

改变：

让过去过去，让未来到来

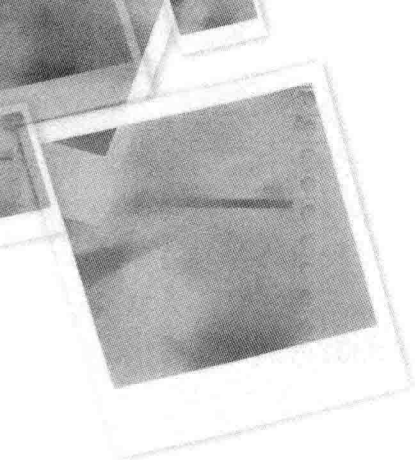
跳出为人处世的墙
营造左右逢源的场
人生的开窍手册
经典的处世哲学

改变你的方式
迎接崭新的未来

伊小帆◎编著

只为做到！
改变，

中国商业出版社



改变：

让过去过去，让未来到来

伊小帆◎编著



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

改变：让过去过去，让未来到来 / 伊小帆编著. —北京：中国商业出版社，2014.8

ISBN 978-7-5044-8658-5

I. ①改… II. ①伊… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 151442 号

责任编辑：朱丽丽

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
三河市龙大印装有限公司印刷

*

710×1000 毫米 16 开 14 印张 222 千字

2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

定价：32.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

P 前言

REFACE

我们常常会置身于这样的境况：屡屡失败让我们找不到人生的出路，种种冷遇让我们感到人间充满冷漠，各种压力让我们不堪负重……遗憾、失去、怨恨、苦难等成了我们挥之不去的人生阴霾。

为什么总是遭遇困境？我们怎么做才能柳暗花明？让我们从故事中找到答案！

故事一：有两只蚂蚁想翻越一段墙，去吃墙那边的食物。

一只蚂蚁来到墙脚就毫不犹豫地向上爬去，可是当它爬到大半时，就由于劳累、疲倦而跌落下来。可是它不气馁，一次次跌下来，又迅速地调整自己，重新开始向上爬去。

另一只蚂蚁观察了一会，然后告诉它的同伴应该绕过墙去。

很快地，两只蚂蚁绕过墙来到食物前，开始享受起来。

故事二：一天，有一个美丽的少妇投河自尽，被艄公救起。

艄公问：“你年纪轻轻的，为何寻短见？”

少妇说：“我结婚才两年，丈夫就遗弃了我，接着孩



子又病死了。您说我活着还有什么乐趣？”

艄公听了沉吟片刻说：“两年前，你是怎样过日子的？”

少妇说：“那时我自由自在，无忧无虑呀……”

“那时你有丈夫和孩子吗？”

“没有。”

“那么，你不过是被命运之船送回到两年前而已。现在你又自由自在无忧无虑了。请上岸去吧……”

少妇听了大悟：“现在，不就是两年前的自己吗？”从此，她没有再寻短见。

无论是蚂蚁还是少妇，看似都面临绝境，但蚂蚁换一条路线就吃到了美食，少妇换一种念头就开心了，关键在于懂得及时改变。很多时候，我们会遭遇事业失败，会面临人际危机，会产生糟糕情绪……但在遭遇窘境的时候，只要及时改变，我们面前就会是一片充满阳光的开阔地。

处世难是因为方法不对，做人难是因为智慧不够。改变是最实用、最有效的处世智慧，是我们做人做事一定要遵守的原则。那么，在为人处世中，有哪些方面需要去改变，应该怎么“改变”？《改变：让过去过去，让未来到来》将告诉你答案，让你在为人处世中游刃有余。

C 目录

CONTENTS

第01辑 及时改变人生航向，做人不要太执着

- 不知变通的执着是一种错 /3
- 执着未必是值得赞赏的品质 /5
- 做事要见好就收才完美 /7
- 懂得放弃才能有更美好的未来 /8
- 及早甩掉不合实际的目标 /10
- 通往成功的路是弯曲的 /12
- 变则通，不要一条道走到黑 /13
- 改变不了事实，但可以改变自己 /15

第02辑 让人生留些遗憾，让缺憾成为另一种美丽

- 接受不如意，不去追求完美 /19
- 用积极的态度看人生的不足 /21
- 忽视缺憾，接受并利用既定现实 /23
- 苛求完美就无法品味人生 /25
- 残缺的美才是真正的美 /27
- 不用逃避，学会欣赏“厄运” /29
- 把缺陷看成是上帝嫉妒了你的美好 /32
- 身体的缺陷可能会成为优势 /35
- 追求完美不是完美的处世法 /38

第03辑 成大事者能忍会让，把吃亏当成受福

- 懂得忍耐是一笔宝贵财富 /43
- 变对抗为忍让，人生吉祥 /44
- 忍得怨气，换来人生和气 /46
- 忍一时之气，换来百日平安 /48
- 为了明天的“伸”，不妨今天“屈” /49
- 好汉不吃眼前亏，识时务者乃俊杰 /51
- 忍受得了委屈才能成得了大事 /53

第04辑 淡看恩怨情仇，聪明的人常常以德报怨

- 恕人之过胜过怀恨在心 /57
- 与其追究报复，不如包容宽恕 /59
- 悦纳自己先宽容别人 /61
- 与其斤斤计较，不如豁达处之 /64
- 要想不纠结，先学会不在意 /67
- 饶人福自来，瞒小祸自至 /70
- 宽容比批评更有力量 /72

第05辑 换个角度看苦难，人生没有什么不可以

- 未经十灾八难，终难成人 /77
- 把挫折当成自己最好的情人 /79
- 伤疤，磨砺我们伴着我们成长 /82
- 吃苦未尝不是一件好事 /85
- 迎接逆境和挫折，懦夫变强人 /87
- 只要我们不屈，苦难就会化为“礼物” /89

不如意十之八九，胜固欣然败亦喜 /92
把每一次苦难看成是一种收获 /94

第06辑 用小舍换取人生大得，得失就是一个轮回

看似是失去，其实是得福 /99
把得失看成生活的两面 /101
懂得小失，才能大得 /102
丢下芝麻，捡得西瓜 /104
舍与得总是互为因果 /106
吃小亏，往往会赚大便宜 /107
会舍去才会活得潇洒 /110

第07辑 不断更新思维方式，苦干不如巧干

突破思维定势才会有创造力 /115
思路独特必有厚报 /117
反其道而行之是最有效的变通 /119
要变通，就要有改变规则的胆识 /121
变通，就是试着换一条路去闯 /123
模仿别人就会失去自己 /125
学会改变，千万别做“一根筋” /127

第08辑 换一种方式与人相处，世界不会再有敌手

把敌人当成最好的老师 /133
在竞争中找到真正的朋友 /134
感谢那些曾经伤害过我们的人 /136



将打不倒的敌人当成朋友 /140

聪明人斗智不斗力 /142

世上没有永远的仇人 /144

第09辑 耍聪明不如装糊涂，世界美在雾里看花

有些“精明”要不得，贵在“难得糊涂” /149

糊涂处世，聪明多被聪明误 /151

大智若愚，大巧若拙 /152

为人处世不要太精明 /154

装聋作哑可以息事宁人 /156

守拙若愚比聪明更胜一筹 /159

第10辑 记在心里不如忘干净，放下让人生更快乐

忘记是快乐生活的开始 /163

忘记痛苦，让快乐常伴左右 /165

放得下，快乐才来得了 /167

拿得起、忘得掉 /170

学会将痛苦“格式化” /172

告别往事，让爱快乐 /174

让往事随风而去 /176

第11辑 放弃自己多为他人着想，人间大爱源于付出

自私是人生的极大阻碍 /181

懂得分享，人生更快乐 /183

变独占为分享，让快乐加倍 /186

给予是兑换快乐的最佳筹码 /188

按对方所需要的付出 /191

爱不是索取，要学会分担 /193

先爱别人，才有人爱自己 /196

第12辑 将清贫当成清修，改变不了现实可以改变心灵

没有贪念，才不会招魔 /201

人毁于欲，福于寡 /202

安贫以守道，知足即是福 /204

看轻身外物，就是自在人 /206

降低一份欲望，得到一份幸福 /208

持平常心就会有幸福心 /211

幸福就是让一切变得更简单 /212

| 第01辑 |

及时改变人生航向， 做人不要太执着

人们一向推崇执着的做事态度，认为那是处世的法宝。但很多时候，执着只会让人走进一个死胡同，只有及时调整方向，人生才会“柳暗花明”。及时变通，善于调整自己，这样才能驾驭这个变化莫测的世界。



不知变通的执着是一种错

形势在不断变化，必须关注这些变化并调整行为。事实上，一成不变的理念将带来毫无生机的局面。

对一个人来说，最危险的是墨守成规，不会变通；最糟糕的是得过且过，不思进取。一个人只有不断变通，才能度过危机！

在某个小村落，下了一场非常大的雨，洪水开始淹没全村，一位神父跪在教堂里祈祷，眼看洪水已经淹到他的膝盖了。一个救生员驾着舢板来到教堂，跟神父说：“神父，赶快上来吧！不然洪水会把你淹死的！”神父说：“不！我深信上帝会来救我的，你先去救别人好了。”

过了不久，洪水已经淹过神父的胸口了，神父只好勉强站在祭坛上。这时，又有一个警察开着快艇过来，跟神父说：“神父，快上来，不然你真的会被淹死的！”神父说：“不，我要守住我的教堂，我相信上帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。”

又过了一会，洪水已经把整个教堂淹没了，神父只好紧紧抓住教堂顶端的十字架。一架直升机缓缓地飞过来，飞行员丢下绳梯大叫：“神父，快上来，这是最后的机会了，我们可不愿意见到你被洪水淹死。”神父还是意志坚定地说：“不，我要守住我的教堂！上帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。上帝会与我共存的！”

洪水滚滚而来，固执的神父最终被淹死了……神父上了天堂，见到上帝后很生气地质问：“主啊，我终生奉献自己，战战兢兢地侍奉您，为什么你不肯救我！”上帝说：“我怎么不肯救你？第一次，我派了舢板来救你，你不要，我以为你担心舢板危险；第二次，我又派一只快艇去，你还是不要；第三次，我以国宾的礼仪待你，再派一架直升机来救你，结果你还是不愿意接受。所以，我以为你急着想要回到我的身边来好好陪我。”

其实，生命中太多的障碍，皆是由于过度的固执；人生的很多失败就是因为不会变通。有一种错误叫固执，思维定势一旦形成，有时是很悲哀的。这就是我们要不断学习新知识、新观念的原因之一。

有只乌鸦，口渴极了，可是附近没有水，只有一个被小孩丢弃的长颈小瓶，里面盛有半瓶雨水。乌鸦伸过嘴去，可是瓶口很小，瓶颈很长，它喝不到。于是乌鸦想了一个办法，把一颗颗小石子投进瓶里去，这样，瓶里的水升高了，乌鸦很轻松地喝到了水。

这件事，后来被寓言大师伊索写进了寓言，传遍了全世界，乌鸦也因此出了名，自然洋洋得意。

这只乌鸦是个有名的旅游爱好者。有一次，它飞到一个村庄去看热闹，这儿正发生干旱，溪水完全干了，田里开了裂缝。它渴极了，可是四处找不到水喝。忽然，它在村子后面发现了一口井，低头往里面一看，井口小，井很深，但井底有水，模模糊糊地映照出它站在井台上的身影。

它试着想飞下去，可几次都碰到井壁上，眼冒金星，只好又回到井上来。

忽然，它想到自己曾经“投石入瓶喝水”的光荣事迹，不禁高兴地叫道：“呱！呱！我怎么把这经验忘了？”

于是它用嘴衔来一颗颗石子，都投到了水井里，谁知投了半天，井水仍然没有上来，树上的喜鹊说：“喳喳！乌鸦先生，您别忙了，这是水井，不是您原先的那个长颈瓶子，怎么还是用那个老办法呢？喳喳！”

“你懂什么？叭叭！”乌鸦不屑地斜了喜鹊一眼，“我的方法是经过专家鉴定的，上过寓言作家的书本，到哪里都可以用，放之四海而皆准，怎么会‘老’呢？哇！哇！”

乌鸦继续向井里投石子……

那结果，大家可想而知。

有些人不懂得变通，对于约定俗成的规则，通常都是严格遵循而不敢打破的。事物总是不断发展变化的，如果一成不变地凭老经验办事，不注意随机应变，就免不了会吃大亏。所以要想有所成就，一定要适应环境变化并拥有适应新环境的能力。否则，对于新生事物觉察不到，最终会被环境逐渐淘汰。



执着未必是值得赞赏的品质

倘若一个人能够放下心中的那份执着、破除心里的固执念头，人生将会少许多烦恼、多一些成功。

执着或许在某些时候能够产生积极的效应，然而在有些情况下执着未必是件好事。

开元中，有沙门道一住传法院，常日坐禅，师知是法器，往问曰：“大德坐禅图什么？”

一曰：“图作佛。”师乃取一砖于彼庵前石上磨。

一曰：“师作什么？”

师曰：“磨作镜。”

一曰：“磨砖岂得成镜邪？”

师曰：“坐禅岂得作佛邪？”

后人常以“磨砖成镜”来比喻那些执着于无望事情的愚蠢行为。“磨砖成镜”这一著名的禅门公案，指出参禅若寻不得正确途径，即便是有执着精神，也必然是南辕北辙、一事无成。

神赞和尚原来在福州大中寺学习，后来外出参访的时候遇见百丈禅师而开悟，随后又回到了原来的寺院。他的老师问：“你出去这段时间，取得什么成就没有？”神赞说：“没有。”还是照着以前的样子服侍师父，做些杂役。

有一次老师洗澡，神赞给他搓背的时候说：“大好的一座佛殿，可惜其中的佛像不够神圣。”见到老师回头看他，神赞又说：“虽然佛像不神圣，可是却能够放光！”



又有一天老师正在看佛经，有一只苍蝇一个劲儿地向纸窗上撞，试图从那里飞出去。神赞看到这一幕，禁不住做偈一首：“空门不肯出，投窗也太痴，百年钻故纸，何日出头时？”

他的老师放下手中佛经问道：“你外出参学期间到底遇到了什么高人，为什么你访学前后的见解差别如此之大？”神赞只好承认：“承蒙百丈和尚指点有所领悟，现在我回来是要报答老师您的恩情。”

神赞见到老师为书籍文字所困，不好意思直接点明，只好借助苍蝇的困境来指出老师的不足。文字语言都是一时一地的工具，事过境迁再执着于文字，就如同那只迷惑的苍蝇一样总是碰壁。

倘若一个人能够放下心中的那份执着、破除心里的固执念头，人生将会少许多烦恼、多一些成功。相反，如果过于执着于那些本不该执着的事情，将会迷失更多的人生。

曾经有一对大学同学。他们彼此深恋着对方。后来因为一件看起来微不足道的小事闹翻了。毕业后他们天各一方，各自走过了一段坎坷的人生旅途。他们的婚姻都不太美满，所以时时怀念年轻时的那段恋情。如今他们都老了，一个偶然的聚会，他们又相聚了。

他问她：“那天晚上我来敲你的门，你为什么不开门？”

她说：“我在门后等你。”

“等我？等我干什么？”

“我要等你敲第十下才开门……可你只敲了九下就停下来了。”

这个女人为这事后悔不已。她后悔自己过于执拗，她完全可以在他敲第九下的时候将门打开，或者在他离去时把他叫回来。为什么非要坚持等那第十下不可呢？这段遗憾仅缘于女人过于执着那多出来的一次敲门而已。其实，人生有很多无谓的错过，有时是因为固执地坚持了不该坚持的。

人生苦短，韶华易逝。选定目标就要锲而不舍，以求“金石可镂”。但如果目标不合适，或客观条件不允许，与其蹉跎岁月，徒劳无功，还不如干脆放下。

做事要见好就收才完美

有些事，需要及时收场，需要重新再来。只有懂得进退的人，才不会因自我陶醉而失败。

见好就收，并不是放弃自己既定的生活目标、放弃对事业的努力和追求，而是放弃那些已经力所不能及、不现实的生活目标。其实，人在生活中需要懂得变通，需要不断地做出选择。

一位登山队员，一次他有幸参加了攀登珠穆朗玛峰的活动，在6400米的高度，体力不支，停了下来。当他讲起这段经历时，人们都替他惋惜，问他为何不再坚持一下呢？再攀一点高度，再咬紧一下牙关。

“不，我最清楚，6400米的海拔是我登山生涯的最高点，我一点都没有遗憾。”他说。

见好就收也是一种放弃，但见好就收并不是舍弃生活主流而走远，见好就收更不是强求不食人间烟火的脱俗，而是呼唤一种率直的生活理念，一种变通的人生态度。

进和退是一个问题的两面，世界上的一切事情都是有进有退的。如果说“逆水行舟”是一种进的艺术，那么“见好就收”就是一种退的艺术。高明的人往往深谙见好就收的道理，因其退得及时，故常能立于不败之地。见好就收虽然是一种放弃，但却是一种智慧的表现，是一种清醒的选择，是一种明智的举动。

成功者在某一方面肯定有他的独到之处，但很少有面面俱到、十全十美的人。因为，人在发展某一方面的同时，也在放弃着其他的方面。有所得亦有所失，有意识地放弃往往是争取更大成功的前提条件。