

最简单最智慧的生存哲理枕边书
改变年轻人生活理念的处世经典

是与非 得与失



难得这样一本简洁、意义非凡
又震撼人心的作品，读完，
你不得不相信你的生活将因这本书而有所改观。

DEYUSHI

中国档案出版社

最简单

华北水利水电学院图书馆



206797153

理枕达

B825

Z810

是与非 得与失

● 周云芳 编著



中国档案出版社

679715

总 策 划/双马才

责任编辑/郭 年

图书在版编目(CIP)数据

是与非 得与失/周云芳编著. - 北京:中国档案出版社,
2004.8

ISBN 7-80166-425-6/B·53

I. 是... II. 周... III. 个人-修养-通俗读物
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 035399 号

是与非 得与失(SHI YU FEI DE YU SHI)

出版/中国档案出版社(北京西城丰盛胡同 21 号)

发行/新华书店

印刷/山西新华印业有限公司

规格/880×1230 毫米 1/32 印张 11.375 字数 255 千字

版次/2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

印数/3000 册

定价/22.00 元

前言

1

瞬息万变、诱惑四伏的现实社会里，需要我们保持一种平淡、沉稳的心态，远离浮躁，从容处世。

人在顺境时，钱来如泉涌，仕途平步青云；人在逆境时，钱去如潮退，权失如山崩。财来财去之间，往往只是一纸之隔，升官与降职之间，常常是一夜之差。眼前的热闹、繁华都只不过是生命的点缀，短暂的美好过后，最终的结局只能是曲终人散，官高位重钱丰的时候，全身而退何尝不是一种大智慧。所以身处顺境要懂得知足，懂得克制欲望，懂得对生活感恩。

漫漫人生路，有时退一步是为了去踏千重山，破万里浪；有时低一低头，是为了将头颅昂扬成擎天柱，是为了让自己的吼声响成惊天动地的炸雷。

错综、繁杂的人生路上，迷途、碰壁是不可避免的，迷路之后，首先要镇静，弄清周围的环境才能有应对的策略；碰壁之后，轻轻地揉揉，告诉自己：“没关系，一点也不疼。”遭遇挫折和坎坷的时候，豁达达观不失为一种医治创伤的良药。所以身处逆境要学会自嘲，学会宽容，学会在失去之后享受一身轻松带来的快乐。

人对人的伤害不来自诋毁、欺骗和争斗，有时还会来自对方并无恶意的行为，比如忽略和大意等等。所以不要与他人斤斤计较那些无关生活本质的小是与小非，况且不是所有的恩恩怨怨到头来都能分得清孰是孰非，不是所有的误会和伤害都能一时间得到澄清和昭雪，也就是说，我们应该以广博的胸襟去忍受心中那些委屈、愤懑甚至仇恨，这样才会既不害人不伤己。

爱情让一个男人坚强自信，使一个女人美丽快乐，平平淡淡

的生活中,轰轰烈烈的爱情太多的时候离我们很远,同患难共富贵的爱情同样可以惊天地泣鬼神。

爱情不是原则性问题,所以爱情无所谓对错,爱一个人就意味着不断妥协与迁就。恋人在情商上的弱智让爱情永恒,婚姻幸福。如果你在爱情和婚姻中去算计,就等于笨得无可救药,因为真的爱情不能掺杂任何私心和功利目的,只要有爱存在,谁又会去计较那些外在的东西呢?身前是浮躁的社会,身后是几十年牵手共度的岁月,放眼荣誉、地位、金钱……一切的一切,都不如爱人脉脉含情的目光更温馨、更踏实。

缘分的天空,只有平平淡淡的爱情才能地久天长,那些把爱情搞得异常隆重的人,一定是还没有真正地相爱。爱情是不能放在天平上称的,不是你付出越多,收获就一定越大。爱情讲究的是两情相悦,如果爱已变质,就潇洒地挥一挥手,何必在孰是孰非之间纠缠不已,要知道再惊心动魄的爱情也会被时光老人稀释成一道模糊的痕迹。

人生岁月中,不是所有的付出都有回报,也不是所有的梦想都能成真,这就需要我们拥有一颗平常心。台湾著名作家李敖曾经说过:“做弱者多不得好活,做强者多不得好死”,那么何不让自己在弱者与强者之间,生活得洒脱自如呢!李敖还说:“笨人做不了最笨的事,最笨的事都是聪明人做的。”那么我们为什么不做那个大智若愚的人呢!

人生不长也不易,关键之处就在于:面对生活的变故,我们必须明白究竟什么值得珍惜,什么应该放弃。就让我们以闲看云卷云舒、花开花落的心境,以从容稳健的步伐,在人世间潇洒走一回吧。

目 录

1

前 言	(1)
-----------	-----

心态篇

01 人生何必一定要成功	(3)
02 月有圆缺,人有得失	(6)
03 退一步海阔天空	(13)
04 笑看得失成败	(16)
05 忍小失谋大得	(21)
06 放下忧虑,迎来快乐	(27)
07 削减你的欲望	(32)
08 固执与放弃	(36)
09 得到金钱,失去快乐	(41)
10 君子有财,用之有道	(45)
11 生活何须完美,人生何必辉煌	(52)
12 珍惜现在,享受快乐	(57)

MU LU

2014/05

- 13 要拿得起,更要放得下 (64)
- 14 适合自己的就是最好的 (66)
- 15 错过了也不必遗憾 (72)
- 16 不要患得患失 (76)
- 17 放下架子,获得尊重 (80)
- 18 不可汲汲于目标 (85)
- 19 一失足未必成千古恨 (91)
- 20 绕开是非,顺其自然 (98)
- 21 有时不幸恰恰是一种幸运 (102)
- 22 事物有正反面,没有绝对的是非 (108)
- 23 战则败,不战则胜 (112)

处世篇

- 01 善意的谎言也美丽 (119)
- 02 不必凡事都争个明白 (123)
- 03 踮自己一脚,还是踮别人一脚 (126)
- 04 乐于分享 (128)
- 05 冷面“杀手”会杀掉什么 (130)

06	避免与对手发生正面冲突	(135)
07	公平之外还有什么	(141)
08	真诚接受批评	(145)
09	开心就在于转念之间	(149)
10	爱心不败	(152)
11	不要与人斤斤计较	(155)
12	从伤害中站起	(160)
13	善待他人就是善待自己	(165)
14	付出与回报的辩证法	(169)
15	是非曲直难说清	(173)
16	把自己的建议变成别人的建议	(177)
17	让所有的烦恼都沉入水底	(179)
18	打开一扇心灵的窗户	(183)
19	有一种伤害叫同情	(185)
20	妥协的“真正”含义	(188)
21	信任的力量	(192)
22	算计者永不快乐	(195)

事业篇

- 01 输得起才能赢得起 (201)
- 02 适应变化才会有新收获 (205)
- 03 有所不为才能有所为 (209)
- 04 在逆境中成就事业 (213)
- 05 欲速则不达 (216)
- 06 做自己喜欢做的 (220)
- 07 成功路上处处有风景 (224)
- 08 你无须感谢或抱怨命运 (226)
- 09 做事别忘做人 (230)
- 10 在错误中成长 (232)
- 11 定好自己的人生坐标 (238)
- 12 舍弃眼前的诱惑才有最后的辉煌 (242)
- 13 让理想转个弯 (246)
- 14 谁过上了好日子 (249)
- 15 相信你的梦想 (252)
- 16 没有选择的选择 (257)
- 17 跳槽所不能解决的问题 (260)

18	成功需要一份随意	(262)
----	----------------	-------

爱情婚姻篇

5

01	完美的爱情是镜中花水中月	(271)
02	不要期望被爱情提拔	(275)
03	当丘比特失手时	(280)
04	不该发生的感情永远对不了	(284)
05	做个聪明而不精明的爱人	(289)
06	婚姻需要睁只眼闭只眼	(295)
07	爱情经不起比较和计较	(299)
08	好女人不做爱人的学校	(306)
09	爱情与事业	(312)
10	让爱在婚姻中璀璨	(317)
11	要不要爱一个成功的人	(322)
12	爱情忌讳零距离	(327)
13	左手感觉不到右手	(335)
14	婚姻不是科学	(341)
15	贞操与忠贞不重合	(345)

MU LU

心 态 篇

一个人不应该轻言得失,也不能轻言得失,正如那个古老的典故所说:“塞翁失马,焉知祸福。”得与失往往是相辅相成的,得也是失,失也是得,得中必有失,失中必有得,没有人能完全把得失分割开来。

人生的得意或失意,有时无法由我们自己来左右,有时坚持未必就是好事,或许放弃才是洒脱。做一件自己做不到的事情,是对生命的一种浪费。所以有时只有学会放弃才能卸下人生的种种包袱,轻装上阵,安然地等待生活的转机,度过人生的风风雨雨。懂得放弃,才会活得更加充实、坦然和轻松。

当今时代,许多事情不再是简单的非此即彼,非黑即白,而是多重内涵,多种解释,泾渭不分明,态度不明朗,因此在一些非原则性问题上,有时孰是孰非并不那么重要,我们完全可以不必过于计较属于个人的一些是是非非。生命有限,不管谁先谁后,反正最后都要走向生命的终点,为是非而争斗徒伤元气,事过之后,回头望去,一切都变得毫无意义。

因此,面对纷繁复杂的生活,我们应该从容豁达,用快乐轻松的态度来面对现实,化解焦虑,减少压力。让自己年轻一点,

有活力一点,要始终保持一种坦然平静的心态,抛开得与失的束缚和羁绊,多一份纯真,少一份迷茫,学着为得到的去感恩,为失去的去感谢,同时接纳失去的事实,不管是面对得还是失,总是要让自己的生命充满亮丽与光彩,从而使自己的人生更加精彩!

人生何必一定要成功

很多人想成为纵横驰骋的骏马,成为搏击长空的雄鹰……他们总是想超越自己,这是人类的优点,但有时却又是不幸的根源。对绝大多数人来说,成功是他们一生追求的目标,可是在人生的路上,衡量成功还是失败绝非只有结果这个惟一的标准,而且我们还应该考虑一下,我们为了这个“成功”付出了怎样的代价,是得大于失,还是失大于得。

对成功的定义,应该说是仁者见仁,智者见智。有的人认为腰缠万贯,才是成功,可是财富却往往与幸福无关。纽约康奈尔大学的经济学教授罗伯特·弗兰克说:虽然财富可以带给人幸福感,但并不代表财富越多人越快乐。从研究结果来看,一旦人的基本生存需要得到基本满足后,每一元钱的增加对快乐本身都不再具有任何特别意义,换句话说,到了这个阶段,金钱就无法换算成幸福和快乐了。

如果一个人在拼命追求金钱的过程中,忽略了亲情,失去了友谊,也放弃了对生命其他美好方面的享受,到最后即便成了亿万富翁,不也难以摆脱孤独和迷惘的纠缠吗?所以并非是金钱决定了我们的愿望和需求,而是我们的愿望和需求决定了金钱和地位对我们的意义。你比陶渊明富足一千倍又怎么样,你能得到他那份“采菊东篱下,悠然见南山”的怡然吗?

在美国新泽西州,有一位叫莫莉的著名兽医劝告人们向动物学习。她拿鸟做例子说:“鸟懂得享受生命。即使最忙碌的鸟儿也会经常停在树枝上唱歌。当然,这可能是雄鸟在求偶或雌鸟在应和,不过,我相信它们大部分时间是为了生命的存在和活着的喜悦而欢唱。”

可是作为万物之灵的人类,在对待生命的态度上却未必能有这种豁达,有的人穷其一生,都无法达到这样的境界。有的人认为,得到了金钱就得到了幸福,这是多么可笑的想法!可见,他们并不知道金钱和幸福是没有必然联系的。有了金钱,并不一定会带来幸福,反而因为金钱而引发不幸的事例倒是比比皆是。

还有的人认为只有拥有了盛名,才意味着成功。殊不知,功名利禄不过是过眼烟云,生命的辉煌恰恰隐藏在平凡生活的点滴之中。也有的人认为权倾一时就是成功,可是,你比李白官高五品又怎么样,你能像他那样永远青史留名吗?更有的人认为出类拔萃才是成功,平庸就意味着失败,可是生活的真实却往往是有些人看起来不怎么样,活得确实挺来劲儿。哥伦比亚大学的政治学教授亚力克斯·迈克罗斯发现,那些脚踏实地、实事求是的人往往比那些好高骛远的人快乐得多。

其实谁也不至于活得一无是处,谁也不能活得了无遗憾。一个人不必太在乎自己的平凡,平凡可以使生命更加真实;一个人不必太在乎未来会如何,只要我们努力,未来一定不会让我们失望;一个人不必太在乎别人如何看自己,只要自己堂堂正正,别人一定会对我们尊重;一个人不必太在乎得失,人生本来就是得得失失。

一个人要想生活得快乐,就要学会根据自己的实际情况来

调整奋斗目标,适当压制心底的欲望。不要因为自己才华平庸而闷闷不乐,生活中,智慧与快乐并无联系,反倒是“聪明反被聪明误”、“傻人有傻福”的例子俯拾皆是。

很多人年轻的时候无忧无虑地生活,虽然没有钱,没有名,没有地位,但是他们真的很快乐,什么都不用想,只做自己喜欢做的事情,可是当他们开始追求人人向往的传说能带给他们幸福快乐的各种东西之后,却渐渐地发现自己不得不放弃那些他们喜欢做的事情了,而他们得到的却并没有给他们带来多少快乐,带来的反而是负担,压得他们无法追求别的东西,压得他们无法轻松地面对自己真正的梦想。这时他们往往会痛苦不堪地一遍一遍地问自己:“为什么得到的都是我不想要的,而我想要的却总是得不到?”

其实,从某种意义上讲,人生中,一个男人最大的成就是有一个好妻子,一个女人最大的成功是有一个好孩子,一个孩子最大的成功是能心理和生理都健康地成长。因此生活应该选择顺其自然,而不要强迫自己一定要成功。

人生是公平的,你要活得随意些,你就只能活得平凡些;你要活得辉煌些,你就只能活得痛苦些;你要活得长久些,你就只能活得简单些。

2

月有圆缺,人有得失

“月有阴晴圆缺,人有悲欢离合。”月亮圆缺转换,明暗轮回,这是自然规律,不可更移。人生又何尝不是如此,生命的旅途充满崎岖和坎坷,如果患得患失,就只会被悲观、绝望窒息心智,这样的人生之旅如负重登山,将会举步维艰。我们应该明白有所失才能有所得,有小失才能有大得,有局部之失,才能有整体之得。

在人生的漫长岁月中,每个人都会面临无数次的选择,这些选择可能会使我们的生活充满无尽的烦恼和难题,使我们不断地失去一些我们不想失去的东西,但同样是这些选择却又让我们在不断地获得,我们失去的,也许永远无法补偿,但是我们得到的却是别人无法体会到的、独特的人生。因此面对得与失、顺与逆、成与败、荣与辱,要坦然待之,凡事重要的是过程,对结果要顺其自然,不必斤斤计较,耿耿于怀。

俗话说“万事有得必有失”,得与失就像小舟的两支桨,马车的两只轮,得失只在一瞬间。失去春天的葱绿,却能够得到丰硕的金秋;失去青春岁月,却能使我们走进成熟的人生……失去,本是一种痛苦,但也是一种幸福,因为失去的同时也在获得。

得到与失去是矛盾的双方,它们是对立统一的辩证关系。佛经上说:“舍得,舍得,有舍才有得。”古人也讲“鱼和熊掌不可

兼得”，所以得到与失去、追求与放弃，是现实生活中再平常不过的事情了，我们应该以一种平常、豁达的心态去看待。

生活不可能像我们期待的那样完美无缺，它有苦有乐，这就需要我们把握和控制自己。对于已经失去的，不必斤斤计较，过分追悔，逝者不复来，眼泪和叹息不会感动上帝，也不会使人生增值，惟一可做的是接受现实，勇敢、乐观地迎接新的生活。

法国一个偏僻的小镇，据说有一眼特别灵验的泉水，可以医治各种疾病。有一天，一个拄着拐杖、少了一条腿的伤残军人，一跛一跛地走过镇上的马路。旁边的小镇居民带着同情的口吻说：“可怜的人，难道他要向上帝请求再有一条腿吗？”这句话被伤残军人听到了，他转过身对他们说：“我不是要向上帝请求有一条新的腿，而是要请求他帮助我，教我没有一条腿后该如何过日子。”

肢体的伤残使这位军人经受着苦难，可是苦难并没有压垮他，反而使他体味到生命的丰富内涵，他坦然接受了残酷的现实，并勇敢地去正视它。人的一生之中不论快乐或悲伤，到最后都将成为回忆，何妨以一笑置之的胸怀地去看待人生的起落与得失……

杰米·杜兰特是一位著名的艺术家，他曾被邀请参加一场慰问第二次世界大战退伍军人的表演，但他告诉邀请单位自己行程很紧，只能做一段独白，然后必须马上赶赴另一地方去表演。可是后来他居然表演了30分钟。安排表演的负责人感到不解，杰米·杜兰特解释说：“我本打算离开，可是我可以让你明白我为何留下，你自己去看看第一排的观众吧。”

第一排坐着两个男人，他们都在战争中失去了一只手，一个失去了左手，一个失去了右手，他们可以一起鼓掌。当他们鼓掌