

舒大丰◎著

# 做人做事 心理咨询 全书

RENSHENGYOUHUA

养性：做人的12条简单法则



人生充满了各种弱点，克服这些弱点成为一个人一生中必须要做到的事情，弱点分很多种，我们要善于分清哪些弱点是必须先克服的，哪些对我们影响较大，当一个人战胜了局限自己发展的弱点后，他才可能真正变得强大。

百花洲文艺出版社

人生优化篇

R395.6  
23

养性：做人的 12 条简单法则

# 做人做事心理咨询全书 (人生优化篇)

舒大丰 著

百花洲文艺出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

养性:做人的 12 条简单法则/舒大丰.著 —南昌:

百花洲文艺出版社,2005

ISBN7-80647-920-1

I.养... II.舒... III.散文-作品集-中国-当代

IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 132350 号

**做人做事心理咨询全书**  
**养性:做人的 12 条简单法则**  
舒大丰 著

---

出版发行:百花洲文艺出版社

地 址:南昌市阳明路 310 号江西出版大厦

邮政编码:330008

经 销:各地新华书店

印 刷:北京中兴印刷有限公司

版 次:2007 年 1 月第 1 版第一次印刷

开 本:787 毫米×1092 毫米 1/16

字 数:200 万

印 张:75.25

---

ISBN 7-80647-920-1/I·575

定 价:119.20 元(共 4 册,每册定价 29.80 元)

## 目 录

|                        |    |
|------------------------|----|
| 第一章 调适自我心态 .....       | 1  |
| 欲望要适度 .....            | 2  |
| 适可而止莫贪婪 .....          | 6  |
| 驱除自私 .....             | 10 |
| 现代人都患上了“精神疲倦综合症” ..... | 14 |
| 为什么人会有虚荣心 .....        | 17 |
| 千万别为虚名所累 .....         | 22 |
| 攀比恐慌症 .....            | 25 |
| 你消极了吗 .....            | 28 |
| 别人痛恨你的吝啬了吗 .....       | 31 |
| 你胆怯了吗 .....            | 34 |
| 摆脱恐惧的困扰 .....          | 38 |
| 紧张情绪的调节 .....          | 41 |
| 玩世不恭并不意味着你很“酷” .....   | 44 |
| 悲观挡住生活的阳光 .....        | 48 |
| 什么时候都不能浮躁 .....        | 53 |
| 迷信这回事 .....            | 57 |
| 自我封闭 .....             | 60 |
| 有时候你会想到自杀 .....        | 64 |
| 谁压抑了你 .....            | 67 |
| 后悔——心理健康的大敌 .....      | 71 |
| 猜疑让你失去最宝贵的东西 .....     | 73 |
| 失落感是脆弱表现 .....         | 78 |
| 嫉妒就要付出代价 .....         | 82 |
| 问问自己是否孤独 .....         | 85 |
| 别有依赖心理 .....           | 88 |



|                                 |                |
|---------------------------------|----------------|
| <b>第二章 把你的毛病切除——改掉不良习惯 ...</b>  | <b>93</b>      |
| 良好的习惯是怎样养成的 .....               | 94             |
| 坏毛病怎么改 .....                    | 97             |
| 目光短浅怎么办 .....                   | 99             |
| 神经过敏怎样克服 .....                  | 102            |
| 克服完美主义心理 .....                  | 106            |
| 别怨天尤人 .....                     | 114            |
| 您又生气了吗 .....                    | 119            |
| 你意气用事了吗 .....                   | 125            |
| <br><b>第三章 向不良行为进攻 .....</b>    | <br><b>129</b> |
| 丢三落四的健忘症 .....                  | 130            |
| 虎头蛇尾有始无终 .....                  | 134            |
| 你经常面对诱感动心吗 .....                | 137            |
| 做事要有章程,不能急功近利 .....             | 142            |
| 目标如果错了,努力就是南辕北辙 .....           | 145            |
| 好高骛远不是好行为 .....                 | 147            |
| 选择逃避你就失败了 .....                 | 150            |
| 犯了错,你敢于承担吗 .....                | 154            |
| <br><b>第四章 成功者的个性是这样的 .....</b> | <br><b>157</b> |
| 先了解自己的性格 .....                  | 158            |
| 成功的个性打造成功的人生 .....              | 161            |
| 塑造你的非凡气质 .....                  | 163            |
| 千万别固执得令人反感除非你是个伟人 .....         | 165            |
| 软弱可欺是不值得同情的 .....               | 168            |
| 优柔寡断要不得 .....                   | 171            |
| 如何克服刚愎自用的毛病 .....               | 174            |
| 狂妄自大令所有人讨厌你 .....               | 178            |

|                            |            |
|----------------------------|------------|
| 学会让自己的长处更长 .....           | 181        |
| <b>第五章 走出人际交往的盲区 .....</b> | <b>183</b> |
| 扩大你的交际范围 .....             | 184        |
| 你怯场了吗 .....                | 188        |
| 你和别人的关系紧张吗 .....           | 192        |
| 在交际中你的形象价值百万 .....         | 194        |
| 卑劣者最常用的武器:拍马屁 .....        | 198        |
| 以貌取人,失之子羽 .....            | 201        |
| 与上司交往的学问 .....             | 207        |
| 与下属交往的学问 .....             | 209        |
| 结交异性讲究尺度 .....             | 216        |
| 合作伙伴最重要 .....              | 219        |
| 区别对待批评你的人 .....            | 221        |
| 别人嫉妒你了怎么办 .....            | 224        |
| 小心! 你可能树敌了 .....           | 226        |
| 得罪人的事该不该干 .....            | 230        |
| 有了误会立即就要消除 .....           | 232        |
| <b>第六章 走出事业迷途 .....</b>    | <b>235</b> |
| 胜利属于生活的强者 .....            | 236        |
| 付出代价才会成功 .....             | 240        |
| 不要轻易改行,也不要不敢改行 .....       | 243        |
| 工作安排你不满意也要干好 .....         | 247        |
| 眼前的工作就是最好的事业 .....         | 249        |
| 不为激动所欺骗的择业 .....           | 251        |
| 眼高手不能低,心高眼要到 .....         | 254        |
| 心态要积极,做事要努力 .....          | 258        |



|                          |            |
|--------------------------|------------|
| <b>第七章 跨越幸福的障碍 .....</b> | <b>263</b> |
| 突破精神枷锁 .....             | 264        |
| 放弃就是跨越 .....             | 269        |
| 得不到和已失去 .....            | 272        |
| 握住自己快乐的钥匙 .....          | 275        |

## 调适自我心态

第二章

社会的激烈竞争，生活的快节奏，工作的高强度，使人们面临太多的心理压力，而心理压力超过一定的限度，就有可能自己击败自己，如何及时调适自己失衡的心态，就是现代人必须掌握的心理知识。



## 欲望要适度

人苦于不知足，既得陇复望蜀。似乎人是永远不会满足的。在人看来，欲望的满足就是幸福。某经济学家甚至提出了一个公式：幸福=你实际得到的/你希望得到的。当比值大于一时，人就是幸福的，否则，就是不幸的。于是，人们拼命地努力，以保证自己得到的大于自己期望的。如今，古代人梦想到的，现代人都实现了；古代人梦不到的，现代人也实现了。可是人们比古人幸福了吗？恐怕未必。

有一个小朋友在路边哭，一个路人走过身边问他为什么哭？他说：“我丢了一美元，所以我在哭。”这个路人很好心地给了他一美元说：“你不要哭了，我给你一美元。”然后好心人便走了。可是当好心人办完事情回来时发现那个小朋友还在哭，就又问：“你为什么还哭啊？我已经给过你一美元了？”小朋友说：“如果我不丢了那一美元我现在就有两美元了。”

这样的一个小故事讲述了人的一种欲望，当你没有的时候你期盼着有，但是当你拥有了的时候你便会期盼更多，永远都没有一个终点，人的欲望没有终点，这样的人永远不会快乐，因为他永远没有满足的快乐。

欲望这个词，按照其字面上的理解，是指人想要得到而又没有得到某种东西的一种心理状态。根据这个理解，欲望含有两层意思：人必须对某种东西有不足之感；人必须思想上甚至在行为上去获得这种东西。

明末皇室郑恭王的儿子朱载堉，在父亲死后拒绝承袭爵位。他写有一首散曲叫《十不足》：

终日奔忙只为饥，才得有食又思衣。

置下绫罗身上穿，抬头又嫌房屋低。

盖下高楼并大厦，床前却少美貌妻。  
娇妻美妾都娶下，又虑出门没马骑。  
将钱买下高头马，马前马后少跟随。  
家人招下数十个，有钱没势被人欺。  
一铨铨到知县位，又说官小势位卑。  
一攀攀到阁老位，每日思想要登基。  
一日南面坐天下，又想神仙来下棋。  
洞宾与他把棋下，又问哪是上天梯。  
上天梯子未做下，阎王发牌鬼来催。  
若非此人大限到，上到天上还嫌低。

这篇散曲写得很生动，很深刻，他描写了人的欲望是没有止境的。人有欲望是正常的，而人的欲望如不加以克制往往又是永无止境的，没有止境的欲望是危险的。人要学会适当克制自己的欲望。

有一位禁欲苦行的修道者，准备离开他所住的村庄，到无人居住的山中去隐居修行，他只带了一块布当衣服，就一个人到山中居住了。后来他想到当他要洗衣服的时候，他需要另一块布来替换，于是他就下山到村庄中，向村民要了一块布当衣服，当作换洗用的衣服。

当这位修道者回到山中之后，他发现在他居住的茅屋里有一只老鼠，常常会在他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，因此他不愿意伤害那只老鼠，但是他又没有办法赶走那只老鼠，所以他回到村庄中，向村民要了只猫来饲养。

得到了猫之后，他又想到了：“猫吃什么呢？我并不想让猫去吃老鼠，但总不能跟我一样吃野菜吧！”于是他又向村民要了一头奶牛，这样子猫就可以牛奶牛生活。

但是，在山中居住了一段时间以后，他发觉每天都要花很多时间来照顾那头奶牛，于是他又回到村庄，找了一个可怜的流浪汉，带这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，他跟修道者抱怨：“我跟你不一样，我需要一个大太太，我要正常的家庭生活。”修道者想想也有道理，他不能强迫别人一定要跟他一样，过着禁欲苦行的生活。

这个故事就这样演变下去，你可能也猜到了，到了后来，也许是半年以后，整个村庄都搬到山上去了。这其实正是发生在我们身边的故事，欲望就像是一条锁链，一个牵着一个，永远都不能满足。而真正可悲的是：人绝对



不愁为自己的欲望找不到借口的。

现在是一个竞争的年代，人人都想地位比别人高，钱比别人多，名气比别人大，活得比别人潇洒。观念决定行为。一切芸芸众生，为谋求成功，勤奋学习，善于观察，勤于思考，及时总结，为向更高的目标前进积累了资本和经验。永不满足，永不停顿，永不懈怠的勇气和激情也为其注入了生机和活力，自我加压，只争朝夕，负重前行，努力谋求成功，力争成为巨无霸，人上人。

扪心自问，这样的生活，能不累吗！被欲望沉沉地压着，能不精疲力竭吗！静下心来想一想：有什么目标真的非让我们实现不可，又有什么东西值得我们用宝贵的生命去换取？朋友，让我们斩除过多的欲望吧，将一切欲望减少、再减少，从而让真实的欲求浮面。

这是一个极具诱惑力的社会，这是一个欲望膨胀的年代，人们的心里总是塞满着欲望和奢求，追名逐利的现代人，总是奢求穿要高档名牌，吃要山珍海味，住要乡间别墅，行要宝马香车，一切都被欲望支配着。

这又是一个欲望泛滥的年代，诱惑人们的东西特别多。看看自己的前后左右，上上下下，还真是这样。不管是强者还是弱者，亦不论是耄耋之年的老人，还是刚刚踏入社会的年轻人，身体上都像是注射了兴奋剂似的，唯上是尊，唯我是本，唯利是图，为名所累，为情所困，在形形色色的诱惑面前，打破了自身原有的平衡。

欲望，永不满足的欲望，成为人们不懈追求的原动力。有道是，人往高处走，水往低处流；也有说“有了千田想万田，当了皇帝想成仙的”；还有说“人心不足蛇吞象的”，大体上都是说人心的无足和欲壑的难填。永不满足的官欲，强烈的权欲，虚伪的阔欲，贪婪的财欲，淫邪的色欲，都是十分危险的东西，如果任其泛滥，势必招惹大祸。

一个气球，人们往里面吹的气越多，气球和外界空气的接触面越大。人的欲望似乎也与此类似。现代人得到的东西是比以前多了无数，可是也发现了更多的诱惑，也就有了更多的欲望和追求，只不过，我们吹气球时会避免把多余的空气吹进去，直到气球爆炸，而大多数的人却一味地产生这样或那样的欲望，根本不顾自己追求的是不是自己真正需要的。

在一间很破的屋子里住着一个穷人，他穷得连床都没有，只好躺在一张长凳上。穷人自言自语地说：“我真想发财呀，如果我发了财，决不做吝啬鬼……”

这时候，上帝在穷人的身旁出现了，说道：“好吧，我就让你发财吧，我会给你一个有魔力的钱袋。”上帝又说：“这钱袋里永远有一块金币，是拿不

完的。但是,你要注意,在你觉得够了时,要把钱袋扔掉才可以开始花钱。”说完,上帝就不见了。在穷人的身边,真的有了了一个钱袋,里面装着一块金币。穷人把那块金币拿出来,里面又有了一块。于是,穷人不断地往外拿金币。穷人一直拿了整整一个晚上,金币已有一大堆了。他想:啊,这些钱已经够我用一辈子了。到了第二天,他很饿,很想去买面包吃。但是,在他花钱以前,必须扔掉那个钱袋。于是,他拎着钱袋向河边走去。他又开始从钱袋里往外拿钱。每次当他想把钱袋扔掉时,总觉得钱还不够多。日子一天天过去了,穷人完全可以去买吃的、买房子、买最豪华的车子。可是,他对自己说:“还是等钱再多一些吧。”他不吃不喝地拿,金币已经快堆满一屋子了。同时,他也变得又瘦又弱,头发也全白了,脸色蜡黄。他虚弱地说:“我不能把钱袋扔掉,金币还在源源不断地出来啊!”终于,他倒了下去,死在了他的长凳上。旁边堆放着满屋子的金币。

生活中很多人一心希望拥有的越多越好,爬得越高越好,结果当然是疲惫不堪,到头来什么也没得到。其实我们每个人所拥有的财务,无论是房子、车子……无论是有形的,还是无形的,没有一样是属于你自己的。那些东西不过是暂时寄存与你,有的让你暂时使用,有的让你暂时保管而已。到了最后,物归何主,都是未知数。所以智者把这些欲望统统视为身外之物。

我们应该知道,即使我们拥有整个世界,我们一天也只吃三餐,一次也只能睡一张床,即使是一个挖水沟的工人也可如此享受,而且他们可能比比尔·盖茨吃得更津津有味,睡得更安稳。

伟大的作家托尔斯泰曾讲过这样一个故事:有一个人想得到一块土地,地主就对他说:“清早,你从这里往外跑,跑一段就插个旗杆,只要你在太阳落山前赶回来,插上旗杆的地就都归你。”那人就不要命地跑,太阳偏西了还不知足。太阳落山前,他是跑回来了,但人已精疲力竭,摔个跟头就再没起来。于是有人挖了个坑,就地埋了他。牧师在给这个人做祈祷的时候说:“一个人要多少土地呢?就这么大。”

人生的许多沮丧都是因为你得不到想要的东西。其实,我们辛辛苦苦地奔波劳碌,最终的结局不都是只剩下埋葬我们身体的那点土地吗?伊索说的好:“许多人想得到更多的东西,却把现在所拥有的也失去了。”这可以说是对得不偿失的最好的诠释了。

人的心理,不是所谓“好货不怕比”,就是“货要比三家”。人的欲望,就是从积蓄到消解,消解之后又积蓄,其过程是往返复始的,其满足是没有止境的。如此“欲壑难填”,所以“幸福”的终点往往是可望而不可及的。

其实,人人都有欲望,都想过美满幸福的生活,都希望丰衣足食,这是



人之常情。但是,如果把这种欲望变成不正当的欲求,变成无止境的贪婪,那我们就无形中成了欲望的奴隶了。在欲望的支配下,我们不得不为了权力,为了地位,为了金钱而削尖了脑袋向里钻。我们常常感到自己非常累,但是仍觉得不满足。因为在我们看来,很多人比自己的生活更富足,很多人的权力比自己大。所以我们别无出路,只能硬着头皮往前冲,在无奈中透支着体力、精力与生命。

但人的欲望要适度,不要和自己的实际情况相差甚远,这样,才能在生活中享受到属于自己的幸福和快乐。

## 适可而止莫贪婪

“贪”的本义指爱财,“婪”的本义指贪得无厌,意即对与自己的力量不相称的某一目标过分的欲求。与正常的欲望相比,贪婪没有满足的时候,反而愈满足,胃口就越大。贪婪得来的恭喜,永远是人生的累赘。贪婪轻则让人丧失生活的乐趣,重则能毁掉一生的幸福。生活的压力越来越大,脸上的笑容越来越少,这或许便是贪婪的代价。

有些人认为社会是为自己而存在的,天下之物皆为自己所拥有。这种错误的价值观念使得他们“贪婪成性”。有贪婪之心的人,初次伸出黑手时,多有恐惧心理。一旦得手,便喜上心头,每一次侥幸过关对他都会产生一种行为的强化作用,不断刺激着那颗贪婪的心。有些人原来家境贫寒,或者生活中有段坎坷的经历,便觉得社会对自己的不公平,一旦其地位、身份上升,就会利用手中的权利向社会索取不义之财,以补偿以往的不足,形成一种补偿心理。还有人存在着攀比心理,看别人比自己过得好,物质生活比自己富裕,就会更贪婪的索取自己的东西,以求平衡。

有这样一个故事：

有座山，山里有一个神奇的洞，里面的宝藏足以使人终生享用不尽。但是这个山洞一百年才开一次。有一个人无意中经过那座山时，正巧碰到百年难得的一次洞门大开的机会，他兴奋地进入洞内，发现里面有大堆的金银珠宝，他急忙快速地往袋子里装。由于洞门随时都有可能关上，他必须尽快离开。

当他得意洋洋地装了满满一袋珠宝后，神色愉快地走出了洞口，出来后却觉得金银财宝太少了，应该再回去拿些出来，于是他又冲入洞中，可惜时刻已到，他和山洞一起消失得无影无踪。

故事很简单，却耐人寻味。

贪婪的人，被欲望牵引，欲望无边，贪婪无边；贪婪的人，是欲望的奴隶，他们在欲望的驱使下忙忙碌碌，不知所终；贪婪的人，常怀有私心，一心算计，斤斤计较，却最终一无所获。

古语说：“人为财死，鸟为食亡。”人不能没有欲望，不然就会失去前进的动力，但人却不能有贪婪之心，因为贪欲是个无底洞，你永远也填不满。前苏联教育家马卡连柯曾经说过：“人类欲望本身并没有贪欲，如果一个人从烟雾弥漫的城市里来到一个松树林里，呼吸到清新的空气，非常高兴，谁也不会说他消耗氧气是过于贪婪。贪婪是从一个人的需要和另一个人的需要发生冲突开始的，是由于必须用武力、狡诈、盗窃，从邻人手中把快乐和满足夺过来而产生的。”

一个穷人会缺很多东西，但是，一个贪婪者却是什么都会缺！

贫穷的人只要一点东西，就可以感到满足，奢侈的人需要很多东西也可满足，但是贪婪的人却需要一切东西才能满足。所以贪婪的人总是不知足，他们天天生活在不满足的痛苦中，贪婪者想得到一切，但最终两手空空。

有一则寓言：

上帝在创造蜈蚣时，并没有为它造脚，但是它们可以爬得和蛇一样快速。有一天，它看到羚羊、梅花鹿和其他有脚的动物都跑得比它还快，心里很不高兴，便嫉妒地说：“哼！脚愈多，当然跑得愈快！”

于是，它向上帝祷告说：“上帝啊！我希望拥有比其他动物更多的脚。”

上帝答应了它的请求。他把好多好多脚放在蜈蚣面前，任凭它自由取用。

蜈蚣迫不急待地拿起这些脚，一只一只地往身上贴，从头一直贴到尾，直到再也没有地方可贴了，它才依依不舍地停止。



它心满意足的看着满身是脚的自己,心中窃喜:“现在我可以像箭一样飞出去!”但是当它开始要跑步的时候,才发觉自己根本控制不了这些脚.这些脚劈里啪啦的各自走着,它非得全神贯注,才能使一大堆脚不致互相绊跌而顺利地往前走.这样一来,它走得比以前更慢了。

任何事物都不是多多益善,蜈蚣因为贪婪,反而被数不清有脚成为束缚它行动的绳索,代价可想而知。

《圣经》上说:如果你得到的是整个世界,而丧失了自我的生命,那么,你也得不偿失。因为贪婪得来的东西,永远是人生的累赘。贪婪轻则让人丧失生活的乐趣,重则误了身家性命。生活的压力越来越大,脸上的笑容越来越少,这或许便是贪婪的代价。

克服贪婪心理最好的方法就是要知足常乐。有许多时候,我们不知道满足,对于前世,我们会埋怨父母没有把我们生养在富贵之家,对于后世,总是抱怨子孙们不能个个如龙似凤,但我们更多的不满足还是来自于自身。

有一个小孩,大家都说他傻,因为如果有人同时给他5毛和1元的硬币,他总是选择5毛,而不要1元。有个人不相信,就拿出两个硬币,一个1元,一个5毛,叫那个小孩任选其中一个,结果那个小孩真的挑了5毛的硬币。那个人觉得非常奇怪,便问那个孩子:“难道你不会分辨硬币的币值吗?你为什么不要面值大的硬币呢?”孩子小声说:“如果我选择了1元钱,下次你就不会跟我玩这种游戏了!”

这就是那个小孩的聪明之处。的确,如果他选择了1元钱,就没有人愿意继续跟他玩下去了,而他得到的,也只有1元钱!但他拿5毛钱,把自己装成傻子,于是傻子当得越久,他就拿得越多,最终他得到的,将是1元钱的若干倍!因此,在现实生活中,我们不妨向那“傻小孩”看齐——不要1元钱,而取5毛钱!

而更多的人在社会上,却常有一种不拿白不拿,不吃白不吃的贪婪!殊不知你的贪不仅损害了他人的利益,还会使他人对你的贪婪反感。或许他人可以容忍你的行为,不在乎你的贪,但如果你懂得适可而止,他会对你有更好的印象与评价,因此愿意延续和你的关系。

可叹的是,现代社会充斥着下列现象:人际关系一次用完,做生意一次赚足!以为自己这样做是聪明,殊不知这都是在断自己的路!欲望的永不满足不停地诱惑着人们追求物欲的最高享受,然而过度地追逐利益往往会使人迷失生活的方向,因此,凡事适可而止,才能把握好自己的人生方向。

几个人在岸边垂钓,旁边几名游客在欣赏海景。只见一名垂钓者竿子

一扬,钓上了一条大鱼,足有一尺多长,落在岸上后,仍腾跳不止。可是钓者却用脚踩着大鱼,解下鱼嘴内的钓钩,顺手将鱼丢进海里。

围观的人发出一片惊呼,这么大的鱼还不能令他满意,可见垂钓者雄心之大。

就在众人屏息以待之际,钓者鱼竿又是一扬,这次钓上的还是一条一尺长的鱼,钓者仍是不看一眼,顺手扔进海里。

第三次,钓者的钓竿再次扬起,只见钓线末端钩着一条不过几寸长的小鱼。众人以为这条鱼也肯定会被放回,不料钓者却将鱼解下,小心地放回自己的鱼篓中。

众人百思不得其解,就问钓者为何舍大而取小。

钓者回答说:“哦,因为我家里最大的盘子只不过有一尺长,太大的鱼钓回去,盘子也装不下。”

在经济发达的今天,像钓鱼者这样舍大取小的人是越来越少,反而是舍小取大的人越来越多。

俗话说,贪心图发财,短命多祸灾。心地善良、胸襟开阔等良好的品性,才是健康长寿之本。贪图小便宜,终究是要吃大亏的。

法国人从莫斯科撤走后,一位农夫和一位商人在街上寻找财物。他们发现了一大堆未被烧焦的羊毛,两个人就各分了一半捆在自己的背上。

归途中,他们又发现了一些布匹,农夫将身上沉重的羊毛扔掉,选些自己扛得动的较好的布匹;贪婪的商人将农夫所丢下的羊毛和剩余的布匹统统捡起来,重负让他气喘吁吁、行动缓慢。

走了不远,他们又发现了一些银质的餐具,农夫将布匹扔掉,捡了些较好的银器背上,商人却因沉重的羊毛和布匹压得他无法弯腰而作罢。

突降大雨,饥寒交迫的商人身上的羊毛和布匹被雨水淋湿了,他踉跄着摔倒在泥泞当中;而农夫却一身轻松地回家了。他变卖了银餐具,生活富足起来。

大千世界,万种诱惑,什么都想要,会累死你,该放就放,你会轻松快乐一生。贪婪的人往往很容易被事物的表面现象迷惑,甚至难以自拔,事过境迁,后悔晚矣!

一次,一个猎人捕获了一只能说70种语言的鸟。“放了我,”这只鸟说,“我将给你三条忠告。”“先告诉我,”猎人回答道,我发誓我会放了你。鸟说道:“第一条忠告是做事后不要懊悔;第二条忠告是如果有人告诉你一件事,你自己认为是不可能的就别相信;第三条忠告是当你爬不上去时,别费力去爬。”然后鸟对猎人说:“该放我走了吧。”猎人依言将鸟放了。这只鸟



飞起后落在一棵大树上，又向猎人大声喊道：“你真愚蠢。你放了我，但你并不知道在我的嘴中有一颗价值连城的大珍珠。正是这颗珍珠使我这样聪明。”

这个猎人很想再捕获这只放飞的鸟。他跑到树跟前并开始爬树。但是当他爬到一半的时候，他掉了下来并摔断了双腿。鸟嘲笑他并向他喊道：“笨蛋！我刚才告诉你的忠告你全忘记了。我告诉你一旦做了一件事情就别后悔，而你却后悔放了我。我告诉你如果有人对你讲你认为是不可能的事，就别相信，而你却相信像我这样一只小鸟的嘴中会有一颗很大的珍珠。我告诉你如果你爬不上去，就别强迫自己去爬，而你却追赶我并试图爬上这棵大树，结果掉下去摔断了双腿。这个箴言说的就是你：‘对聪明人来说，一次教训比蠢人受一百次鞭挞还深刻。’”说完，鸟飞走了。

人因贪婪常常会犯傻，什么蠢事也会干出来。所以任何时候要有自己的主见和辨别是非的能力，不要被假现象所迷惑。

贪婪是一种顽疾，人们极易成为它的奴隶，变得越来越贪婪。人的欲念无止境，当得到不少时，仍指望得到更多。一个贪求厚利、永不知足的人，等于是在愚弄自己。贪婪是一切罪恶之源。贪婪能令人忘却一切，甚至自己的人格。贪婪令人丧失理智，做出愚昧不堪的行为。因此，我们真正应当采取的态度是：远离贪婪，适可而止，知足者常乐。

## 驱除自私

自私是一种较为普遍的病状心理现象。“自”是指自我；“私”是指利己；“自私”指的是只顾自己的利益，不顾他人、集体、国家和社会的利益。常有自私自利、损人利己、损公肥私等说法。自私有程度上的不同，轻微一点是计较个人得失、有私心杂念、不讲公德；严重的则表现为达到个人目的，侵吞公款、诬陷他人、杀人越货、铤而走险。自私之心是万恶之源，贪婪、嫉妒、报复、吝啬、虚荣等病态社会心理从根本上来讲都是自私的表现。自私是我们走向成功和取得人生最伟大胜利的最大障碍，我们应该学会去克服它。