

有一种高情商，叫干脆拒绝

不知道你是否有过这样的困扰：

面对别人的要求，不会直接拒绝，找了很多借口，反而招致别人的不悦；

而那些一开始爽快拒绝的人，对方不仅不生气，而且比较接受和满意。

我们生活在一个高效率的社会，节省别人时间是对人、对己的尊重。

委婉拒绝，并不能维持互相的体面；直接拒绝，会获得对方的尊重和认可。

比起碍于情面委婉导致的误人误己，一个干脆的拒绝，才是对彼此最好的成全。

不会拒绝，耽误别人，为难自己。作家太宰治在《人间失格》一书中写道：“我的不幸，在于我缺乏拒绝的能力。”

深以为然，不懂拒绝，确实让我们常常感到为难、陷入困境，将生活过得一团糟。

但很多时候，我们的不拒绝，同样将别人置于不幸之中。

表哥刚刚踏入保险行业推销保险时，就跟着他领导上我家拜访，极力地推荐保险的好处，想让我爸妈为他的业绩贡献一份力。

爸妈身边流动资金并不多，本也没有买保险的心思。

但又不忍心在领导面前落表哥的面子，于是对这次拜访表现得极尽配合，送领导出门前还再三表示会认真考虑她的提议。

一次配合注定需要后续更多的配合，父母一时动的恻隐之心，在领导眼里便理解为这单有戏，于是多次带着表哥回访。

父母为了表哥的面子又继续配合，竟然还稀里糊涂地去保险公司听了讲座。

直到表哥自掏腰包带了一床棉被以作为新客户礼物送去我家准备谈合同时，我爸妈才意识到事情的不可控性，于是支支吾吾地说：



“阿林，其实我们对这保险没什么兴趣，没准备买。”

大姨问起，表哥又羞又恼，埋怨我爸妈说：“他们不感兴趣你们早点说啊，我可是为了这单前前后后跑了一个月……”

得知好心办了坏事，我爸妈就不止一次地叹惋：

“要是一开始拒绝就好了。”

一场碍于情面的配合，不仅让自己左右为难不说，还耽误了表哥冲业绩。

很多时候，我们总是因为害怕拒绝说出口会让两个人面红耳赤而选择婉转，而这些婉转往往造就了最难看的场面。

就像作家肖莹在朋友圈吐槽的那样：“我们都是成年人了，你不用对我撒谎、婉转，顾左右言其他，我并不生气你的拒绝，我只是生气你在浪费我的时间。”

的确，在成年人的世界里，最让人难以接受并不是拒绝，而是被浪费的时间和被耽误的事。

直接拒绝，是对彼此负责。在综艺《乘风破浪的姐姐》中，

女星张雨绮就因一个拒绝圈粉无数。

在第四期的加更视频中，蓝盈盈当着众人的面邀请李斯丹妮来自己的团指导舞蹈动作。

李斯丹妮听后连连答应，队长张雨绮听后，将话接过去果断拒绝蓝盈盈说：“她现在没空！”

要知道，当时各个团的姐姐们都在为准备第二次公演忙得焦头烂额，没有那么多精力去顾及别的团。

李斯丹妮是自己团里的舞蹈担当，在自顾不暇的情况下去教别的团跳舞，无疑是对自己团队的不负责。

张雨绮的拒绝，既不妨碍蓝盈盈团队另谋出路，又是对团队负责。

直接拒绝，不只是对自己的负责，更是对别人的负责。

作家艾小羊曾在文章里讲述了自己当编辑时的“不留情面”：有作者投稿过来，她看过后觉得不合适，直接回绝，让对方另投平台。就连同事都调侃她太得罪人：

“人家作者写稿不容易，你十分钟看完果断说不行，太伤人。”

事实上她不仅没有因此被作者埋怨，反而因为对杂志内容和主编品味的精准把握得到了作者的信赖。

作家陆琪曾在书中写道：“大家都以为，帮人才有力量，而实际上，拒绝是一件更有力量的事情。”

细想之下，不无道理。正是因为懂得那份写稿子的辛苦，才会拒绝得那么彻底，让他们再找下一家，看似不留情面，其实是将选择权归还作者，给了他们退路；

相反的，稿子不合适又不拒绝才是真的得罪人，看似悲悯，其实是一种无情的耽误，硬生生地斩断一篇稿子原来该有的后路。

有些拒绝虽然残忍，却不会误人。

正如《天使的指纹》中唱的那句词：“他诚恳，才不让你等。”

不合适却又不拒绝，才是真伤人，对内是对自我的一种消耗，对外是对别人的一种耽误。

成年人的世界，干脆拒绝才是最大的善意。知乎上有一个问题是这样问的：“被不喜欢的人告白，直接拒绝是对的么？”

在五花八门的回答里，最深得我心的一个是：

“比起互相耽误，不要用自己的大好时光吊着一个你不喜欢的人，这才是对他最大的善意。”

是的，不爱别人，就别暧昧不清、拖泥带水，这样于人于己都好。

在这方面，我最是佩服杨绛先生。

著名社会学家费孝通年轻时追求杨绛遭拒后，便问杨绛能否做朋友，以便日后伺机而动。

杨绛先生果断地断了费老的非分之想，回复说：“朋友，可以。但朋友是目的，不是过渡。”

后来钱锺书去世，费老打着关心老友的口号上门拜访，关切中流露出想照顾她后半辈子的意思。

分别时，杨绛亲自送他下楼，然后跟他说：“楼梯不好走，今后你也不要‘知难而上’了。”

一语双关，看似关心老友，其实拒绝得干脆果断。

在我看来，成年人最难得可贵的，是如同杨绛先生一般，对于不想做、不愿做的事。简单直白，方才不误人误己。

正如书籍《离开前请叫醒我》里写的那样：拒绝这回事，越果断越好。很多时候我们都害怕拒绝别人，觉得这是一种伤害。

其实不是，快刀才能斩乱麻，不拖着别人其实就是最大的善良。

拒绝别人，不妨干脆一点。

接到推销的电话，请早点表达自己的歉意；朋友邀你去不想去的场合，一开始就果断拒绝；被不喜欢的人表白，请及时快刀斩乱麻。

干脆利落的拒绝，远比表现委婉后的彼此耽误、彼此消耗善良得多。

与朋友们共勉。

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

学佛必须老实念佛，求生净土

请常念
南无阿弥陀佛

听经闻法
欢迎参加ZOOM
线上学习佛经讲座
(扫描即可参加)
星期一至五晚上:
7:30-8:30
周日上午9:00-11:00

净化身心
智慧人生
离苦得乐
消除烦恼
学佛念佛
同登极乐

服务
临终助念
消灾祈福

联系方式
301-683-8831
240-621-0416
guanyintangusa@gmail.com
https://www.guanyintang.org

观音堂

“老实念佛，求生净土”是修行的另一极重要的指南。修学教律禅密的行人，都应该行归净土，在有信的基础上“老实念佛，求生净土”。修学净土法门的行人，在真信的基础上同样应该“老实念佛，求生净土”。求生净土就是愿，老实念佛就是行。印光大师说：“念佛法门，重在信愿。信愿真切，虽未能心中清净，亦得往生。”又说：“一得往生，则定慧不期而自得，烦恼不期断而自断。要如子忆母一般，刻刻不忘。”在极乐世界如此妙极庄严的依报环境中，能与观音势至诸上善人在一起，亲炙弥陀教导，“但得见弥陀，何愁不开悟。”因为修学大乘佛法的行人，都应该行归净土，因此，在中国，无论修学何宗何派何种大乘法门，都应该真切发愿，求生净土。有人说“心净则土净，娑婆即极乐。”又说“唯心净土，何必定要求生极乐？”还说：“生则实无生，去则实不去。”这些说法，以空宗通途法门的道理上讲是不错的。如果过分强调自力修证，忘记了佛力的不可思议的功用，就容易背离净土法门的真义。这些说法，对于百分之九十以上的普通凡夫，是不对机的。净土法门是有宗，过十万亿佛土，有极乐世界，有弥陀正在说法。这不是庄生寓言。净土宗要求先要着相，先着弥陀极乐妙有之相，要求生确有的极乐世界。极乐世界是弥陀愿力成就的报土，不是化土。要倾心依靠弥陀本愿佛力的加持、救拔、接引。要强调佛力即他力的不可思议的神威力量。如果以通途法门来看净土法门，只讲自力修行，不求佛力加持，不讲真真切切愿，不求生极乐净土，这就不是“有净土”。净土很多，一切佛土都是净土。著名的有阿閼佛净土，药师佛净土，弥勒菩萨净土，文殊菩萨净土及唯心净土等。为什么一定要发愿往生阿弥陀佛的西方极乐世界净土呢？主要原因是阿弥陀佛与娑婆众生最为有缘。阿弥陀佛四十八大愿，愿愿为凡夫众生。往生极乐世界的条件最低，不必单靠自力断惑，而可以带业往生。修行方法，就是一句佛号念到底，最为直捷稳当简易。只要信愿真切，一念十念弥陀极乐，均可蒙佛接引，瞬间往生，花开见佛悟无生，成佛时间最短。所以净土法门是最极圆顿的无上妙法。往生极乐即可随意到十方佛土，供养亲近诸佛。所以应先往生到极乐世界再去其他佛净土，最为稳当方便。要承认自己是罪恶凡夫，下根众生，只有求生西方极乐净土，方可一生成就。

在真真切切愿基础上，就应该老实念佛。念佛是净土法门的正行，其他行善积德、六度万行，都是应该随缘尽力做到的助行。只要能老实念佛，其他助行必会自觉做好。因此中国净土宗祖师都特别强调老实念佛。一句佛号：“南无阿弥陀佛”或“阿弥陀佛”。念佛别无诀窍，就是“都摄六根，净念相继”，口里念得清清楚楚，耳里听得明明白白，心里想得真真切切。必须念从心起，声从口出，音从耳入，回到心头，回到八识田中，成为金刚种子。有的净土行人表面上虽有信愿，但念佛不老实，证明没有真正的信愿，也是不能顺利往生的。只有在真真切切愿前提下，放下身心，排出烦恼扰乱，静下心来老实念佛，才有真实受用。只要老实念佛，证明信愿行三资粮具足，临终必蒙佛菩萨接引，往生极乐，莲花化生，花开见佛，一生成就，究竟成佛，再返回娑婆世界及十方世界，救度无量众生。这就是我们学佛修行的最终目的。

网上佛经学习：周一至周五每晚7:30pm-8:30pm《无量寿经》；周日9:00am-11:30am《金刚经》。

电话参加：1307158592，再拨ID号码：97826380822#

Zoom登陆：ID:97826380822（不需密码和注册）；

欢迎大众随缘学习！咨询电话：301-683-8831, 240-621-0416