

# 《你活得好吗》

## 图书基本信息

书名：《你活得好吗》

13位ISBN编号：9787301223086

10位ISBN编号：7301223080

出版时间：2013-4

出版社：北京大学出版社

作者：钱卫清

页数：228

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 前言

为什么提出法律养生 “法律养生”(用法的智慧养护生存和命运)是我从切身经历中体悟出来的。我的一位同学,由于诈骗罪被判了无期徒刑,保外就医出狱之后我去看望他,对他的境遇感到十分惋惜。十多年后他出狱时身体已经非常差了:五十多岁的人,如同七八十岁的老人一般。监狱本不是“养生”的地方,而且服刑期间他心中充满愧疚,日夜后悔他是如何在风光一时之后,亲手断送了家人一生的幸福。而另一个从小一起长大的朋友,在某市市委书记的位置上被查处,在他得悉自己被判了无期徒刑那天,一夜白头。人生的遭遇,有时会为肉身带来苦难,这对健康的影响是“可见”的;而精神上的打击则会以另一种看不见、摸不着的方式,加倍摧毁人的生理机能。心志对肉身的摧残,日复一日,人们感觉不到,只有当极端的事例发生,我们才震惊地发现“生存状态”决定着我们的生命机能。养生,其实是一种活法。我们是怎么活的?是否忧恐思虑,是否嫉恨难消?我们活成什么样了?是心安理得,还是担惊受怕?在每个人的生命中,都有“病”存在。我们都有惊恐、担忧、畏惧、迷惑的时候,也有得意忘形的时候。每时每刻,这些病态的感受会忠实地被我们的肉身记录下来,使生命紧张消耗,积毁成疾,衰败枯萎。然而我们大部分人没有意识到“病”的存在,任由宝贵的生命活力加速逝去,任由殚精竭虑积累的财产加速成为遗产。如果一个人的行为,都有章法、法度,意味着这个人的生命必然处于一个良好的状态。行为有法度,别人就会对你有把握,乐于与你建立关系;一个人身上维系的关系好了,亲情关系亲密了、商业关系稳固了、同事关系融洽了,这个人的生命状态就会好起来。人“活”的“生命”,就是身上维系的种种关系。这些关系若都美好,呼吸都会笑。因此大家都重视“养生”,而“生命”在哪里?就是这些关系的凝结,这就是我们全部的生命。我们的喜怒哀乐倚赖于这些关系,我们的身体健康也一样倚赖于这些关系。这才是我们生活中要努力照看的生命,是我们的“无形生命”。所以“养生”不仅是养健康的有形生命,还要养“有所作为”的无形生命。在商业社会中,依靠无形生命的成就,才能获得生命所需的衣食住行以及繁衍生息。大部分人只是没有意识到,在现代社会,其实我们活的是“无形生命”。贴近生命,去思索生命,对于金钱、财富、成就、人生的意义,会有不一样的看法。肉体生命之外,人另有一条精神生命,由我们的社会角色决定,存在于我们的思想和记忆中,是我们所在的社会关系的凝结。亲人、朋友、商业伙伴,甚至对手与敌人,都是这一无形生命的一部分。无形生命也有新陈代谢,从小到大,朋友群体在变、商业伙伴在变化……不过,生命中分享血缘关系的亲人却很少发生变化,这是无形生命的核心部分。人。有责任照顾好自己,否则就会给亲人带来不幸。然而,很少有人关心自己生命的状态,对着镜子问问自己:看看你现在活成什么样了?你的生命中有没有焦虑?为什么焦虑?有没有隐患?你睡得安稳吗?你的行为安全吗?你做事情是否都经过了深思熟虑,还是轻率而为?你所有的决定,有没有一定的法度?你所有的行动,有没有一定的章法?我们每一个“自己”都是支撑起世界一角的“唯一”。这一点是我在与死神“近距离接触”的经历中体会出来的。1979年对越自卫反击战开战时,我正在部队服役。真正的交战中,我所在的高炮部队并没有开炮,但是与枪杆子打交道,却终有机会接近了死亡。那是一个晚间,两个新兵和老兵一道站岗,向老兵讨教怎么用枪,三个人一起摆弄。我正在聚精会神地看,突然一团火向我冲来,只听到“砰”的一声,瞬间我就愣住什么也不知道了——子弹穿过我的衬衫,在衣服上留下了两个洞,而我竟然没有受伤。“失之毫厘”,与死亡擦肩而过。1983年,我在基层法院刑庭工作时,全国开展了“严打”刑事犯罪斗争,执行死刑的权限下放到基层法院,我亲眼目睹了20多个青年犯人被枪决。强大的社会动员与声势浩大的“运动”能够使许多人的命运在一夜间被改变,人的生命、命运与法律到底是一种什么关系?这一问题困扰我多年。逐渐走过中年,身在法律界,看惯人生无常,回想起那一枪,惊觉生命如此脆弱。如果当时子弹偏一点,我,作为儿子的父亲,当事人的代理人,失去了承载我之为我的这个躯壳,我会不存在,而社会的某一个角落也会发生一点微妙的改变。如果不是我,我的当事人的命运必会变化;而若丈夫不是那个丈夫,父亲不是那个父亲,就不会有现在的儿子,许多人的命运就会发生变化。我,是如此脆弱,如此有限;但同时又如此关键,影响着一连串关系的变化。这些变化对整个世界来讲微不足道,但是对于特定关系中的人们,我则是他们的全部。生死有时只是一线之隔,善待生命,不要等到一切来不及。为了钱,为了权,为了色,为了刺激,许多人要今天不要明天,要自己不顾别人,实施着极端的行为,冲破了各种底线。心中无法度,最终法律来收场。当一个人要进监狱“养生”的时候,生命状态也就不值一提了。一个人不论做了什么错事,身上维系着亲、友情义是不会改变的,于是一个人的麻烦,变成了亲友的负担,全家上下齐奔走,拯救他于水火。因为一个人纵使对于世界什么都不是,对

## 《你活得好吗》

于某些人来讲，却是生命的全部——从无形生命的角度看，他人的命也是我们的命，我们的命也是别人的命，生命是这样交融着，善待自己就是善待亲人；善待生命，就是让行为有法度，不要逾越法的底线。人的“失足”，往往是求财的道路上不择手段所致。司马迁在《史记·货殖列传》中说：“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往。”“钱”是一件让人欢喜让人忧的东西，在现代社会，它是生存所依，地位所系，诚实地说我们都离不开钱。许多人在追逐“钱”，但是其实不知道“钱”究竟是什么，应该如何得到钱。我听过这样一种说法：“钱”字，它的字源是“左边金字旁，右侧两个戈”，戈是武器，那这个“钱”字何解？就是为了块金子两个人真刀真枪打起来了，所以“钱”是从别人手里抢来的。我本人就姓钱，究竟“钱”是什么意思？钱：古作“泉”，“其藏日泉，其行日布。取其流行无不编也”。原来“钱”就是流通之意，无处不在，渗透于任何地方。想来“钱”的最初形式并非“金”，也不是“金属”，而是贝壳、皮毛之类，所以它的字源当然不可能是“为了钱真刀真枪打起来”的意思。“法律”也是一样。“法”与“钱”的字源是有亲缘的。法，最初写法很复杂，写作“灋”。“灋”是一只传说中独角的神兽，在法庭上它来做裁判，认为谁做了坏事，就拿角顶他，这个人就要受惩罚。所以“灋”的形意解读是“其平如水，所以触不直者去之”。“法”与“钱”占了“水”的两个性质：一是平；二是无处不在。“律”作为“法”的表现形式，如“唐律”，“大明律”，是惩恶扬善，达到“公平”的手段。“钱”其实是公平的，它流到哪里，意味着这个地方创造出来了价值。钱和法都是实现公平分配的手段。“钱”是清白的，要完成人与钱的关系，就要捍卫钱的清白。一个人有了钱不是终点，要清清白白，安枕无忧才是养生的境界。钱的清白，是用法律的标准衡量的，包括民法、刑法、行政法，以及经济法、国际法等等。社会有“法”，人心也要有“法”。“法”有两个层面的内容：一是自然界的法，可以通过科学研究去穷尽认知；一是“人”本身的法，几千年来智慧先哲通过“内观”去认知。这两个“法”都是天道有常的“常法”。而由人构成的社会却是在不断的进化中，社会的法却是在不断变动之中的。每个人在观察社会的法的时候，会在自己心中也形成一定的“法”，每个人的行为的理由都植根在这因人而异的“心法”中，心法化为行动，就决定了每个人不同的命运。无形生命的幸福安乐，来自于行为的法度；行为的法度，来自于内心的法度。找到这个根源，我们就知道要治焦虑病、浮躁病；治人心病、社会病，切入点就是要形成“内心的法度”，才能搞定事情，才能幸福安乐。那么“法度”从哪里来？“法度”是不是就是法律？这并不一定。法律有“良法”和“恶法”，而“法度”因人而异，不同的人选取不同的“度”。我举一个“恶法”的例子。“文化大革命”时期我的父亲任“保卫部长”，是相当于政法委书记的一个职务；各种“反革命”和“普通”犯人，都要经父亲这里处理。常说“法不容情”，我却从父亲那看到“法必容情”。我的父亲在他的位置上，做了许多合情理不合“政治”的事情。曾经有一位小学教师，在一个下雨天，用报纸包着布鞋，换上雨鞋回家，结果万万没想到的是，用来包鞋的报纸上印着毛主席像，被雨淋湿了还弄破了。就这样这个教师被抓起来沿街批斗，被打成现行反革命。那家人与我家素昧平生，辗转找到家里来，哀求我父亲帮忙。在那个人人自危的年代里，反革命的边是谁都不敢沾的。我父亲竟然亲自出面审问那个“犯人”，把案件压了下去。如果用“恶法”来养心、养生，培育出来的恐怕个个都是妖魔鬼怪，世界将是群魔乱舞。真正的“法”与“律”，是来自于人心、来自于人性善的要求，是人类世代约定俗成的规则，是凝结的智慧。法本来源于情理，不合情理的法，执行中会滋生乱象，无法收拾，无从控制。恶法横行时。人像一颗尘土，命运如风雨飘摇。所以，每个人都不能认为法律、法治是与自己无关的事情。如果你不关心法律，就是不关心自己，就等于抛弃了自己的子孙后代。养护“心法”，“养”的是无形生命，“修”的是心中的“法修为”。“法律养生”就是融入肉身养身的思想，用法律的思维、理念、方法处理身周关系，让心灵有情亦有法，行为循法亦有度，使人的一生安全、自由、平顺。 钱卫清 2013年2月15日

# 《你活得好吗》

## 内容概要

《你活得好吗》内容简介：人除了“生老病死”的自然生命以外，还有一条“安身立命”的无形生命，现代人“活”的其实正是这“无形生命”。而就是对这无形生命的察觉，让作者渐渐清楚地意识到，必须要用“法律去养生”，由此建立了“法律养生学”。而如何用法律去养护好我们的无形生命呢，就是融入肉身养身的思想，用法律的思维、理念和方法养护生存和命运及人无形生命的健康，使人的一生能够达到安全、自由、平顺的彼岸。《你活得好吗》提出了一种全新的“法律养身”理念和一套系统的方法，视角和立意独特，很具启发意义。

# 《你活得好吗》

## 作者简介

钱卫清，亚洲规模最大律师事务所大成律师事务所高级合伙人，著名律师。

# 《你活得好吗》

## 书籍目录

二、关系是创造人生的焦点 此时刷新目光，重新审视眼前无比熟悉又无比陌生的自然、社会、人类、动物的时候，应该对世界秉持怎样的认识呢？知道了世界是什么样的。知道了社会是怎样发展的，人是如何前进的，才能知道怎么做才是对的。这样才能做对，而结果才能好。那么世界是怎么样的，社会是怎样发展的？我们经常忘了一个简单的知识，眼前的万事万物，构成它们的化学元素不过100多种，元素的组合方式不同，就造就了眼前的大千世界。地里长出庄稼，育种改造植物的基因，通过运输、加工，养育了一代又一代的人类；石块变成石灰、土变成砖头、矿石变成钢材、建筑物拔地而起，形成了城市；工人、农民、商人、企业家、科学家、政治家，各负其责，社会因此得到发展，财富就是这样在合作、分工中，由人的双手创造出来的。改造物质之间的关系之后，人就创造了新的世界——人造世界。培育生命也是同样，要精心搭建所有的关系。巴菲特讲过一个关于自己的故事：“我年轻时曾与我们州最漂亮的女孩约会，但最后没有成功。我听说她后来离过三次婚，如果我们当时真在一起，我都无法想象未来会怎么样。”巴菲特的意思是说：在一些重要的事情上，建立稳定的关系，会大大降低命运的风险，这种关系要睁大眼睛看清楚，不要搞错。关系是人与人的关系。关系中的每一个人，能够把关系打造成交换的关系、共赢的关系、组织的关系，等等。资源顺着关系网流动，这就是商业机会；价值在关系系统中产出，这就是企业组织；对于个人来讲，财富、名望在关系中积累，这就是人的无形生命。在看待这些关系时，要用“生命”的眼光去看待。关系生病了，就像人头疼脑热，是不由自主的事，如果不施治，或者治不对症，就会酿成大病，甚至不治。人的亲情关系，朋友关系，师生、上下级和客户、员工、合作伙伴关系，或者说围绕着个人的人身关系与财产关系，构成了人的无形生命，无形生命是会“生长”的。人进入社会，如果对“关系”照看得好，20年后，生命根深叶茂；如果照看不好，生命力还会萎缩。生命之本，当然在自己。如果懂得生命是关系，他人也是自己无形生命的一部分，照看关系不能不考虑关系另一端的对方，无形生命才能健旺。一个人走进社会，最初孤身一人，势单力薄；随着不断地做事，建立了商业关系、朋友关系，无形生命成长起来。“关系”是两个以上的人之间的联系，要每一方都认可、都愿意，必然是平衡的关系。如果只有一方一厢情愿，一个巴掌拍不响，关系不能建立。只有关系平衡，才能不断扩展，做大做强。从直观上来看，无形生命能够联结的关系越广泛，就越大；这些关系越稳固，就叫强。所以，夫妻店、家族企业是非常稳固的合作，是非常“强”的联合。“大”和“强”之间往往是矛盾的，强就难以大，大就难以强。怎样才能“大”？人与人之间协同一致，保持着“共有”状态，不会“分”，不分当然就大；怎样才能“强”，在“共有”、“共享”的关系中人们觉得幸福，内心的期望与实际的规则一致，就会稳定、稳固，才能强。大而且强，是非常难得的。古代家族聚居的鼎盛大姓，叫“义门”。江西有一个“义门陈氏”，从唐时起“聚居数千口，合炊几百年”，景象非常壮观。可是，有这样一个强盛的家族存在，皇帝却睡不着觉，朝廷专派地方官将陈氏分拆成了291个庄，迁往江南110庄，楚地91庄，两直、川浙广闽90庄，拆了个支离破碎。血缘关系是最稳定的关系，先于“匹配”而生的关系。血缘关系“不配也配”，因为一个孩子是在家庭这个模子里培育、塑造出来的，所以古…… P52-53

# 《你活得好吗》

## 编辑推荐

《你活得好吗》编辑推荐：1.此书创造性地提出了法律养生的概念，指出人不仅要养护健康的有形生命，更要养护有所作为的无形生命——人作为社会角色所系的种种关系，只有无形生命养护得好，才能获得人之所以为人的真正价值和尊严。用法律养生，就是用“法”去养护人的“无形生命”，内修心法，外遵社会良法，收束贪欲和恶念，观照省察心念，使思维和行为突破由社会的局限和人性的弱点所铸造的不良惯性，实现内有正气充盈，外在行为合乎社会的法度和伦理的准则，最终拥有健康、快乐的人生。2.《你活得好吗》所引用的很多案例发人深省，所讲的道理也言之成物，言之有理，是阅历丰富、人情通达、富于智慧的成功人士的识见、心得、修为、思想的提炼和总结，值得一读。



# 《你活得好吗》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)