

<<不计较的活法>>

图书基本信息

书名：<<不计较的活法>>

13位ISBN编号：9787506494489

10位ISBN编号：7506494485

出版时间：2013-3

出版时间：张超 中国纺织出版社 (2013-03出版)

作者：张超

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<不计较的活法>>

### 前言

在生活中，我们常常会碰到难题和烦恼，但如果事事计较，只会落得一个悲惨的人生。

有个叫寒山的人问高僧拾得：“世人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我如何处治乎？”

”拾得答：“只要忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，再待几年，你且看他。”

”聪慧的人明白，凡事不可计较，要顺乎自然；对自己不苛求、对他人能宽容、放下“仇恨”、懂得感恩，只有这样的人才能从容生活、幸福圆满。

凡事过于计较只会给自己带来无穷烦恼，人生亦当宽宏大度。

古往今来，凡成大事者都有一颗宽大的心，豁达与容忍才是生存之道。

在现实生活中，如果人们事事计较，必将失去亲切温馨的感觉，招致猜疑和冲突；如果在工作中事事计较，便会陷入勾心斗角的旋涡，阻碍自己前进的步伐。

因此，我们要以一种平和的心态面对生活中的一些琐事，斤斤计较只会让自己过得不开心，惹得他人厌烦，更是成功路上的绊脚石。

就如古人所言：“做人留一线，日后好相见”！

所以说为了我们自己，做人也不要计较。

现代人都背负着沉重的生活和工作，计较，只会让你身心疲惫。

其实，人生的幸福在于遇事不计较。

不计较，就没有锱铢必较的狭隘，胸怀就会宽阔一些，人与人之间的关系就会融洽，生活中就会少一些针锋相对的斗争，多一些和谐与安然；不计较，就会少一些剑拔弩张的紧张，多一些风轻云淡的悠然；不计较，就会得之淡然，使之泰然，心境平和；不计较，就会摆脱世俗的束缚，完成自我的超越，成就幸福的人生。

人生不过短短几十年，要把眼光放得远一些，把心事放得轻一些，对人对事都要想得开看得开，而不是斤斤计较。

当以一种超脱的心境去面对，就不会再因为小事而烦恼，便会赢得更广阔的人生。

不计较的人生，是智慧的人生，这是一种生活态度，更是一种精神境界。

本书通过通俗易懂的语言，结合生动精彩的小故事，带给读者的不仅仅是阅读的愉悦，更是对生活深刻的反思和明悟，希望读者能够从中品悟人生的真谛。

## <<不计较的活法>>

### 内容概要

《不计较的活法》讲述了现代人背负着沉重的生活和工作压力，计较，只会让你身心疲惫。其实，人生的幸福在于遇事不计较。因此，要把眼光放得远一些，把心事放得轻一些，对人对事都要想得开、看得开，而不是斤斤计较。当你拥有一种超脱的心境就必然不会再因为小事而烦恼，便会赢得更广阔的人生。不计较是一种智慧，一种生活态度，更是一种人牛境界。

## &lt;&lt;不计较的活法&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章不计较，幸福悄然而至 人生的幸福在于不计较 计较只是庸人自扰 牢骚抱怨百害而无一益 太计较，是为自己四面树敌 生活中的琐碎小事不值得计较 少一点私心杂念就多一点幸福 为计较设一道防线 用技巧排除计较之心 不斤斤计较就能幸福 第二章不计较得失，方能活得自在 不计较得失，缺也会是圆 祸莫大于不知足，咎莫大于欲得 患得患失，幸福会离之远去 别在得失面前迷失自我 不要在追悔中失去现在 聪明人不计较得失记 第三章不计较名利。

就会多一些洒脱 不计较功名，心神一片安泰 不要钻进财富设下的圈套 摆脱名利枷锁的束缚 在名利诱惑面前保持洁身自好 贪欲是束缚自己的绳索 不必奢恋身外之物 切勿把名利当必需品 功名可求不宜贪 第四章不计较荣辱，乃做人做事立身之本 身份真的没那么重要 不计较自己的角色 不计较意味着低调而不低沉 主动示弱可赢得人心 唯有低头，才能出头 精于进更要巧于退 换个“走法”，路会更宽 争得有能力，让得有气度 第五章不计较世事纷繁，活出真快乐 不要苛求“完美” 做人要有一颗平常心 忘却不应该有的记忆 宽容虽然无法改变过去，但可以改变未来 人生需要能够容纳的大胸怀 原谅生活是延续生活的幸福 包容淡定是对幸福最好的投资 珍惜眼前的幸福 不计较的人凡事往好处想 第六章不计较他人，才能过上轻松的生活 丢下攀比，摆脱爱慕虚荣的怪圈 不攀不比，活在自己的角色里 不要在盲目的偶像崇拜中丧失自我 羡慕别人不如珍惜自己所拥有的 别因外表丑陋而计较 卸去嫉妒的枷锁 让自信拯救自己 卯 让自信战胜自卑 第七章不计较“多做一点”。

就会让你在竞争中脱颖而出 付出和收获一定是成正比的 以创造价值为导向，收获的比预期要多 把自己当做是企业的主人，你就会走向成功 计较无济于事，真正的机会以问题出现 不要计较自己比别人多走了一寸 责任让你表现得更加卓越 挺身而出，更能获得老板的器重 尽力把工作做得更好 做问题的解决者而非逃避者 第八章不计较不如意之事，顺其自然才能活得不累 顺其自然才能幸福 在平淡中享受生活 自然是最美的成色 做人要恬淡宁静 敬畏自然，人定顺天 顺其自然，不强求自己 随遇而安就会快乐 第九章不计较婚姻中的矛盾，就会有一个幸福的家 不要挑剔爱情是否完美 谁说糊涂的人不幸福 爱情不可比较与计较 不妨让婚姻也“休假” 别把烦恼带回家 不要试图改变对方 不计较就能避免矛盾 不要和家里人较真儿 忍让是幸福婚姻中的黏合剂 打消猜疑，才能活得轻松 参考文献

## &lt;&lt;不计较的活法&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：人生的幸福在于不计较。按照中医理论，如果人体的阴阳达到平衡，气息就会顺畅，清气自然上升，浊气必然下降。

而科学家经过研究得出的结论是：容易计较的人比心胸宽阔、不爱计较的人的寿命短。

如果把一个人呼出的气体导入一种液体里，结果是，当一个人处于平静状态时，液体无明显变化；而当一个人正在为某件事计较、生气时，液体会变得浑浊不清。

这就说明爱计较的人破坏了自身身体机能的正常运作，影响了阴阳的平衡，进而影响自己的身体健康。

一个人在生活中尤其需要大度。

气量狭小、遇事斤斤计较的人，生活中就会增添烦恼，就会处处碰壁。

而能以实际行动理解、包容了别人的人，也会得到别人的理解与包容，从而获得更多的幸福。

计较有损健康，我们不可为了计较而生活。

现实生活中，包容那些让自己计较的众多事物，不为计较而生活，而是为了轻松地工作和生活，理智地处理各种不愉快，不放纵自己的感情，大度的人生才是幸福的人生。

德国学者康德说过：“抱怨是拿别人的错误惩罚自己。”

很多人哪怕遇到一点不顺心的事就精于计较，这样非但解决不了问题，还会影响自己的心情，让矛盾尖锐化。

生活中的人多少都有点疲惫不堪，善于调理和控制自己的情绪，把计较的不良情绪消灭在日常生活中，才能换来轻松愉悦的心情。

一个爱计较的人因为连续几天的倾盆大雨站在院子中央，指着天空大骂：“你这糊涂、不长眼睛的老天，下这么大的雨可把我给害惨了。

屋顶漏了，衣服湿了，粮食潮了，柴火湿了……我倒霉你有好处吗？

还不停，还不停……”这时，邻居出来对他说：“你骂得这么带劲，连自己也被雨淋了，老天一定会被你气死，再不敢随便下雨了。

”“哼，它能听到就好了，可实际上一点用都没有。

”骂天者气呼呼地回答。

“既然如此，那你为什么还在那儿白费劲呢？”

”邻居问。

骂天者顿时语塞，邻居继续说：“与其在这儿骂老天，不如先修好屋顶，再向我借些柴火，烘干衣服，烘干粮食。

一年365天也不是天天下雨，不如趁下雨的时候在屋里做些平时没空做的事情。

”既然没有能力支配别人，不如沉下心来做好自己；与其做一个骂天者，倒不如做一个信天者，这样才能享受到生活中的舒适。

每个人在生活中都难免遇到不同的困难，但是困难终究不是生活的全部。

沉溺于计较的人，因计较迷住自己的双眼，只能看到生活中阴暗面而看不到光明。

当一个人没有鞋穿而伤心时，是否留意过那些没有脚的人？

哈罗·阿尔伯特原是一所大学的教务主任，因为他刚刚遭遇失业，正准备找份新的工作，心里充满着不满和困惑。

他走在街上，迎面来了一个失去双腿的人，这人坐在一个小小的木头平板车上，两手各拿一块木头，撑着地让自己滑着走。

当两人走近时，那个残疾人开心地跟哈罗打着招呼：“嗨！

先生，早晨天气真好，是不是？

”

## <<不计较的活法>>

### 编辑推荐

《不计较的活法》是一本在纷扰复杂的生活中，让你拥有一份轻松心境的心灵调适书。

《不计较的活法》通过通俗易懂的语言，结合生动精彩的小故事，带给读者阅读的愉悦和对生活的深刻反思及体悟，希望读者能够从中领悟人生的真谛。

<<不计较的活法>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>