

Guide To Your Life

人生戒律

如果人生是一场游戏 这就是游戏规则

任柏良◎主编



辽宁民族出版社

If life is a game, These are the rules

人生戒律

任柏良 / 主编

李树葳 杨春兰 / 编著

辽宁民族出版社



图书在版编目(CIP)数据

人生戒律/任柏良主编. - 沈阳:辽宁民族出版社,1999.1
ISBN 7-80644-194-8

I.人… II.任… III.个人-道德修养 IV.B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 40301 号

辽宁民族出版社出版发行

(沈阳市和平区北一马路 108 号 邮政编码 110001)

沈阳市北陵印刷厂印刷

字数: 265 千字 开本: 850×1168 1/32 印张: 14

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 朴忠国

责任校对: 魏红军

封面设计: 李树葳

版式设计: 杨利伟

印数: 1—5 000 定价: 24.00 元

序

每个人来到世上，都面临着同样一个问题，那就是：生活。

我从何而来？我是谁？我往何处去？这并非只是哲学家们的玄想，而是与我们每个人密切相关的。每个人都必须以自己的生命对此作出回答，而我们的生活是否圆满和成功，则完全取决于我们以怎样的态度、怎样的方式作出自己的答卷。从这个意义上说，每个人都是自己命运的建筑师。人生是自我选择和造就的结果。每个人都需要汲取人类一切有价值的思想财富，经过自我思考和选择，确定自己的人生价值和方向。

古往今来，无数圣贤智者已经用他们的思想和行为对生活的艺术作出了自己的回答，这些闪耀古今的真知灼见，令人叹服，发人深思，富于启迪，从中汲取宝贵的人生睿智，无疑有益于我们拓展视野，确定自我生命价值取向，造就一个充实、向上、亮丽的人生。

现在，这本涵盖数千年人类智慧的书就在你的手中。也许，很少有一本书能够如此让你领略“智慧”的含义。它从繁若群星的古今名人卷帙浩繁的典籍中，选取和汇集了历经千年沧桑的人类智慧结晶，以多维的视角，展示了人类思想大师有关人生各

种问题的思想精华，从各个侧面反映了人类的生存智慧。书中的数百则精妙深刻、一针见血的格言、富于哲理、妙趣横生的寓言和故事，以及深入浅出、行文高妙的阐述和诠释，无一不是真、善、美、圣，颠扑不破且历久弥新的真理。

这是一所学苑，人类历史上最伟大的人物——从苏格拉底至爱因斯坦，从孔夫子至拿破仑——在此与你促膝而坐，娓娓讲授着生活的真谛与命运的奥秘；

这是一座宝库，收藏着人类历史中流传千百年的奇珍异宝，发掘并拥有这些宝藏，足以令你终生受用不尽；

这是一条道路，正如希腊神话中的英雄忒修斯手中的“阿里阿德涅线团”，它将帮助你在生活的迷宫中找到自己的方向。

.....

这是一个人人希望重新发现、重新确立人生基本价值的年代。本书提供的卓越观念、良好的处世标准、生命的方向和目标，这些大智大慧的真知卓见在经过选择与消化、挑战与回应之后，必能使你确定属于自己的信仰理念和人生法则，选择合乎自身需要的人生道路。

苏格拉底说过：未经审视的生活是无价值的。不管你此刻正充满希望地走向生活，还是正在人生的沙场上奋力拼搏；不管你是一帆风顺还是正在与厄运抗争；不管你崇尚轰轰烈烈地大干一场还是情愿平平淡淡地经营安逸的人生，你都必须不时地停下来审视你的生活，与你的内在相接触，你必须不断地了解世

事、不断地发现自我，惟其如此，你的经历才会真正成为你的财富，你的生命才会真正为你自己所有。

在这个过于忙碌和喧嚣、过于强调功利的社会里，这些亘古常新的人间智慧将提醒你更多地关注什么是真正的幸福，关注那些同情、友爱、尊重等最古老的价值。归根结底，生活的意义并不在于我们占有了什么，而是在生活的经历中体会和感悟了什么。

相信这本书将构成你最愉快的阅读体验中的一部分，并在漫长的人生中不断为你提供行动的指导和心灵的安慰。

卷一 处世 51 戒

卷二 事业 57 戒

卷三 金钱 41 戒

卷四 健康 44 戒

这是一个人人希望重新发现、
重新确立人生基本价值的年代。

本书提供的卓越观念、良好的
处世标准、生命的方向和目标，这
些大智大慧的真知灼见，在经过选
择与消化、挑战与回应之后，必能
使你确定属于自己的信仰理念和人
生准则，选择合乎自身需要的人生
道路。

人间智慧书系

任柏良◎主编

001 智慧日记

用名人的智慧指导你的一生

002 爱的日记

让真爱照亮每一天

003 人生戒律

如果人生是一场游戏，这就是游戏规则



定价：25.00元



定价：22.80元

目 录

序

卷一：处世



卷首语：我为何而生…2

戒津 01 ◆人而无仪 …4

戒津 02 ◆言不及义 …6

戒津 03 ◆吹毛求疵 …8

戒津 04 ◆丢失童心 …10

戒津 05 ◆卖弄幽默 …12

戒津 06 ◆不会聆听 …14

戒津 07 ◆巧言令色 …16

戒津 08 ◆争辩 …18

戒津 09 ◆失控的情绪 …20

戒津 10 ◆轻信人言 …22

戒津 11 ◆撒谎 …24

戒津 12 ◆凡事苛求 …27

戒津 13 ◆顾虑重重 …29

- 戒津 14 ◆取悦每个人 …31
- 戒津 15 ◆以自我为中心 …33
- 戒津 16 ◆盲从于上司 …35
- 戒津 17 ◆屈节事人 …38
- 戒津 18 ◆见权无措 …40
- 戒津 19 ◆落魄凤凰 …42
- 戒津 20 ◆孤独的地狱 …44
- 戒津 21 ◆引狼入室 …47
- 戒津 22 ◆酒肉朋友 …49
- 戒津 23 ◆不防小人 …51
- 戒津 24 ◆轻忽自己的权利 …53
- 戒津 25 ◆已所不欲,施之于人 …55
- 戒津 26 ◆以邻为壑 …57
- 戒津 27 ◆逞性妄为 …59
- 戒津 28 ◆忘恩负义 …63
- 戒津 29 ◆雪上加霜 …65
- 戒津 30 ◆让冲突扩大 …67
- 戒津 31 ◆赶狗入穷巷 …69
- 戒津 32 ◆利令智昏 …71
- 戒津 33 ◆只爱自己 …73
- 戒津 34 ◆怕失去爱 …76
- 戒津 35 ◆疏忽亲情 …78

- 戒津 36 ◆ 不知感恩 …81
- 戒津 37 ◆ 麻木的良知 …83
- 戒津 38 ◆ 自作聪明 …85
- 戒津 39 ◆ 放纵自溺 …87
- 戒津 40 ◆ 傲世轻物 …89
- 戒津 41 ◆ 炫耀 …91
- 戒津 42 ◆ 师心自用 …93
- 戒津 43 ◆ 狭隘 …95
- 戒津 44 ◆ 作茧自缚 …97
- 戒津 45 ◆ 橘化为枳 …99
- 戒津 46 ◆ 以淫巧为美 …101
- 戒津 47 ◆ 单调乏味 …103
- 戒津 48 ◆ 繁复琐碎 …105
- 戒津 49 ◆ 以善小而不为 …107
- 戒津 50 ◆ 刻意于快乐 …109
- 戒津 51 ◆ 蔽美扬恶 …112

卷二：事业



卷首语：负重…116

戒津 01 ◆ 有所为而为 …118

- 戒津 02 ◆做资格美梦 …122
- 戒津 03 ◆倚强凌弱 …124
- 戒津 04 ◆执迷不悟 …126
- 戒津 05 ◆闭门造车 …128
- 戒津 06 ◆万事不求人 …130
- 戒津 07 ◆问道于盲 …132
- 戒津 08 ◆领导无方 …134
- 戒津 09 ◆勤将懒兵 …136
- 戒津 10 ◆良弓难用 …138
- 戒津 11 ◆首鼠两端 …140
- 戒津 12 ◆多人决策之痛 …142
- 戒津 13 ◆一心二用 …144
- 戒津 14 ◆这山望着那山高 …146
- 戒津 15 ◆不分主次 …148
- 戒津 16 ◆不尊重工作 …150
- 戒津 17 ◆好逸恶劳 …152
- 戒津 18 ◆不合适的工作 …155
- 戒津 19 ◆安久移质 …157
- 戒津 20 ◆惟恐遭受批评 …160
- 戒津 21 ◆不敢尝试 …162
- 戒津 22 ◆绝对安全 …164
- 戒津 23 ◆让别人偷走你的梦 …166

- 戒津 24 ◆见之而不知 …169
- 戒津 25 ◆心理远视症 …171
- 戒津 26 ◆黄钟毁弃,瓦釜雷鸣 …173
- 戒津 27 ◆顽梗不化 …175
- 戒津 28 ◆自怨自艾 …177
- 戒津 29 ◆逃避责任 …180
- 戒津 30 ◆捧着金碗讨饭 …182
- 戒津 31 ◆陈陈相因 …184
- 戒津 32 ◆异想天开 …187
- 戒津 33 ◆坐失良机 …190
- 戒津 34 ◆等待运气 …193
- 戒津 35 ◆船到江心再补漏 …196
- 戒津 36 ◆消极被动 …199
- 戒津 37 ◆为时已晚 …201
- 戒津 38 ◆用绝望代替工作 …203
- 戒津 39 ◆失去希望 …205
- 戒津 40 ◆好高骛远 …207
- 戒津 41 ◆没有问题的人生 …209
- 戒津 42 ◆在冬天砍树 …211
- 戒津 43 ◆志大才疏 …213
- 戒津 44 ◆半途而废 …216
- 戒津 45 ◆逆境中的屈从 …218

- 戒津 46 ◆ 没有人生规划 …220
- 戒津 47 ◆ 一叶障目,不见泰山 …222
- 戒津 48 ◆ 不断飘移的目标 …224
- 戒津 49 ◆ 管窥蠡测 …226
- 戒津 50 ◆ 钻牛角尖 …228
- 戒津 51 ◆ 不知胜之所成 …230
- 戒津 52 ◆ 输在起跑线 …232
- 戒津 53 ◆ 相信的习惯 …234
- 戒津 54 ◆ 固执的阻碍 …236
- 戒津 55 ◆ 主观臆断 …239
- 戒津 56 ◆ 画地自限 …241
- 戒津 57 ◆ 高处不胜寒 …245

卷三:金钱



卷首语:给青年商人的忠告…250

- 戒津 01 ◆ 暗室欺心 …252
- 戒津 02 ◆ 不劳而获 …254
- 戒津 03 ◆ 急功近利 …256
- 戒津 04 ◆ 占小便宜 …258
- 戒津 05 ◆ 盲人骑瞎马 …260

- 戒津 06 ◆投机取巧 …262
- 戒津 07 ◆不必要的风险 …264
- 戒津 08 ◆以利润为价值取向 …266
- 戒津 09 ◆斤斤计较 …268
- 戒津 10 ◆金钱第一 …270
- 戒津 11 ◆碰机会 …272
- 戒津 12 ◆谋食不谋道 …274
- 戒津 13 ◆赚多少,用多少 …277
- 戒津 14 ◆坐吃山空 …279
- 戒津 15 ◆寅吃卯粮 …282
- 戒津 16 ◆装阔 …284
- 戒津 17 ◆暴买 …286
- 戒津 18 ◆不讲信用 …288
- 戒津 19 ◆得过且过之心 …291
- 戒津 20 ◆因小而不为 …293
- 戒津 21 ◆万事俱备再理财 …295
- 戒津 22 ◆钱存在银行 …297
- 戒津 23 ◆蹈常袭故 …299
- 戒津 24 ◆知难而退 …301
- 戒津 25 ◆研究贫穷 …303
- 戒津 26 ◆怕穷 …305
- 戒津 27 ◆诅咒贫困 …307

- 戒津 28 ◆精神乞丐 …309
- 戒津 29 ◆志短人穷 …311
- 戒津 30 ◆轻忽身边的价值 …313
- 戒津 31 ◆暗淡的思想 …315
- 戒津 32 ◆无法自助 …317
- 戒津 33 ◆贪欲无穷 …319
- 戒津 34 ◆压死人的包袱 …321
- 戒津 35 ◆做财富之仆 …323
- 戒津 36 ◆为拥有而拥有 …325
- 戒津 37 ◆贪图大财 …327
- 戒津 38 ◆丧失满足感 …329
- 戒津 39 ◆灵魂深处之贪 …331
- 戒津 40 ◆失去平安的心 …333
- 戒津 41 ◆让金钱埋没灵性 …335

卷四：健康



卷首语：健康是幸福之源…338

- 戒津 01 ◆悲剧情结 …340
- 戒津 02 ◆庸人自扰 …342
- 戒津 03 ◆堤溃蚁孔 …345

- 戒津 04 ◆让时间荒芜 …347
- 戒津 05 ◆浪费生命 …349
- 戒津 06 ◆厌倦 …351
- 戒津 07 ◆精神的沉沦 …355
- 戒津 08 ◆天生的弱者 …357
- 戒津 09 ◆恐惧 …359
- 戒津 10 ◆寂寞 …361
- 戒津 11 ◆神经过敏 …364
- 戒津 12 ◆羞怯 …366
- 戒津 13 ◆虚荣 …368
- 戒津 14 ◆内疚和负罪感 …370
- 戒津 15 ◆嫉妒 …372
- 戒津 16 ◆毒化精神的憎恨 …374
- 戒津 17 ◆负性情绪 …376
- 戒津 18 ◆依赖 …379
- 戒津 19 ◆愤怒 …381
- 戒津 20 ◆拉满弓弦 …384
- 戒津 21 ◆紧张的自我 …386
- 戒津 22 ◆苛责自己 …388
- 戒津 23 ◆过与不及 …390
- 戒津 24 ◆疲于奔命 …392
- 戒津 25 ◆天性扭曲 …394