

# 《不计较的生活》

## 图书基本信息

书名：《不计较的生活》

13位ISBN编号：9787510701924

10位ISBN编号：7510701929

出版时间：2010-7

出版社：王琳 中国长安出版社 (2010-07出版)

作者：王琳

页数：251

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《不计较的生活》

## 前言

计较与抱怨如同两个亲密的坏朋友，如影随形。日常工作中，我们身边几乎充斥着各种各样的计较和抱怨：计较薪水与付出不符，抱怨绩效考核不公，计较家庭的不和，抱怨上天不公平……在工作中，如果有一个和你资历相近，年龄相仿的同事得到了升迁的机会，而自以为表现不错的你还在原地踏步，这时候计较和抱怨便不请自来：“凭什么呀？她哪儿比我好？我工作两年的时候她刚毕业，好多业务还是我手把手教的呢，就因为人际关系好，就因为八面玲珑？”看到别人涨工资了，心里又要不平衡：“不就比我多个文凭吗？论能力还不如我呢。”如此如此，日积月累，你还是曾经的你吗？工作懈怠，牢骚满腹，甚至偷奸耍滑。与自己刚毕业时的想法背道而驰：你本来是想任劳任怨、宠辱不惊的。在婚姻中，计较与抱怨就更多了。无休止地拿自己付出的青春和自由做筹码，没完没了的抱怨。一旦老公（老婆）违背了你的意愿。就要呼天抢地，涕泪横流，觉得比窦娥还冤。至于和孩子抱怨则更是不明智的，你这还在唠叨着：我含辛茹苦把你养大，多么多么不容易，为了你我付出多少，一一例举，这时候孩子只要一句话能噎死你：“我让你生我的？你愿意。”这时候除了吐血你还能干什么。在婚姻里活了一把年纪了，看看自己吧：唠唠叨叨，自怨自艾、甚至不可理喻。是抱怨和计较让你违背了曾经美好的愿望。

# 《不计较的生活》

## 内容概要

《不计较的生活》内容简介：适度计较并不完全是件坏事，但我们不能让自己陷入一种计较的生活模式。过多而不当的计较，会破坏人际关系，影响家庭与婚姻生活。你若想改变生活走出低潮，停止计较，是重新出发的第一步。

# 《不计较的生活》

## 书籍目录

第一章 计较那么多没有用——少一些烦恼，多一些行动在人生的道路上，每个人都在不断地累积着令自己烦恼的东西，包括名誉、地位、财富、亲情、人际关系、健康、知识、事业、也包括烦恼、郁闷、挫折、沮丧、压力等等。这些东西压得人们喘不过气来，使人们失去了原本应该享受的乐趣，增添许多无谓的烦恼。其实人生没有什么事情值得大惊小怪，更没有什么事情值得斤斤计较。行动起来，做有意义的事情，何必自寻烦恼呢！计较是最没影响力的语言计较只会让你处于尴尬位置计较只是一种无能的表现计较只会让你变得更郁闷计较等于赤脚在石子上走路一点点计较酿成大遗憾计较会让人失去成功的机会摒弃计较，找到真实的自我计较的本质是妥协和放弃计较让你成为让人生厌的人从今天开始停止计较

第二章 不计较生活中的得失——少一些失落，多一些希望生活的酸甜苦辣每个人都要品尝，每一个人都渴望拥有灿烂的人生，但真正能够活得精彩无限，有滋有味儿，却是那些始终以积极的方式回应生活的人。生活就是一种态度，你能驾驭自己的心态，其实就开始了你的精彩人生。不去计较生活中的得失与不公，那会让你的生活少一些失落，多一些希望。不是为了计较而生活停止计较才有希望计较只是庸人自扰用积极心态驱赶计较心理停止计较是快乐的开始从现在开始做个不计较的人计较的时候给自己一个微笑请不要计较生活的欺骗用进取心取代计较调整心理极点，让计较消失

第三章 不计较金钱的多少——少一些欲望，多一些快乐一个快乐的人，不是因为拥有的多，而是因为很少去计较；一个事事都计较的人，他失去的不仅仅是快乐，还有更珍贵的东西。特别是对于金钱的计较，当一个人和钱斤斤计较的时候，钱也会和你斤斤计较；如果你看的开一些，当你不是为了钱而活着的时候你才能获得更多金钱，金钱仅仅是成功的附带品罢了。与之相反，不计较，则可能让人拥有许多宝贵的东西，这些都是无法用金钱去衡量的。不计较财富的多少不因为财富而计较地位的高低不因计较虚名而累保持淡泊名利的平常心放下计较，别让自己活得太累无止境的欲望只会让你计较更多要经得起诱惑将不必要的欲望关在门外守住好心态才能一生幸福

第四章 不计较爱情中的琐事——少一些指责，多一些幸福爱情中男人和女人经常会因为小事而产生矛盾，而婚姻里这样的细节更多。每个人都不喜欢斤斤计较，喜欢享受。如果在平常的琐事当中，因为争吵、矛盾和冲突不断，你俩看对方也越发不满的时候，可以考虑放弃那些不必要的计较，试着平和一些，少一些指责，多些幸福。善待妻子的计较给予彼此空间才无计较计较是爱情最大的蛀虫不计较爱情中的不完美不应该计较对方的缺点爱情不需要斤斤计较计较前试着先妥协在计较的婚姻中学会忍让爱情中少一些计较之心一低头的温柔胜过计较

第五章 不计较路途中的困难——少一些放弃，多一些奇迹每个人的路途中都有无数的困难阻挠，很多人计较困难的侵袭，放弃努力，最后只能自己抱怨。困难和挫折对于强者来说是垫脚石，是走向成功的奠基石，因为他们不畏惧挫折，不计较挫折，对困难毫不动摇。在不断的磨炼中，失败，成长，成功。当我们遇到困难时，把它看作人生路上的垫脚石，计较少一些，只有经过了磨炼的人生才灿烂辉煌！时运不济时不计较就有希望学会用等待驱散计较情绪扼止计较，等待时机与其计较不如改变以不计较的心态面对苦难不要计较一时的不如意人生的幸福不是靠计较得来的没有计较，乌云后总有阳光胜利都属于不计较的人停止计较是战胜危难的唯一途径

第六章 不计较工作的多少——少一些抱怨，多一些机遇不要计较自己得到多少，才去付出多少。我们要记住一句话：学来的本领，谁都偷不掉！钞票放在口袋里面，半路上可能会遗失；金子打成戒指戴在手上，遇见强盗说不定连手指都会被剃掉。但学来身的本领，一辈子不会丢掉。多做一些才能多学一点，这样有什么不好？很多事情看着简单，没有做过不会知道其中的艰难。只有做过以后，才会知道没有一件事情是简单的。用心做事得来的经验，是一个人最宝贵的财富。……

第七章 不计较同事的麻烦——少一些竞争，多一些和睦

第八章 不计较人生中的缺陷——少一些完美，多一些感恩

第九章 不计较他人的失误——少一些批评，多一些包容

# 《不计较的生活》

## 章节摘录

插图：有位成功人士说得好：“就算生活给你的是垃圾，我认为，你同样能把垃圾踩在脚底下，登上世界之巅。”其实，这个世界只在乎你是否到达了一定的高度，而不在于你是踩在巨人的肩膀上上去的，还是踩在垃圾上上去的。何况，一味地计较不但于事无补，有时还会使事情变得更糟。所以，不管现实怎样，都不应该计较太多，不如换种想法，靠自己的努力改变现状并获得幸福。比如，我们应明白骑在驴上才可以找马这个道理。现在这份工作的经验，是你开始另一份更适合你工作的垫脚石。没有一份经历是全然失败的，这份工作至少让你多了一个总结经验的机会，“他山之石，可以攻玉”。不断的调整中才有可能寻找到自己的最佳位置，可这个前提是你得首先有个位置作为坐标。还有，不要浪费过多时间在无聊的事情上。如果你的工作让你一点成就感也没有，那就赶紧想办法另谋高就，而不是不停地抱怨，这种计较的心态不会提高你的口才，也不会让你得到什么有益的经验。只会使你浪费更多时间，从而错失更多机会。另外，不计较就是给自己良性的心理暗示。心理暗示的作用是非常强大的，我们都知道良性心理暗示的正面作用，可很少去想不良心理暗示的负面作用。当人忧郁、气愤、心情不佳时呼出的气体是有毒的，这你知道吗？长期的计较会侵蚀你的生理与心理的健康。如果你还没有学会给自己良性的心理暗示，至少你不应该用不良的暗示迫害自己吧。

# 《不计较的生活》

## 编辑推荐

《不计较的生活》：如果不喜欢一件事，就改变那件事；如果无法改变，就改变自己的态度，对生活不计较，用积极的态度去面对，自然也会成为快乐的人。一个快乐的人，不是因为它拥的多，而是因为很少去计较，一个事事能计较的人，她失去的不仅仅是快乐，还有更珍贵的东西。《不计较的生活》教你学会不计较，让你体会不计较的生活是何等惬意。

# 《不计较的生活》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)