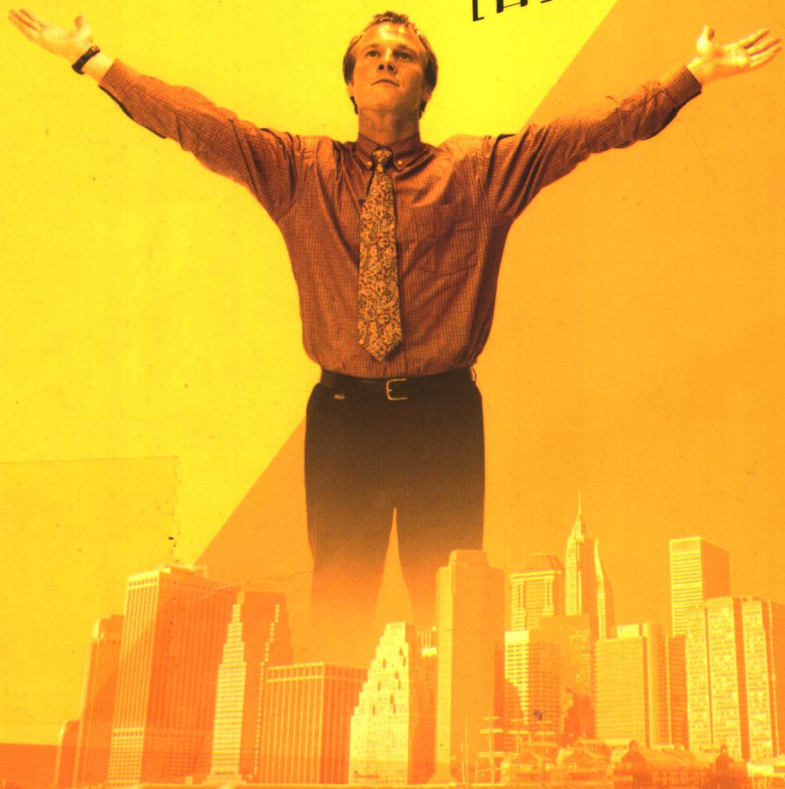


改变人生的 5个法则与209个问题

The 5 rules and 209 questions to change life

[日] 浅野八郎 著
路马 译



格树下

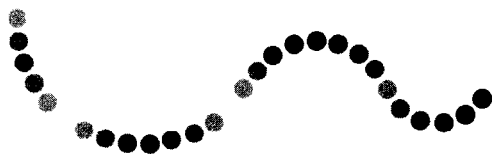
天津人民出版社

[日] 浅野八郎 著

路马译

改变人生的5个法则

与209个问题



天津人民出版社

改变人生的5个法则与209个问题 / (日) 浅野八郎 著;
路马 译. —天津: 天津人民出版社, 2003.1

ISBN 7-201-04262-9

I.改... II.①浅...②路... III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第084291号

天津人民出版社出版、发行

出版人: 赵明东

(天津市张自忠路189号 邮政编码: 300020)

发行部电话 27307107

网址: <http://www.tjrm.com.cn>

电子信箱: tjrmchbs@public.tpt.tj.cn

前

言

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

当今社会的价值观处于剧烈动荡的状态。过去曾被认为是赏识性的东西已经被称作是古董或是跟不上时代，曾被称作是不可思议的东西，现在已经变得非常普通了。你必须从有别于过去的角度，再次重新审视一下自己和自己周围的人。必须再次检查自己，并重新分析当今社会中正在发生的现象。

有人认为，现在的日本和昭和初期的大恐慌时代的日本非常相似。的确，经济的严重不景气超出了人们的预料，失业人数刷新了战后的最高纪录。破产的公司也不断增多。

但是，最近的经济不景气和过去还是存在着相当的差异的。所有的日本人都正在为经济不景气和失业烦恼。昂贵的住宅在完成之前已经几乎销售一空。一千万日元的豪华客轮环球旅行，费用高得让人目瞪口呆，可是，报名的人却蜂拥而来。一方面是失业人数不断上升，另一方面，也有许多的人正在享受着奢侈的生活。当今时代的问题就是这种差别。在得到恩惠的人和处于经济不景气的最底层的人之间，差别正在不断扩大。

人类的烦恼有相当一部分是能够过上和大家一样的生活，或是“被视作低人一等”，或是自己怀有强烈的自卑感，这种时



候的烦恼非常沉重。特别是由于战后的“人人平等”主义教育的统治，许多人都怀有无法忍受当今社会的不平等的思想。

在贫富差距正在扩大的日本社会中，现在恐怖的事情正在不断蔓延。嫉恨、嫉妒和仇恨的怒火高涨，或是放火，或是由于竞争没有人围而杀人，所谓的“扭曲”的人正在增加。

总之，生活在现代社会的人们或许是忘记了实现人生快乐生活的某些东西。或许是没有感觉到这些东西。

在过去长达四十年的生活中，我一直致力于研究人类命运的问题。我研究了古今有关55命运的专业书籍，旨在探明欲望和深层次心理的心理学、大脑生理学以及精神医学等等，分析了成功者和失败者的生活方式和他们所经历过的“人生历程”，结果，我确信在人类的成功和失败中存在着某种原理，也应该称作“命运原理”的东西。

二十一世纪的人类学是命运学的心理学。心理学是西欧心理学问的集大成者，命运学是东方心理学问的集大成者。而且，本书的精髓“五大规则”融会了东方智慧和西方智慧。

仅仅依靠西欧风格的精神医学和心理学是不能够拯救人类

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

的。我相信，再次重新审视迄今为止流传了两千多年的古今命运学的智慧，二十一世纪的人类将得到生存的勇气和希望。

二〇〇一年九月

浅野八郎



目 录

序言

为什么你的运气不好·····	1
知宿命、扼住命运的喉咙·····	2
幸福的种子·····	4
不经意的举止是运气的标志·····	1 1
成功需要把握运气·····	2 3
让自己的人生实现自己的梦想·····	2 4
首先仅仅是执行·····	2 6

第一章

胸怀目标 决定攀登哪座山·····	3 3
自己希望做什么·····	3 4
空空的口袋无法笔直地站立·····	3 7
起跑线是相同的位置·····	3 9

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

拥有自己的关键词·····	4 2
鲜明的蓝图·····	4 3
树立具体的目标·····	4 6

第二章

展开想象 想象自己傲立山巅的英姿·····	5 1
想象积极上进的自己·····	5 2
无论如何都希望积极地生活·····	5 7
区分命运的正负八类根源·····	5 8
“做了就会成功”的形象·····	6 1
乐天思考、七大秘诀·····	6 4
警惕这样的梦·····	7 3
如何对待压力·····	7 7
坚信“有愿望就会实现”·····	8 1

第三章

执行 向着山巅迈出第一步·····	8 5
-------------------	-----



检查自己的迁就姑息 ·····	8 6
度过一张一弛的每一天·····	9 0
是否拿出了怎么样都可以的劲头·····	9 3
周末进行的二十个检查项目·····	9 8
成功者的战略·····	1 0 0

第四章

重视人际关系 结交提携和支持自己的朋友·····	1 1 3
结交运气好的朋友 ·····	1 1 4
区分给自己带来幸运的朋友的方法·····	1 1 6
人际关系的技巧·····	1 1 9
也应该重视外表·····	1 2 1
请注意视线·····	1 2 3
亲近效果·····	1 2 5
敏感度训练的建议 ·····	1 2 9
认清对方本质的技术 ·····	1 4 7
谎言的信号·····	1 5 0
给人留下好感的技巧·····	1 5 1

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

第五章

不要违背大自然的意志 利用古人的智慧克服恶劣

的天气 1 5 7

降低损失的智慧 1 5 8

卡巴拉——以“数字”表现所有事象的约旦智慧··· 1 5 9

九曜星——远古流传而来的九大宇宙生物规律···· 1 7 2

风水——具有四千年历史的中华昌运环境学···· 1 8 1

后序····· 1 9 2

为什么你的运气不好

序言



知宿命、扼住命运的喉咙

你现在幸福吗？每天都过得快乐吗？

如果你“不幸福”，那既不是因为“命运”，也不是“恶劣的环境”，而是由于你自身存在的问题。因为你自己的愿望就是“希望不幸福”。

人们经常说，“宿命是不能够改变的”、“这就是命运”。但是，果真是这样吗？人的命运从最初到最终就像电影的情节一样已经决定了；凭借自己的力量，真的是毫无作为吗？

说明白点吧！答案是 NO。

的确，人生是存在“宿命”。换句话说，宿命就是在“这个世界中的作用”。有观点认为，“人在社会中发挥的作用，几乎是被‘什么时候来到这个世界上’决定的”。这是根据自然法则，也就是宇宙的生物节律决定的。

你大概经常能够听到一流的体育运动员和文化名人以及艺术界的名人在记者招待会上表示，“这项工作是我的天赋”。他们都清楚自己的宿命，努力地最大限度地扼住命运的喉咙。

另一方面，通过自己的意志和努力，“命运”是能够向自己希望的方向改变的。可能由于看不见、摸不着，理解起来非常



困难，但是换句话说，“命运”就是你的“心”的表现。

已经被决定的“宿命”和因为自己的意志和努力而发生改变的“命运”，这二者的组合构成了过去、现在、未来的你。

“命运如自己所希望的那样改变。”

明白这一点的人和对此一无所知的人，人生的幸运度存在着天壤之别。社会上的成功人士，或是被称为富翁的人，都清楚地了解这一命运的规则。

待会儿将详细地说明控制命运的具体方法，但是，最简单地说吧，就是考虑“希望从现在开始变得更幸福”。完全不需要繁琐的手续、额外的费用和艰苦的肉体锻炼。仅仅盼望着“希望变得幸福”就足够了。

即使新的二十一世纪已经开始，但动荡的时代依然继续着。重组问题所象征的经济动荡、精神压力、人际关系等等，无论是谁，都有着自己的不安和烦恼，但即使是这样，也都拼命地生存着。

其中，大概有的人因为自己的努力完全没有得到回报而抱怨“已经厌倦了这样的人生”，不断地遭受失败而对人生充满了悲观，“无论怎么做也都白费”。

即使是这样也不能够放弃，不能够让人生放任自流。因为，

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

“你的人生将像你所希望的那样展开”。

人类的希望是多种多样的。例如，在经济方面，“希望成为富翁”，相反，“即使是贫穷也希望和家人一直快乐地生活”、“希望过上安稳富裕的生活”，在工作方面，“希望从事喜爱的工作”、“希望通过工作出人头地”等等，不同的人，人生的希望是丰富多彩的。其中也有人盼望着“希望出名”、“希望成为另类”等等。

这些希望，只要你有迫切的愿望，就一定能够实现。

幸福的种子

人，无论是谁，都程序化地来到这个世界，希望得到幸福。也就是说，大家都平等地得到了“幸福的种子”。但是，即使是一样地诞生、一样地培养、接受一样的教育的人，进入社会之后，有的人却成为公司的总经理，有的人却终生只是一名普通的公司职员，这样的事例已经是太平常不过的了。这到底是为什么呢？

这首先是“是否曾经期望过”的区别。

成为总经理的人，每天都“希望成为人上人”、“希望出人



头地”、“希望成为富翁”，普通公司职员则每天都想着“现在就非常快乐”、“快乐地生活是最重要的”、“以后总会有办法的”。这就是差别。

一天二十四小时，一年三百六十五天。由于是总经理，一天可能有三十小时，由于是普通公司职员，一年可能只有三百天，这种事情是不存在的。大家都平等的，一天二十四小时，一年三百六十五天。现实也是这样，所有的人都得到平等的待遇。

基本上是一日三餐、排泄、睡眠。这也是相同的。由于是富翁就一日十餐，由于贫困就不睡觉，这些情况都是不存在的。人类的生理欲望和生理现象，无论是谁都没有太大的差异。

即使是这样，你也被同僚的竞争赋予了差别。从刚进公司开始年收入就很低，无论怎么追求都得不到爱情，这是由于没有对它们产生真正的期望，也就是说，因为没有培养“运气”。

那么，在这儿就检查一下现在的你有多少运气。为了改变自己的运气，首先必须了解现在的运气。

就从你的“外观”来推测运气的倾向吧！

请用“是”和“不是”回答下面的提问，并在回答“是”的栏目中划上○。最后数一数○的数量，这个数字就是你的得分。原则是尽可能真实地回答提问，但是，如果没有自信，也可以

改变人生的 5 个法则与 209 个问题

让朋友和配偶代替你回答。

- 指甲脏，或是手指不清洁。
- 弯腰驼背。
- 不化妆（不刮胡须）就去公司上班（学校上课、超市购物）。
- 不去美容院（理发店）超过三个月。
- 只穿黑色和灰色等暗色调的衣服。
- 从不购买更换西服和内衣。
- 嘴唇的口角向下，总是瘪着嘴。
- 眉头间有皱纹。
- 唾沫和粉刺不断，或是皮肤粗糙。
- 最近脱发变得厉害了。
- 从来都不苟言笑。
- 对自己的牙齿有自卑感。
- 不擅长和别人对视，一遇上别人的目光就低头。
- 对“流行服饰”完全没有兴趣。
- 有口臭。
- 超过三天不洗澡也无所谓。