

有一种境界叫



舍得

舍得，是一种心境的选择

冠诚◎编著

舍得不仅是生活中的哲学，也是人们为人处世的大智慧，更是一种境界。舍得，有舍必有得，有得必有失。小舍小得，大舍大得，有舍有得，不舍不得。于舍得中见智慧，在舍得后感悟人生！



天津科学技术出版社

有一种境界叫

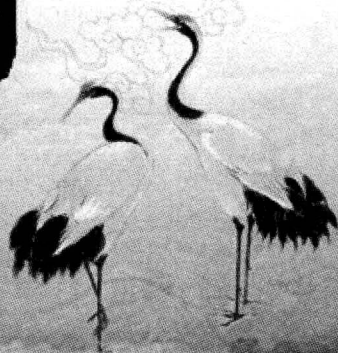
精华版

舍得

舍得，是一种心境的选择

冠诚◎编著

舍得不仅是生活中的哲学，也是人们为人处世的大智慧，更是一种境界。舍得，有舍必有得，有得必有失。小舍小得，大舍大得，有舍有得，不舍不得。于舍得中见智慧，在舍得后感悟人生！



天津科学技术出版社

图书在版编目(C I P)数据

有一种境界叫舍得:精华版 / 冠诚编著. —天津:

天津科学技术出版社, 2008.6

ISBN 978-7-5308-4666-7

I. 有… II. 冠… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 092797 号

责任编辑:范朝辉 陈 雁

责任印制:王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话:(022)23332390(编辑室) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京楠萍印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 19 字数 273 000

2008 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定价:35.00 元

前 言

佛经上说：“舍得”者，实无所“舍”，亦无所“得”。万物循环往复，世事沧桑变幻，人生沉浮不定，均在舍得之中达到和谐统一。舍得，有舍才有得。在得与失之间，要做大胆地取舍，这是中华民族五千年古老智慧的精髓。

“舍”与“得”虽是反意，却是一物的两面，既对立又统一，是一个矛盾统一体。“舍”是放弃，却成了成因，结出了“得”的成果，不舍者不得，得亦因舍而得。一个人只有施予才能获得，不管是哪一种方式的施予。这就是“舍得”的真意。

世间，人们往往面临多种选择，取舍往往乱人心扉。对此，很多人眉头紧锁，更有一些人给自己的心灵加了锈迹斑斑的铁锁。于是生活的欢欣和幸福都被锁住了，庭院深深，长满青苔。人被名缰利锁羁绊，在横流的物欲中随波逐流，怎么能够解颐呢？正所谓“鱼和熊掌不可兼得”、“自古忠孝难两全”，在面临选择时要看到事物的大体趋势和重点，学会舍弃，而非一味索取。如果一直患得患失，快乐的阳光就被忧愁的阴霾遮掩了。

“舍得”是一种人生态度。人不到一定境界，是不会明白“舍得”两字的真正含义的。舍并不意味着放弃，而在于将来更高层次的获得。这不是一种消极的人生态度，恰好是一种可取的、清醒的人生观。一个人只有知道自己能干什么，才能把有限的精力集中到真正的事业上，在“舍得”之中成就自己。舍得放弃，说明一个人真正了解自己，真正懂

得了如何驾驭自己。

舍得不仅是生活的哲学，也是为人处世的艺术。人生一世，面对无限的诱惑与磨难，往往不得不在“舍得”面前徘徊彷徨。诱惑如同美景，如果贪多求全，终将一无所获。所以，在生活中我们要学会“舍得”，双赢的机会总是很少，只有毅然选择，才能让生活变得简单，就算是忍痛割爱也值得。有时，舍弃一些而得到的会更多。昭君舍弃了锦衣玉食的宫廷生活，踏上了黄沙漫天的西域之路，却得到了天下的一度太平与后世的无限赞美；李白舍弃了富贵，却留住了“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的傲骨……他们舍弃了功名、地位甚至是生命，得到的却是更珍贵的人格升华。

如果舍弃不了，也许拥有就是沉重的包袱。舍得一些东西，珍惜已选择的东西，身上轻一点，内心单纯一点，我们可以跑得更快一点。舍舍得得就充满在我们的日常生活中，演绎着成功和失败的故事。明辨“舍得”之变，就能领略“舍得”之奥，使得心境平和通达，把有限的生命融入无限的大智慧中，在有限的时间内做最有效的事情，可以观古今于须臾，扶四海于一瞬，成就一番伟业！

《有一种境界叫舍得》涵盖了人生哲理、职场、情感、官场、理财、处世等诸多方面的内容，以独特的视角阐明“舍得”是一种大境界；是人生各个阶段必须面对的挑战；是人们在社会生活中应该掌握的生存艺术；是一堂人生的必修课。本书从传统哲学儒道入手，结合生活中的事例，对舍与得进行评论，用通俗的评议剖析人性的弱点，阐述深刻的生活智慧，并总结出做人做事的成功法则，进而帮助你更开心地生活，更快速地成就事业。

境界是发源于内心、无可取代的力量。“舍得”几乎囊括了人生所有的真知妙谛。只要懂得舍与得，便能在生活、事业、人生中达到和谐统一。

目 录

第一章 庸人自扰，人生何必太计较

舍得，有舍必有得，有得必有失。其实这是一种智慧，更是一种境界。

人生短短几十年，在这个茫茫人世间，要做的事太多，没有时间去计较得失。其实没有必要把自己看得太重，不用把自己的每一步都当成神圣的一步，如果每一个人都可以让自已处于这种不计较的高贵心态之中，那么人生就会更加绚丽多彩。

- 1. 心胸开阔天地宽 3
- 2. 埋葬过去，开辟未来 6
- 3. 人生得失寻常事 10
- 4. 山不过来，我就过去 14
- 5. 转个弯，生活依然美好 18

第二章 适时放弃，是人生的大智慧

古人说，失之东隅，收之桑榆。世事不会都尽如人意，相信每个人都会为了使某种事物更至真至美而选择放弃。

放弃不一定会失掉幸福，但却会成就完美——经过淘洗的完美。人生不能追求绝对的完美，但我们可以追求经过放弃的完美。希望和美好就会在放弃中重生滋长，在我们放弃美丽的

时候，或许能重新获得幸福，因为放弃也是一种美丽。

1. 将欲取之，必先予之 25
2. 理想，始于另一种放弃 28
3. 丢掉该放弃的 31
4. 放弃，伤感但美丽 35
5. 远离欲望之火 38
6. 错误属于以前，人生始于现在 42
7. 永远不要放弃自己 46
8. 好汉要吃眼前亏 50

第三章 进退有数，把握取舍的艺术

人生也罢，功业也罢，进退之道全在舍得之间。

人生智慧的艺术在于舍与得。人生在世，功败垂成，皆在取舍之间，喜怒哀乐，烦恼困扰，多由“舍”与“得”之间的艰难抉择而生。在“舍”与“得”之间，自古就渗透着人世间古老智慧：当你紧握双手，里面什么也没有；当你打开双手，世界就在你手中。很多时候我们都应该懂得舍弃，生活中鱼和熊掌能兼得的时候很少，所以真正的智慧在于舍得。聪明的人明白有舍必有得，不会强调得到全部，而是在经过认真考虑之后，舍弃不适合的，获取适合的。

1. 有德才有得 57
2. 与其抱怨，不如努力 59
3. 犹豫，留下永远的遗憾 64
4. 换个角度看得失 68
5. 因小失大，得不偿失 72
6. 有所为有所不为 77

第四章 舍得之道，为人处世的圣经

舍得，舍得，舍就是得，小舍有小得，大舍则大得，不舍

则不得。舍与得，为人处世的大道理。

“舍得之道”是佛教文化与中国传统哲学一致推举的为人处世之道。它的智慧就在于办事知难易，当退则退，不计较得失，在一颗宽厚之心里夹杂随机应变的智慧与谋略。在为人处世中要做到舍得并不难，关键是如何做到“该舍时舍，不该舍时不舍”，把握好了处世的这个度，你也就学会了为人处世的学问。

1. 好东西要舍得与别人分享	83
2. 吃亏也是一门学问	87
3. 面对诱惑，要学会拒绝	91
4. 不要背着别人的眼光上阵	95
5. 送人情不吝啬，多为自己开条路	99
6. 当断则断，要做到黑脸无情	103
7. 能屈能伸谓之大丈夫	107

第五章 情感密码，舍得是朵解语花

舍得是守护爱情的唯一密码。

生活中，当人们拥有爱情时，生活是最幸福的！每一份感情都很美，每一段历程也都令人沉醉；当爱情舍人而去时，人们又将怎样？舍得否？值得乎？这世上多少痴男怨女，在分道扬镳后，留给对方的并非祝福，而是不能拥有的遗憾。在爱情的得与失的转换之中，人们可以收获到什么呢？

1. 用真心换你心	113
2. 婚姻是爱情的“天堂”	117
3. 学会舍得，失恋也美好	121
4. 真爱不以舍与得为准	125
5. 有一种爱，叫做放手	129
6. 舍，烦恼的消除 得，幸福的开端	133

第六章 智慧理财，舍得之间成大家

取舍之间显出理财大智慧。

聪明的人重视家庭，他们多是大方地把财富的重要性摆在第三位，在面对理财的时候总是表现出超常的豁达，不但生活滋润，财富也越来越多。相反，若是只知把财富死死攥在手里，总也不肯松开，天长日久，人的思想就成了畸形；若是只知花用，不知储蓄，也是畸形。钱，是流通的，只有流转起来，才能实现它的价值。

1. 不做金钱的奴隶 139
2. 铁公鸡切不可一毛不拔 144
3. 看淡财富，幸福反而就在身边 149
4. 欲海无边，回头是岸 154
5. 勇于舍弃眼前的诱惑 159

第七章 完美生活，舍得乃是引路人

世界由阴与阳构成，人生在世，活着也就是一舍一得的过程。学会了舍得，才能有完美的生活。

舍是一种智慧，得是一种勇气，无贪的培养是解决人们心灵所有烦恼的强大力量。“君以此始，则必以此终”，你选择了一种生活就要相应地承担选择所带来的连锁反应，生活的味道有酸有苦有甜也有咸，可谓是五味俱全，但并不是每个人都可以尝得到，所以总会有人在同一件事情之中选择一种属于自己的味道。选择了，舍得了，无非是要真正知道你自己要究竟是什么！

1. 不要为打翻的牛奶哭泣 165
2. 患得患失，得不偿失 169
3. 追求“完美”要不得 173
4. 快乐由自己选择 177
5. 原谅别人，就是善待自己 181

6. 会“忍”才会有“成”	185
7. 敢于冒险，抓住机遇	190

第八章 职场冲浪，在舍得中寻平衡

掌握好舍与得，让你在职场生涯中如鱼得水。

在竞争日益激烈的今天，在职场中就应该以长远的眼光看问题，懂得额外付出的人其实才是真正的聪明人，因为他们是在认真地对待自己的人生！舍得放弃，其实是一个人真正属于了自己，真正地懂得了如何驾驭自己。

1. 累与不累，取决于自己的心态	197
2. 舍得是永恒不变的生意经	200
3. 得从额外的付出开始	203
4. 舍得投入，职场的充电投资“经”	207
5. 对员工舍得才会有回报	212
6. 放下成见，化敌为友	216
7. 学会淘汰自己	220

第九章 官场浮沉，博弈于取舍之间

在官场中如果不懂得舍得，不能以舍为得，那么你就只能怀才不遇，壮志难酬。

一个人生活在世上，想做一番事业，必须要有所选择，官场中讲的“有所不为，才能有所为”、“退一步海阔天空”、“山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村”，这些先人的切身体验总结起来就是舍得。

1. 放下架子天地宽	227
2. “出世”和“入世”，心态决定成败	230
3. 才华显露，适可而止	234
4. 适时退让，加快前进	238
5. 糊涂中显大智慧	242

第十章 舍得哲学，成功的黄金法则

人的一生中渴望得到的东西、想要做到的事情太多太多，并且每个人都被七情六欲牵制着，如何走向成功，关键还在于一个“舍得”！事实上，成功的人身上最重要的特质莫过于专注而有目标，因为得与失常常常发生在一闪念间，而机会也就在那一闪念间流失。所以，那些真正明白“舍得”之真谛的人便会成功。

1. 抛弃心中的杂念 249
2. 成功从零开始 252
3. 不为名利，学以致用 256
4. 不求急功，持之以恒 260
5. 减少一点想要的 264
6. 潇洒抛砖，收获玉之利 269

第十一章 感悟舍得，品味人生之哲理

生命短暂，可又是如此地多姿多彩，能舍自己不愿舍之物，可得自己想得而得不到之物，这就是我们在舍得之间所要走的人生路！

人生就要该舍的时候一定要舍得去舍，因为上天对人总是公平的，如果你有了舍就有可能得到老天更多的补偿。而该舍去的你不舍得去舍，那么老天很可能会让你失去更多；假如你得到了不应该得到的，那么你就有可能得到苦果。

1. 赠人玫瑰，手有余香 275
2. 执著，不是固执的代名词 278
3. 淡泊名利，宁静致远 283
4. 拿得起还要放得下 286
5. 知足才能常乐 290



第一章

庸人自扰，人生何必太计较

舍得，有舍必有得，有得必有失。其实这是一种智慧，更是一种境界。

人生短短几十年，在这个茫茫的人世间，要做的事太多，没有时间去计较得失。其实没有必要把自己看得太重，不用把自己的每一步都当成神圣的一步，如果每一个人都可以让自己处于这种不计较的高贵心态之中，那么人生就会更加绚丽多彩。



1. 心胸开阔天地宽

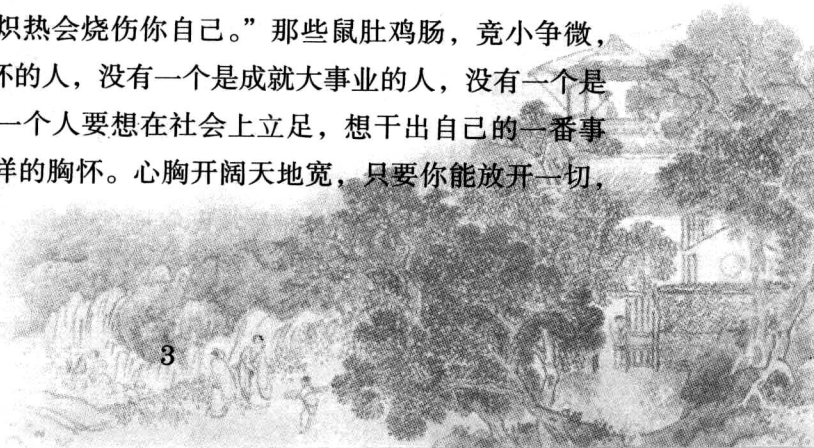


将军额上能跑马，宰相肚里能撑船。

——王安石

法国作家雨果说过：世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。佛界也有一副名联说：“大肚能容，容天下难容之事；开怀一笑，笑世界可笑之人”。古人还说：“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”这些话强调的都是为人处事要豁达大度，发生冲突时要怀抱开放之心态，宽以待人。是的，一个人如果真地拥有了比海洋和天空还要宽阔的胸怀，那他无论遇到什么难题，都会想得通，都会正确地去对待和处理。以宽宏大度的态度去对待别人，是一种美德、一种风度、一种仁爱无私的境界。人生之路需要宽以待人，成功之路更需宽以待人。

从古到今，凡是成功的人士，他们都是胸怀大志、目光高远的仁人志士，无不是开放为怀、置区区小利而不顾，因为他们都知道一个道理：宽厚待人，容纳非议，乃事业成功、家庭幸福美满之道。长期存抱怨情绪，只会使自己偏离前进的方向。莎士比亚说：“不要因为你的对手而燃起一把怒火，炽热会烧伤你自己。”那些鼠肚鸡肠，竞小争微，对片言只语也耿耿于怀的人，没有一个是成就大事业的人，没有一个是出息的人。所以，一个人要想在社会上立足，想干出自己的一番事业，就必须有大海一样的胸怀。心胸开阔天地宽，只要你能放开一切，就没有做不成的事情。



不是烦恼太多，而是我们胸怀不够开阔

无论是在你的工作还是在你的生活之中，你都可以听到这样的声音：我工作那么努力，老板却给我那么少的奖金；我为她付出了那么多，她怎么就不知道回报我一点呢；小王昨天说的那句话，是针对我的吗？我有什么地方对不住他吗？……诸如此类的话，也许我们也曾经说过。生活中，有很多这样的人，他们总是抱怨自己过得不好，不如别人幸福，因此，他们总是处于一种不开心的状态。其实，世界上幸福的人，不是拥有的太多，而是计较的很少。不是你的烦恼太多，而是你的胸怀不够开阔。敞开你的胸怀，你会发现，原来世界这么的美好！

一个人只有包容才能不断壮大，才能吐故纳新，生生不息。关于人的胸怀，有这么一个故事：在印度有一位著名的哲学大师，在他的众多弟子中，有一个弟子经常牢骚满腹，怨天尤人，不是抱怨别人对他不好，就是抱怨饭菜不合口味。哲学大师为了开导这个鼠肚鸡肠、心胸狭窄的弟子，就叫他到市场中去买盐。盐买回之后，大师吩咐这个每天都不快活的弟子抓一把盐放在一杯水中，然后喝了。“味道如何？”大师问。这位弟子皱着眉头说：“咸得发苦。”大师又叫他抓一把放在缸中，再叫他尝尝味道，弟子说：“有一点点咸。”大师又吩咐年轻人把剩下的盐都撒进附近的湖里，然后又叫这位弟子去尝，这个年轻人捧了一口湖水尝了尝，大师问道：“什么味道？”“好像一点咸味也没有。”弟子答道。哲学大师趁机教导这位弟子说：“一个人生活中的不快和痛苦，就像这盐的咸味。我们所能感觉和体验的程度取决于我们将它放在



多大的容器里，所以，当你处于痛苦时，请开阔你的胸怀。”

是的，你的胸怀就是你生活中的容器。当你感觉命运对你不公的时候，当你慨叹世态炎凉的时候，当你对生活感到不尽如人意的时候，当你工作中感到烦恼不顺的时候，你就要不断地放开自己的胸怀。在宽广的胸怀里，一切不快和痛苦都显得那么微不足道；在宽广的胸怀里，你将会活得很快乐，过得很幸福。

让他三尺又何妨

在日常生活中，人与人之间难免会出现一些不愉快的事情，在这种情况下，放开胸怀，学会宽容，你就会赢得一个良好的人际环境，赢得别人的尊重。宽广的胸怀，如一条清澈的河，能平息、化解人们心头的火；宽广的胸怀，就像柔和的风，能吹走人们心头浮动的阴云；更像万里晴空中的阳光，能融化封冻在心里的那条误会的冰河。“人非圣贤，孰能无过”。因此，不要对别人的过错耿耿于怀，念念不忘，何况你也有犯错误的时候，难道就不想争取别人的原谅吗？

在安徽的桐城有个“六尺巷”，远近闻名。据《桐城县志略》记载：大清康熙年间，文华殿大学士、礼部尚书张英世居桐城，其府第与吴宅为邻。一次家人修建房子，因地基与邻居发生争执，家人为此修书信告知张英，想通过他在朝中做官这一特权优势，得到地方官员的庇护，打赢这场官司。张英阅信后坦然一笑，挥笔写了一封信，并附诗一首：千里修书只为墙，让他三尺有何妨？万里长城今犹在，不见当年秦始皇。家人接信后按其吩咐，主动让出三尺宅基地，而邻居吴氏也深受感动，退地三尺建宅置院。于是两家的院墙之间有一条宽六尺的巷子，名谓“六尺巷”。两家礼让之举也被传为美谈。

这个化干戈为玉帛的故事流传至今。为利益争吵不休，可能导致无路可行，巷宽仅六尺，心路之宽却无可量计。但是，现实生活中，多数人会为了一点小事而互相谩骂，甚至反目成仇、对簿公堂。如果他们对方能多一点宽容，就不会针尖对麦芒，一场“战争”或许就能被化

解，人与人之间就能和谐相处。人们常说：“唯宽可以容人，唯厚可以载物。”在为人处世的过程中，只有心胸宽广，才会宽容别人；也只有宽广的胸怀，才能接纳和容忍别人。当你和别人发生矛盾时，你不妨对自己说：让他三尺又何妨？

容量大则福大，以宽大的胸怀包容对方，往往是后福无穷。能真正懂得礼让的人，人生的道路会越走越宽、越走越广。

智慧品人生

你的抱怨不会为你带来什么，只会阻碍你前进的脚步。赶快把你的一切抱怨和烦恼都放进你心中的那个大容器里吧，你的胸怀越广，你包容的东西就越多，那么你获得的也就越多。成大业者，都要有那份拿得起、放得下的旷达与豪迈。耿耿于怀的小家子气，既伤害自己身体又影响士气。得与失在你人生的发展中皆属正常，胜与败更是兵家常事，几份超然、几份大度，放心胸于天地间，置得失胜败于坦然处；留一步路宽，让一份人前，学会“释怀”方见天地宽。既然这样，那就赶快敞开你的胸怀，去包容你身边的每一个人吧！

2. 埋葬过去，开辟未来



过去属于死神，未来属于自己。

——雪莱

人生会不断面临新的开始，昨天过去了，明天又开始了新的一天。在昨天，也许你拥有一段令人无比羡慕的成功，也许你品尝了一段刻骨