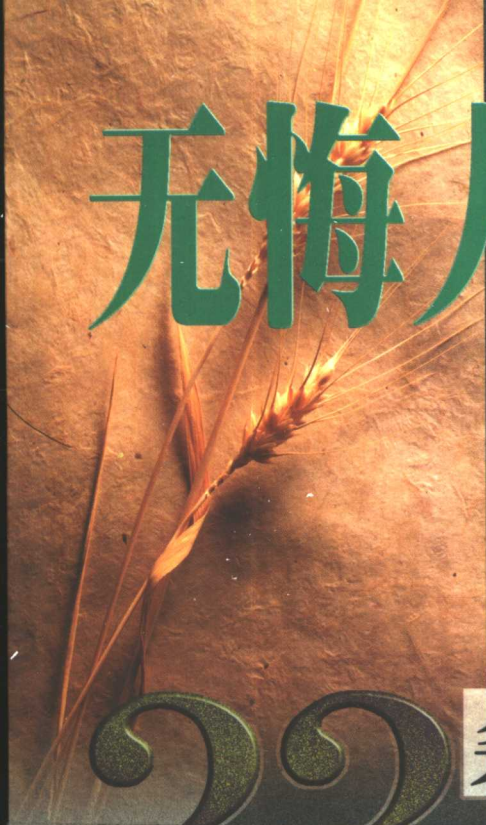




无悔人生的

33 条 铁则

[日] 櫻井秀勋 著
房 颖
宿 久 高 译

知識出版社

[日] 樱井秀勋 著
房 颖 译
宿 久 高

无悔人生的 33条铁则

知 识 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

无悔人生的 33 条铁则 / (日) 樱井秀勋著; 房颖、宿久高译. —北京: 知识出版社, 1999. 1

(人生铁则)

ISBN 7-5015-1886-6

I. 无… II. ①樱… ②房… ③宿… III. 人生观
IV. B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 36907 号

北京市版权局著作权登记号: 图字: 01-98-0902

本书中文简体字版由日本ユニ・エージェンシー代理授权, 日文原版为樱井秀勋著、株式会社サンマーク出版发行的《後悔しない生ま方の鉄則》。

责任编辑: 简菊玲

封面设计: 李 强

责任印制: 徐继康

责任校对: 马 跃

知识出版社出版发行

(100037 北京阜成门北大街 17 号 电话: 68318302)

北京宏伟胶印厂印刷 新华书店经销

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

开本: 787 毫米×1092 毫米 1/32 印张: 7.75

字数: 110 千 印数: 1 10000 册

定价: 12.00 元

本书如有印装质量问题, 可与出版社联系调换。

内容提要

漫长的人生道路中有很多可能导致后悔的隐患。人总是到后悔时才翻然醒悟。对我们来说最重要的是把“后悔”控制在最小限度内，不再重蹈覆辙。本书以珍视个性、重新认识日常生活为出发点，为读者提供了无悔人生的33条铁则。其核心内容包括在如下六个方面中：谨慎、运气、直觉、努力、智慧、自信。

随着时代前进的脚步，人类即将跨入 21 世纪。在这世纪之交的日子里，这套“33 条铁则”丛书即将由知识出版社奉献给广大读者。这是知识出版社献给社会、献给读者的又一份厚礼。

从各册书的命名中我们可以看到，这套丛书的内容是十分丰富的。作者从各自不同的人生经历中，从各自不同的工作实践中，“悟”出、总结出了丰富的人生经验。他们以生动的实例、畅达的语言，或具体、或抽象、或微观、或宏观地阐述了对人、对人生、对工

2 人生无悔的 33 条铁则

作、对事业、对事物乃至对世界的认识，反映出作者的人生态度、处世哲学及追求、奋进的足迹。他们浅显易懂且深入浅出地道出了许多富有启迪的哲理，这是人类智慧的结晶，对我们是颇有借鉴意义的。

当然，由于国度和社会背景的差异，在我们看来，丛书中的部分内容，如对命运、对宗教的看法等有些是难以令人赞同的，这些都有待于读者的理解和审视。

我们在翻译过程中，尽可能做到反映原作的风貌，但是，由于水平所限，错误之处在所难免，欢迎广大读者批评指正。

“最懊悔就是那次放弃最佳的连投策略而起用候补队员，结果输掉了那场球。”这是以棒球闻名的某高中体育教练曾对我说的一句话。这位教练从不舍得浪费队员体力，从某种角度来说，似乎有点吝啬。其实不只是体力问题，该用钱处不用钱、该动脑时不动脑而最终导致失败，这些都让人追悔莫及。

漫长的人生道路中有很多可能导致后悔的隐患。年轻时妻子总是提醒我：“等电车时别站在最前面！”妻子知道我性急又鲁莽，所以才给我这个忠告。在我近四

2 无悔人生的 33 条铁则

十年的电车通勤生涯中，竟眼睁睁地看到过三个人从站台上掉下车道。他们都是在最拥挤的时候站在了最前面。如果不是妻子及时提醒，可能我的人生已遭遇三次悔之不及的灾难了。

这些都是因为不注意小事而造成的不幸——“悔”就是这样无处不在。俄罗斯作家契诃夫说过：人总是到后悔时才翻然醒悟。真是至理之言。所以，关键在于是把“后悔”控制在最小限度内，还是不知悔改、再蹈覆辙。人生之路会因你的选择而走向不同的方向。

一位动物学家这样安慰我：“体验过后悔才是真正的人——因为动物是不知道后悔的。”绝妙！我也因此恢复了自信。可是，人们到底应该如何抵制后悔呢？

以《成功的哲学》一书闻名于世的拿破仑·赫尔认为：人的失败原因有 27 条。竟有这么多导致后悔的因素，看来我们这些凡人是在劫难逃了。不过反过来说，如果我们有摒除这些因素的力量，即抵制后悔的力量，那么我们就有了获得成功的可能。

您身上究竟存在多少“失败因素”呢？在阅读本书之前不妨先确认一下自己的状况。

①缺乏人生目标；②缺乏上进心；③受教育不够；④自我训练不够；⑤病痛；⑥年少时的不良影响；⑦得过且过；⑧缺乏忍耐力；⑨排外的个性；⑩性欲过盛；⑪嗜赌；⑫缺乏决断力；⑬错选配偶；⑭过于谨小慎微；⑮错交朋友；⑯迷信和偏见；⑰错选职业；⑱缺乏集中力；⑲浪费癖；⑳缺乏热情；㉑心胸狭隘；㉒不知节制；㉓缺乏协作精神；㉔不经努力就大权在握；㉕利己主义和虚荣心；㉖主观臆断；㉗资金不足。

算一算，我现在就占 9 条，是 27 条失败原因的三分之一。看来今后还有“后悔”的危险性，希望能通过抵制后悔的力量扭转乾坤。

更希望诸位仁兄今生无悔！

作 者

目 录

出版者的话·····	1
前 言·····	1
序·后悔十戒·····	1
· 人生不悔则无味·····	3
· 相信自己的存在能力·····	7

第一部 珍视个性

1、不为眼前利益所驱使·····	13
· 鼠目寸光的人们·····	14
· 再苦也要坚持自我·····	17
2、循规蹈矩不如率性愚直·····	20
· 耿直、憨厚才能赢得信赖·····	22
· 是否有人生目标·····	24
3、如何治愈创伤·····	27
· 建立创造性的目标并向其挑战·····	29

2 无悔人生的 33 条铁则

· 做“快乐日记”的方法·····	30
4、在异性中寻找知己·····	34
· 三次“偶然”就是奇迹·····	36
· 与女性的交往不可或缺·····	38
5、忘记年龄·····	40
· 人生只有四分之一的时间是辉煌的·····	42
· 忘记年龄的方法·····	43

第二部 重新认识日常生活

6、时刻准备着·····	49
· 每天都是关键时刻·····	51
· 智慧+准备=机会·····	53
7、把时间的概念变为具体单位·····	55
· 人生之中的时间限制是必要的·····	57
· 创造时间就是创造幸福·····	59
8、迫不得已也可抛家舍业·····	61
· 永远不为现实所累·····	63
· 不能决断的不是女人而是男人·····	65
9、努力寻求合作伙伴·····	67

• 不管多优秀，一个人也不能成事·····	69
• 首先要考虑你能付出什么·····	71
10、修饰自己的容貌·····	73
• 由相貌可以判断人格·····	75
• 相貌创造运气，相貌是由自己创造的·····	77
11、每周克己一次·····	80
• 在思考意义之前，先实际做起来·····	82
• 打破习惯才能发现常识的实质·····	84

第三部 相信自己

12、要有先见之明·····	89
• “百无聊赖”的人没有前途·····	91
• 在反复思考中培养先见之明·····	93
13、培养自己的价值观·····	95
• 把自己看作别人·····	97
• 假说经过学习即成信念·····	99
14、尝试怀疑常识·····	101
• 思考百次，能付诸实践的只有一次·····	103
• 首先要相信自己的感觉·····	105
15、相信自己的才能·····	107
• 自己不具备的能力都可认为是才能·····	109

4 无悔人生的 33 条铁则

- 闯过鬼门关的人才能相信自己…………… 110
- 16、扩展梦想…………… 113**
 - 梦想的扩大与消失只在自己一念之间…………… 115
 - 人生的第二、第三个转折点…………… 117
- 17、不可盲从他人…………… 120**
 - 依赖别人时应依赖内行…………… 122
 - 多数人的意见未必代表正义…………… 123

第四部 转换心情

- 18、减少烦恼的时间…………… 129**
 - 逃避现实能产生新的思路…………… 131
 - “后悔”的替换词是“明天”…………… 132
- 19、远离怯懦…………… 135**
 - 胆怯是恐惧心理的表现…………… 136
 - 没有人永远失败…………… 139
- 20、学会忍耐…………… 141**
 - 等待的习惯培养了女性的忍耐精神…………… 143
 - 去环境恶劣的国家旅行…………… 145
- 21、在挫折中奋起的方法…………… 148**
 - 失败越多奋起越快…………… 150
 - 心境平和，新的成功就为期不远了…………… 152

22、尝试依赖宗教	154
• 神佛之前才知自己渺小.....	156
• 心境是否平静是选择宗教的前提.....	158
23、尝试自我暗示	161
• 树立信念、排除自卑.....	163
• 想象、思考、相信就是实现.....	165
24、先做到热衷	168
• 逞强、勉强带来的好结果.....	169
• 从日常生活中摆脱出来.....	172

第五部 在战斗中生活

25、同过去说“再见”	177
• 经历只是过去的残像.....	179
• “失败乃成功之母”.....	181
26、与敌人战斗到底	184
• 终生不悔、壮怀激烈的人们.....	186
• 在心中与“假想敌人”作战.....	188
27、执着于自己的目标	190
• 追求最高境界，绝不妥协.....	192
• 心里要有真正的目标.....	194

28、不惜动用武力	196
• 明知有损失也要战斗的胸怀	198
• 善良、谦让会带来遗憾	200
29、违背伦理的爱也不可怕	202
• 再婚是把失败变为动力的勇气	204
• 尝试爱情复线化	206
30、不为道德所惑	208
• 道德一夜之间就变	210
• 尝试“放纵思考”	212
31、做了再说	215
• 越反对的人越怕死	217
• 以不可到达之点为目标	219
32、六年蜕变一次	221
• 六年足以改变人的生活方式	223
• 朋友是靠山，但不能一味依靠	225
33、计划迎接死亡	228
• 命题：生与死哪个更轻松	230
• 快乐地生活就是最好的死法	231
后 记	235

序

后悔
十戒

