

人生的游戏规则

希恩夫人的生存智慧

[美] 佛罗伦斯·S·希恩 / 著



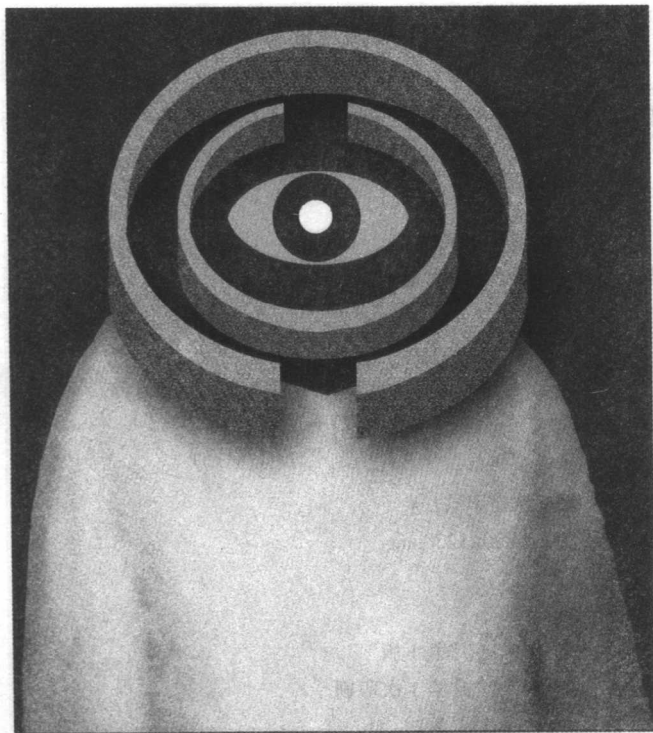
THE GAME OF LIFE AND HOW TO PLAY WITH IT

中国发展出版社

人生的游戏规则

希恩夫人的生存智慧

[美] 佛罗伦斯·S·希恩 / 著 薛杰 / 译



非
强
制
性
读
物
希
恩
夫
人
的
生
存
智
慧

THE GAME OF LIFE AND HOW TO PLAY WITH IT

中国发展出版社

安全印刷·开本285mm

ISBN 7-80100-111-1 定价：10.00元

图书在版编目(CIP)数据

人生的游戏规则/(美)希恩著;薛杰译. —北京:中国发展出版社,2004.11

ISBN 7-80087-761-2

I. 人… II. ①希… ②薛… III. 人生哲学 IV. B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 098070 号

书 名: 人生的游戏规则

原 著 者: 弗罗伦斯·S·希恩

译 者: 薛 杰

出版发行: 中国发展出版社

(北京市西城区百万庄大街 16 号 8 层 100037)

标准书号: ISBN 7-80087-761-2/Z·124

经 销 者: 各地新华书店

印 刷 者: 北京铁建印刷厂

开 本: 1/32 880×1230mm

印 张: 9.25

字 数: 200 千字

版 次: 2004 年 11 月第 1 版

印 次: 2004 年 11 月第 1 次印刷

定 价: 19.80 元

联系电话: (010)68990692 68990682

网 址: <http://www.developress.com.cn>

版权所有·翻印必究

本社图书若有缺页、倒页, 请向发行部调换

前 言

很多人认为人生如战场，其实人生并不是一场战争，而是一场游戏。当然，如果我们不能认清各种生存法则，不了解人生的游戏规则，人生这场游戏注定不会成功。人生是一场“索取和给予”的伟大游戏。

“人们播种什么，就会收获什么。”这句话意味着，不管一个人说什么或做什么，他所说的话或所做的事情都会有所回报；他给予什么，就会得到什么。如果他给予别人憎恨，他就会得到憎恨；如果他给予爱，他就会得到爱；如果他给予批评，他就会得到批评；如果他对别人说谎，别人就会对他说谎；如果他愚弄别人，别人就会愚弄他。这就是人生的因果报应法则，这一法则在人生这场游戏之中起着举足轻重的作用。

《圣经》中有句有名的教条：“发挥你的内心和想象的力量吧，它指导着人生中的各种事物。”这句话意味着，一个人的想象迟早会变成生活中的现实。我认识一个人，他非常惧怕某种疾病。这种疾病非常罕见，很难得上，但由于他总是设想自己会得这种病，最后他终于得了这种病并死去了，使自己成了一种扭曲的想象力的牺牲品。

因此，想要取得人生这场游戏的成功，我们必须训练自己的想象力。一个想象力受过训练的人只会想象那些美好的事物，把自己生活中的每一个美好理想，诸如健康、财富、爱、朋友以及

完美的自我表现变成自己的最高理想。

想象力被称为“思想的剪刀”，它总是日复一日、不停地剪啊剪，当人们在自己内心描绘出一幅图景时，迟早有一天，他会在自己的外部世界看到这幅美好图景的实现。想要成功地训练自己的想象力，我们必须了解自己思维的运行方式。用希腊人的话说就是：“了解自己。”

人的思维有三个部分：潜意识、意识和超意识。潜意识属于一种简单的力量，没有任何方向。它就像水流和电流一样，可以根据外部的要求流向任何方向，也没有任何感应能力。

人们感触很深或想象很清楚的事物都会深深地烙印在潜意识之上，并且在极其细小的细节上表现出来。比如：我认识一位妇女，当她还是孩子的时候，总是把自己装扮成一位寡妇。她会穿上黑色的衣服，戴上长长的黑色面纱，别人看到她这个装扮就会认为她很聪明、有趣。后来，她慢慢长大，并且与自己深爱的男人结了婚。不久之后，她的丈夫死了，她穿着黑色衣服、戴着黑色面纱过了很多年。她总是设想自己是一个寡妇，这种想法深深地烙在她的潜意识之中，而且最终变成了现实，结果很悲惨。

意识被称为人的或肉体的灵魂。它属于人类的思想，可以看清事物的表象。它会看到死亡、灾难、疾病、贫穷和每件事物的缺陷，它会在潜意识上打下烙印。

超意识是每个人心中超乎现实的思想，属于完美观点的领域。用柏拉图的话说，它是“完美的类型”，是“神圣的设计”，因为每个人都有一个是“神圣的设计”。“有一个其他人无法占据的地方需要你来占据，有一些其他人无法完成的事情需要你来完成。”超意识对此有着一幅完美的图景。它通常会像一个难以企及的理想（过于美好而不现实的想象）一样，从意识之上飞掠而过。

在现实生活中，从内心之中神圣的智慧向他飞驰而来的就是

人的真正智慧。可是很多人却忽视了自己的真正目的，追求那些本不该属于自己的东西，即便得到，也只能给他带来失败和不满。有一个女人找到我，要求我说出她将会与她深爱的男人结婚之类的话（她称这个男人为 A.B.）。我回答说，这种做法是一种对精神法则的违背，但是，我会说，他会与某一个适当的男人结婚。

我还说：“如果 A.B. 本该是你的丈夫，你就不会失去他；如果他不是你的丈夫，你就该另寻他人。”她经常遇到 A.B.，但是，他们之间的友谊却没有太大进展。一天晚上，她找到我，对我说：“你知道吗，从上周开始，A.B. 对于我来说已经不那么迷人了。”我回答说：“也许，他不是你真正的选择。”不久之后，她遇到了另一个男人，俩人很快就相爱了，他还声称，她是他的至爱。这个男人对她说的话是她本希望 A.B. 对她所说的。

她说：“这真是太令人惊异了。”她很快就回应了他的爱，并且对原先的 A.B. 失去了兴趣。

这个例子向我们展示了替代的法则。正确的观点代替了错误的观点，在这种正确的观点之下，不会有任何损失和牺牲出现。

人的话语在人生这场游戏当中扮演着举足轻重的角色。“因为你的语言，你受到善待；因为你的语言，你受到诅咒。”许多人因为漫不经心的话语而给自己带来灾难。有一个女人问我，为什么她现在会在贫困中度日。而以前，她的日子是多么美好，有大量的钱财。我发现，她以前总是因为操持家务而感到厌烦，总是说：“我真是烦透了这些事情，我真的希望住在卡车里。”她通过自己的语言把自己扔到了卡车里。潜意识的思想不会开玩笑，而人们的这种玩笑则通常会给他们自己带来不快的经历。

比如，一个有很多钱的女人总是开玩笑说：“我希望住在一间破房子里。”几年之后，她变得异常贫穷，因为这幅图景已经在她的潜意识里打上了深深的烙印。幸运的是，这一法则有两个不同

的结果，同样，贫穷也可以变成富有。比如：一个女人在一个炎热的夏日找到我，希望我告诉她致富的诀窍。她感到非常疲惫和灰心。她说，她的所有家当只有8美元了。我告诉她：“很好，我们会祈祷这8美元，让它不断壮大，就像耶稣造出面包和鱼一样。”因为耶稣会教育我们每个人，告诉我们自己有能力去祈祷和繁衍，去拯救和致富。

她问道：“那么，我下一步该做什么呢？”

我回答说：“跟随自己的直觉。你有去某个地方或者做某种事情的预感吗？”直觉就是直觉，或者是根据内心行事。它是人们永远也不会错误的指针。我将在以后的章节中更加全面地阐述它的法则。

这个女人回答说：“我不知道，我似乎总有一种回家的预感。我有足够的钱付车费。”她的家在一个遥远的城市里，想要回去有一定的困难，她的直觉会这样说：“呆在纽约工作吧，赚点儿钱吧。”我回答说：“那么，你回家吧，不要违背自己的预感。”我衷心地希望她能够实现自己回家的愿望。于是，她离开我之后，立即回家。回家后她去拜访某位妇女，与她家的一位老朋友取得了联系。

通过这位朋友，她以一种离奇的方式得到了几千美元。她将这个奇遇告诉了我并对我说，“把我的事情告诉人们吧，告诉他们有我这样一个带着8美元和一个预感来找你的女人吧！”

摆在人们面前的道路总是很多，但只有通过希望、信仰和话语才能把它们变成现实。人必须要迈出第一步。

“争取才能得到；寻找才能发现；伸手敲门才能有人开门。”

人们常说的一句话是：我的工作，就是实现自己的希望。从一定意义上可以说，人们所做的一切努力是随时准备实现自己大大小小的愿望。每一项需求，不管表达出来与否，都是一种愿望。当一个愿望突然得到满足的时候，我们总是非常惊讶。比如，一个复

活节，由于在种花人的窗口看到很多漂亮的玫瑰花，我就希望能够得到一枝，于是，我立即就在想象之中看到了一棵玫瑰树摆在门口。

复活节来临，随之而来的是一株美丽的玫瑰树。我在第二天感谢我的朋友，告诉她，这就是我想要的。

她回答说：“我并没有送你玫瑰树啊，我送你的是百合！”

送花的人搞混了订单，送了我一棵玫瑰树，仅仅因为我用自己的行动开始了这一条法则，于是，我得到了一棵玫瑰树。

除了怀疑和恐惧，任何东西都不可能阻挡人们实现自己的最高理想。如果一个人可以“许下愿望而不担心”，那么，他的每一个愿望都会立即得到实现。

我将会在下方的章节中全面地向大家讲述这一原则的科学原理，告诉大家为什么必须在自己的意识中消除恐惧。恐惧贫穷、恐惧失败、恐惧疾病、害怕失去以及不安全感，它们是人类的唯一敌人。《圣经》中说：“你为什么害怕，因为你缺少信仰。”因此，我们必须用信仰来代替恐惧，因为恐惧是一种颠倒了信仰，是一种邪恶的信仰。

人生这场游戏的目的就是认清好的一面，祛除心理上的所有邪恶想法。只有通过潜意识中勾画美好的蓝图才有可能实现这一目的。一位取得巨大成功的聪明人士告诉我，他曾经在一个房间的墙壁上看到一个标志，自此之后，他的恐惧突然在意识之中一扫而光。他所看到的是以下这段话：“为何要担心，也许担心的事情永远也不会发生。”这段话深深地印在了他的潜意识之中，从此之后，他一直确信，他的生命中一定出现美好的事物。

在下方的章节中，我将告诉大家在潜意识之中打下烙印的各种方法。潜意识是人类忠诚的奴仆，但是，人类必须对它进行谨慎的指导。每个人的心中都有一个沉默的倾听者，那就是他的潜意

识。

你的每一个想法、每一句话语都会烙在潜意识中，并且以惊人的细节表现出来。这就像一个歌手在对声音非常敏感的唱盘上录制音乐，歌手的每一个音符、每一个旋律都会记录在唱盘之上，他的每一个咳嗽、每一个停顿也都会被记录下来。因此，我们必须消除潜意识中原来留下来的不良记录，把新的、更好的记录写上去。

大声而又坚定地说出下面的话：“我在抹掉潜意识之中一切不真实的记录。我要把它们扔到垃圾堆里去，因为它们都是我错误想象力的产物。我现在要通过自己的内心建立良好的记录，创造健康、财富、爱与完美自我表现的记录。”这就是人生的法则，人生的游戏只能以这种方式进行。

在以下的各章节之中，我将会告诉大家人应该如何通过改变语言来改变自己的生存状况。任何不了解语言力量的人都会被时代所抛弃。正如《圣经》中所说：“死亡与生命都取决于语言的力量。”

弗罗伦斯·S·希恩

目 录

第一篇 人生的游戏规则

- 1 凭借精神之力 3
 如果一个人希望成功,却准备失败,他一定会陷入自己所准备的境地。
- 2 善用语言的力量 10
 可以肯定地说,所有的疾病与不快都是因为违背了爱的人生法则。在人生这场游戏当中,爱与良好的祝愿是基本的法则。
- 3 以柔为攻 17
 不和谐的局面来自于内心的某种不和谐。如果不被不和谐的局面所动摇,这种局面就会失去它的力量,不再成为前行路上的障碍。
- 4 寻求因果与宽恕 25
 一个人了解得越多,他的责任就越大。一个了解精神法则却不去履行的人,会因此忍受巨大的痛苦。

5 扔掉你的负担 32

如果一个人背着负担,他就违反了生活的法则。所谓负担就是一种负面的想法或状态,这种想法和状态植根于潜意识之中。

6 博爱 39

人类的发展和提高并不一定要痛苦伴随。痛苦是一种对精神法则违反的结果,但是,如果没有痛苦,很少有人能够从“精神沉睡”中醒来。

7 把握你的意念 48

随着一个人从精神上变得越来越觉醒,他就会认识到外部的不和谐总是会在思想上找到相应的不和谐之处。如果一个人遇到了障碍,这说明他的意识一定也遇到了障碍。

8 完美地表现自我 57

完美的计划包括健康、财富、爱与完美的自我表现。这一计划构成,可以给你带来完美的快乐。如果一个人许下自己的愿望,他就会发现自己的人生发生了巨大变化,因为每个人平时的行为都与宇宙神圣的设计相去甚远。

9 正确地表达自己的期望 65

每个人在自己的内心之中都有一个金块。这个金块就是对金钱和财富的认知,这种认知可以使他的生活变得富有。在许下愿望的同时,他的道路就已经注定,因为他宣布自己已经得到了。

第二篇 如何按游戏规则行事

10 把握成功的秘密 75

如果你失败了,并且对别人的成功感到愤怒,你就把自己挡在了成功的大门之外。

11 发现自己最大的障碍 82

只有自己才可以给予自己,只有自己才会剥夺自己:人生的游戏是一场单人纸牌游戏,你一变,整个局势就会变。

12 为即将到来的好运做准备 89

成功者总是坚信自己会成功。如果成功建立在真理之上,它就会持久;如果不是,它就会像流沙一样,被冲刷干净,回到虚无之中。

13 期望什么就得到什么 96

期望是满足一个人愿望的载体;也可以说,恐惧是满足一个人愿望的载体,因为信仰以意想不到的方式工作,他要显示出奇迹。

14 让心灵得到升华 101

平和是一种艺术。一旦掌握这种艺术,世界就属于你!很多人都想改变自己所面对的局面。强迫个人意愿永远也不会给你带来好运。

15 依照直觉行事 107

信任宇宙需要信心和勇气。我们在小事情上总是信

仰他,而在处理大事时,我们总是倾向于运用自己的理性思维,于是,失败随之而来。

16 告诫自己勇往直前 114

我们每个人都有希望之乡,有一个心灵上的愿望,但是,你被“埃及人”(你的负面想法)牢牢地束缚,所以,希望之乡看起来很遥远、很模糊。

17 让一切顺其自然 121

我们不是总能控制自己的思想,但我们可以控制自己的语言,通过多次地重复把它烙在潜意识之上。这样,我们就可以应付自如。

18 致富之路是一条单行道 128

改变你自己的思想,在眼神闪动之间,你的所有生活状态就会改变。你的世界是一个透明思想和透明语言的世界。

19 每一天都很重要 134

让我们想象自己富有和快乐吧,想象我们所有的事务都处于神圣的秩序之中,把完成这些事务的工作交给智慧的宇宙吧。

20 以惊奇眼光看待周围事物 141

人们应当对自己的直觉和预感非常警觉,因为在直觉的道路上,你的所有愿望都会实现。

第三篇 语言就是你的权杖

21 我们每个人都拥有这种武器 151

我们自己有选择的权利，我们可以走上直觉带给我们的神奇道路，也可以走上理性思维带给我们的艰难历程。超意识行事，我们可以达到一个新的高度。

22 我给你力量 157

一个具有完美的平和与镇定的人，一个充满爱与善意的人，可以解决所有的问题。它们会像阳光下的冰雪一样消融。让我们感谢已实现的一切吧，因为邪恶是不真实的。

23 坚强而不要害怕 164

很多人失去了生活中的至爱，其原因就在于他们经常恐惧失去。对付恐惧的唯一武器就是你的语言。你的语言就是你的权杖，充满了神奇的力量。你用你的权杖在恐惧这头狮子的头上挥舞，它就会变得像猫一样温顺。

24 用尽方法去理解吧 172

要想改变你的世界，首先要改变你的摆动。要你思想的电池中改变电流的流向，你就会立即发现有所变化。假设你憎恨别人，抱怨自己没有受到欣赏。

25 平和与财富 179

直觉是我们永恒不变的指针。你要在小事情中锻炼直觉，在大事情中运用直觉。

26 你最大的机会 185

只有很少的人可以把本属于自己的东西变成现实。他们生活在自己的理想边缘。这些理想似乎过于美妙，而显得有些不真实。

27 不要担心任何事情 192

我们不知道语言和思想犹如炸药，我们必须运用智慧和理解力来小心应对。我们总是会讲一些愤怒、自怜的话，最后却抱怨生活为何如此艰难。

28 无所畏惧 199

信仰会给予你一种确定的好运。一个人可能被被动的局面所包围，但是，这种确信可以培在潜意识之上，一条通往健康、财富与快乐的道路即将打开。

29 胜利与圆满 205

生命就是一场填字游戏，只有填上正确的词汇才会得满分。很多人在谈话的时候总是说一些毁灭性的语言。记住，你因为自己的语言而受到褒奖，因为自己的语言而受到诅咒。

第四篇 坚定信心的语言

30 语言是你的权杖 215

力量可以自己移动，却不受外力影响。如果一个人能够保持镇定、感到满足和快乐，即便外部世界对他不利，他也能够应付自如。

31 助你成功的语言 219

我抛开过去，生活在快乐的现在，每天都有新的惊喜。在充满理性的思想之中没有失去的机会，一扇门关上，另一扇门会打开。

- 32 打开财富之门的语言 227
门意外打开，渠道意外畅通，财富在圣哲的恩惠之下，以一种完美的方式源源不断地来到我身边。
- 33 保持快乐的语言 231
只要有恐惧、忧虑与害怕，快乐就无法得到。只有对宇宙的完美信仰，才能找到安全与快乐的感觉。
- 34 获得爱的语言 235
我爱每个人，每个人都爱我。我的敌人变成了我的朋友，成为我好运上的一个黄金链条。
- 35 让婚姻幸福的语言 238
如果婚姻不建立在一个基础之上，它就不会长久。“两个心灵，一个想法；两个心脏，以同一个频率跳动。”
- 36 宽恕他人的语言 241
我呼吁宽恕法则。我不再犯错误，也不再受错误结果的影响。我受宇宙的恩惠，却不受因果报应的影响。
- 37 智慧的语言 243
不要因为坚信自己的信仰而感到厌倦。你的期望越少，你的进步越大。
- 38 坚持信仰的语言 248
我坚定不可动摇，因为我的田地已经满是丰收的果

象。我对宇宙无畏的信仰把他对我的人生设计变成现实。

39 避免损失的语言 256

人们所失去的只能是本不属于他的东西,或者对他来说不够好的东西。

40 清除债务的语言 259

如果一个人欠债或者别人欠他钱,这就说明,他的潜意识之中有一种对债务的确信。要想改变这种局面,就必须改变自己的思想。

41 促进买卖的语言 262

信仰从不会看窗外的大风雪,它只准备得到自己希望得到的东西。

42 引导人生的语言 265

我总是在直接灵感的影响之下。我知道该做什么,我相信自己的直觉。

43 进行神圣生命设计的语言 269

犹如橡树的完美画面存在于橡树的果实中一样,生命的神圣类型存在于人的超意识之中。

44 保持健康的语言 273

你在我心中是:永恒的快乐、永恒的年轻、永恒的财富、永恒的健康、永恒的爱、永恒的生命。

45 保持心态平和的语言 278

我生活在富有的海洋之中。我清楚地看到自己无穷无尽的财富。我知道怎样做是正确的。