

中外 格言 大典



中外格言大典编委会 编



金城出版社

0444918

ZHONG WAI GE

YAN DA DIAN

中外格言大典

(第三卷)

中外格言大典编委会 编



第三卷·目 录

生活编

生活篇	(1445)
交友篇	(1489)
治家篇	(1503)
家庭篇	(1513)
情感篇	(1533)
生命篇	(1541)
接物篇	(1549)
人情事故篇	(1559)
养生篇	(1603)
希望篇	(1631)
荣辱篇	(1637)
名利篇	(1649)
饮食篇	(1661)

道德编

大公篇	(1675)
仁爱篇	(1683)
仁义篇	(1693)
刚正篇	(1703)
信义篇	(1713)
名实篇	(1729)
善恶篇	(1739)
公私篇	(1765)

廉耻篇	(1779)
节操篇	(1787)
情爱篇	(1805)
红颜篇	(1851)
伟士篇	(1873)
行善篇	(1899)
笃学篇	(1911)
忠孝篇	(1921)
归宗篇	(1927)
俭侈篇	(1937)
谦傲篇	(1955)

齐家编

和睦篇	(1983)
积德篇	(1989)
衣食篇	(1999)
教子篇	(2031)
勤劳篇	(2037)
节俭篇	(2043)
诚讼篇	(2049)

文学编

文论篇	(2061)
文采篇	(2071)
文思篇	(2095)



中外格言大典

文法篇 (2101) |

文体篇 (2111) |

写作篇 (2117)



高尔基

Maksim Gorky (1868 ~ 1936), 苏联作家。生于下诺夫戈罗德城。早年参与革命运动，曾被尊为伟大的文化领导人，是唯一全面反映革命前与革命后两个时期的苏联作家。代表作为《底层》。



生活是一部关于人的英雄史诗，它描述的是世人寻求人生奥秘却不可得，有心通晓一切却无能为力，渴望成为强者却又无力克服自身弱点的过程。

——苏·高尔基《一个自命不凡的作家》

生活是一个宏伟的竞技场，大家可以在那里尽情地较量，但必须老老实实在地遵守比赛规则。

——苏·帕斯捷尔纳克《日瓦戈医生》

生活像洗牌一样胡乱地安置我们。我们偶然才会碰上适合我们的地方。

——苏·高尔基《沦落的人们》

生活好比打仗，它的定律很简单，就是不要坐失良机。

——苏·高尔基《可笑的奇闻》

生活就像寓言，不以它的长短来衡量，而是以它的内容来判定。

——古罗马·小塞涅卡

生活就像春寒料峭的夜晚，当片片被风吹散的乌云以千奇百怪的形状在空中疾驰而过时，在它们的空隙中，一片柔和而深邃的碧空上突然出现明亮的星星，预示著明天将是一个阳光灿烂的日子。

——苏·高尔基《马卡尔生平事》

……生活就像波涛上的一叶扁舟，摇摇荡荡；又像山中的一条小路，忽上忽下。

——马达加斯加·劳里逊《火花》

生活就像一座山坡。眼望着坡顶往上爬，心里会觉得很高兴，一旦登上峰顶就会发现，下坡路就在眼前，路走完了，死亡也就来了。要上坡很慢，但下坡却很快。

——法·莫泊桑《漂亮的朋友》

生活之所以美好，在于我们左右永远有一颗年轻、善良的心在不断成长、开花；……凡是疲倦了的，或是生气的人，千万不要忘记这颗可爱的心，要在自己身旁找到它。

——苏·高尔基《马特维·科热米亚金的一生》

只有骤然而至的冲动和百折不挠的顽强精神还不能算是生活，生活中还包括了妥协与忘却。

——法·尤瑟娜尔《一弹解千愁》

若想真正地“生活”，……你必须能接受自己。

——佚名

生活本身是一种非常奇怪的现象。

——苏·高尔基《末日》

生活就像洋葱，一层一层地剥开，总会有一层让你流泪。

——德·桑德伯格

我很爱人们，不愿使谁痛苦。但我们不能伤感，也不能把严峻的现实掩蔽在美丽的谎言中生活。



中外格言大典

——苏·高尔基《在人间》

生活是限制我们行动的狭小圈子，我们从未越过这个无形的圆圈；生活是离我们咫尺而过的幸福，是我们无力阻止的千千万万个脚步。

——瑞典·索德格兰《生活》

丧失一切，却还能迎接任何事物——学习这种秘诀的过程，就叫生活。

——法·波纳鲁《友情论》

生活是人类为了一种神秘的东西所作的痛苦牺牲。

——苏·高尔基《意大利童话》

我认为，能觉悟到生活意义而活在世上，才是真正的现实主义的生活方式。

——日·汤川秀树《人生的意义》

生活就是字典。

——美·爱默生《爱默生文选》

所谓生活，就是求知。

——苏·高尔基《浪漫派》

生活，是所有书中第一本重要的书。

——法·罗曼罗兰《母与子》

生活本身就是五花八门的矛盾集合体——有自然的也有人造的，有想像的也有现实的。

——印度·泰戈尔《饥饿的石头》

生活得最有意义的人，不是年岁最大的人，而是最能对生活有所感的人。

——法卢梭《爱弥儿》

生活是最英明的法官。

——苏·马尔科夫《大地的精华》

生活的意义不在于幸福，在于美与追求生活目标的力量，应当使生活的任何时候都有崇高的目的。

——苏·高尔基《读者》

生活的意义就是……自己活，也让别人活。

——苏·高尔基《福马·高尔杰耶夫》

生活中的主要意义不是你自己要做什么。而是你能为别人做什么。

——英·勃朗琼《勃朗琼讲话录》

能理解生活意义的人显得更年轻而且长寿。

——苏·巴甫洛夫《产生奇迹的行动哲学》

生活是一种因需要而产生的进步，而非因享受而产生的进步。

——英·约翰生

生活就是建立功绩……人类就在完成这个功绩中感到自己的幸福。

——苏·别林斯基《别林斯基论教育》

生活就是理解；生活，就是以微笑面对



现实，就是超越障碍注视将来；生活，就是自己身上有一架天平，衡量善与恶；生活，就是有正义感、真理、理智，就是忠贞不渝、诚实不欺、表里如一、心智纯正且对权利与义务同等重视；生活，就是自己的价值，自己所能做到的与自己所应该做到的；生活，就是理智。

——法·雨果《莎士比亚论》

毫无理性与道德地沉溺于享乐中的人，他的生活显然毫无意义。

——德·康德

了解生活全部意义的人，才不会随便死去，哪怕只有一点机会，也不会放弃生活。

——苏·温格洛夫

生活的意义在于美好，在于勇往目标的力量。应当使生活的每一个瞬间都具有崇高的目的。

——苏·高尔基

生活便是寻求新知识。

——苏·门捷列夫

生活是生命的冥想，不是死亡的冥想。

——荷·史实诺沙

生活是一种从需要到需要的进步，而非从享受到享受的进步。

——英·约翰生

在生活的舞台上，什么事情都不会发生，只不过背景经常更换，有人出场，有人

下台，如此而已。

——法·萨特《呕吐》

所谓合理生活的目的就在于，知道什么是正义的东西，感受什么是奇妙的东西，渴求什么是美好的东西。

——德·普拉顿

生活里若有个明确的目标就能使人幸福。

——苏·西利比亚克
《普里瓦洛夫的百万家私》

灵魂若没有确定的目标，就会丧失自己，因为，俗话说的好：无所不在等于无所存在。

——法·蒙田《蒙田随笔》

生活中最大的目的，不是知识而是行动。

——英·赫胥黎

我们每一个人内心真正需要的是更丰富的人生。幸福、成功、宁静，或者你心目中的崇高目标，在本质上都是从丰富的生活中得到的。

——佚名

那些厌世又不愿死的人，生活得毫无目的，他们不是在生活，而只是在呼吸。

——佚名

人类不像动物能够领略出生活的唯一目的就是享受生活。



——英·巴特勒

我从来不愿意只为了生活的基本要求而生活着。

——印度·甘地

我应该活得生命完全是为了别人的利益而存在。

——古罗马·辛尼加

生活的道路一旦选定，就要勇敢地走到底，绝不回来。

——法·左拉

心中没有诗意，生活只会变成凄凉的现实。

——法·巴尔扎克《两个新嫁娘》

如果过分认真地去看待生活，将会发现那是枯燥无味的。

——苏·高尔基《女乞儿》

生活只在平淡无味的人眼中才是空虚平淡而无味的。

——苏·车尔尼雪夫斯基

生活的美妙在于它的丰富多彩，要使生活变得有兴味，就要不断地充实它。

——苏·高尔基《发现》

把手伸入生活的深处吧！人人都在生活，但只有少数人熟悉生活，只要你能抓住它，它就会充满趣味！

——德·歌德

无论什么人，只要他没尝过饥与渴的滋味，就永远也享受不到饭与水的甜美，也不懂得生活到底是什么滋味。

——阿富汗·乌尔法特

《散文五则·生活》

人只能活在对人生的陶醉之中。现在是夏天，快乐的夏天。今年进行过长时间的斗争，可是我输了，输给自然的美丽。我正在享受着美好的生活。

——苏·托尔斯泰

吃面包时，如果不连同眼泪都吞下去的话，将无法品尝到人生的滋味。

——德·歌德

不要和别人的生活比较，要享受自己的生活。

——法·孔德塞

我们生活在事业中，不是在岁月里；生活在思想中，不是在气息里；生活在感觉中，不是在钟表的针尖上。我们应以心的跳动计算时间。能过最佳生活的人，是那些思想最深刻、感情最高尚、行为最善良的人。

——英·拜伦

如何思想，就有如何的生活。

——美·爱默生

思想若有，生活便很难正确。

——佚名



对用思想生活的人而言，这个世界是喜剧；对用感情生活的人来说，这个世界却是悲剧。

——英·华尔波尔

选择一条喜爱的思想路线很简单，可是要创造一个由知心朋友所构成的、称心的生活圈子却非常难。

——苏·高尔基《克里姆·萨姆金的一生》

有思想的、充满社会利益且具有明确目的的生活，是世上最美好且最有意义的生活。

——苏·加里宁《论共产主义教育》

读书、观察、感觉、工作、思考……，这就是生活。

——苏·高尔基《菲利普·瓦西里耶维奇讲的故事》

只要对生活存着理智清醒的态度，人们就能够战胜他们过去认为无法解决的悲剧。

——苏·车尔尼雪夫斯基

思想是行动的基础，它把年轻人拉向一个方向，而生活和利益的实际要求却把他们拉向另一方向。在大多数情况下，生活总是占优势，于是，大多数受教育的年轻人经过了一段热烈的青春迷恋时期后，就走上已经踏平的道路，而且越走越习惯。

——苏·柯罗连科《文学回忆录》

生活得愉快并不是最重要，重要的是生活得有创造性。

——佚名

人类因为坚持生活，藉着不断创造，随着爱上别人或失其所爱，越来越能摆脱死亡的威胁。

——法·罗曼罗兰《托尔斯泰的一生》

生活的意义在于创造，创造是独立存在的，是永无止境的。

——苏·高尔基《人》

让我们来创造如诗如画的生活吧！

——德·舒曼

生活之中唯一的幸福就是不断前进。

——法·左拉

若谁跟不上生活前进的脚步，谁就会零零地落在后面。

——苏·高尔基

要前进，永远前进，跟随着永不停止的生活前进。

——法·左拉

生活必须经常作自我超越，一步一步向前推进，正如音乐必须不断改变主题和节奏一样，一曲完成再来一曲，绝不倦怠，绝不沉睡，自始至终，保持清醒。

——法·罗曼罗兰《玻璃珠游戏》

无生存斗争就无一切。



——苏·列斯科夫《大堂神父》

生活，是促使自然界神秘力量服从人类意志的斗争。

——苏·高尔基《意大利童话》

生活的主要悲剧就是停止了斗争。

——苏·奥斯特洛夫斯基
《奥斯特洛夫斯基两卷集》

生活就是以斗争、探索、操劳的火焰燃烧自己。

——比利时·维尔哈伦

生活是一场战争，一切的权利都属于胜利者！

——法·罗曼罗兰《母与子》

生活，就是为了生存而斗争。

——苏·高尔基《自作聪明的萝卜》

我们虽然不能控制生活，但却可以与它斗争。

——英·高尔斯华绥《福尔塞世家》

生活就是工作，工作就是斗争。

——德·马克思

生活在民众之中，为了真理、正义和平等不断的斗争——恐怕再也没有比这更高尚的生活愿望了。

——苏·克鲁论特金《告青年们》

没有斗争就没有功绩，没有功绩就没有

奖赏，而没有行动就没有所谓的生活。

——苏·别林斯基

我始终不愿抛弃斗争的生活。我极端重视由斗争得来的经验，尤其战胜困难以后获得的愉快；一个人要先经过困难，然后踏进顺境，才会觉得受用、舒服。

——美·爱迪生

为生活而谋取个人利益时，应以不损及他人利益为原则。

——英·培根

我需要工作，工作就是我的生活。没有工作，我就无法感觉生命。

——法·凡尔纳

人生不仅是呼吸了事，而是要工作。

——法·卢梭

试想，日以继夜地工作，没有任何娱乐，人又不是机器，会产生工作效率吗？

——日·木田宗一郎《本田技研》

走在自己选择的路上，是一种非常快活的事情。不过，如果你能漂漂亮亮地走在不曾预料的路，将是一件更了不起的事。

——日·三浦綾子《石之森林》

任何事物，凡是我们的看得见且依照我们的理解应该如此的生活，那就是美的；任何东西，凡是显示生活或使我们想起生活的，那就是美的。

——苏·车尔尼雪夫斯基



《生活与美学》

我们唯一的美学法典，就是生活。

——德·佛兰克

我确信“美”是人类生活的一个要素，或者还是各种因素中最重要的，倘若在生活内容中把“美”的成分抽出，恐怕就要活得不自在，甚至活不成了。

——梁启超《饮冰室合集》

人是为美而生活在真理和自由之中的，谁能更虚怀若谷地拥抱世界，更深切地热爱世界，谁就是最优秀的；谁是最自由的，谁也就是最优秀的，在他们身上，也才有最大的美。

——苏·高尔基《母亲》

人生目的不是单调的，美也不是单调的，为爱美而爱美，也可以说是人生目的，因为爱美本来就是人生目的的一部分。

——梁启超《饮冰室合集》

美是向着一个目标、一个目的充满活力、全神贯注、肯打肯拼的姿态。

——日·池田大作《青春寄语》

美不存在于你不着边际的幻想中，不在你对例外的渴求中，而在人们的生活中。

——苏·沙米亚金《夜幕中的闪光》

美是人自己从灵魂深处创造出来的。

——苏·高尔基

如果把灵魂去掉，美就不能给人安慰。

——英·高尔斯华绥《福尔赛世家》

美不应当美在天赋上，而应当美在灵魂上。

——俄·契诃夫《傻娘们儿，
或退役的上尉》

最能直接打动心灵的还是美，美可以立刻在想像中渗透一种内在的欢欣和满足。

——英·阿迪生《论洛克的明智的定义》

美的事物在人心中所唤起的感受，类似当我们面对亲爱的人时洋溢在心中的那种愉悦。

——苏·车尔尼雪夫斯基《生活与美学》

美不是一种需求，只是一种欢乐。她不是干渴的口，也不是伸出的空虚的手，却是发焰的心，沉醉的灵魂。

——黎巴嫩·纪伯伦《先知·沙与沫》

美就是理念感性的显现。

——德·黑格尔《美学》

美是灵感的伴侣。

——苏·苏霍姆林斯基《谈美》

有美和生命的地方，也就有诗。

——苏·屠格涅夫《罗亭》

美之性质，一言以蔽之，曰：可爱玩而不可利用者是也。虽物之美者，有时亦足供吾人之利用，但人之为视为美时，决不计及



中外格言大典

其可利用之点，其性如是，故其价值亦有在于美之自身而不存乎其外。

——清·王国维《静庵文集续编》

朴素是美的必要条件。

——苏·托尔斯泰《论创作》

美是爱的孩子。

——英·埃利斯《新精神》

美是发自生命内部的光。

——德·克尔纳《遗稿诗集》

因为罪恶是丑的，德行是美的，因此具有真正美感的人是有德的人。

——波兰·显克微支《你往何处去》

让人有快感的叫做美，让人有不快之感的叫做丑。

——德·沃尔夫《经验的心理学》

真实是美，与真实对立的东西是丑。

——古罗马·普洛丁《论美》

欲美化这个世界的是人类的意志。

——日·岸田刘生

不应只修饰外表。应该懂得，美存在行为中，即存在于每天的生活之中。

——古希腊·台利斯《片断》

一个没有内在美的人，通常总会要求自己的外在美讨人喜欢。这种心理是精神上贫乏、理智与审美观发展上受局限的人所固有

的。

——苏·苏霍姆林斯基《论爱情》

外表在一个人的生活中有很大的意义。很难想像一个肮脏的、马马虎虎的人，他还能注意自己的行为。

——苏·马卡连柯《论共产主义教育》

要评判美，就要有一颗涵养的心灵。

——德·康德

美貌转眼即逝，但丑陋却是永久的。

——法·巴尔扎克《比埃尔·克拉苏》

会发出光彩的宝石，自身并没有光源。

——苏·巴乌斯托夫斯基《金蔷薇》

没有真实不可能生活，真实大约就是生活之道。

——奥·卡夫卡

生活中必须见机行事：时而用软，时而用硬，有时则要当机立断，简单利落，豁出去打拼一下！

——苏·高尔基《老板》

日日是好日。

——《碧岩录》

生活的最大成就是不断改造自己，而使自己悟出生活之道。

——美·罗兹

我们常常准备好好生活，可是从来不真



正去做！

——美·爱默生

人为生而生活，不是为生活而生。

——美·富兰克林

世上有多少人，就有多少条生活道路

——苏·索忍尼辛《癌病房》

生活属于你，走什么路，靠你自己选择。

——苏丹·萨利赫《移居北方的时期》

经验所提出的定理，胜于那些理论家在书房里费尽心思想出来的定理。

——佚名

经验理所当然是一颗宝石，因为它通常以无限的价值买来。

——英·莎士比亚

凄惨是达到真理的第一条路。曾经经历过战争、风暴或者妇人激情的人不管他死时是十八岁或八十岁，都可算是已得到了宝贵的经验。

——英·拜伦

靠别人的损失及经验而获得智慧的人，是最聪明的。

——佚名

借取经验而非购买经验的人，是有福的。

——佚名

经验对于有智慧的人来说是最好的朋友；但对于没有智慧的人来说，就是最坏的敌人。

——英·杨格

经验蕴藏着良知。

——美·富兰克林

经验是知事物的总体。

——美·胡克

谚语是一个精简的句子，但它所依据的却是一个很长的经验。

——西·塞万提斯

没有人会利用他人的经验，除非太迟，而自己又毫无经验的时候。

——美·霍桑

经验就是良师。

——德·歌德

经验是才智之父，记忆是才智之母。

——古罗马·辛尼加

有人说：“经验是各种欺骗之中最坏的一种，因为它只教我知道，却没教我怎样回避。”

——佚名

世上没有比实际经验更可贵的事情。

——佚名



中外格言大典

经验是上帝的学府。

——英·牛顿

经验开着一间收费昂贵的学校。

——美·富兰克林

三年不上门，当亲也不亲。

——明·吴承恩《西游记》

你所受的伤，很可能是大家都得受的一次伤。或许为了活下去，我们必需彼此的伤害。难道，有人在毫无受伤之下度过他的人生吗？

——日·三浦绫子《石之森》

雨后的阳光较亮。

——犹太格言

除非穿上鞋子走走看，否则根本不知鞋子那儿紧。

——犹太格言

最好的牧师是人心；最好的老师是时间；最好的书本是世界；最好的朋友是上帝。

——犹太格言

挨过主人打的狗，最是机灵不过。

——犹太格言

生活的收获是生活——人类如何从认识自己中让自己成长，如何客观地了解自己？——我想唯有从自己的传记中才能了解。

——德·尼采

酒极则乱。

——汉·司马迁《史记》

要有茂林嘉卉，则非先有这萌芽不可。

——鲁迅《无名木刻集》

自称盗贼的无须防，得其反倒是好人；自称正人君子的必须防，得其反是盗贼。

——鲁迅《而已集》

没有经验，也就没有智慧。

——犹太格言

在黑色的土地上，会长出最好的谷物。

——犹太格言

一个人一旦被热灼伤过，他连冷都要去吹一吹。

——犹太格言

裁缝那儿永远可以找到一根线。

——犹太格言

只有吃鱼的人才知道鱼的味道。

——犹太格言

使你忘掉不愉快的方法，便是“忘却对人的憎恶、不信任、不友善等”。假使能亲切、宽容地看待他人，自然能消弥你心中的憎恶，而你这一生便只有满足而不会有不满了。

——佚名



要接受真象。对所发生的任何事都要欣然接受。若能如此，就是踏出克服不幸的第一步。

——美·詹姆斯

随着时间的流逝，愤怒会在无形中溶化，憎恨也会被冲淡，这就是人际关系最为自然的解决方式。

——日·三浦绫子《残像》

石在，火种是不会绝的。

——鲁迅《且介亭杂文二集》

火能烧死人，水也能淹死人，但水的模样柔和，好像容易亲近，因而也容易上当……

——鲁迅《花边文学》

什么是路？就是从没路的地方践踏出来的，从只有荆棘的地方开辟出来的。

——鲁迅《热风》

过饮则神竭乱，安能做事？

——清·彭端吾

安全的状况中，更容易使我们犯错。例如在发高烧的当儿，就算没有人叮咛，我们也懂得静静的躺在床上。但是，等到热度退了以后，往往由于大意，而并发其他的疾病。

——日·三浦绫子《使我碰到青春的书》

除非带有良导体，否则电击也对你莫可奈何。

——美·梭罗

国王们如果处在万事如意的情形下，那就麻烦了。

——法·亚兰

生活从来不是简单的，即使你活在愉悦顺利中，也会遇到必须克服的困难。

——古希腊·柏拉图

生活是一曲交响乐，生活的每一时刻都是几重唱的结合。

——法·罗曼罗兰《母与子》

平凡而刻板的久而久之对一位最爱冒险的人也免不了产生影响力。人总会适应自己境遇的，迟早会忍受生活的平庸。

——法·巴尔扎克《邦斯舅舅》

生活有它自己的智谋，就叫时机。生活有时会奖赏我们，但更多的时候却是在报复。像太阳使每件东西有影子一样，生活的智谋为人们的每一个行为都准备着一份应得的报应。

——苏·高尔基《红头发瓦西卡》

不作牺牲，不经艰难困苦，就难以在世间生活，因为生活不是开满鲜花的花园。

——苏·冈察洛夫

人生道路上如同盲人瞎马，常见的只有互相摩擦、碰撞，而很少听到互相体贴，互



相鼓舞的只字片语；交谈中，无非是人云亦云的陈腔滥调，连自己都难以理解在这一成不变的套话中究竟有多少是非利弊。

——苏·高尔基《忏悔》

超越生活的悲伤吧！

——法·罗曼罗兰《约翰
克里斯朵夫》

“失败为成功之母”其实也可以写成“成功为失败之母”。或许，事情顺顺当当地进行时才是最危险的时候呢！

——日·三浦绫子《后天的风》

乍看，似乎是不利的体验，却常是培育一个人的重要体验。这种不利的体验，不久以后将变成多数有利的事物。

——日·三浦绫子《爱与相信》

天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。

——战国·孟子

生活就是你的艺术。你将自己谱成乐曲，你的光阴就是那十四行诗。

——英·王尔德《道林·格雷的画像》

生活的艺术就是学会在失去一切的情况下还能容纳一切的本事。

——法·勃纳尔《友情记》

善用任何机会的黄金时刻并且抓住自己能力以内的优点，是生活的一大艺术。

——美·詹森

在工作与游乐之间，存在着某种和谐，把两者巧妙地结合起来，生活的艺术就在其中了。

——法·罗曼罗兰《母与子》

了解如何处理年届衰老的问题是智慧的工作，也是生活艺术中最难的一章。

——瑞士·阿密埃尔

我们的格言——

艺术的目的就是艺术。

恋爱的目的就是恋爱。

生活的目的就是生活本身。

——德·海涅

一个人如果能画一幅杰出的图画，雕一座雕像，或使某些东西美化，当然是很有意义的事。可是，如果能够创造一种温暖的气氛，那就更了不起了。因为，这种气氛会影响日常生活的风格，所以是最高超的艺术。

——美·梭罗

风雅生活，就其广义而言，是使休息活泼的艺术。

——法·巴尔扎克

有过各种烦恼，才能体会各种幸福。

——日·池田大作《女性箴言》

欲解除自己的烦恼只有靠自己。

——日·池田大作《女性箴言》