

以无所谓的心态面对一切烦恼、虚荣和名利

华阅 编著

W u s u o w e i

中国商业出版社

无所谓

人生既要有所取，又要有所弃
既要有所取，又要有所弃

无所谓不是一种选择，而是一种淡定；不是一种坚守，而是一种释然；不是一种沉沦，而是一种潇洒；不是一种固执，而是一种放弃；不是一种褊狭，而是一种宽豁——这是对「无所谓」心态的哲学解读和辩证阐释。

本书循循善诱地阐述了「把一切拖累都看淡」的哲学思想，对人们更好地把握自己和把握生活具有十分现实的指导意义。



华
阅
编
著

W
u
s
u
o
w
e
i

无 所 谓

人生既要有所谓又要无所谓
既要有所取又要有所弃



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

无所谓/华阅编著. —北京:中国商业出版社,2009.11

ISBN 978 - 7 - 5044 - 6669 - 3

I. 无… II. 华… III. 人生哲学 - 通俗读物
IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 191706 号

责任编辑:陈朝阳

中国商业出版社出版发行

010 - 63180647 www. c - cbook. com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京毅峰迅捷印刷有限公司印刷

*

700 × 1000 毫米 16 开 16 印张 210 千字

2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

定价:36.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前 言

无所谓是对生活挫折与不幸的一种轻蔑，一种释然，一种排解；无所谓是对人间浮华与虚荣的一种放弃，一种割舍，一种淡然；无所谓是对社会纷扰与争夺的一种避让，一种躲闪，一种游离；无所谓是对心理失衡与矛盾的一种调整，一种自救，一种宽慰。用无所谓的心态做人，可以使自己更健康，更大度；用无所谓的心态做事，可以使生活更轻松，更踏实；用无所谓的心态处世，可以使社会更和谐，更亲善；用无所谓的心态奋斗，可以使人生更完美，更潇洒。

“无所谓”是一种高尚的大境界，是一种达观的处世姿态，是心态上的一种成熟，是心志上的一种淡泊。生活中有许多事情需要我们抱着无所谓的态度来对待。无所谓不是对生活的不负责任，而是用一种豁达的姿态来面对生活中的风风雨雨。它不是消极、颓废、没落，它是一种人生奋斗的艺术：拿得起放得下的艺术，舍得的艺术，主次的艺术，智愚的艺术，输赢的艺术。之所以称它为大境界，是因为很少有人能勘破这门艺术的真谛。对此有一定造诣者，则几乎无一例外地修炼成了伟人、圣人以及各界令人仰慕的大家。他们以高雅坦荡、超凡脱俗的风范屹立世间，又以平凡淳厚、朴实无华的形象行于社会。“不以物喜，不以己悲”、“得之安然，失之泰然”、“富贵不能淫，威武不能屈，贫贱不能移”、“不汲汲于富贵，不戚戚于贫贱”、“塞翁失马，焉知非福”……是他们高扬的猎猎作响的大旗。

无所谓的心态其实早就在社会上很流行。我们有时在大街小巷就可以听到《无所谓》的歌声：“其实许多事情原本无所谓/看淡



了就不会心灰/成败与否都无愧……”“绝不能当你面掉眼泪/我假装无所谓……”“无所谓谁会爱上谁/无所谓谁让谁憔悴……错与对/再不说的那么绝对/是与非/再不说我的后悔……无所谓无所谓/原谅这世界所有的不对/无所谓。……”以上这些句子转自几首叫作《无所谓》的歌词。虽然社会上哼唱此歌的人比比皆是，但真正能够参透这“无所谓”三个字的人又能有几许呢？我们不妨试问一下自己：真的就那么无所谓吗？还是故作轻松、故作淡雅、故作超然的开明？或者面对世间的纷扰，真的就做不到无所谓？要学会用心用感情去看自己，看世界，看社会，看人生，有所谓和无所谓总是充满了一种深刻的辩证！我们每个人都应该以一种看淡世俗纷扰的无所谓心态感受人世间的一切，而不带任何偏见，不带任何牵强，不带任何矫情，不带任何造作，不带任何固执！有诗曰“别人笑我忒疯癫，我笑他人看不穿；不见五陵豪杰墓，无花无酒锄作田”。无所谓是一种平常心，一种自然态，一种淡泊状，一种真本色！

对待别人的挤对，无所谓一点，免得你整天与人争风吃醋；对待社会的不公，无所谓一点，免得你整天牢骚满腹；对待人生的沉浮，无所谓一点，免得你整天感慨万千；对待生活的不顺，无所谓一点，免得你整天怨天尤人；对待生命的恐惧，无所谓一点，免得你整天忧心忡忡；对待事业的挫折，无所谓一点，免得你整天苦不堪言；对待感情的离合，无所谓一点，免得你整天悱恻缠绵；对待名利的得失，无所谓一点，免得你整天与人勾心斗角；对待心理的压力，无所谓一点，免得你整天抑郁失眠；对待一切牵累、负担、痛苦、不顺，或者荣华、名利、富贵、得意，都应该看得无所谓一点，这样，我们的人生才能超然、释然、安然、坦然。人生坐标的最佳位置是零点处，在这里可以不计得，不计失；不计上，不计下；不计左，不计右。而无所谓的心态就是人生坐标的零点心态，在这种心态背景之下，我们可以从容地面对前后左右，四面八方，

可以用一张干净的白纸描绘最美的图画，书写隽永的文字，演绎壮丽的人生。

以无所谓的心态行走人生，行走社会，肩头轻松，脚下轻快，心里超然。无所谓可以让我们抖落身上的血渍与灰尘，轻装上阵，一身释然；无所谓可以让我们放弃生活的负担与烦恼，无虑无忧，一往无前；无所谓可以让我们超越人生的羁绊与牵累，阔步行进，一路平坦。无所谓真好！无所谓让人宽慰！无所谓让人开心！

作 者

2009年11月于北京

目 录

第一章 成也无所谓，败也无所谓

成功好比鲜花，固然令人欣喜，但失败也并不是可怕的荆棘。成功的希望鼓舞着人们，但失败往往是更为现实的事情。失败和成功一样有价值，如果能从失败中学到经验，修补自己的生命，这杯失败的苦酒你就没有白白品尝。成功不是人生的终极，失败也不是人生的挽歌，每一次的成功和失败都是人生的一个驿站，是人生一个崭新的开始。这样看来，成败其实是无所谓的。别太看重成功，别太在意失败，无论成败都应以平常心对待。成功了，不太过兴奋而忘乎所以，失败了也不太过悲伤而痛不欲生。我们尊重的是奋斗的过程。纵然失败了，也要总结教训，厉兵秣马，相信最后的成功一定属于我们！

拥抱成功，同时也拥抱失败	(3)
“这也会过去的”	(6)
避免让自己陷入某种不利的情结中	(9)
成功者令人敬佩不仅因为他的成功	(12)
人生最大的失败，就是永不失败和永不敢败	(14)
不畏惧失败才能不失败	(17)
心随路转，学会转弯	(20)
跌倒后的站立会更挺拔	(22)
成功让人幸福，失败也创造机遇	(25)
以发展的眼光看待成功与失败	(27)



第二章 顺也无所谓，逆也无所谓

人的一生，都是在顺境与逆境中穿梭，因为事物发展的规律原本如此！顺境，是我们人人所渴望的，但不可能永远只有风平浪静、万事胜意，无论是谁，无论你多努力避免，逆境总是会出现，而且普遍存在每个人身上。而逆境，也不会是只有困苦灾难而没有安慰和希望。世事如棋，万事无绝对。这在于自己怎么样去看待其中的困难和幸福，怎么样去看待得与失、痛苦与欣悦。其实，对于人生而言，顺境逆境都是无所谓的，因为顺逆并不是一成不变的，顺不常顺，逆也不常逆。顺境时居安思危，逆境时不消极沉沦，用积极乐观、平和淡定的心态对待人生，前面就一定是一定的平坦的路，晴朗的天。

- 人生的三种境遇 (33)
- 顺境逆境皆可成就人才 (35)
- 态度决定顺逆 (37)
- 顺境中感恩，逆境中心存喜乐 (39)
- 乐观的人即使身处绝境也照样潇洒 (41)
- 千万别太在意“下下签” (43)
- 面对困境，重要的是勇气 (45)
- 对生活顺逆不要太使气 (48)
- 坦然接受现实，接受逆境 (52)
- 绝望是一种醒悟和升华 (54)
- 用心品悟，一切皆生活之真味 (56)

第三章 多也无所谓，少也无所谓

有篇文章写得好，题目是《谁偷走了你的快乐》，副标题是“别总是得陇望蜀”，很显然，是说人的贪欲夺走了人的快乐。这层道理，在《伊索寓言》中讲得很透彻：“有些人因为贪，想得到更多的东西，却把现在所有的也失掉了。”人的欲望总是在做着得不偿失的事情。有人说，“得陇望蜀”是人的天性。这种看法，似乎无可挑剔，但为人处事，总在一味吃着碗里的，看着锅里的；有了银山想着金山，做了小官惦记着大官……那么到头来，只会被物欲、权欲、淫欲弄得疲惫不堪。其实，人生就那么点需要，多点无所谓，少点也无所谓，只要适合就足够了。人若是能知恩惜福，不贪心，不妄求，苦痛便会烟消云散，祸患、灾难亦不能近身，幸福、快乐将不召而至。

正视欲望，适可而止	(61)
欲望越小，人生就越感满足	(64)
知足常乐，寻找心理平衡	(67)
达观以处世，宽心以养力	(69)
不要盲目的攀比，而忘却享受	(72)
看淡财富，幸福反而就在身边	(74)
我们拥有的已足够多了	(77)
多干一点总是好的	(79)
不要计较自己付出的劳动超过了报酬	(81)



第四章 得也无所谓，失也无所谓

“塞翁失马”的古代故事每个人都耳熟能详，其中关于马的得而失、失而得的辩证哲理，被睿智的塞翁演绎得朴素而又深奥，具体而又实在。细细琢磨、品味之后，我们不能不叹服古人的智慧。现实生活中，一些事物的一时的得失确实是无所谓的，因为得与失只是从不同角度看问题的结果：此时看是得的事情，彼时看则是失；站在自己的位置看是失的事情，旁观者则认为你得了。所以很多事情从长远来看、综合来看无所谓得，也无所谓失。所以，对一时的得失我们就没有必要太在意。退一步说，即使当时感觉是得是失，也应以“得之不喜，失之不忧”的达观心态来对待，因得不常得，失不常失，没必要在得失之间进行无谓的纠缠。

- 淡泊明志，跳出圈子看得失 (85)
- 生活得失寻常事 (87)
- 重要的是在于理解得失关系 (89)
- 不以得为喜，不以失为忧 (92)
- 失去后还会重新拥有 (94)
- 读懂得失，知道有所为有所不为 (96)
- 该放手时千万别舍不得 (99)
- 在小利益上费心思不值得 (102)
- 心灵放松，人生轻松 (105)

第五章 升也无所谓，降也无所谓

职场中的升迁表明着一个人的才智和贡献，也标志着权势和地位，因此，职场中一阶一阶的职务，就成了吸引和激励着每一个有晋升欲望的人拼命工作的目标。虽然，成为一名领导者是一件值得自豪的事，是一件光荣的事，但我们要提醒大家的是：现实中不可能人人都能成为领导者，工作的性质需要有的人是领导，而有的人是员工，而且随着工作的变化还要求你今天领导，明天也可能去当员工。所以，我们认为，即使你有当领导的素质也没必要一心就想升迁的事，当员工照样能实现你的价值和理想。要把职位上的升降看得自然一些，无所谓一些，这样反而可能会使你将来所处的位置更合适。

以平常心对待职务升迁	(109)
正确地追求名利地位无可厚非	(111)
职务不分高低，关键在于能力	(114)
别太迷恋名利场	(116)
低调做人才能平和处世	(119)
坦然接受生活中的升与降	(121)
居高堂之位，怀凡人之心	(124)
善与常人平起平坐	(126)
真正的大人物更不在乎职位待遇的高低	(128)
名利场中当看客	(132)



第六章 盈也无所谓，亏也无所谓

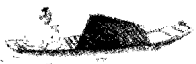
盈亏多指财务上的赚钱与赔本。生意人和企业经营者最注重的就是盈亏这一概念，特别是初次“下海”和第一次做老板的人，会更加看重盈亏问题：如果是赚了，则认为自己是个人才，是个天才，就禁不住喜上眉梢，甚或是飘飘然忘乎所以；如果是亏了，就开始怀疑自己的能力，就痛心疾首，后悔不迭。实质上，这都不是做生意的良好心态。正确看待盈亏问题应该是每一位经营者必备的素质，一两次的盈亏并不关乎成功与失败，实践中没有常胜将军，也没有总是吃败仗的将军。是盈是亏取决于很多要素，如实力、机会、效率、个人的奋斗程度，等等，只有各种要素协调一致，才有做盈的可能，否则就可能赔本亏损。无论盈亏，多总结经验教训，才能取得后面更大的胜利。也只有把盈亏看得无所谓的人才适合做生意、当老板。

- 别把盈亏看得太重要 (137)
- 着眼全局不计眼前得失 (139)
- 只想工作不想盈亏 (141)
- 只有输得起，才能赢得起 (143)
- 要让对方感受到利益 (146)
- 要赢钱就别在乎下注 (149)
- 吃小亏有时反而会占大便宜 (152)
- 诚心待客甘心吃亏 (155)

第七章 富也无所谓，贫也无所谓

“穷点富点无所谓，只要快乐就行”，“有钱没钱无所谓，只要够花就行”，这是当今社会老百姓常说的两句话。这不是看破红尘后的颓废，也不是穷人阿 Q 式的自我安慰，而是经济社会人们对物质欲望的热衷与强烈追求后的冷静思考，是人生的本质回归。穷人这么说，富人也这么说。生命的本质就是快乐幸福，快乐幸福并不取决于贫富，而在于对生活的积极心态。“寒窑虽破能避风雨，夫妻恩爱苦也甜”，生命在饥寒交迫中仍然绽放出赏心悦目的色彩。没有香车宝马，我们却拥有健康；粗茶淡饭，自有一份闲适自在的意趣。钱这东西，有多多花，有少少花，只要有一种乐观向上的好心态，富点贫点无所谓。

达亦不足贵，穷亦不足悲	(159)
穷富无所谓，保持心态平衡	(161)
别把人生之“宝”压在金钱上	(163)
生命最可贵的是懂得欣赏，而不是拥有	(165)
安贫乐道，从心所欲	(168)
贫而不贱，富而不奢	(172)
学会知足，珍惜拥有	(175)
不属于自己的不再苛求	(178)
最不后悔的活法	(180)
过剩的资财是无意义的	(182)



第八章 尊也无所谓，卑也无所谓

生活中不乏一些自卑感很强的人，这些人看到自己的同事、同学、朋友都成了领导或名人，受人迎请和奉承，会觉得自己抬不起头，照人家矮半截，如果有个聚会自己都无脸去参加。与此相反，也有一些人凭借机遇或是凭借个人努力取得了一些耀眼的成绩后，就觉得自己功成名就了，就气也粗了，话也大了，头也抬得高了。其实，这两种人都是不懂得正确处世的人，实质上尊与卑是个辩证概念，尊中有卑，卑中有尊。如果一个名高权重的人不知自尊尊人，那他就是一个卑鄙小人；而一个地位卑微的小人物，如果品德高尚，反而会成为受尊重的人。所以说，人生在世，地位无所谓尊，身份也无所谓卑，一个人的尊卑只在于他的品位高低。

- 越是伟大的人则越是谦卑的人 (187)
- 尊卑无所谓，重在奋发图强 (189)
- 只有放下“尊严”才可获得尊严 (192)
- 对待非议应泰然处之 (194)
- 困境中别在乎求助他人 (197)
- 舍弃屈辱之心，保持高昂心气 (199)
- 放低姿态，路就会越走越宽 (201)
- 惟有埋头，才能出头 (203)
- 淡看虚荣，低调入世 (205)
- 忍耐轻蔑，赢得尊重 (208)
- 有无人气不在尊卑在性情 (210)

第九章 进也无所谓，退也无所谓

为人处世没有一成不变的定律，有进也有退。进，往往意味着晋级、加薪、更多地享受利益；退，往往意味着降职、减薪、利益的减少。可是，现实生活中，有些人太在意了人生的进退：进，就欣欣然飘飘然，自视高人一等；退，就悻悻然昏昏然，就怨天尤人。这两种心理状态走向了两个极端，皆走进了生存的误区。其实进退本是人生常态，是一种自然规律，正如植物有花开有花谢，生命有成长有萎缩。人生的天空不会总是万里无云，也不会总是淫雨连天，一切要因时势的变化而变化，正所谓“该进则进，该退则退”，不能因为进退而破坏了本是安静的生活和生命。人生以快乐为本，别太在意进退，视进退为平常最好，进也安然，退也怡然，一切皆依自然。

- 争强未必能胜，妥协不是示弱 (215)
- 该出手时就出手 (218)
- 处于弱势时没有必要硬充好汉 (220)
- 分清场合识进退 (223)
- 让人一码，心界更宽 (225)
- 争斗无法得到满足，让步却能收获颇丰 (227)
- 不屈不挠，用全部力量去奋斗 (230)
- 能进能退真豪杰 (233)
- 人生如对弈，当攻则攻，当守则守 (235)
- 饶人无所谓，过后得便宜 (237)

无 所 谓

第一章 成也无所谓，败也无所谓

成功好比鲜花，固然令人欣喜，但失败也并不是可怕的荆棘。成功的希望鼓舞着人们，但失败往往是更为现实的事情。失败和成功一样有价值，如果从失败中学到经验，修补自己的生命，这杯失败的苦酒你就没有白白品尝。成功不是人生的终极，失败也不是人生的挽歌，每一次的成功和失败都是人生的一个驿站，是人生一个崭新的开始。这样看来，成败其实是无所谓的。别太看重成功，别太在意失败，无论成败都应平常心对待。成功了，不太过兴奋而忘乎所以，失败了也不太过悲伤而痛不欲生。我们尊重的是奋斗的过程。纵然失败了，也要总结教训，厉兵秣马，相信最后的成功一定属于我们！

