

BIEBA ZIJI TAI DANGHUIISHI

把自己当作泥土吧！老是把自己当作珍珠，就时时有被埋没的痛苦。

——鲁藜

# 别把自己 太当回事

平心静气 正视自我

太在乎自己，不免会因为别人的看法而  
忽喜忽忧；太在乎自己，不免会因为  
别人的看法而失去自我；太在乎自己，  
人生也才有了太多不必要的烦恼。



孙和·编著

别把自己太当回事！很多时候，  
我们远不是像自己想象的那般重要，那样受人关注！

北京工业大学出版社

BIEBA ZIJI TAI DANGHUIISHI

别把自己太当回事

北京工业大学出版社

# 别把自己 太当回事



孙和◎编著

北京工业大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

别把自己太当回事/孙和编著.—北京:北京工业大学出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5639-2068-6

I.别… II.孙… 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 041308 号

## 别把自己太当回事

---

编著者: 孙 和

责任编辑: 刘学宽

封面设计: 创品牌工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 九洲财鑫印刷有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 17.25

字 数: 270 千字

版 次: 2009 年 5 月第 1 版

印 次: 2009 年 5 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2068-6

定 价: 29.00 元

---

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误,请寄回本社调换

# 前 言

现在是倡导张扬个性的年代，年轻人难免意气风发，但是不能过，过了就变成了趾高气扬；一些年轻人喜欢在被重用后发号施令，但也不能过，过了就是狐假虎威；还有些年轻人喜欢显示自己，以此来证明自己的价值，这更不能过，过了就成了跳梁小丑。做人不要太张扬，要学会夹着尾巴做人。

从古到今，谦逊有礼是所有人立身处世应有的品德。特别是那些成就功名的人，都把谦逊有礼当做自己立身处世、成就功名的第一要素。现在虽然是倡导张扬个性的年代，但是，许多立志成才并获得成功的人，仍然把谦逊有礼作为做人的准则来严格要求自己，把学做人作为自己进取的阶梯。

把自己看得轻一点再轻一点，把自己放得轻松点就能解决很多问题，而不是陷入无尽的烦恼与痛苦之中。别把自己太当回事，关键就在于善待自己，要做到这一点，首先就要正确认识自己。我们应该知道自己的优势和不足，做一个冷静的现实主义者。

古人说“不以物喜，不以己悲”，对待得失不要太认真。别把自己太当回事，就是要用一颗平常心看待得失成败，在面临困难与挫折的时候，善待自己就是不退缩，不畏惧艰辛，自己犯下的错误要自己去弥补，不要依赖任何人。即使身处逆境，也绝不放弃，尽快从不幸和失意中奋起，寻求时机，积极进取，信心百倍地投入新生活中，重新追寻生命的意义和价值。





谁不拿自己太当回事，谁就可能活得心境好一些。每个人都有一份追求，一个理想，但期望值不可太高，必须切合实际。总之，做人要谨慎，别把自己太当回事，太当回事只能让人反感，进而毁了自己。对生活要有一个清醒的认识，对自己有足够的了解，方能从容面对竞争，笑迎生活的每一天。

# 别把自己太当回事

# 目 录



## 第一章 做人要有平常心

做人应该拥有一颗平常心 .....	3
不要炫耀自己 .....	6
不要过于显示自己 .....	9
不要太盛气凌人 .....	10
不要得意就忘形 .....	15
别把自己估计得太高 .....	17
不要以为你比别人强 .....	20
别把得意之事挂在嘴边 .....	22
不要以为别人会巴结你 .....	24
不要过分地追求名利 .....	25
不要过分追求物质享受 .....	28
不要过分追求别人的赞许 .....	29
不要苛求事事如意 .....	31
不要自作聪明 .....	32
不要事事都争强 .....	35
不要和他人强词夺理 .....	38
不要轻易怀疑他人 .....	40
不要指责或轻视别人 .....	42
不要用自己的标准要求别人 .....	44
不要“与人为敌” .....	46





## 第二章 凡事太过有损自己

贪婪是个无底洞 .....	51
不要过于吝啬贪婪 .....	52
过于贪婪会毁灭自己 .....	54
珍惜眼前的幸福 .....	56
过简单一点的生活 .....	57
不要过于追求完美 .....	59
不要被虚荣所奴役 .....	62
不要活在别人的眼光中 .....	66
保留属于自己的天空 .....	69
为自己保持一分本真 .....	70
勇于承担生活的重担 .....	72
面对困境要勇于抗争 .....	73
把屈辱变成前进的动力 .....	74
以乐观的心态对待事业 .....	76
在困境中更要乐观开朗 .....	77
在关键时候把握好自己 .....	78
在追求中成就自己 .....	80
做一个讨人喜欢的人 .....	81
学会享受独处的生活 .....	82

## 第三章 做人要低调

放低姿态做人 .....	87
--------------	----

低调做人是一种智慧 .....	89
处低而心存高远 .....	95
檐下低头又何妨 .....	99
人处低处斗志高 .....	103
拥有自信，低处也可高成 .....	105
放下架子路会越走越宽 .....	109
低调处世，谦和做人 .....	112
逢事低调有耐心 .....	114

## 第四章 尊人就是尊己

待人要礼让为先 .....	121
不要忽视了客套 .....	122
要适当放下自己的自尊 .....	123
不要伤害别人的自尊 .....	125
表现出对每个人的尊重 .....	126
尊重每一位你接触到的人 .....	128
真心真意地帮助别人 .....	131
要有健康的自尊心 .....	133
自尊尊人才能相容和谐 .....	135
要懂得给人留面子 .....	136
对朋友不可放肆无礼 .....	138
人必须有自知之明 .....	142
要懂得谦虚的意义 .....	143
时刻保持冷静的头脑 .....	145
把世故和成熟区别开来 .....	146







## 第五章 打开善良之门

理智对待所谓的“不公平” .....	151
送花的妇人 .....	152
打开善良之门 .....	154
要想成功就必须与人为善 .....	157
多从别人的角度想问题 .....	159
对别人要充满爱心 .....	162
不要吝啬对他人的安慰 .....	165
多给别人一些鼓励 .....	170
忘记所受到的伤害 .....	171
用善良改变敌意 .....	173
要善于成人之美 .....	175
行小善积大德 .....	177
多给人愉悦 .....	179
多一点人情味 .....	181
感谢别人的帮助 .....	182
净化过的心灵最美 .....	184

## 第六章 放飞你的心灵

身处困境并不可怕 .....	189
突破困境需要自省 .....	190
凡事都要向好的方面想 .....	192
尽快从失意中走出 .....	194

不要陷于自我封闭之中 .....	196
有时你需要快刀斩乱麻 .....	198
人的反应决定人的心情 .....	199
不要让情绪牵着自己走 .....	200
人的反应常常与环境不相符 .....	202
要善于寻找挽救悲剧的办法 .....	203
失意时要懂得宽心 .....	206
去掉心灵的枷锁 .....	207
坦然地面对不愉快的日子 .....	209
吃一堑，长一智 .....	211
忘却失败，不自寻烦恼 .....	214
人贵有自知 .....	215
对自己敞开同情之心 .....	217
找准自己的位置 .....	220
扬起希望之帆 .....	222

## 第七章 要善于与人“牵手”

要有“牵手”意识 .....	227
要善于与人“牵手” .....	228
“牵手”需要谅解 .....	230
“牵手”不要有偏见 .....	234
与人“牵手”要真诚 .....	235
主动地和他人交往 .....	238
协调好同事关系 .....	239
成为别人的好朋友 .....	241
保持真挚的友谊 .....	243
处理好依赖和独立的关系 .....	256





别  
把  
自  
己  
太  
当  
回  
事

灵活地与人交往 ..... 257

以不损自身利益为前提 ..... 259

“牵手”共进，借势发挥 ..... 260



## 做人应该拥有一颗平常心

即便你是一个不可多得的人才，也应该谦虚谨慎。许多时候，我们不是跌倒在自己的缺陷上，而是跌倒在自己的优势上，因为，缺陷常能给我们以提醒，而优势却常常使我们忘乎所以。

一个人如果妄自尊大，把谁都不放在眼里，他的所作所为全都是以自我为中心，一切似乎都应该接受他的掌控，所有的人好像都应该围着他转，似乎离开了他地球就不转了似的，如果谁对他稍有异议或冒犯，他就觉得是受了莫大的侮辱似的，立刻愤怒到极点，那么，他一定会一天到晚都被烦恼重重包围。

如果一个人太自负，就容易陷入一种莫名其妙的自我陶醉之中，变得不切实际地自高自大起来，无视所有人对他的不满和提醒，终日沉浸在自我满足之中，对一切功名利禄都要捷足先登，这样的人得到的永远都是大家对他的不屑和蔑视。

自傲者对自我失去了客观评价，觉得在这个世界上，唯我独尊，舍我其谁，一副不知天高地厚的架势，说大话，吹大牛，以示自己“伟大”的魄力和气度。可是靠说空话解决不了任何问题，人们尊敬的是那些肯脚踏实地干实事的人，而不是自吹自擂的谎话专家。

其实，越是伟大的人越能谦卑待人，而越是能放下架子待人的人，人们越会敬重他。

在一个既脏又乱的候车室里，靠门的座位上坐着一个满脸疲惫的老人，身上的尘土及鞋子上的污泥表明他走了很多的路。列车进站，开始检票了，老人不紧不慢地站起来，准备往检票口走。忽然，候车室外走来一个胖太太。她提着一只很大的箱子，显然也要赶这趟列车，可箱子太重，累得她





呼呼直喘。胖太太看到了那个老人，冲他大喊：“喂，老头，你给我提一下箱子，我给你小费。”那个老人想都没想，接过箱子就和胖太太朝检票口走去。

他们刚刚检票上车，火车就开动了。胖太太抹了一把汗，庆幸地说：“还真多亏你，不然我非误车不可。”说着，她掏出1美元递给那个老人，老人微笑着接过。这时，列车长走了过来，对那个老人说：“洛克菲勒先生，您好，欢迎您乘坐本次列车，请问我能为您做点什么吗？”“谢谢，不用了，我只是刚刚做了一个为期三天的徒步旅行，现在我要回纽约总部。”老人客气地回答。

“什么？洛克菲勒？”胖太太惊叫起来，“上帝，我竟让著名的石油大王洛克菲勒先生给我提箱子，居然还给了他1美元小费，我是在干什么啊？”她忙向洛克菲勒道歉，并诚惶诚恐地请洛克菲勒把那1美元小费退给她。

“太太，你不用道歉，你根本没有做错什么。”洛克菲勒微笑着说道，“这1美元，是我挣的，所以我收下了。”说着，洛克菲勒把那1美元郑重地放进了口袋。

真正的大人物，是那种成就了不平凡的事业，却仍然和平凡人一样生活着的人。他们不会觉得自己才高八斗、学富五车，也不会见人便喋喋不休地诉说自己不被重用的“遭遇”和“不幸”，更不埋怨自己的上司是“嫉贤妒能之辈”，和痛恨自己的同人是“居心叵测之人”，他们只是“不以物喜，不以己悲”地干着自己分内的事情。

自以为是的人容易头脑发热、充满梦想，只相信自己的智慧和能力，坚信只有自己是正确的；他们从不接受别人的意见和劝告，认为采纳了别人的意见就等于认输了。这些人其实是典型的外强中干，他们的固执恰恰证明了他们骨子里的自卑，所以才不愿服输。

其实，一个有内涵、有魄力的人，也不一定永远就站在智慧的最高峰。忘记曾经的成功和辉煌，正视现实，不蛮干，这样的人即便退居幕后，人们给予他的仍然是掌声和鲜花。

福特是美国著名的福特汽车的创始人。他对汽车和摩托车业的发展作出了巨大的贡献，曾获美国总统颁发的“一等勋章”。在美国乃至整个世界

的汽车制造业里，福特都可称得上是一个很有影响的重量级人物。

但没有人是十全十美的。在福特技术研究所内部，人们曾为汽车内燃机是采用“水冷”还是“气冷”发生了激烈争论。福特是“气冷”的支持者，所以，新开发出来的N360小轿车采用的都是“气冷”式内燃机。

在美国举行的一级方程式冠军赛上，一位车手驾驶福特公司的“气冷”式赛车参赛。在跑至第三圈时，由于速度过快导致赛车失控，赛车撞到围墙上后，油箱爆炸，车手被烧死。此事导致福特“气冷”式N360小轿车的销量大减。技术人员要求研究“水冷”式内燃机，仍被福特拒绝。一气之下，几名主要技术人员准备辞职。

福特公司的副总经理感到事态严重，就打电话给福特：“您觉得您在公司是当总经理重要，还是当一名技术人员重要？”福特在惊讶之余回答：“当然是当总经理重要。”副总经理直截了当地说：“那就同意他们去搞水冷引擎。”福特突然省悟过来，毫不犹豫地说：“好吧！”

后来，技术人员开发出了适应市场的产品，使公司的销售量大增。那几个当初想辞职的技术人员均被福特委以重任。

福特公司步入了良性发展的轨道。一天，公司的一名中层管理人员瓦尔多与福特交谈时说：“我认为公司中层领导都已成长起来了，您是否考虑一下培养接班人的问题？”瓦尔多的话很含蓄，但却表明了要福特辞职的意愿。福特一听，连连称赞：“你说得对，你不提醒我倒忘了，我确实该退下来了，不如今天就辞职吧！”由于涉及移交手续问题，几个月后福特便把董事长的位子让给了别人。

一个人无论地位多高或者拥有多么伟大的成就，都不可避免地会犯这样或那样的错误。能够虚心听取下属与自己主张相反的意见；当下属提出要求让自己辞职时，能欣然接受。这两件小事就足以表明福特人格的高尚。人生是被一个又一个亮点照亮的，而为了创造新的亮点，你可能需要随时忘记你正在拥有或曾经拥有的荣光。

任何人都不是超人，可能有这样或那样的缺点或不足，所以千万不要以为自己对于整个世界来说是不可或缺的。地球离了谁都可以照常运转，所以，做人还是应该拥有一颗平常心，凡事都不要太狂妄了，因为狂妄的人往往会在无意中伤害他人的自尊心，从而失去别人的信赖，在困难的时





候也得不到别人的帮助。

即便你是一个不可多得的人才，也应该谦虚谨慎。许多时候，我们不是跌倒在自己的缺陷上，而是跌倒在自己的优势上，因为，缺陷常能给我们以提醒，而优势却常常使我们忘乎所以。

## 不要炫耀自己

有才能自然是好事，每个人有了成就都希望得到别人的承认，希望有人赞扬，让人羡慕，因此，总是在有意无意间展示自己的长处，炫耀自己。但是，如果因此而自以为是，好事也有可能变成坏事。

枪打出头鸟，过分炫耀自己不但得不到什么好处，相反更容易招致不测。“满招损，谦受益”，谦虚低调，是做人应该具备的心态；自以为是、过分炫耀，最终为人所厌。

没有人希望自己比别人差，也没有人希望自己生活在别人蔑视的眼光里。即便确实不如别人，也没有人希望自己在别人眼里低人一等。炫耀，就是抬高自己，也是无形之中贬低别人的一种极不理智的做法。

每个人有了成就都希望得到别人的承认，希望有人赞扬，因此，总是在有意无意间展示自己的长处，殊不知，这实际是在自己头顶悬了一把不知道什么时候就会掉落的利剑。

“当夜幕开启，富凯攀上了世界的顶峰。等到夜晚结束，他跌落了谷底。”著名作家伏尔泰这句话说的其实是一个因为过分炫耀而招致灾祸的故事。

法国的财政大臣富凯为了博得国王路易十四的欢心，决定策划一场前所未有的宴会。他费尽心思筹划准备，邀请了当时欧洲最显赫有名的贵族和学者，甚至还请著名的剧作家莫里哀为这次宴会专门写了一个剧本。

这次宴会极其奢华，有许多人们见所未见闻所未闻的食品和水果，庭院的装修、室内的装潢、烟花的设计乃至莫里哀的戏剧表演，甚至宴会中



的每一个细节，无不让嘉宾们大开眼界。人人都从心底发出赞叹，认为这是所参加过的最为完美杰出的宴会。

然而，就在第二天，人们还在回味富凯举办的盛宴时，令人难以置信的事情发生了：国王逮捕了富凯。三个月后，富凯以窃占国家财富罪被关进了监狱，他人生最后的20年都是在单人牢房里度过的。

这就是炫耀的结果，很多时候一时的炫耀反会为自己的将来埋下祸根，不管炫耀的是知识、财富、学识还是容貌。富凯本以为国王观看了他精心安排的表演会感动于他的忠诚和能干，可以让国王明白他的高雅品位和受人民欢迎的程度，从而任命他为宰相。然而事与愿违，每一个新颖壮观的场景，每一幕精彩绝伦的表演，每一位嘉宾的赞赏和微笑，在国王看来，都是财政大臣的炫耀，这深深地刺激了路易十四，傲慢自负、号称“太阳王”的他怎么能咽得下这口气？怎么能容忍富凯超过自己，夺去属于国王的光辉呢？

于是，便有了富凯的不幸结局。

处世低调，不要向别人炫耀自己，富凯如果懂得这一点，恐怕就不会身陷囹圄，在牢房中度过自己人生的最后20年了。

能力不是吹出来的，成功也不需要处处炫耀。谦和的心态、低调的作风更能让人们印象深刻。美国南北战争时期，北军的格兰特将军和南军李将军率部交锋，经过一番激烈的血战，南军战败认输，李将军签订了降约，美国内战结束。

看看格兰特将军立了大功后，是怎么做的吧！

首先他谦恭地称赞对手：“李将军这次虽然战败了，但是这与他卓越的才能没有一点关系，他依旧是一位伟大的军事统帅。他仍旧一如既往地镇定，身穿全新的、完整的军服，腰佩宝剑，气宇轩昂。而像我这种矮个子，身穿士兵的破旧衣服，和他那高大的身材比较起来，真是相形见绌。”

格兰特不仅没有因对方战败而诋毁对方的军事才能，而且还大度地赞美了李将军的仪表和态度。他谦虚地认为自己的胜利和李将军的失败，是天气方面的原因造成的。他说：“这次胜利来得很幸运，当时他们的军队在弗吉尼亚，那里几乎天天下雨，行军作战异常不便。而同时我们军队所经过的地方，差不多每天都是好天气，老天都在帮助我们，许多地方往往

