**不争，不比，不求**

　　1

　　最近有不少听友私信问我，怎样才能避免过多的和旁人比较，影响自己的正常生活与心情。

　　我的回答是：不争、不比、不求。

　　生活中，很多人在挑剔自己，羡慕别人，总是在追逐比人，把生活变成了竞赛场，让工作和家庭都成了筹码，在不停比较中，渐渐迷失了自己，劳累了身体。

　　殊不知，最让自己烦恼和忧虑的，从来不是别人的辉煌与[成功](https://www.lz13.cn/lizhimingyan/3859.html)，而是自己对待生活的态度。

　　2

　　有句话说得好：“人生之累，累在心，心之累，一半源于生存，一半来自攀比。”

　　每个人都有不容易，都有道不尽的难处，如果只是一味地比较，嫉妒就会宰割你的幸福，倘若只以事业的成败、收入的多寡来定义自己的生活质量，就很难获得真正的快乐。

　　山有山的高度，水有水的深度，每个人都有适合自己的生活，你的酸甜苦辣别人也永远尝不到。不必攀比，不必抱怨，不必计较，这只会给你徒增烦恼，调整好自己的心态，幸福才有所依附。

　　不嫌弃，不抱怨，活在一份宽容里；

　　不比较，不虚荣，活在一份淡然里；

　　不自怨，不自卑，活在一份恬静里；

　　不幻想，不虚构，活在一份真实里。

　　3

　　以简单的心，走自己的路，看自己的风景，过自己的生活，不羡慕别人的辉煌，不嫉妒别人的光鲜。 要知道在你羡慕别人的同时， 别人也在羡慕你。

　　平凡不要紧，只要平安就好；平淡不要紧，只要心安就好。

　　对一切人，一切事，一切物，去发掘其美好的一面，享受其中的乐趣，就会心生万千欢喜。

　　命里有时终须有，命里无时莫强求，珍惜拥有的，忽略没有的，懂得知足，容易满足，不争不抢，就是快乐。

　　余生，不和别人比，好好活自己，幸福在你的心里，而不在别人眼里，你是这世上独一无二、无可替代的。

[生命](https://www.lz13.cn/mingrenmingyan/8609.html)的旅途，一程有一程的风景，一程有一程的盛放，总有一份幸福属于自己，相信一切都是最好的安排。