

做人策略丛书



# 做人 不要太计较

ZUOREN  
BUYAO  
TAIJIJIAO



金畅◎编著

**宽容别人善待自己,做人处世不必太较劲**

现在的人,每天都在忙着赶路、忙着生活。但当大家得到了金钱、名利、地位,却仍不快乐,同时也挥洒掉了健康的体魄。

海潮出版社

做人策略丛书

# 做人 不要太计较



金畅◎编著

**宽容别人善待自己，做人处世不必太较劲**

现在的人，每天都在忙着赶路、忙着生活。但当大家得到了金钱、名利、地位，却仍不快乐，同时也挥洒掉了健康的体魄。

海潮出版社

图书在版编目 ( CIP ) 数据

做人不要太计较 / 金畅编著. —北京: 海潮出版社, 2006  
ISBN 7-80213-307-6

I. 做... II. 金... III. 个人—修养—通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 101162 号

做人不要太计较

金 畅 编著

☆

海潮出版社出版发行 电话: (010) 66969738

(北京市西三环中路 19 号 邮政编码 100841)

北京市秋豪印刷有限责任公司印刷

---

开本: 760 毫米×1000 毫米 1/16 印张: 14.375 字数: 220 千字

2006 年 11 月第 1 版 2006 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1-6000 册

---

ISBN 7-80213-307-6

定价: 23.00 元

# 前言

在一个讲究包装的社会里，我们常禁不住羡慕别人光鲜华丽的外表，而对自己的欠缺耿耿于怀。其实没有一个人的生命是完整无缺的，每个人都或多或少地缺少一些东西。有人夫妻恩爱，年收入数十万元，却有严重的不孕症；有人才貌双全，能干多金，情字路上却是坎坷难行；有人家财万贯，却是子孙不孝；有人看似好命，却是一辈子脑袋空空……每个人的生命，都被划上了一道缺口，你不想要它，它却如影随形。可是，有的人能够很坦然地面对一切，痛并快乐着；有的人却成天为一点小事火上心头，或者悲观丧气，怨天尤人。

在人生的道路上，每个人都在不断地累积着令自己烦恼的东西，包括名誉、地位、财富、亲情、人际关系、健康、知识、事业等等，也包括烦恼、郁闷、挫折、沮丧、压力等等。这些东西压得人们喘不过气来，使人们失去了原本应该享受的乐趣，徒增许多无谓的烦恼。很多时候是我们自己小肚鸡肠，斤斤计较那些虚无的名利，而把所有的责任推到别人的身上，我们为什么不想想如果我们自己足够优秀，别人还会对你冷眼嘲讽吗？

其实人生没有什么事情值得大惊小怪，更没有什么事情值得斤斤计较。本书《做人不要太计较》，就是传递这样一种理念：让自己快乐的最好办法就是自己争气，去做得更好，在人格上、在知识上、在智慧上、在实力上使自己加倍成长，变得更加强大，使许多问题迎刃而解。



# 目 录

mu lu

## 第一章 不必计较出身低微

|                    |    |
|--------------------|----|
| 生活比出身更重要 .....     | 1  |
| 英雄不问出身贫寒 .....     | 2  |
| 幸运儿不计较自己的付出 .....  | 3  |
| 怎样摆脱贫贱的出身 .....    | 4  |
| 苦难是人生的老师 .....     | 5  |
| 从孤独和寂寞中受益 .....    | 6  |
| 比钉子还硬的意志力 .....    | 9  |
| 纺织工人儿子的梦想 .....    | 10 |
| 好运伴随努力工作的人 .....   | 12 |
| 从修理工到司法部长 .....    | 14 |
| 从普通家庭走出的大师 .....   | 15 |
| 20次敲开学术殿堂的大门 ..... | 16 |
| “臭鞋匠”德鲁的故事 .....   | 18 |

## 第二章 不必计较权势名利

|                  |    |
|------------------|----|
| 不为名誉和权力所累 .....  | 21 |
| 莫为虚名遮望眼 .....    | 24 |
| 不要活在权威的阴影下 ..... | 25 |
| 位子越高越好吗 .....    | 26 |
| 位置可遇不可求 .....    | 28 |
| 不要打肿脸充胖子 .....   | 29 |
| 不要为虚荣付出代价 .....  | 30 |



|                     |    |
|---------------------|----|
| 为了求学问不是为了得学位 .....  | 33 |
| 学历代表过去而学习代表未来 ..... | 34 |
| 空泛地追求学历无意义 .....    | 35 |
| 被虚荣奴役活得累 .....      | 36 |
| 不必在意某些伤心事 .....     | 38 |
| 别让钱压累你一生 .....      | 39 |
| 卸下贪婪的包袱 .....       | 39 |
| 不计较一时得失 .....       | 41 |
| 健康第一,金钱第二 .....     | 42 |
| 不做吝啬自私的“铁公鸡” .....  | 42 |
| 别太在意金钱 .....        | 43 |
| 不要不该要的东西 .....      | 44 |
| 人活着不是渴求别人的东西 .....  | 45 |
| 高尚的人不顾自己的利益 .....   | 46 |
| 豁达的人主动把荣誉让给别人 ..... | 48 |

### 第三章 不必计较没得第一

|                    |    |
|--------------------|----|
| 最优秀的人就是你自己 .....   | 49 |
| 没得第一也要认真做事 .....   | 50 |
| 另起一行争取第一 .....     | 52 |
| 不必让每个人都满意 .....    | 53 |
| 敢于承认自己的不足 .....    | 54 |
| 不一定非要成为最好 .....    | 55 |
| 不要计较自己的无能 .....    | 57 |
| 懒惰产生智慧 .....       | 58 |
| 不要怕冒险 .....        | 59 |
| 不要抱怨命运不公平 .....    | 60 |
| 不要计较他人的评价 .....    | 63 |
| 不要抱怨生活乏味无趣 .....   | 65 |
| 不做时尚的奴隶 .....      | 67 |
| 给自己一个舒心的奖励 .....   | 69 |
| 成功并不像你想象的那么难 ..... | 70 |



|                     |    |
|---------------------|----|
| 带着感恩的心生活 .....      | 72 |
| 充分的休息才能够更好的工作 ..... | 75 |

#### 第四章 不必计较工作的得失

|                      |    |
|----------------------|----|
| 不为薪水而工作 .....        | 77 |
| 比薪水更重要的是工作 .....     | 78 |
| 做最优秀的员工 .....        | 80 |
| 自动自发地工作 .....        | 81 |
| 不要让借口成为工作习惯 .....    | 82 |
| 为你的上司有效地工作 .....     | 84 |
| 无法选择只做自己的主人 .....    | 86 |
| 被解雇才能获得更大的发展空间 ..... | 87 |
| 排挤你只是暂时的 .....       | 88 |
| 受尽委屈要学会控制情绪 .....    | 89 |
| 不要逃避现实 .....         | 90 |
| 美丽的放弃 .....          | 91 |
| 怎样做出卓越的成绩 .....      | 93 |

#### 第五章 不必计较打击受辱

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 处在尴尬境遇时不怕别人嘲笑 ..... | 95  |
| 不必在乎别人的眼光 .....     | 96  |
| 不怕打击坚持自我 .....      | 97  |
| 忘记所受到的伤害 .....      | 98  |
| 厄运是幸运的奠基石 .....     | 100 |
| 创造和谐的人际关系 .....     | 102 |
| 被人排斥的自保策略 .....     | 103 |
| 别为小事烦恼 .....        | 105 |
| 不计前嫌好为人 .....       | 106 |
| 报复的成本太昂贵 .....      | 109 |
| 受辱后要奋发图强 .....      | 110 |
| 仇恨不记在心 .....        | 111 |



|                   |     |
|-------------------|-----|
| “忍”字当头要耐心等待 ..... | 112 |
| 见辱能忍为大智 .....     | 113 |
| 不必在乎流言飞语 .....    | 115 |
| 不挡别人的财路 .....     | 116 |
| 不念旧恶 .....        | 117 |
| 尽量避免和别人冲突 .....   | 118 |
| 灵活应付麻烦人和麻烦事 ..... | 120 |
| 避免遭受冷语的伤害 .....   | 122 |
| 巧妙应对羞辱的话 .....    | 124 |

## 第六章 不必计较生理缺陷

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 生理不幸给予生命动力 .....     | 126 |
| 痛苦也是一种享受 .....       | 127 |
| 个子矮仍然是心目中的“巨人” ..... | 128 |
| 信念可以战胜一切病魔 .....     | 129 |
| 挑战自己的弱点 .....        | 131 |
| 让黯淡的人生变得辉煌 .....     | 133 |
| 弥补自身缺陷要努力奋斗 .....    | 135 |
| 想得开才会过得好 .....       | 136 |
| 享受属于你的每一分钟 .....     | 137 |
| 把猜疑消灭在萌芽状态 .....     | 138 |
| 年轻是一种心理感受 .....      | 139 |
| 直面挑战才是真正的年轻 .....    | 140 |
| 趁着年轻好好过 .....        | 141 |
| 战胜自卑建立自信 .....       | 142 |
| 面对现实挑战人生 .....       | 144 |

## 第七章 不必计较挫折失败

|                  |     |
|------------------|-----|
| 挫折和失败是成功之母 ..... | 146 |
| 在绝望处抓住快乐 .....   | 147 |
| 没有过不去的火焰山 .....  | 148 |



|                    |     |
|--------------------|-----|
| 不畏失败 .....         | 149 |
| 人生弯路越多收获越大 .....   | 150 |
| 别让压力骗了你 .....      | 151 |
| 将烦恼关在门外 .....      | 152 |
| 不要让悔恨侵蚀了你的心灵 ..... | 155 |
| 阳光总在风雨后 .....      | 157 |
| 不要自暴自弃 .....       | 158 |
| 不要被一时的失败击倒 .....   | 162 |
| 沉着应对人生的不如意 .....   | 164 |
| 不斤斤计较得失 .....      | 166 |
| 为自己鼓掌 .....        | 167 |
| 笑对挫折 .....         | 168 |

## 第八章 不必计较曾经的过错

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 别让过失成为你心中的阴影 .....    | 170 |
| 一世荣辱得失不能左右自我 .....    | 171 |
| 有一种美丽叫“错误” .....      | 172 |
| 一错再错另辟蹊径 .....        | 173 |
| 重建一份失去的声誉相当难 .....    | 174 |
| 对待错误的态度显示一个人的品格 ..... | 175 |
| 真诚歉意使一切过失微不足道 .....   | 176 |
| 为人处世不要只看眼前 .....      | 177 |
| 以较少的让步换得更大的利益 .....   | 178 |
| 遇到困难要转换思路 .....       | 179 |
| 承担责任赢得信任 .....        | 180 |
| 避免争论才能不被孤立 .....      | 181 |
| 不被别人的意见所左右 .....      | 182 |
| 最坏的后果 .....           | 185 |
| 随它去吧,错误不会持久 .....     | 187 |
| 学会遗忘,保持身心健康 .....     | 189 |
| 让心灵的花园永不荒芜 .....      | 190 |



## 第九章 不必计较婚姻中的矛盾

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 娶个漂亮太太是件冒险的事 ..... | 191 |
| 夫妻何必般配 .....       | 192 |
| 真爱也会有“瑕疵” .....    | 193 |
| 不必报复负心人 .....      | 194 |
| 失恋是人生的一种经历 .....   | 197 |
| 如何与恋人重归于好 .....    | 198 |
| 不要苛求爱情的浪漫 .....    | 199 |
| 爱你的“真钻石”吧 .....    | 202 |
| 物质不会决定爱情 .....     | 203 |
| 女人唠叨是男人的福分 .....   | 204 |
| 让婚姻重回正轨 .....      | 204 |
| 忍让是幸福婚姻中的黏合剂 ..... | 205 |
| 不必计较夫妻平时的吵闹 .....  | 206 |
| 为夜不归宿者点燃爱的心灯 ..... | 208 |
| 女人不能为爱情而丧失自我 ..... | 209 |
| 夫妻间不必埋怨和指责 .....   | 211 |
| 礼物轻重不能代表真爱 .....   | 212 |
| 不要轻言离婚 .....       | 213 |





“你两岁时父亲带你去花园里玩。在回家的路上，你左奔右跑。忽然，一辆汽车急驰而来，你父亲为了救你，左腿被碾在了车轮下。”乔治顿时呆住了，说：“这怎么可能呢？”母亲说：“这怎么不可能？只是这些年你父亲不让我告诉你罢了。”

两人慢慢地走着。母亲说：“有件事可能你还不知道，你父亲就是布莱特，你最喜欢的作家。”乔治惊讶地蹦了起来，说：“你说什么？我不信！”母亲说：“这其实你父亲也不让我告诉你。你不信可以去问你的老师。”乔治急忙地向学校跑去。老师面对他的疑问，笑了笑，说：“这都是真的。你父亲不让我们透露这些，是怕影响你成长。但既然你现在知道了，那我不妨告诉你，你父亲是一个伟大的人。”

过了几天，父亲回来了。乔治语气郑重地问父亲：“你就是大名鼎鼎的布莱特吗？”父亲愣了一下，然后就笑了，说：“我就是写小说的布莱特。”乔治拿出一本书来，说：“那你先给我签个名吧！”父亲看了他片刻，然后拿起笔来，在扉页上写道：赠乔治，生活其实比什么都重要。布莱特。

多年以后，乔治成为一名出色的记者。当有人让他介绍自己的成功之路，他就会重复父亲的那句话：生活其实比什么都重要。

## 英雄不问出身贫寒

著名企业家迈克尔出身贫寒，家境贫困。他在从商以前，曾做过一家酒店的服务生。干的就是替客人搬行李、擦车的活儿。

有一天，一辆豪华的劳斯莱斯轿车停在酒店门口，车主人吩咐一声：“把车洗洗。”迈克尔那时刚刚中学毕业，还没有见过多少世面，从未见过这么漂亮的车子，不免有几分惊喜。他边洗边欣赏这辆车，擦完后，忍不住拉开车门，想上去享受一番。这时，正巧领班走了出来，“你在干什么？穷光蛋！”领班训斥道，“你不知道自己的身份和位置？你这种人一辈子也不配坐劳斯莱斯！”

受到羞辱的迈克尔从此发誓：“将来我不但要坐上劳斯莱斯，还要拥有自己的劳斯莱斯！”他的决心是如此强烈，以至于这成了他人生的奋斗目标。许多年以后，当他事业有成时，果然买了一部劳斯莱斯轿车！如果迈克尔也像领班一样认定自己的命运，那么，也许今天他还在替人擦车、搬行李，最多做一个



领班。人生明确的目标对一个人是何等重要啊！

在现实生活中，总有这样一些人：他们或因受宿命论的影响，凡事听天由命；或因性格懦弱，习惯依赖他人；或因责任心太差，不敢承担责任；或因惰性太强，好逸恶劳；或因缺乏理想，混日为生……总之，他们给自己定低调，遇事逃避，不敢为人之先，不敢转变思路，而被一种消极的心态所支配，不求进取。

从他们这些人的故事中，我们可以发现这样一个事实：生活有时会把它的宠儿放在下等人中间，让他们操着卑微的职业，使他们远离金钱、权力和荣誉，可是只要努力，在某个有意义有价值的领域中却让他们脱颖而出。

霍兰德说：“在最黑的土地上生长着最娇艳的花朵，那些最伟岸挺拔的树林总是在最陡峭的岩石中扎根，昂首向天。”而高普更是一语道破天机，他说：“并非每一次不幸都是灾难，早年的逆境通常是一种幸运。与困难作斗争不仅磨炼了我们的人生，也为日后更为激烈的竞争准备了丰富的经验。”

在现实生活中，我们常看到这样的人，他们常因自己角色的卑微而否定自己的智慧，因自己地位的低下而放弃儿时的梦想，有时甚至因被人歧视而消沉，因不被人赏识而苦恼。这是一个多么大的错误啊！

## 幸运儿不计较自己的付出

有人获得了晋升，得到了重要职位，也有人取得了重大发现，甚至还有人当上了总统。“这家伙，真走运，”忌妒的人会说，“他总是平步青云，一路直上，命运怎么就那么青睐他呢？”可是，现实生活中的幸运、机遇、突破和成功几乎没什么关系。所谓的“幸运”，通常在“有所准备”碰上“机遇”的那一刻才会出现的。也许会有一段时间，被命运和机遇“拉”着走的人会占一段时间的上风，但最终还是“推”着机遇走的人会代替被机遇“拉”着走的人。成功不依赖于我们出生时的时辰星相是否吉祥，而依赖于我们每天在努力的石磨上撒下一道道闪光的痕迹。

“宝贝芭比Babe”德里克森·扎哈里亚斯被誉为旷世的体育奇才。这个来自得克萨斯州的女人不论是跑步、跳高、骑车，还是参加篮球、垒球，样样精通。她在田径场上的实力表现不凡，在1932年奥运会选拔赛上赢得了5个第一；同年洛杉矶奥运会她又成了风云人物，获得女子80米跨栏冠军、标枪冠军、跳高亚



军。之后她又转行去打高尔夫球,并赢得全国女子业余选手和英国女子业余选手的冠军。有人说,谁也挡不住她,她生来就是当运动员的料,是天生的冠军。

可是现实告诉我们的却是这位“天生的冠军”的另一个故事。“宝贝芭比”开始学习高尔夫时,请了一位非常出众的教练来指导:她演习比赛,练习如何挥动球杆,把动作分解进行试验,练习每一个分解动作,一直练到她认为自己完全理解和掌握为止。“宝贝芭比”来到发球区,一练就是12个小时,一下午光击球就达一千多个。她挥杆,再挥,再挥,直到手腕酸痛,几乎握不住球杆为止。握不住球杆了,就放下杆,把手上缠满胶布,然后再拿起球杆。正是用这种方法,使她能够让自己强有力的挥杆动作日臻完美。

看上去好像“宝贝芭比”是个“必然冠军”。可是,任何领域里的冠军都需要准备、训练和勤奋。后来“宝贝芭比”又勇敢地与癌症作斗争,同样展现出强大的勇气、毅力和信念,赢得了全国人民的钦慕。“宝贝芭比”所遵循的原则是:要想最大限度地发挥自己的能力,那么每个人都必须准备用勤奋去实现。

明确的“目标性和使命感”,也会给我们发挥能力带来强有力的动机。如果扎哈里亚斯没有火焰般的欲望去夺得高尔夫球比赛的胜利,那她也不可能那么认真地工作和训练,不断完善自己的高尔夫球技艺。同样,除非有强大推动力的目标激励我们,否则我们也不会尽力开拓和发挥我们的潜力。

大家都知道“目标性”能起决定性的作用:我们究竟想成就什么?以什么样的决心去迎接目标?有了这样一幅清晰的画面,自然而然会加强我们的力量,以实现这些既定目标。“目标性”还能够决定是成功还是失败,是承认挫折还是鼓起生活的渴望和激情,是成就幸福还是不幸。鲜活有力的生命都是受到远大目标的激励;只有一小部分是受到希望和倾向性的左右。你应该明白,最辉煌的成就恰恰是内心燃起的熊熊火焰的永恒呈现。

## 怎样摆脱贫贱的出身

### 4

无论在哪里生活都一样,强大的意志力使社会最底层的人获得显赫的地位,这样的例子数不胜数。

沃尔德汉的议员福克斯先生,已经习惯于这样介绍自己的履历:“当我在



诺维奇做纺织工的时候……”议会中还有其他一些出身贫贱的议员。林德塞是一位颇有名气的船东,最近成了森得兰德的议员。在竞选中,为了反击那些政治对手的攻击,他曾经讲过这样的故事:

他在格拉斯哥的孤儿院一直呆到14岁,然后去利物浦打天下。他连最基本的路费都支付不起,好心的船长同意他通过干活来抵船票。在旅途中,他每天都在储煤室中捡煤。到了利物浦,他整整7个星期没有找到工作,一直都住在小棚子里,身上分文皆无。最后他在西印度公司的贸易船上找到了一个落脚点。一开始他仅仅是船上的服务生,后来因为表现的出色,不到19岁就成为该船的负责人。到23岁时,他不再出海,而是在港口工作,在那儿,他进步得更加显著。他说:“我终于成功了,我靠的是坚持不懈的努力、不停的工作,并且一直奉行这条做人的原则——己所不欲,勿施于人。”

林德赫斯特的身为贵族的父亲是一个肖像画画家,圣·伦纳德的父亲是柏灵顿街上的香料商和发型师,年轻的爱德华·苏格登原先是亨利埃塔街上格鲁姆先生办公室的小信差,凯文迪什·斯魁尔是一个传达员,就是在那里,后来的爱尔兰贵族大臣第一次知道了法律这个概念。

衣衫褴褛的凯尼恩和强壮有力的爱伦伯罗成为英国最高法院法官的历程也同样是不寻常。具有同样经历的还有近来才升职到最高法院法官的现代英国贵族大臣,法夫郡教区牧师的儿子,坎贝尔贵族。他在一家新闻出版社当了很多年的记者,工作非常勤奋努力,不断刻苦学习,以便把自己的本职工作做得非常出色。据说,他职业生涯刚刚开始时,因为支付不起昂贵的旅费,只能徒步到乡间做巡回审判。渐渐地,他稳步向前晋升,一直升到最高法院法官的显赫地位。他总是兢兢业业地勤奋工作,赢得了人们的尊敬和赞美。这样的例子,无论是在法律界还是在其他行业比比皆是。

## 苦难是人生的老师

越是艰难困苦的环境越能造就一个人的坚强性格,与富贵相比,贫困更能使人坚韧不拔,更能让人振奋精神和活力,磨炼高尚的品德和情操。富有挑战精神的人希望能多遇到一些困难,他们认为只有这样才能体现出他们的品德



和天赋。他们把挑战困难当作一件快乐的事情,从中获得巨大的鼓舞和力量,在战胜困难的过程中感受自己人生的价值。

约翰·布里敦是《英国和威尔士的美人》一书的作者，他还写了很多具有价值的建筑学书籍。他出生于金斯顿一个非常贫寒的家庭，父亲曾经做过面包师和麦芽制作工，做了不长时间生意就被人挤垮了，父亲还为此发了疯。那时候布里敦还是个孩子，没有受过什么教育，但他一直很上进。

早年,他在叔叔(克拉肯威尔一家酒店的老板)那里帮着干活,装酒、上瓶塞、储存葡萄酒,一晃5年过去了,有一天他突然被叔叔逐出了家门。5年来,他只攒了几个硬币,就靠这点钱,他走了7年的漂泊生涯。他经历了种种灾难和不幸,在自传里,他写道:“我住在贫寒的地方,一星期只挣18便士,但是我沉迷于学习中,冬天,晚上在床上看书,因为我没有钱生炉子。”他徒步来到巴思,找到一份管窖工的工作,不久他又来到了大城市,身无分文的他,光着的两只小脚冻得通红。

他终于在伦敦酒店找到了一份管窖的工作,从早上7点到晚上11点一直都呆在酒窖里。这种漆黑的环境,加上过度的疲劳,使他的健康开始恶化。到后来,他开始了从事律师的工作,每星期的工资为15先令——那些年来,他一直利用空闲的每一分钟练习写作。在工作期间,他还抽空逛书摊,买不起书就站在那里看,通过这种方法积累了很多知识。过了几年,他又换了一家律师事务所,工资也涨到了20先令一星期,但他仍然坚持不懈。

28岁那年,他出版了自己的第一本书:《皮萨罗的求职经历》。从那以后直到去世,在将近55年的时间里,布里敦一直从事文学创作。他出版的作品达87部,其中最重要的是《英国大教堂的古代风习》,总共14卷,是一部伟大的作品。这部作品本身就代表了约翰·布里敦不知疲倦的勤奋风格。

苦难是人生的老师。我们没有经历过像约翰·布里敦那样的苦难生活,但是我们应该有意识地锻炼自己,使自己具有布里敦那样的不知疲倦、勤奋努力的精神。

## 从孤独和寂寞中受益

坚强勇敢的人,往往在孤独与寂寞中受益无穷,获得灵感和力量,创作出杰出的精神财富。在孤独中,心灵爆发出激情,激情碰撞出灵感的火花;在寂寞



中,灵魂通过自我沟通和反思,存积了更大的能量。但是,一个人是否真能从孤独和寂寞中得到好处,主要取决于他自己的气质、心态、品德和情操。心胸宽广,意志坚定的人,孤独就会使他纯净的心灵更加纯净;而狭隘自闭的人在孤独中可能会变成一块顽石。

孤独既可以成为伟大灵魂的呵护者,也可能成为软弱者的杀手。

波伊提乌在狱中写完了《哲学的慰藉》,格劳秀斯也是在囚禁的日子里完成了《圣马修诠释》,这部作品被公认为圣经批判文学中的点睛之作。布坎南曾被监禁在葡萄牙一个修道院的小屋里,在那里,他创作出优美的《圣歌释义》。意大利爱国僧侣康帕内拉,被诬为叛国罪,关在那不勒斯一个地牢中长达27年之久。在那里,他虽然见不到阳光,心里却被更神圣的光芒照亮着,这光芒指引他创作出了《太阳之城》,后来,这部作品被译成欧洲各国语言,曾多次再版。罗利在伦敦塔的13年囚禁生活中一直孜孜不倦地创作《世界史》,这个主题所包涵的内容太广博了,他只能在有生之年里完成前五卷。路德也没有虚度狱中光阴,在瓦尔特城堡中,他夜以继日地投入《圣经》的翻译工作,同时还完成了许多著名的论文和宣传小册子,在后来的日子里,这些作品使他名扬整个德国。

班扬之所以能够创作出《天路历程》这样的不朽之作,完全归功于他在监狱的那段日子。他不断激励自己,虽然身体失去了自由,但他的灵魂却开始积极的思考和冥想。严格地说,班扬的获释,从某种意义上来说,也是他文学创作的终结。他的《天路历程》《罪魁蒙恩记》和《圣战》等作品都是在狱中完成的。班扬被捕后,被投进贝德福郡监狱,除短暂的几次保释外,他在牢里呆了将近12年之久。1675年,班扬再次被捕入狱,这次刑期为6个月。很多人认为《天路历程》的第一部就是在这段刑期内续写完成的,其实他早在1672年获释之前就在狱中完成了这部作品的大半部分内容。所以我们说,如果没有后来的这段囚禁生活,我们也许就看不到那部被麦考利誉为“世界上最精美的寓言故事”的作品了。

在班扬的时代中,涌现出了一大批杰出的“监狱作家”。当时,所有的政治团体,一朝大权在握,就把反对者们投进监狱。班扬主要是在查理二世当权时被囚禁的。此前的查理一世王朝,以及克伦威尔统治的共和国时代,也同样有不计其数的杰出人物,在狱中完成了传世之作。例如,在查理一世时代,杰出的“囚犯”约翰·埃利奥特爵士、汉普登、塞尔登、普莱思(最为多产的一位监狱作家)等等。在囚禁伦敦塔的岁月里,埃利奥特撰写了许多著名的论文和文章,其