

平常心

安

幸福人生的智慧

CHANG XIN

幸福人生的智慧

PING
CHANG XIN

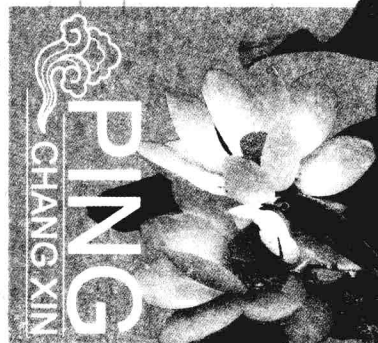


得意者的「醒酒药」，失意者的「强心针」

平常心

安文◎编著

幸福人生的智慧



图书在版编目(CIP)数据

平常心:幸福人生的智慧/安文编著. —北京:中国长安出版社,2010.8
ISBN 978-7-5107-0232-7

I. ①平 ... II. ①安 ... 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 157733 号

平 常 心

安文 编著

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街 14 号(100006)

网址:<http://www.ccapress.com>

邮箱:ccapress@yahoo.com.cn

发行:中国长安出版社 全国新华书店

电话:(010)65281919 65270433

印刷:北京才智印刷厂

开本:710mm×1000mm 1/16

印张:21

字数:290 千字

版本:2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5107-0232-7

定价:32.00 元

前言

暴利时代，如何安放你那颗平常心

本书是：得意者的“醒酒药”，失意者的“强心针”。

对芸芸众生的我们，每天接触到形形色色的资讯，有时也实在是一件相当痛苦的事情。不用说，小小药片居然存在 1300% 的暴利，而被搜刮的对象都是可怜的癌症病人；也不用说山东日照在“绝版”地带新建 3500 多套低价房专供政府官员，轻松转手就是几十万元进账；更不用说中国前首富更是一个内幕交易就纯赚 N 亿元人民币，单单那些像我们一样的平民炒房客，早上买进晚上卖出就能纯赚几十万余元……

如果说，作为平民的我们痛苦，那些亿万富豪们就幸福吗？

据报道，一个捐资 1000 万元设立全中国级别最高奖学金的慈善家，一个 1996 年身价即达 38 亿的富豪，一个为妻子亲手种菜、种玫瑰、“从不爱在外面吃饭”的男人，却因为雇凶杀人被执行死刑。

时间过去了不到三年，又有一个亿万富翁走上了同样的“不归路”。据报道，前一段时间辽宁省哈尔滨市发生了一起亿万富翁雇凶杀人的惨案。惨案发生的原因仅仅是因为当事人怀疑被害者与他人恶意串通，使其败诉承担 1000 余万元经济损失，遂对其产生不满，并在此后因为矛盾激化，遂让人对被害者进行绑架并杀害。

案件虽然只是一个普通的杀人案，但由于犯罪嫌疑人的亿万富豪身份，而备受国人关注。

从这些案件中，我们看到了富人在失去了平常心之后所带来的严重的后果。因为经济利益遭受损失，遂产生了怀疑，因为怀疑，产生

了不满，因为不满，所以要对其采取报复手段，借机发泄一下，最终导致被害人的惨死，一个个生命就这样因为一个个简单的原因逝去了。假如不是活生生的事实，很难让人相信这些亿万富翁会仅仅出于怀疑而最终剥夺了一些生命存在的权利。人们常说，人命关天，但是当一个人因为心理失衡或者陷入另一种私欲中不能自拔之时，人命在他眼里已如同一张纸一样轻。心理失衡体现的是一种平常心的失守。人一旦失去平常心，什么样的事做不出来呢？

笔者两位学弟、学妹十年前创立了自己的公司。两个人一个负责研发，一个负责销售，把企业做成了世界第四位（行业第一是苹果）。几个月前公司在深圳创业板上市，两人的市值高达42亿元，但最近两人离婚了！这种因巨富而离婚的富豪不在少数。

买彩票中大奖已经成为越来越多的老百姓一夜暴富的梦想，而一旦中了大奖，这些人的命运从此发生了巨大的转变，几乎所有的人并没有在中大奖之后得到他们梦寐以求的生活，却上演了一出出的悲剧。有的人一下子陷入对物质的追求中不能自拔，有的人则因为中大奖怕被人发觉而隐遁乡里，天天过着提心吊胆的生活，有的人则因为财产分配的不平衡导致众叛亲离、妻离子散，更有人因为中大奖而赌博或吸毒，把自己送进了罪恶的深渊。而种种不幸的发生，皆因为一个原因，即失去了平常心。

据美国的心理学家统计，美国一百年前所出现的百万彩票大奖得主，十年后，98%的人重新归入得奖前的贫穷状态。

他们缺钱吗？缺豪宅吗？缺豪车吗？缺地位吗？答案是：除了一颗平常心，他们什么都不缺。

有的读者也许会说，只有那些有钱人和贪官们，才会失去平常心，我们普通百姓既没有大钱，也没有大权，平常心与我们的生活没有关系。

但事实真的如此吗？

看看我们的周围，有多少人因为没有平常心，而摧毁了自己。我的一个作家朋友就是一个很好的例子。没有平常心的他，因为过分追求成功与金钱，追逐暴利与近利，不仅没有赚到大钱，反而因为劳累、

忧虑过度而得了糖尿病。后来，通过读书与思考，他找到了人生的意义——奉献，于是走上了另一条路，把自己失败教训与成功的经验写出来，以指导年轻人避开成功的陷阱为最大目的，最终，当他的书帮助了广大读者后，广大读者帮助他以丰厚的版税生存。五年后的今天，极少吃药的他，糖尿病自动痊愈，版税也让他没有任何生存压力。

人类的经历表明：没有平常心是可怕的，没有平常心的世界更是让人难以想象。当所有人都陷入对物质的无止境的追求中时，当所有人都不再满足于自己所拥有的而一味地向这个地球攫取自己所需时，这个世界将会变成什么样子？没人会知道。但注定会有一个结果，那就是这个世界将会很糟糕。

那么面对这样的严酷现实，我们应该怎么办？很显然，唤醒人们对平常心的追求，让人们复归平静与淡泊，重温良知和有序，固守道德的底线，坦然看待一切得失荣辱、成功与失败，给自己一份宁静，给心灵一个停靠的港湾，只有这样才能重新找回快乐，找回人生真正的意义。

当然，对于平常心的理解，每个人都会有不同的体悟与感受，正所谓仁者见仁智者见智，众说不一。而本书对平常心的理解是：

1. 平常心是道

道可道，非常道。此中道义则是指：“无造作，无是非，无取舍，无断常，无凡无圣。”对于一个修道的人来说，平常心就是他的道行的最大体现。因为唯有体悟了平常心这个道的人才能真正做到明心见性，将是非荣辱置于脑后，也才能够真正做到断然取舍、无牵无绊的境地。

2. 平常心更是一种人生态度

对于普通人来说，采用一种什么样的人生态度来生活，将决定他一生的成就。以平常心来生活，则可以使他理智面对一切，学会知足常乐，并体验到安于途中的无穷乐趣；以平常心来看待人生中的起起落落，学会宽容与谅解，体会包容与舍得的真正的含义，并因此使他远离痛苦与烦恼的深渊。

3. 平常心还是一种处世方法

对于生活在这个地球上的芸芸众生来说，活着本已不易，更何况好好地活着呢？所以，每个人要想让自己的人生过得更丰富、更成功，平常心的坚守无疑很重要。学会了坚守平常心，也就学会了如何与人相处，学会了坚守平常心，也就学会了化解怨恨与仇恨，有了平常心的坚守，也就有了面临窘境时的淡定从容，也就有了人与人之间的淡然相处，谦谦君子的淡交之谊。

4. 平常心也是医治人心的一剂良药

当人们以往所坚守的东西在一件件失去，纷纷陷入欲望的无底深渊中时，社会还有多少良知没有被淹没，还有多少优良的道德与传统没有被抛弃。面对不良少年的时候，还有什么能医治他们？平常心，唯有平常心才能让他们回归人性本善的起点。

实际上，无论是在做人方面，还是处世方面，无论是在职场中还是在情场中，无论是在官场中还是商海中，人们都越来越离不开平常心这一最寻常的东西。也正是本着让更多人更清醒地活着，更快乐地活着的目的，我们编写了这本以平常心为主题的小书，并分别从做人平常心、处世平常心、商场平常心、官场平常心、成败平常心五个方面入手，分别对平常心进行了详细的解读和分析，并辅之以案例和人生哲理的透彻分析，让人们明白平常心对于我们的重要性，以及一旦拥有了平常心之后所获得的宁静与淡泊、从容与淡定、幸福与快乐。

最后，祝愿每一个有幸阅读此书的人，都能保持一个平常心，都能从中获得自己想要的生活，以及幸福和快乐。

目 录

Contents

第一章 做人平常心

一、无欲则刚 有容乃大

- 填上欲望那口井——用平常心控制你的欲望 / 002
- 珍惜你现在所拥有的——拥有的才是最珍贵的 / 009
- 简单就是快乐——不要把人生搞得太复杂 / 016
- 平平淡淡才是真——我们都只是芸芸众生中的普通一员 / 019
- 生活原本很平常——大多数人都注定要过一种平凡的生活 / 021
- 金钱是人创造的——用平常心看待金钱问题 / 030
- 浮生若茶——幽香总是在淡淡中绽放 / 036

二、人生之道 贵在平常心

- 平常因人而异——对平常心的另一种解读 / 038
- 低调与高调之间——做人要低调，做事要高调 / 046
- 世界不因你而不同——用平常心去欣赏这个世界 / 053
- 幸福就在平常中——有平常心的人更容易得到幸福 / 055
- 学会安于途中——生命的完美在于过程 / 057
- 知足才能常乐——懂得满足的人才是最快乐的人 / 059
- 坚守住那一分平常——人生最好的境界是保持丰富的安静 / 062
- 山外有山，人外有人——以平常心认清自己的实力 / 065
- 没有最好，只有更好——用平常心接纳自己 / 066
- 生活总离不开苦难——以平常心面对生活中的坎坷 / 070

三、人生如歌 积极进取

- 人生如歌——凡事要用平常心去面对 / 074
- 以平常心进取——做一只摔不碎的钢玻璃杯 / 077
- 字母人生——26个英文字母中的平常人生 / 079
- 人生至境是平常——将心情调整到人生至境 / 085
- 智慧地生活——聪明与智慧的平常心 / 090
- 人生苦短——生命只在呼吸之间 / 091
- 把握人生需用心——用心过好人生的每一瞬间 / 094
- 学会看轻自己——天使会飞，是因为她把自己看得很轻 / 096
- 不要怕犯错——学会在错误中成长，在成长中改正错误 / 098
- 凡事专注——一生只能做好一件事 / 103
- 彩虹总在风雨后——苦难与挫折是人生最大的财富 / 107

第二章 处世平常心

一、待人接物 淡然处之

- 淡交法则——君子之交淡如水 / 112
- 道可道，非常道——漫漫人生，道在修行 / 116
- 人生就像走钢丝——自我管理的进取心和平常心 / 119
- 不要怨恨你的敌人——那样只会因为怒火烧伤自己 / 121
- 心胸无限，人生无限——大肚能容天下事，开口笑尽天下人 / 122
- 累了就放下——别让生命太负重 / 127
- 与人为善天地宽——善待别人就是善待自己 / 129
- 一切都会好起来的——好事要往坏处想，坏事要往好处想 / 132
- 为将先治心——从容淡定成就大业 / 137

二、职场之道 平常在心

随心随性——浮躁并不能解决任何问题 / 139

工作就是工作——用平常心看待工作 / 141

坚持就是胜利——职场平常心，贵在坚持 / 144

人心都是肉长的——用平常心赢取人心 / 146

多个朋友多条路——以平常心对待你的竞争对手 / 148

生活在自己的价值中——减压首先要从减轻自身压力开始 / 149

轻松上路——找工作其实很容易 / 152

跳与不跳之间——跳槽也就那点事儿 / 154

创业有成败——多一些从容，少一些急躁 / 162

三、情爱复杂 平常有道

爱在分享，更在分担——爱情其实很简单 / 168

围城内外无分别——不要对婚姻期望值太高 / 173

爱需要平衡——用爱平衡爱情中的心理偏差 / 178

把握好距离——至亲至疏是爱人 / 182

取舍有道——求之不得，便需舍得 / 187

倒掉那一滴墨汁——婚姻是一杯清水，千万别搅浑 / 189

爱就在身边——心中有爱，身边就有爱 / 191

第三章 官场平常心

一、做官即做人 做人品为先

做官先做人——做官只能一时，做人才是一世 / 194

抛弃功利思想——官无所求，业有所创 / 201

做官先过“关”——这几道关一定要能过 / 203
取之于民，为之于民——当官不为民做主，不如回家卖红薯 / 205
做官不能无原则——做人要像人，做官不可像官 / 207

二、做官之道 宁静以致远

学而无涯——学习是一辈子的事 / 209
布衣心态——君子固穷，取之有道 / 211
福泽后人——为官一任，造福一方 / 213
敬畏节制——权力是人民给的，不能随意挥霍 / 216
君子爱财，取之有道——守住自己的那口“井” / 217
安身立命——修身齐家治国平天下 / 218

三、失之平常 害人害己

丢掉官本位思想——仕途向来非坦途，进退升迁何足计 / 219
以德服众——“服从”有学问，坚持有技巧 / 221
谨慎为官——高处不胜寒，做官需谨慎 / 225
难得糊涂——糊涂难得的官场人生 / 228

第四章 商场平常心

一、为商为人 修养先行

最聪明的生意经——做人比做生意更重要 / 232
笑对商场输赢——拿得起，更要放得下 / 234
丢开得失心——有得就会有失 / 237
将心比心，换位思考——以平常心处理顾客的抱怨 / 240

狼永远是吃羊的——不要轻视任何一个对手 / 242
没有不败的生意——坦然面对生意上的亏损 / 244
有人的地方就有竞争——不要争斗得两败俱伤 / 246
投资不是投机——摒弃一夜暴富的错误投资观念 / 248
老板也是人——做老板要有好心态 / 250
人尽其才——将人才用到点子上 / 253
经营自己——把自己当做事业一样去经营 / 263

二、盈亏得失 平常得道

吃亏是福——吃亏也是一门学问 / 265
务实不务虚——天下做不完的是生意 / 273

三、经营之道即是平衡之道

瞄准你的目标——别让目标掉进陷阱 / 276
先做了再说——认准了就大胆去做 / 281
成功并不难——当代经理人的成功秘诀 / 284
静下心来——财富需要平心静气地去经营 / 289

第五章 成败平常心

一、成败得失 关键在平衡

谁都有过失败——学会平衡成功与失败 / 294
失败是成功之母——让昨天成为过去，让失败成为成功的养料 / 297
大不了从头再来——得意要淡然，失意要坦然 / 300
成败只在尺寸之间——把握住成功与失败的临界点 / 302

二、面对失败 坦然靠心态

微笑着面对挫折——生活因为坚强而精彩 / 305

在黑暗中寻找光明——路上有黑暗，也会有一盏灯点燃 / 308

直面自己的失败——人生因为敢于面对而更加豪迈 / 309

人生需要激励——有压力才有动力，有激励才有辉煌 / 311

三、校正心态才能牵手成功

规划你的人生——做好人生规划，才有成功未来 / 314

养成成功习惯——有成功的习惯，才有成功的人生 / 320

擦亮自己的窗户——只有把窗户擦亮，才能看清窗外的美景 / 322

第一章

做人平常心

做人的根本是什么？一句话两句话可能谁都说不清。但是有一点可以说得清的是，每个人都想要做一个好人，做一个堂堂正正的人，做一个为人正直、胸怀坦荡的人。但是很多人却在自己的人生中渐渐地、不知不觉间偏离了当初为自己设定的轨道，甚至走向了人生的反面，成为连自己都不齿的人。而这一切其实都源自于失去了做人的平常心的结果。





一、无欲则刚 有容乃大

欲是人的一种生理本能。人要生活下去，就会有各种各样的“欲”。但是，凡事总要有个尺度。欲望多了、大了，就要生贪心；欲望过多过大，必然欲壑难填。贪求欲者往往被财欲、物欲、色欲、权势欲等等迷住心窍，攫求无已，终至纵欲成灾。所以，做人的首要一条就是，对欲望的控制。所谓控制欲望即指，在理性的层面上，对内心产生的各种需求进行合理的筛选与控制，不要让过多的不合理的奢望控制了自己的心灵，让自己陷入对物质等欲望的追求中不能自拔。只有这样，你才能做到无欲则刚，才能有更多的空间来包容其他更重要、更有意义的东西。做到胸中囊括万物，心胸开阔，将天地宇宙装于心中。而要做到这些，没有一颗平常心是不行的。只有以平常心的态度来看待一切事情，来修炼自己的内心，才能真正做到理智、控制、知足，等等。

填上欲望那口井——用平常心控制你的欲望

欲望是什么？是让人容易迷失自我的毒药，也可以是催人奋进的动力之源。关键在于你是否能够控制得住你的欲望。欲望有大小，有多少，正如做任何事情一样，都要把握尺度，适可而止，否则过犹不及。过多的欲望只能让自己陷入泥潭而不能自拔。松下曾说：“人是一团欲望的肉块。欲望是一种力量，可以带你走向成功，也可以让你彻底毁灭。”从某种程度上来说，欲望就如同一口井，如果不加控制的话，只能越来越深，而让自己保持理智的最好方法就是，填上这口



井，永远让自己的欲望停留在井口。以平常心来看待欲望，控制欲望，才能少一些烦恼，多一些快乐，少一些痛苦，多一些幸福。

◆少一些欲望，多一些快乐

有一位修道者，准备离开他所住的村庄，到无人居住的山中去隐居修行。一天，他只带了一块布当做衣服，就一个人到山中隐居去了。

后来，要洗衣服的时候，他需要另外一块布来替换，于是，他就下山到村庄中，向村民们乞讨一块布当衣服。村民们都知道他是一个虔诚的修道者，便不假思索地送了一块布给他。

修道者回到山中后发觉他居住的茅屋里有一只老鼠，常常会在 he 打坐的时候来咬他那件准备换洗的衣服。他早就发誓一生遵守不杀生的戒律，因此他不愿意去伤害那只老鼠。由于他一时没有办法赶走那只老鼠，所以他又回到村庄中，向村民要了一只猫。

猫来了之后，修道者想：“给猫吃什么呢？我并不想让它去吃那只老鼠啊，可总不能让它跟我吃得一样简单吧？”于是，他又向村民要了一头奶牛，这样猫就可以靠牛奶维持生活。

但是，在山中居住了一段时间后，修道者发现，他每天都要花很多时间来照顾那头奶牛。于是他又回到村庄，找了一个无家可归的流浪汉到山中居住，帮他照顾奶牛。

流浪汉在山中居住了一段时间后就向修道者抱怨：“我跟你不一样，我需要一个太太，我要过正常的家庭生活。”修道者一想也有道理，他不能强迫别人跟他一样过苦行僧的生活。

事情就这样发展下去，到了后来，整个村庄都搬到山上去。

欲望就像一环扣一环的锁链，更是一口深不见底的水井，是万壑难填的深渊，永不能得到满足。而人最可怕的地方就是不仅欲望难以填满，更常常以种种借口来掩盖它。上面的这个故事中的修道者的行为是令人感到可笑的，最终不仅没有达到自己修道的目的，反而因为其欲望的原因，将整个村子都搬上了山。而这无疑已经失去了他最初做这件事的初衷和意义。试想在这样的状态下又怎么来进行修道呢？

从这个故事中我们可以看到，修道者已经失去了修道的平常心，而陷入了欲望的泥潭中。

而另一个故事无疑更进一步让我们知道，当一个人的欲望太过强烈，超越了其他更有意义的事情的时候，他为此付出的代价将更大，失去的将更多。

有一位收藏家，他的收藏可以说无所不有，收藏物品之丰富恐非一般人所能及。而据他所说，他的藏品一般人是无缘一睹的。因为他收藏的据说都是顶级的东西，随便拿一件来都是价逾千万。

有一天，一个深交多年的朋友带来了一个人，因为某种原因，出于老朋友的面子，这位新朋友有幸得以一睹这位收藏家的珍贵藏品。

收藏家的收藏室在一条深深的巷子里，屋子被三道不锈钢门紧锁着，因为他怕被别人看到，怕被小偷惦记。屋子里几乎见不到一点阳光，整个房子都堆满了古董，多到连走路都要小心，侧身才能前进。

这些古董有陶瓷器、铜器、锡器、书画卷轴等等。横七竖八地胡乱堆放着。因为东西实在太多，几大间屋子都被塞得满满的，连个容身之地都没有。虽然置身于无数件价值连城的宝物中，但是却让人没有一点这种感觉，反而觉得置身于垃圾堆中一样。

而据收藏家的老朋友介绍，这位收藏家因为过于爱好收藏古董，老婆孩子都远远地躲到了国外，而这个所谓的家早已不成其为家了，连厨房和厕所都被古董填满了。

而收藏家对此不以为然，根本就没有将自己的老婆孩子放在心上，认为自己的家人根本就不懂这些，只有藏品才是他的一切。

从某种意义上来说，这位收藏家的收藏精神是值得我们敬佩的。但是敬佩之余，却又不得不让我们为之感到一种悲哀。从收藏家的身上，我们并没有看到他的快乐，更没有看到他因收藏得到了多少快乐。我们只看到因为他的收藏只是出于一种占有的欲望而已。当收藏变为一种占有的行为时，古董对于人来说也就成了其欲望的附属物。它带给人的也就不再是单纯的收藏的快乐，而变成了为收藏而收藏，