

只有放弃那些“无所谓”的事情，
才能更轻松地做好“有所谓”的事情。

从有所谓到

无所谓的 人生哲学

有所谓 催人奋发 无所谓 令人释怀

无所谓不是一种选择，而是一种淡定；不是一种坚守，而是一种释然；不是一种沉沦，而是一种潇洒；
不是一种固执，而是一种放弃；不是一种褊狭，而是一种宽裕
——这是对“无所谓”心态的哲学解读和辩证阐释。



张振学 著

中国纺织出版社

从有所谓到

无所谓的人生哲学

- ◎ 置身事中的茫然和超然物外的觉悟
- ◎ 无所谓是一种超脱的人生境界
- ◎ 无所谓是一种坦荡的做人风度
- ◎ 无所谓是一种淡泊的名利思想
- ◎ 无所谓是一种圆融的生存哲学
- ◎ 无所谓是一种成熟的处世姿态
- ◎ 无所谓是一种豁达的人际风范
- ◎ 无所谓是一种从容的职场情怀

上架建议 成功励志类

ISBN 978-7-5064-5886-3




9 787506 458863 >

定价：29.80元

从有所谓到
无所谓的
人生哲学

张振学 著

有所谓 催人奋发 无所谓 令人释怀

 中国纺织出版社

内 容 提 要

从“有所谓”到“无所谓”是同一人生境界的两面,也是同一哲学思想的虚实辩证。所有的成功人士,最初在人生旅途上艰难前行之时,几乎都义无反顾地卸掉了各种包袱,包括思想的重负,感情的拖累,琐事的搅扰……这一切对于自己所期待的远大目标而言,全都是无所谓的!本书循循善诱地阐述了“把一切拖累都看淡”的哲学思想,对人们更好地把握自己和把握生活具有十分现实的指导意义。

图书在版编目(CIP)数据

从有所谓到无所谓的人生哲学/张振学著. —北京:中国纺织出版社,2009.10

ISBN 978 - 7 - 5064 - 5886 - 3

I. 从… II. 张… 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 139298 号

策划编辑:李秀英 向连英 责任编辑:宗 静 责任印制:陈 涛

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010 - 64168110 传真:010 - 64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

香河县宏润印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2009年10月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:17

字数:200千字 定价:29.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换


前 言

从“有所谓”到“无所谓”是同一人生境界的两面，也是同一哲学思想的虚实辩证。几乎一切成功者都是“有所谓”的人，他们追求的是一种真正务实的人生；同样，几乎所有成功者也都是“无所谓”的人，他们追求的是一种绝对潇洒的境界。两者可谓阴阳相滋、虚实互补，共同构成了灵与肉、心与行的有益互动。

人之所以为人，就在于他有思想、有感情，对生活、事业有目标、有追求，办事交际有规则、有约束；接人待物有礼仪、有分寸。而这一切都是“有所谓”的，即在态度上要端正、认真、严谨、执著、务实，要讲究方法与效率，也就是说要用心，要努力去做好每一件事。任何浑浑噩噩、敷衍应付都会把自己推向失败、落后、贫穷、孤独，甚至难以生存的境地，这当然不是无所谓的。

但另一方面，每个人的精力都是有限的，思维都是狭隘的，情感都是脆弱的，如果事无巨细都放在心上，情无亲疏都萦在怀里，思无繁简都缠在脑中，这五尺之躯势必难以承重，其结果必然是脊梁的支柱被压垮，心灵的堡垒被摧毁，情感的田园被荒芜，甚至长出毒草。因而，对“有所谓”之外的、即对“有所谓”没有影响或者影响不大的人和事就必须采取一种“无所谓”的态度，即不去计较利害，不去一争高低，不去理会褒贬，不去争风吃醋，不在乎别人的毁誉，不在乎别人的愚贤，以宽容大度的胸怀对待别人，得失由天，好坏由他。就像一辆奔驰的马车，目标在前，路在脚下，扬鞭催马，一路欢歌。只要方向不错，别陷入泥淖，逆风逆水无所谓，崎岖坎坷无所谓，鸟语花香也无所谓。走过去，目的地就在前面蓝蓝的天空下。

可以说，无所谓不是一种选择，而是一种淡定；不是一种坚守，而是一种释然；不是一种沉沦，而是一种潇洒；不是一种固执，而是一种放弃；不是一种褊狭，而是一种宽豁——这是对“无所谓”心



态的哲学解读和辩证阐释。我们还可以从多个角度审视“无所谓”的丰富内涵：无所谓是一种对无奈生活的避让，是一种对被动境地的不屑，是一种无奈改变之后的精神解放，是一种被动回避之后的心灵解脱。无所谓是一种超然物外的处世心态，是一种成也潇洒败也潇洒的气量与胸襟，是一种得也轻松失也轻松的洒脱与超然，是一种顺也随便逆也随便的从容与乐观，是一种浮也自然沉也自然的逍遥与坦荡，是一种宠也不惊辱也不惊的平易与恬淡，是一种毁也如常誉也如常的自重与稳健，是一种恩也随缘怨也随缘的平和与自在，是一种炎也悠悠凉也悠悠的宁静与安然，是一种进也自如退也自如的和谐与守恒。无所谓是一种风度，一种气魄，一种胸怀，一种境界，一种超然物外的心态，一种悠然自逸的慰藉，一种对困境的不屑，一种对心灵的解脱。

“无所谓”是我们医治精神创伤、补剂心灵脆弱的秘药良方，是我们对生活 and 事业“有所谓”的依托和保障。只有放弃那些“无所谓”的事情，才能更轻松地做好“有所谓”的事情。对于许多事情“有所谓”，才有了今天人类社会的生生不息和辉煌灿烂；而有了“无所谓”，才少了许许多多的烦恼、困扰、纷争，才少了许许多多的罪恶、战争、灾难。正是为了“有所谓”的大目标，才要做到舍弃“无所谓”的琐事、小事、不值得的事，才能有所作为。从“有所谓”到“无所谓”是人生的一道二元方程，虽然复杂，但是有解，能解开它的必是志之人、有德之人。从“有所谓”到“无所谓”是人生的一道哲学命题，读懂它，并真正去实践它，人生才能走向成功和辉煌的巅峰。

让我们以“有所谓”的心志，认真解读“无所谓”的哲学，努力开创“有所为”的人生。

张振学

2009年8月于北京

目 录

第一章 从有所谓到无所谓

——置身事中的茫然和超然物外的觉悟

只要细究起来就会发现，人生的成功之道常常隐蔽于两种悖理的逻辑之中：在对待生活和对待社会态度上，一方面要表现得有所谓，一方面也要表现得无所谓。从有所谓到无所谓是一切得志者走向成功的并行双轨和进退有据的二元方程，也是一切快乐者自我解脱的心理魔方和轻松生活的万能密钥。事事有所谓，事事才能拿得起，这恰恰体现了一种认真负责的人生态度，万事皆因认真负责而趋于成功；而事事无所谓，事事才能放得下，这恰恰体现了一种超然物外的处世精神，万事皆因超然物外而洒脱无羁和畅行无阻。这其中深刻地蕴涵着从有所谓到无所谓的哲学境界和人生真谛。

- 既不要事事有所谓，也不要事事无所谓 (3)
- 用“有所谓”承担责任，以“无所谓”解脱心灵 (7)
- 人世须规正手脚，出世须放任心灵 (9)
- 放得下才能拿得起 (11)
- 做事踏踏实实，做人潇潇洒洒 (13)
- 因为有所不为，才能有所作为 (16)
- 圣人之道，为而不争 (19)
- 名利场中当看客 (22)
- 保持个性 (25)
- 无所谓即无烦恼 (27)



第二章 平易恬淡，顺其自然

——无所谓是一种超脱的人生境界

在这个世界上，人们当然不能返老还童，但却可以返璞归真。在饱尝了人间的风风雨雨和历尽了尘嚣的恩恩怨怨之后，有谁还依旧保持着最初的那份清纯和天真呢？不错，如果一个人在漫长的人生道路的中途还依然保有平易恬淡的幽情和顺其自然的真意，那将是一种何等超凡脱俗的人生境界啊！而对一切都淡然一些、无所谓一点，坚持不与人争风、生气，对一切都顺其自然和随遇而安，那么相信每个人都会在此境界中悠然自得。

- 人安茅屋静，心淡世路平 (31)
- 不求完美之心，便无缺漏之憾 (34)
- 不要为打翻的奶瓶而叹惜 (38)
- 不必太在乎自己 (40)
- 圣者无名，大者无形 (43)
- 安贫乐道，随遇而安 (46)
- 是真性情何惧飞语，是假随和岂投人意 (49)
- 采菊东篱下，悠然见南山 (53)
- 在心中给功名利禄一个适合的定位 (56)
- 别想“没影”的事 (59)

第三章 胸襟豁达，心地澄明

——无所谓是一种坦荡的做人风度

正所谓，“无所谓才能无所畏”，去掉所有的忌惮，就会只剩下达观；诚如是，“无所谓才能无所围”，去掉所有的樊篱，就会只剩下坦荡。因为，只有无所谓地面对世间一切的人，才能拥有豁达的胸襟和澄明的心地。如果对一切都太在意、太计较、太苛刻、太认真了，就会在自己的胸前筑起一道道壁垒，就会在自己的心地抹上一片片浊痕。相反，如果无所谓地看待尘世间的根根茎茎、枝枝节节，那么，你就会多一份达观和坦荡。也许正是由于“无所谓”的做人风度，才展示出生命深处的可贵情操，诠释了心灵驿站的高洁品质。

- 情加一码，理让三分 (63)
- 心胸宽如海，妒意无处生 (66)
- 做事凭好计谋，不如凭真良心 (70)
- 真情经行，毁誉如风 (73)
- 谦让一步宽十丈，人生之旅多坦途 (76)
- 容人之非，容人之过 (79)
- 坚持自我，哪管泰山崩于前 (82)
- 两袖清风朝天去，不怕阎闾话短长 (84)
- 释怀忧虑心底宽 (88)
- 输也安然，赢也泰然 (91)
- 改变心态，痛苦释然 (94)
- 伟大的选择 (96)



第四章 忘却自我，知足常乐

——无所谓是一种淡泊的名利思想

古人云，“圣者无名，大者无形”，“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”。只有努力地忽略自我、淡化自我，对名和利都无所谓一点，才能更好地融入博大的世界和纷繁的社会之中。否则，一个人常年萦怀于一己之私，一时之誉，一得之利，就会使自己逐渐被社会所抛弃。所以，以无所谓之心面对喧嚣的世界和纷扰的人群，做到得亦不喜、失亦不忧，忘却自我，知足常乐，才能达到一个人自我修炼的境地。

- 得之不大喜，失之不大悲 (101)
- 降低欲望，简化生活 (104)
- 名与利，生不带来死不带去 (107)
- 忘记自我，处事淡然 (109)
- 保持纯正本性 (112)
- 身于闹处，心在静中 (114)
- 知足者，身贫而心富 (117)
- 富而不奢真本性 (119)
- 让利精于取利，逃名巧于邀名 (121)
- 祸莫大于不知足，咎莫大于欲得 (124)
- 别为自己的不完美而自卑 (126)

第五章 中庸平和，灵活变通

——无所谓是一种圆融的生存哲学

有道是，“君子平生防未然，何必处身锋芒间。”人活于世，首要一点是保全自己。而保全自己的最佳武器则是“中庸平和，灵活变通”，这是无论在何种环境中都能使自己立于不败之地的生存哲学。此哲学深刻地蕴藉着一种圆融的“无所谓”的思想。这种“无所谓”的思想与其说是一种人生哲学，不如说是一种生存智慧，一种保全自己的智慧。因为我们在社会上生存，对人、对事、对物只有无所谓一点，才不会使自己变得激切而尖刻，强横而刁蛮，才不至于把自己推向社会斗争的锋芒中去，才不至于让自己陷于生存的风险之中。所以，只有学会无所谓地面对世间的一切，才能消磨自己性格的棱角，才能使自己获得人生的圆满。

- 有方圆之性才有方圆人生 (131)
- 天下之至柔，驰骋天下之至坚 (134)
- 对生活顺逆不要太使气 (136)
- 把心事关在门外 (139)
- 要善于以静制动 (142)
- 学会以简单的方法处理复杂的问题 (145)
- 培养城府，但不圆滑 (147)
- 生活的路本来就是坎坷不平的 (149)
- 生活的幸福源于心境的坦然 (152)
- 不要为琐事所累 (155)

第六章 高调做事，低调做人

——无所谓是一种成熟的处世姿态

人在社会上立身，既要学会处高，也要学会处低。“高调做事，低调做人”是许多成功人士严格遵守的人生训诲。人的一生其实就是在这“高”和“低”之间不断行走的过程，两者相反却又互通，殊途但又同归。有些事、有些人对自己要求高一点、严一点，也是很正常的，要以无所谓的姿态面对自己“处高”的境况；有些事，有些人对自己疏离一点，淡然一点，也是很正常的，要以无所谓的姿态面对自己“处低”的境况。要知道，既能“处高”又善“处低”，才是最成熟的处世姿态。

- 养浩然之气，怀平常之心 (161)
- 以最佳姿态入世 (165)
- 低调做人，高调做事 (168)
- 给自己一个最佳的社会定位 (176)
- 分清场合识进退 (179)
- 从容面对窘境 (181)
- 忍让一点又何妨 (184)
- 有利益冲突时少考虑自己，多在乎别人 (187)
- 拼得输赢皆为果，人生成败两由之 (189)
- 落花无言，人淡如菊 (192)

第七章 炎凉不嗔，恩怨无痕

——无所谓是一种豁达的人际风范

世态有炎凉，请不必嗔怪，其实无所谓；人间有恩怨，且不必萦怀，其实无所谓。人与人相处，关系密切，恩深情厚，当然是正常的；而态度冷漠，怨恨满腹，也同样是正常的。如果你具有豁达大度的人际风范，那么就不会发出“世态炎凉，人心不古”的慨叹，就不会再有“人心叵测，情薄义绝”的伤感。对这一切都表现得不嗔不怪，无踪无痕，才是一种豁达情怀。只要你对这一切表现得无所谓一点，相信你就会站得更高，看得更远，想得更开。

- 面对世态炎凉不要太感叹 (197)
- 对人间恩怨不要太萦怀 (199)
- 对情场悲欢不要太痴迷 (202)
- 任凭世事无常态，人情浓淡两相宜 (205)
- 世上没有不散的宴席 (208)
- 要快快乐乐地生活 (210)
- 有时不公平也是合理的 (212)
- 捐嫌释仇，以德报怨 (215)
- 善良的心总是受人尊敬的 (219)
- 如果不爱就潇洒地走开 (222)



第八章 宠辱不惊，去留无意

——无所谓是一种从容的职场情怀

每个人在职场上孜孜以求，谁都希望获得上司的宠爱，而不是怠慢；谁都希望在职场上春风得意、左右逢源，而不是被排挤、被贬谪或被辞退。但事实似乎也不尽然，职场上还有另外一种高洁之士，他们“宠辱不惊，坐看庭前花开花落”；他们“去留无意，闲看天上云卷云舒”。这该是一种何等从容的职场情怀啊！人若想活得潇洒，就应该学习如此从容，就应该学习如此大气！而这一切必须本源于一种无所谓的心态，必须彻悟于一种无所谓的哲学。

- 工作是一种态度 (227)
- 把职业当事业来经营 (231)
- 对职场进退不要太苛求 (235)
- 对仕途沉浮不要太执拗 (239)
- 对上司宠辱不要太多心 (242)
- 不与人做无谓的争辩 (244)
- 自己才是人生的主角 (247)
- 找到适合自己耕耘的土地 (249)
- 良禽择木而栖 (252)
- 别总让自己提心吊胆 (255)

- 参考文献 (257)
- 后记 (258)

从有所谓到无所谓的人生哲学

第一章 从有所谓到无所谓 ——置身事中的茫然和超然物外的觉悟

只要细究起来就会发现，人生的成功之道常常隐蔽于两种悖理的逻辑之中：在对待生活和对待社会态度上，一方面要表现得有所谓，一方面也要表现得无所谓。从有所谓到无所谓是一切得志者走向成功的并行双轨和进退有据的二元方程，也是一切快乐者自我解脱的心理魔方和轻松生活的万能密钥。事事有所谓，事事才能拿得起，这恰恰体现了一种认真负责的人生态度，万事皆因认真负责而趋于成功；而事事无所谓，事事才能放得下，这恰恰体现了一种超然物外的处世精神，万事皆因超然物外而洒脱无羁和畅行无阻。这其中深刻地蕴涵着从有所谓到无所谓的哲学境界和人生真谛。

CONG YOU SUO WEI DAO WU SUO WEI DE REN SHENG ZHE XUE



既不要事事有所谓，也不要事事无所谓

生活中有些事其实无所谓，看得开一点，看得淡一点，你就不会再为“活得太累”而感叹，就不会再为“活着真难”而萦怀。对事事都太认真，就必然会导致自己心事太重；对人人都太在乎，就必然会导致自己心神不宁。而在平时对有些人有些事都无所谓一点，就会使自己得到解脱，因为只有放下了心头的负担，你才可以轻松地生活。但这并不是说生活中事事都是无所谓的，关于原则与责任的、前途与命运的事情当然是有所谓的。但对我们普通人而言，生活中每天遇到的大都是一些琐碎的小事，或者是为了满足个人私欲而苦心经营的所谓“大事”，正是这些事令我们处处牵肠挂肚，事事耿耿于怀，其实细细想来，没什么大不了，只要以超然物外的处世心态去面对，这一切都不过是过眼云烟，云烟散了，世界依然一片静谧，一片明朗。

生活给我们施加许多压力，让我们在人生的旅途上轻松不得。其实，生活压在我们心头和肩头的负担都不能太重，如果太重，就会把我们压垮，只有适时适地的放弃一些担子，我们才能让自己变得轻松起来，才能跳得更高，走得更远。这其中深刻地蕴涵着一种从“有所谓”到“无所谓”的处世哲学。

在体育竞技赛场上，教练员时常用这样的话激励运动员：“无所谓才会无所畏，无所畏才能有所为。”面对强大的竞争对手，你没有必要惧怕，不惧怕就能放下包袱，以最佳状态投入到赛事中。所以，人活着千万不要让无所谓的事影响或干扰了有所谓的事。只有学会以无所谓的心态去面对各类令人烦恼的问题，你的人生才能达到轻松自如的境界。

现实生活告诉我们，既不可事事有所谓，也不可事事无所谓。事事有所谓，无异于杞人忧天，被无端的烦恼和困惑纠缠，以至于裹足