课程价格的很多倍。

——给你一柄力量的权杖 这本书将把一柄力量的权杖放置在你的手中，从而使你能够打开一条通向健康、成功和生活富裕的道路。

你将发现它们蕴含着一个珍稀无价的启示，它在你沮丧时给你的精神创伤带来抚慰。

你将开始感觉到你已经实现了一生的梦想，并且经常为这个信息没有早些到来而痛惜。

<<硅谷禁书5>>

编辑推荐

时下流行的瑜伽早已经背离瑜伽的宗旨 时下流行的瑜伽，无论是中国本土的“大师”，还是印度的“阿三大师”，再或是欧美的“洋大师”，他们的瑜伽，从起始到目的，跟瑜伽的宗旨相去甚远。

不少人仅把瑜伽当做健身运动，却忽视了瑜伽更深刻的内涵——身、心、灵共修，使心灵回归真正的自我，在到完美境界。

而这才是印度人眼中真正的瑜伽。

来自印度最有价值的神奇发现 在这本书里，查尔斯·哈尼收录了许多极有价值的秘密，它们是作者付出巨大的心血从古代印度的宝贵智慧中收集起来的。

这些秘密如果每天付诸实践将会给你带来更多的健康、更大的成功和无限的幸福。

它们将被证明是一个“指导、哲人和朋友”，并且在你处于麻烦、困难或病痛之时好好照顾你。

事实上，你很快就会把它们当作曾经走进你生命中的最大恩惠。

它们将赋予你勇气、希望、健康、成功、力量、长寿、容光焕发和富有魅力的个性。

瑜伽行者惊人的秘密 本书将向你讲述印度科学家的奇异发现：为什么一些特定的锻炼能够让人变得积极、勇敢、无畏和有激情，而另一些运动却让人变得羞怯、谦逊、温顺和有深度，这些锻炼又是怎样达到目的的？

这些发现是瑜伽行者惊人的秘密，它的价值是整个瑜伽课程价格的很多倍。

给你一柄力量的权杖 这本书将把一柄力量的权杖放置在你的手中，从而使你能够打开一条能向健康、成功和生活富裕的道路。

你将发现它们蕴含着一个珍稀无价的启示，它在你沮丧时给你的精神创伤带来抚慰。

你将开始感觉到你已经实现了一生的梦想，并且经常为这个信息没有早些到来而痛惜。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>