



人生何必 太计较

木木◎主编

风过而竹不留声，雁去而潭不留影。
事来而心始现，事去而心随空。
人生本就短暂，何必斤斤计较。

牢骚太盛防肠断，风物长宜放眼量



人生何必 太计较

木木◎主编

风过而竹不留声，雁去而潭不留影。
事来而心始现，事去而心随空。
人生本就短暂，何必斤斤计较。

牢骚太盛防肠断，风物长宜放眼量



中国文联出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人生何必太计较/木木主编.——北京:中国画报出版社,

2010.8 (2011.5重印)

ISBN 978-7-80220-878-0

I. ①人… II. ①木… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第160551号

人生何必太计较

出 版 人: 田 辉

主 编: 木 木

责任编辑: 史文良

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)

电 话: 010—88417359 (总编室兼传真)

010—68469781 (发行部)

010—88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: <mailto:cpbh1985@126.com>

印 刷: 北京中达兴雅印刷有限公司

监 印: 敖 晔

开 本: 710×1000 1/16

印 张: 16

版 次: 2010年9月第1版 2011年5月第3次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-878-0

定 价: 28.00元

[代 序]

欲成大事，切莫计较

生活中我们常会遇到各种各样让人头疼的事情。遇到了，我们是斤斤计较、怒发冲冠还是莞尔一笑、转身释怀？

睚眦必报、斤斤计较非君子所为。孔子云：“君子坦荡荡，小人常戚戚。”古往今来，大凡成大事者都有一颗宽大的心，豁达与容忍才是生存之道。

“六尺巷”位于安徽省桐城市老城区西南角，始建于清朝康熙年间，原本此地为清代文华殿大学士张英、武英殿大学士张廷玉的府邸。小巷长100米、宽2米，鹅卵石路面，巷的一边为“宰相府”张宅，另一边为吴宅。张英及张廷玉父子在康熙乾隆年间连任首辅军机大臣。除了他们满腹学问和对朝廷的耿耿忠心外，为人处事忍让宽容也是他们成功的重要原因。

《桐城县志略》载文说，张英在北京朝廷任职时，在安徽桐城的家人和邻居因建房占地闹起纠纷，互不相让。张家人便给当大官的张英写信讲了此事，请他出面干涉。张英看信后，并没有倚仗自己官威欺压邻居，而是回信说：“千里来书只为墙，让他三尺又何妨？万里长城今犹在，不见当年秦始皇。”张家人看完，便主动让出三尺空地。邻居也深受感动，也将墙退回三尺，两家和好如初，这就是“六尺巷”的由来，至今传为美谈。

毛主席在建国后会见苏联驻华大使尤金时，也曾在外交场合讲到这个故事，

说起这四句诗，用来表达两国之间的事宜应该谦让、平等。

很多时候我们会发现一个这样的问题，我们身边常有些平时很聪明的人在一些关键时刻犯糊涂，时间长了我们又会发现这并不是犯糊涂，原来是装糊涂。世人常引郑板桥的话“聪明难、糊涂更难”。人生在世，何必事事精明，糊涂一点儿的处事态度对现在的都市人来说更是百利无一害。还记得《红楼梦》中曹雪芹给王熙凤的评语吗？“机关算尽太聪明，反误了卿卿性命”。想那王熙凤生前是何等的精明强干，可怜死后却只有一张草席为伴。正可谓“生之辉煌，死之凄凉”。

如若韩信当年计较胯下之辱，还怎会成为一代枭雄？大丈夫要能屈能伸。真正品格高尚的不是那些振振有词穷有理的人。真正聪明的更不是那些专于精明算计的人，真正成功的也绝非那些在无谓的事情上徘徊的人。

古语云“水至清则无鱼，人至察则无徒”。在逆境中磨练出你的意志，不必计较一时的成败和得失。“风物长宜放眼量”，去追寻更长久的精神生活。

编者
2010年6月

人生不如意者十之八九。面对挫折、苦难，你是否能保持一份豁达的情怀，是否能保持一种积极向上的人生态度？

如果你感到痛苦，证明你的心还不曾麻木。在逆境中磨炼出你的意志，不必计较一时的成败得失。“风物长宜放眼量”，去追寻更长久的精神生活。

人生何必太计较

[目录]

【第一辑】

牢骚太盛防肠断，风物长宜放眼量

- 003 不要让抱怨毁了你的生活
- 005 从生活中寻找乐趣
- 008 不是拥有太少，而是欲望太多
- 010 不要预支烦恼
- 012 学会妥协
- 014 减少不必要的争吵
- 017 别让生活的压力挤走快乐
- 019 其实，别人并不在意你
- 021 让感恩走进心灵
- 025 长得漂亮不如活得漂亮
- 028 用心就能收获快乐



泰戈尔说过：“当你为错过星星而伤神时，你也将错过月亮。”无论快乐或者痛苦，生活是不会因此而放慢脚步的。

别再为打翻的牛奶而哭泣，无论昨天怎样，只有完全走过昨天，才能轻装上阵，把握好今天。

【第二辑】

别为打翻了的牛奶哭泣

033 错过了美丽也不必遗憾

035 婚姻没有后悔药可吃

038 生活中没人欠着你

041 “别当事儿妈”

044 别为打翻了的牛奶哭泣

046 别让过失成为你心中的阴影

048 不要让欲望毁掉你的快乐

051 适时给别人台阶

053 机关算尽太聪明，反误了卿卿性命

055 重要的是发挥长处

057 像接受美一样接受缺憾

“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节。”无门慧开禅师这首诗让人想到，只要心中不计较，注意发现生活中的美，以平常心生活，就“天天都是好日子”。

凡事往好处想，心境就会豁达，就会自得其乐。佛教中开悟之人的眼中看到的是百花、明月、凉风、白雪等这些美好的事物，自然不会将烦恼挂在心头。

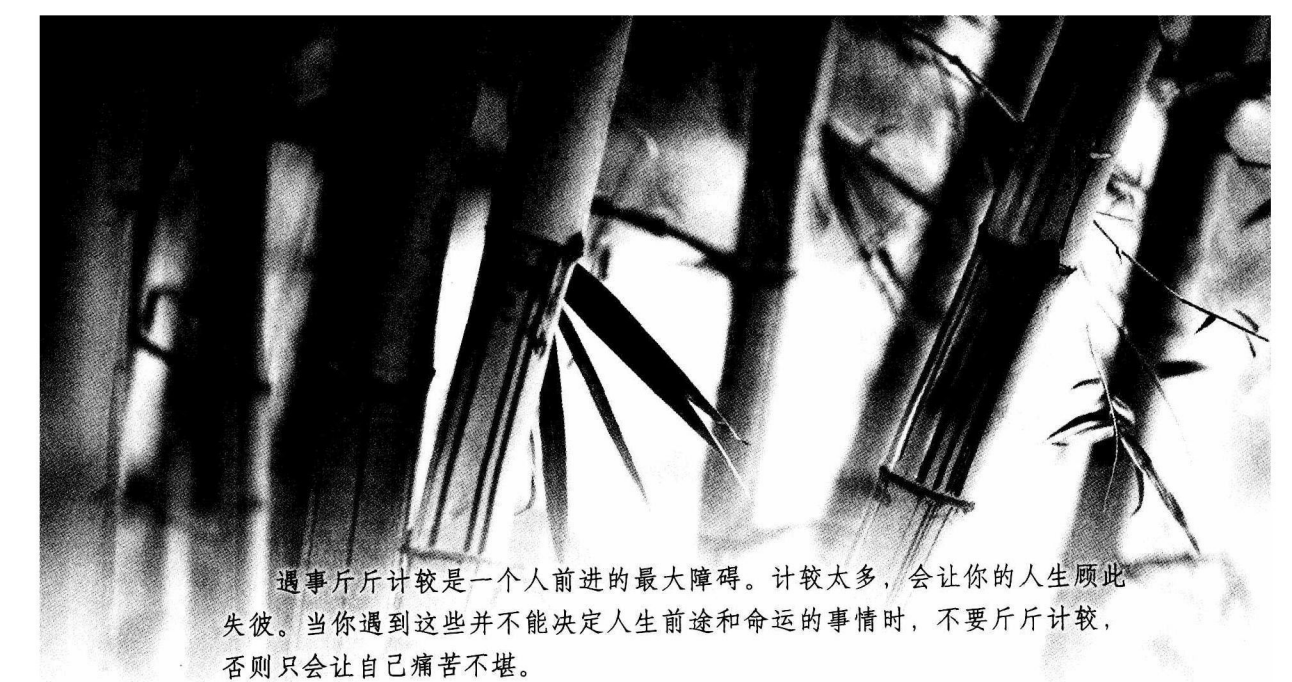
人生何必太计较

[目录]

【第三辑】

若无闲事挂心头，便是人间好时节

- 063 别让琐碎的事干扰你的生活
- 066 但求给予，不求收获
- 068 有时要学会说“不”
- 072 爱情，经不起计较和对比
- 075 遇事发生冲突时，要对事不对人
- 078 得饶人处且饶人
- 080 定期地让自己清零
- 083 给自己的心灵留点空间
- 085 不要沉湎于不切实际的幻想
- 087 随遇而安，知足常乐
- 090 平常心即是道



遇事斤斤计较是一个人前进的最大障碍。计较太多，会让你的人生顾此失彼。当你遇到这些并不能决定人生前途和命运的事情时，不要斤斤计较，否则只会让自己痛苦不堪。

不必计较的事情就不要去计较，琐事计较太多了，容易把自己的胸襟变小，眼光也会跟着变小。人们都说傻人有傻福，做一个成才式的“许三多”是很不错的选择。

【第四辑】

计较越多，失去越多

095 何不退而求其次

097 请爱陌生人

100 计较，是麻烦的开始

102 何必患得患失

104 得理也要让三分

106 适度释放潜在的怒气

109 人生不必太圆满

111 原谅别人就等于解脱自己

114 幸福有时候只需要一个台阶

116 为人处世不可太较真儿

119 何必吹毛求疵

《菜根谭》有一句说得好，它说：“风来疏竹，风过而竹不留声；雁渡寒潭，雁去而潭不留影。故君子事来而心始现，事去而心随空。”人永远活在当下，指向未来。

太阳每天都会从东方升起，每天的太阳都是新的。对你来说，有些记忆实在没有意义。学会告别过去，学会走过自己，学会遗忘，很有必要。

人生何必太计较

[目录]

【第五辑】

事来而心始现，事去而心随空

- 125 弯腰也是一种哲学
- 128 追求完美的代价
- 130 不苛求每个人都对自己满意
- 133 忘记恩怨，甩掉沉重的包袱
- 135 有些事，没你想的那么严重
- 138 让往事随风而去
- 140 幸福其实就在那忘却里
- 142 不要计较自己眼下的无能
- 146 说“不知道”其实不丢人
- 149 不必为一些无影的事而惴惴不安
- 152 冤家宜解不宜结
- 154 放手之后的幸福



从近处可以看到远处，退步也可以当作进步。古人说：“以退为进”、“万事无如退步好”，在功名富贵面前退让一步，是何等的安然自在！在是非面前吃一点亏，是何等的悠然自得！

其实，吃亏是一种胸怀，一种品质，一种风采。不懂吃亏，就不能完美地领悟人生；不懂吃亏，就不会有事业的壮丽辉煌；只有吃亏，会像无价的珍宝在每一个人心底深深珍藏。

【第六辑】

心地清净方为道，退步原来是向前

- 159 不妨吃点“眼前亏”
- 161 给别人留点回旋的余地
- 163 退一步，进百步
- 166 亏，要吃在明处
- 168 保住别人的面子也很重要
- 172 做别人不做的“亏”本生意
- 174 失去的已经失去，何必耿耿于怀
- 177 “忍”的艺术
- 179 学会与讨厌的人相处
- 182 用幽默来化解人生的尴尬

俗话说：金无足赤，人无完人。在人与人的交往中，如果我们总是去计较和放大别人的缺点和不足，那么我们永远不会满意对方。如果我们闭上一只眼睛，以一颗糊涂的心看待别人的缺点和不足，就会给别人一份信心，给自己一份轻松，生活就会变得可爱多了。

人生何必太计较

[目录]

【第七辑】

糊涂是一种大智慧

187 世间本无事，庸人自扰之

190 睁一只眼，闭一只眼

193 生活不在别处

195 不必太在意小事

198 助人就是助己

201 得与失

204 输什么也不能输了心情

207 把烦恼写在沙滩上

209 不要舍本逐末

211 宰相肚里能撑船

214 把失败写在背面



特别在意别人的想法或者看法，是一种对自己的不自信、不认可，有时甚至是一种对生活危难的逃避行为，要克服这种不自信的心理，首先要重新认知自己。把自己的优点和缺点都写出来，再多想想自己在哪些方面比较擅长。

还是那句名言说得好：“走自己的路，让别人说去吧！”其实，我们根本不必在意别人的脸色和看法。

【第八辑】

别在世俗的目光中迷失

219 别太在意他人的想法

221 活着，不是为了给别人看

224 相信自己，不盲从

226 君子不计小人过

228 我只看我有的，不看我没有的

231 选好自己的路，坚持到底

234 不要把自己的意见强加给别人

236 想干事就自己做主

238 凡事要有自己的主见

241 后记



人生何必太计较

【第一辑】

牢骚太盛防肠断，风物长宜放眼量

人生不如意者十之八九。面对挫折、苦难，你是否能保持一份豁达的情怀，是否能保持一种积极向上的人生态度？如果你感到痛苦，证明你的心还不曾麻木。在逆境中磨炼出你的意志，不必计较一时的成败得失。“风物长宜放眼量”，去追寻更长久的精神生活。

不要让抱怨毁了你的生活

人们常遇到的事有两件，即可以改变的事和不能改变的事。可以改变的事我们一般能坦然面对，而不能改变的事却习惯了采用抱怨的态度来面对。对生活的抱怨我们在许多场合中都能听到。

一个女儿对父亲抱怨她的生活，抱怨事事都那么艰难。她不知该如何应对生活，想要自暴自弃。她已厌倦抗争和奋斗，好像一个问题刚解决，新的问题便会马上出现。

她的父亲是位厨师，父亲把她带进厨房。他先分别往三只锅里各倒入一些水，然后把三个锅分别放在旺火上烧。不久锅里的水烧开了。他往第一只锅里放了些胡萝卜，第二只锅里放进一只鸡蛋，最后一只锅里放入咖啡粉。最后将它们放入开水中煮，整个过程父亲一句话也没有说。

女儿咂咂嘴，不耐烦地等待着，纳闷父亲在做什么。20分钟后，父亲把火关掉，把胡萝卜捞出来放入一个碗内，把鸡蛋捞出来放入另一个碗内，然后又把咖啡舀到一个杯子里。做完这些后，他才转过身问女儿：“亲爱的，你看见什么了？”

“胡萝卜、鸡蛋、咖啡。”她回答。

父亲让她靠近些并让她用手摸摸胡萝卜。她摸了摸，注意到它们变软了。父亲又让女儿拿起鸡蛋并打破它。将壳剥掉后，女儿看到的是一只煮熟的鸡蛋。最后，父亲让她喝了咖啡。品尝到香浓的咖啡，女儿笑了。她怯生生地问道：“爸爸，这意味着什么？”

父亲解释说：“这三样东西面临同样的逆境——煮沸的水，但其反应各不相同。

人生何必太计较

同。胡萝卜入锅之前是强壮的、结实的，毫不示弱，但经开水的洗礼之后，它变软了，变弱了。鸡蛋原来是易碎的，它薄薄的外壳保护着它呈液体的内部，但是经开水一煮，它的内部却变硬了。而咖啡粉则很独特，进入沸水之后，它们倒改变了水。”然后，他问女儿：“哪个是你呢？当逆境找上门来时，你该如何反应？你是胡萝卜，是鸡蛋，还是咖啡粉？”

事实上，生活中有很多事情我们无力改变，所以我们必须学着去接受，从最乐观的角度来审视它们，而不是抱怨我们无力改变的事情。

一位青年时常对自己的贫穷抱怨不已，经常是牢骚满腹。有一天，他终于鼓足勇气敲开了一位富翁家的门，希望那位白手起家的富翁能够告诉他一些关于致富的秘诀。

“你一定是来问我，我是怎样白手起家的吧？”一进门，富翁首先问道。

“您是怎么知道的？”青年暗暗地对富翁的判断感到惊讶。

“因为在你之前，已经有很多自以为一无所有的年轻人来找过我。来这里的时候他们确实贫困潦倒而且牢骚满腹，但走时俨然一个个都成了富翁。你也具有如此丰厚的财富，为什么还抱怨不止呢？”

“那到底是什么呢？快告诉我呀！”青年急切地问。

“你的一双眼睛。只要你给我一只眼睛，我可以用一袋黄金作为补偿。”

“不，我不能失去眼睛！”青年大声回答道。

“好，那么让我要你的一双手吧！这样我就可以把你想得到的东西都给你。”

“不，双手也不能失去！”青年尖叫道。

“有一双眼睛，你就可以学习；有一双手，你就可以劳动。现在你明白了吧，你有多么丰厚的财富啊！这就是我的致富秘诀。”富翁微笑着说。

青年听了，如梦方醒。他谢过富翁，昂首阔步地走了出去，俨然自己也成为了一位富翁，因为他知道自己已经拥有了致富的本钱。

生活中，有许多人都像这位青年那样，不是抱怨命运不公，就是抱怨无人识用。其实，生活的富有就是用自己拥有的东西创造价值，不是吗？

我们都很富有，不要抱怨生活给你的太少。当你哭泣自己没有鞋子穿的时候，