



RENSHENG HUIYAN DONGXUANZE
YANGCHANG BIDUAN HUIFANGQI

人生慧眼懂选择 扬长避短会放弃

擦亮你的慧眼，做出正确的选择

从今天开始，阅读本书，学会选择和放弃，
就是给自己一个成功的机会。

田 鹏◎编著

选择与放弃不仅是做人的智慧，更是改变命运不得不思考的问题。
擦亮你的慧眼，做出正确的选择；发挥你的长处，放弃你的弱项。

不懂选择的人生是碌碌无为的人生，不会放弃的人生是步步维艰的人生。

如何做好选择，让自己的人生变得清晰些，简单些；
如何做好放弃，让自己的生活变得精彩些，出众些。

版权页

图书在版编目（CIP）数据

人生慧眼懂选择，扬长避短会放弃/田鹏编著.—北京：

地震出版社，2011.4

ISBN 978-7-5028-3830-0 I .①人... II .①田... III.①成功心理学—
通俗读物

IV.①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 016838 号

人生慧眼懂选择，扬长避短会放弃

田鹏 编著

责任编辑：范静泊

责任校对：孔景宽

出版发行：

北京民族学院南路 9 号 邮编：100081

发行部：6842303168467993 传真：88421706

门市部：68467991 传真：68467991

总编室：6846270968721982 传真：68455221

E-mail:seis@mailbox.rol.cn.net

经销：全国各地新华书店

印刷：九洲财鑫印刷有限公司

版（印）次：2011 年 4 月第一版 2011 年 4 月第一次印刷

开本：787×10921/16

字数：235 千字

印张：17

书号：ISBN 978-7-5028-3830-0 / B（4471）

定价：32.00 元

版权所有翻印必究

（图书出现印装问题，本社负责调换）

前言

一个人的精力是有限的。当人的精力过多地花在某些方面，则意味着同时需要放弃另外一些方面。

当一个人的表现比另一个人更出色的时候，可能是由于更懂得扬长避短。

那些出色的人懂得：与其花很多精力去把弱项改造成强项，不如把这些精力放在发挥强项上，会有更高的投入产出比，简单说就是人应该扬长避短。所以，某种意义上而言，智慧的人生发展就是一个不断选择和放弃的过程。

选择需要胆识，没有胆识只会裹步不前；选择需要理智，没有理智只能得不偿失；选择需要实力，没有实力一切都是空谈；选择需要经验，没有经验容易变得浮躁。

选择需要很多，也承载很多。选择是一种魄力，能使人靠近自己的理想更近一点；选择是一种追求，能使人的生活更加丰富一点。但是选择往往也会带来惆怅、彷徨和痛苦。

选择是一种取舍，一种大智慧。

生活，有时机会往往擦肩而过，这时需要我们果断地做出正确的选择；有时不好的境遇会不期而至，搞得我们猝不及防，这时我们更要学会扬长避短。

选择是量力而行的睿智和远见；放弃则是顾全大局的果敢和胆识。它们折射出的是人生智慧，谱写的是人生辉煌的篇章。

人生就像一场没有彩排的演出，每一天都是现场直播。我们不能回头，却可以努力使得自己在新的机会或是不幸到来的时候，能够做出更加理性的判断。

只有学会选择和放弃的人才能彻悟人生，拥有海阔天空的人生境界；只要是学会选择和放弃的人，就一定能够领略到那份豁达与清爽。

选择与放弃，是一种心态，同时也是一门学问、一种智慧。它是生活与人生中我们时刻可能遇到，也时刻可能错过的环节。如何做好选择，让自己的人生变得清晰些、简单些；让自己的生活变得精彩些、

出众些；这是我们需要去思考，也值得我们进一步地去了解、去解决的。

请不妨以本书为借鉴，开始审视自己的人生，审视自己的生活，从一个全新的角度和视野来给自己一双“慧眼”。

本书通过编者细致地观察，以深入浅出的文字，将一个个关于人生选择的哲理娓娓道来，其中包含了大量古往今来的优秀故事，蕴含了选择与放弃的智慧与主张。从人生思路切入，涉及做事、处世、工作、事业、经商、社交、爱情、家庭、健康等人生的各个细节，有重点、分层次地展现和传递了懂选择的智慧，以期给读者打开一扇懂得扬长避短的天窗。

这是一本让你淡定从容的智慧书，让你解读自己，剖析周围的人和事。阅读本书，它将教会你“懂选择”的人生智慧，能够使你在人生的征途上扬长避短懂放弃，将自己有限的精力用在“刀刃”上，将视线从那些并不适合自己或是注定要失败的领域巧妙地挪开，让自己在阅读中感悟，在感悟中成长！

送上一副对联，与君共勉：得失失得，何必患得患失；舍得得舍，不妨不舍不得！

目 录

第一章 人生的选择与放弃	1
命运不会注定，好运可以选择	1
改变自己，还是改变别人	3
姿态低一点，选择多一点	6
鱼和熊掌不能兼得	8
扬长避短最重要	11
抵制诱惑，无欲则刚	14
弃局部保整体，失眼前留长远	17
放弃利益也不能放弃承诺	20
第二章 做事的选择与放弃	22
追忆历史不如做好现在	22
单枪匹马，还是与人合作	25
重视过程胜过重视结果	28
依照惯例，还是另觅新方	31
继续等待不如积极行动	34
择重取之，胜过大小通吃	37
自力更生，还是借力腾飞	39
第三章 处世的选择与放弃	42
为人处世不能一切向“钱”看	42
得，不得意；失，不矢志	45
不因闲言而忧郁	48
命里有时终须有，命里无时莫强求	52
放下面子才能选对理智	53
别因从众而放弃个性	55
为人处世，别忘见好就收	58
与其独自享乐，不如与人同乐	60
第四章 工作的选择与放弃	63

扬长避短，选择最擅长的职业	63
先投出简历不如先定位自己	66
假把式，傻把式，还是真把式	69
做鸡头，还是做凤尾	72
工作，没有最好，只有最适合	74
先磨刀，还是先砍柴	77
责任，永远不能丢弃的使命	79
第五章 事业的选择与放弃	83
做全才，还是做专才	83
先成家，还是先立业	86
方向比努力更重要	89
该糊涂就别太明白	91
沟通胜过抱怨	93
积累知识比积累财富更重要	97
适应环境比改变环境更容易	100
第六章 经商的选择与放弃	103
好商人是因为选择了好点子	103
经商，先从自己熟悉的领域干起	106
做生意也得讲点儿人情味	109
放手一搏，该出手时就出手	111
发现商机，淘出第一桶金	113
创业比面子重要	116
不要把所有的鸡蛋放在同一篮子里	117
散财有方，敛财有道	120
第七章 社交的选择与放弃	123
打开心扉与封闭心理	123
“话聊”不如“物聊”	125
说真话，还是说假话	128
选对话题，聊天才有趣	131

正话反说，反话正说	134
是请求，还是命令	137
选择换位思考，放弃独断专行	140
即使真心朋友也要亲密有间	142
第八章 爱情的选择与放弃	145
爱的标准别太高	145
爱情不是选择题	148
别让智慧统率感情	150
爱情是连衣裙，还是晚礼服	153
选择爱情不等于放弃一切	155
忠诚并不是没有神秘	159
爱情重要，还是面子重要	162
放手，放了对方，也放了自己	165
第九章 家庭的选择与放弃	168
婚姻需要慎重选择	168
选择婚姻，就要重视家庭	172
寻找事业和家庭的平衡点	175
既然选择，就要接受	178
选择包容，就选择了快乐	181
选择生下孩子，就要为他（她）叫好	184
不要拿自己的标准培养孩子	186
草率离婚并不等于重回幸福	189
第十章 健康的选择与放弃	192
健康是可以选择的	192
向烟酒等“老朋友”们道别	195
丢掉休息，也就丢掉了健康	197
别拿亚健康不当疾病	199
合理膳食，为健康而吃	202
选择适合自己的运动方式	206

选择不当，美食也会变成毒药	209
放弃不良的生活习惯和卫生习惯	212

第一章 人生的选择与放弃

人生真的很美妙，孕育着无数种可能，或者说没有什么是不可能。一定意义上来说，选择本身就是美妙的。人的一生应该怎样走，走的怎样各有不同。无论是选择幸福的人生，还是苦难的人生，除了客观的，人力不可改变的因素外，就看你怎样去选择，在选择的后怎样去经营。

也许人生的过程就是一个不断放弃，又不断得到的过程。关键是要学会放弃，因为放弃，也是人生的一种选择。

命运不会注定，好运可以选择

早在公元前一世纪，希腊斯多葛派大师埃皮克提图（Epictetus）就已经给了我们这样的建议：“无论偶然何时降临，记得问自己，如何才能让它发挥效用。”他所说的“偶然”，大概等同于我们口中玄而又玄的“命运”。

是的，我们的一生充满了太多自己难以把握的偶然性，从自己出生的时间、地点就已经开始了。终其一生，我们都必定要受到外在世界一些不确定性因素的影响，而我们的命运将注定是不确定的。正是这种不确定性，使得生活并不能总是如我们所愿，但它同时也决定了没有所谓“注定的命运”。一切都在偶然中发展，前面的环节影响着后面的每一个步骤。

那么，既然“不确定的命运”是人生的真相之一，也是我们必须面对的事实，我们需要做的就是如何适应这个充满不确定性的环境，进而成为胜利者。我们要学会如何远离危险；当机会出现的时候，明白如何识别；也要懂得如何争取别人的支持。如果能做到这些，毫无疑问，你就是众人眼中“好运相随”的幸运儿。但事实上，好运如影随形并非因为你真的备受上天眷顾，而是你能做出正确的选择，于是，最终你选择了好运。

做出正确的选择又谈何容易呢？现在，假如给你两个选择：其一，今天一次性给你 100 万元；其二，今天给你 1 元，连续 30 天每天给你前一天 2 倍的钱。你会选哪一个？大概很多人都会毫不犹豫地选择

第一种，那他只能拿到 100 万元，而后一种选择的人却能在第 30 天拿到超过 5 亿元！只是一个非常简单的选择，但会选择的人与不会选择的人得到的结果却天差地远。

这只是一个简单的例子，其中却蕴含着非常深刻的道理。为什么会有人毫不犹豫选择第一种方案呢？因为面对选择，他们其实根本没有想清楚，于是做出了自以为是的错误决定。如果拿这个选择来比喻人生的话，我们太多人愿意选择眼前的财富和幸福，而忽视那些需要等待的收获和甜美，难道不是吗？很多人不肯在今天用功，因为太辛苦，而且是否能成功还是个未知数，还不如选择享受今天的安逸生活。既然已经选择了得过且过，那么又怎么能希望明天好运就降临到你头上呢？

有这样一位女士，她出生在 20 世纪 40 年代末，随着新中国一起成长。众所周知，根据我国的国情，她跟众多同龄人一样，是没有办法自己选择职业生涯的，她的每一步都是组织上安排好的，自己没有什么自主权。但这位女士跟别人不一样的地方是：在每一个岗位上，她也有自己的选择——那就是要比别人做得更好。

那是 1968 年，文化大革命开始不久，这位女士成了北京外交学院的一名工农兵学员。当时她年纪最大，水平最差，第一堂课就因为回答不出问题而站了一节课。第二天，教室里挂出一条“不让一个阶级兄弟掉队”的横幅，她就是这个“阶级兄弟”。但等到毕业的时候，她已经成为全年级最好的学生。命运似乎开始眷顾她，由于成绩优秀，因此她被分到了英国大使馆。但实际情况没那么美好，因为她的具体工作是——接线员。

我们都知道接线员的工作性质。这位女士的很多同学都觉着那是一份没出息的工作，替她打抱不平。但她不这么想，她把这份普通的工作做得成绩斐然。她把使馆所有人的名字、电话、工作范围甚至连他们的家属名字都背得滚瓜烂熟。有些电话进来，有事不知道该找谁，她就会多问问，尽量帮忙准确找到人。慢慢地使馆人员有事外出，并不是告诉他们的翻译，而是给她打电话，告诉她会有谁来电话，转到

那儿，有很多私事也委托她通知，这位女士成了整个大使馆全面负责的留言点儿、“大秘书”。以至有一天，大使竟然跑到总机房，笑咪咪地表扬她——这是破天荒的事。结果，没多久，她就因工作出色而被破格调去给英国某大报记者做了翻译。

该报的首席记者是个名气颇大的老太太，得过战地勋章，被授过勋爵，本事大，脾气也大，把前任翻译给赶跑了。刚开始也不要这位女士，因为看不上她的资历，后来勉强同意试一试。一年后，老太太经常对别人说：“我的翻译比你的好上 10 倍”。不久，这位女士又因为工作出色，被破例调到美国驻华联络处，她干得同样出色，不断获得外交部表彰。这位女士就是任小萍，曾任北京外交学院副院长。

如果你生在那个年代，也被安排做接线员，你的命运会是怎样呢？那些抱怨自己因为生活压力，不得不守着一份不喜欢的工作的人们，真的应该读一读这个故事。一个人无法选择工作时，至少有一样可以选择：那就是好好干，而不是得过且过。在同一个工作岗位上，有的人勤恳敬业，付出得多，收获也多；有的人整天想调好工作，而不做好眼前的事。其实，你的选择也决定了将来的被选择，而这种被选择，往往就是“好运”的代名词。

改变自己，还是改变别人

在这纷繁芜杂、喧嚣吵嚷的世界里，人们追名逐利、勾心斗角，一味地想改变别人，改变客观世界，以便更好地适应自己。殊不知，适时地改变自己却能得到意外的惊喜。

著名科学家杨振宁年轻时从事实验物理研究，但进展得非常不顺利。当时在他工作的艾里逊实验室里流传着一个笑话：“凡是有爆炸（出事故）的地方，就一定有杨振宁！”杨振宁不得不正视一个事实：自己的动手能力比别人差！经过一段时间痛苦的思想斗争后，他毅然决定做出改变，转入理论物理研究。从此，他踏上了成为物理学界一代杰出理论大师之路。实验物理是不会为他改变的，如果他当年没有选择改变自己，恐怕诺贝尔奖的获得者中很难有他的大名。

当今社会，我们往往要求希望改变别人，而很少想改变自己，那是因为我们的私心在作祟。别人难以掌握，客观世界难以改变，而我们自己却容易调整，也许有时一个小小的变化便能使我们受益无穷。

也许，我们不能改变太阳的东升西落；不能改变狂风暴雨；不能改变四季的更替。但是，我们能够改变的是我们自己。

繁花落尽，秋风萧瑟，无限凄凉，花儿妄想着如何改变环境，却不知大自然的威力，最终凋谢，零落成泥化为尘。它不知应该改变的是自己的心态，“化作春泥更护花”亦是一种美。

环境与他人难以改变，我们又何必执着。何不学学唐代诗仙李白的洒脱：一袭白衣，丝带飘动。当李白站立在巍峨的皇宫门口时，他感慨终于有一展政治抱负的机会了。谁知天意弄人，他频频受挫，既知无法改变皇帝，无法改变众官对他的看法，他毅然迈出了这虚华空洞的大门，吟唱着“人生在世不称意，明朝散发弄扁舟”。他改变了自己迈入新的天地，他最终选择了做自己的主人。

要知道，改变自己是需要勇气的。

10年前，西方歌坛一位巨星正在日益增强着自己的光芒，她就是克斯戴娜。曾经的她，是那样耀眼，被歌迷誉为“歌坛天后”。丈夫是前索尼公司老板，身价因多家公司的争抢而一时飞涨几十倍……曾经的她，又遭遇了人生的低谷：歌唱事业无人追捧，合同被当面撕毁，就连丈夫这时也抛弃了她。于是她消沉了，几度传来她自杀的消息，但终被人救起送入精神病院。也许在每个人心中都有这样一个心思：看看这从未经历过失败的人会如何面对生活。10年后，“天后”终于重现舞台，脸上依旧带着迷人的微笑，口中传出的也依旧是天籁般的声音。这10年，她并未消沉，她深思后决定改变自己。她接受精神治疗，努力减肥，练习歌唱……因为她知道，在这种情况下唯有改变自己，才能改变别人对自己的看法，才能改变自己所处的不利环境。

一花枯萎，凋零不了整个春天；一星陨落，黯淡不了整片星空。但如果我们都肯尽自己的一份力改变自己，那别人一定会随之改变，春天与星空也一定会更加灿烂！

不诉求微风细雨，雄鹰于骤雨狂风中学会了搏击长空；不苛求日暖水润，大树在瘠土上学会了扎根地下；不奢求两崖移近，羚羊学会了叠跃飞渡。

古有“愚公移山”，那么何谓移山之术？“人移则山移，如是而已。”客观环境是不可改变的，但我们完全有权力与能力去改变我们自己。

自古圣贤大都认识到了这一点。诗仙李白，无法祛除官场污浊，但他学会了洒脱，吟出了“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的快意，有了“烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯”的自由。北海牧羊的苏武，无法回到日思夜想的祖国，但他知道自己的赤诚之心是永远属于大汉的，他用自己的行动为此作出了完美诠释。

很久很久以前，人类都还赤着双脚走路。有一位国王到某个偏远的乡间旅行，因为路面崎岖不平，有很多碎石头，刺得他的脚又痛又麻。回到王宫后，他下了一道命令，要将国内的所有道路都铺上一层牛皮。他认为这样做，不只是为自己，还可造福他的人民，让大家走路时不再受刺痛之苦。但即使杀尽国内所有的牛，也筹措不到足够的皮革，而所花费的金钱、动用的人力，更不计其数。虽然根本做不到，甚至还相当愚蠢，但因为是国王的命令，大家也只能摇头叹息。一位聪明的仆人大胆向国王谏言：“国王啊！为什么您要劳师动众，牺牲那么多头牛，花费那么多金钱呢？您何不只用两小片牛皮包住您的脚呢？”国王听了很惊讶，但也当下省悟，于是立刻收回成命，改为采纳这个建议。

据说，这就是皮鞋的由来。想改变世界，很难；要改变自己，则较为容易。与其改变世界，不如先改变自己——将自己的双脚包起来。改变自己的某些观念和方法，以适应环境。当自己改变后，眼中的世界自然也就跟着改变了。如果你希望看到世界改变，那么第一个必须改变的就是自己。心若改变，态度就会改变；态度改变，习惯就会改变；习惯改变，人生就会改变。

不管是改变自己还是改变他人，要想做到改变，首先得学会面对。学会面对才是改变自己和他人前提，这也是事情得以最终改变的根本。属于自己的高山，如果它不能过来，那就让我们自己走过去吧！

姿态低一点，选择多一点

为什么说姿态低一点，选择就会多一些呢？其实道理很简单。我们所生活的社会，是一个典型的金字塔结构，如果你生活在底层，工作俯仰皆拾；但如果你是在金字塔尖，反而选择就少。当然，大多数人都希望能够站在尽可能高的位置，毕竟，高处的风景更美好。但是，当在高处的机会难以得到时，我们不妨站得低一点，先得到一个可以通往高处的台阶，然后再慢慢往上走。

一位青年才俊，从某著名高校获得了博士学位，踌躇满志地准备在社会上大干一场。可是出乎意料，他发现自己找工作非常困难。一听说他是个博士，用人单位都会婉拒，说：“我们这里庙小，盛不下你这样的大和尚。”他找了许多单位，大多都得到了这样的回答。

没办法，他忍不住向一位已经做了某单位主管的本科同学求教，为什么会出现这样的情况呢？同学告诉他：“对于企业来说，很多工作，本科生已经基本上可以了；研究生固然专业知识要丰富得多，但他们的薪酬待遇必然要求高得多。所以，大部分企业觉得没有必要招聘一位博士，又给他高薪，而这个职位，本科生完全可以搞定。”同学还给他分析说，“博士的专业方向划分比较精细，只有那些需要搞研发的企业才更需要他。”最后，同学很惋惜地说：“你要是跟我一样本科毕业就出来找工作，选择的余地就大多了。”

听完之后，这位博士虽很不服气，但也不得不承认同学说得没错。无奈之下，他只好降低姿态，只拿出自己的本科文凭，很快找到了一份工作，在一家电脑公司做一些简单的电脑操作。由于他是新人，老板和同事经常会让他干一些办公室杂活儿，有时候也让他协助同事完成一些项目。对此，这位博士没有任何怨言，而且把工作干得非常出色。因为这些活儿对他来说实在太简单了。很快，这位干活儿又快又好的员工吸引了老板的注意，也使他等来了属于自己的机会。

有一次，他偶然发现了一些公司内部程序上的错误，就及时向老板提出，并陈述了应该怎样修改。老板非常高兴，当即给他升职加薪，让他当上了部门主管。没过多久，老板就发现，他的程序设计和管理水平都比其他员工明显高出一筹。面对惊讶赞叹的老板，他淡定地拿出了自己的博士文凭。老板更为惊讶：“难怪呢，原来自己这么久以来一直在大材小用啊！”于是，马上决定高薪聘用他全面负责公司的研发部门。

故事中隐藏的无奈我们不必去细说，我们要牢记的是：在竞争激烈的机遇面前，调整心态放下架子是非常必要的。

在每年找不到工作的毕业生中，都会有一些这样的人：他们自认为是社会精英，放不下身段，不肯去干月薪较少、也比较基层的活儿，始终幻想着高薪悠闲的工作，却忽视了企业在招聘高薪职员时候的条件。于是，要么虚度光阴，年纪大了还一事无成；要么终日无所事事，成了“啃老族”，啃食家里长辈的积蓄。

而有些毕业生刚出来的时候，迅速转变自己的角色，找准自己的定位，从低薪干起，从苦活儿累活儿杂活儿一步步做起，在工作中不仅积累了丰富的相关行业知识，也扩大了自己的人脉资源和知识层面，更锻炼了自己独立生活和承担压力的能力，在职场生涯中稳住脚跟并得到加薪升职，最终拥有了属于自己的事业。

对比两种截然不同的结果，不难发现，能不能转变心态放下架子，让自己站得低一点，从低处做起，对于以后的人生发展来说是极其重要的。一般来讲，企业招聘员工的时候，关注的肯定是员工所能给公司创造的价值。对于一个刚毕业踏进社会的大学生，没有工作经验，没有相当水平的理论学识，只有从基层做起，给自己和公司一个彼此了解的机会，让公司看到其存在的价值和创造的价值，才有可能得到认可，最终实现自己的事业理想。所以，能够姿态低一点，才会有多一点的选择，才会找到适合自己的位置。

亚里士多德说：“高标准的目标和低姿态的言行的和谐统一是造就厚重而辉煌人生的必备条件。”在机会面前，抓到它是最主要的，

其次才是以后的发展。所以说，放下架子，以低一点的姿态步入社会，当为生存之态，当为人生之态。而且，姿态低一点，不仅会选择多一点，更是一种明智的选择：当你欣赏世界名曲，或者只是听听流行歌曲的时候，你会发现，很少有歌曲是以高音起奏的，几乎每一首歌曲的过门儿都是舒缓的低音。只有用很低的音切入，才会带来歌曲的跌宕起伏、荡气回肠。聪明的你，一定该明白了吧？姿态低一点，意味着在你面前会有更大的空间，意味着你能循序渐进，积蓄力量，一鸣惊人！

鱼和熊掌不能兼得

“鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也，二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。”孟子放弃了鱼，而获取了熊掌。面对两种自己都想要的东西，我们必须学会取舍，从中得到一个最适合自己的。

泰戈尔说：“当鸟翼系上了黄金时，就飞不远了。”智者曰：“两弊相衡取其轻，两利相权取其重。”在明智的选择中，聪明的放弃也占有较重的比例。放弃是生活中时时要面对的清醒选择，学会放弃才能卸下人生的种种包袱，轻装上阵，安然地等待生活的转机，渡过风风雨雨。懂得放弃，才能拥有一份成熟，才会活得更加充实、坦然和轻松。在生活中的绝大多数时候，我们不能兼得鱼和熊掌。也就是说，我们要学会选择，学会放弃，审时度势，扬长避短，把握时机。明智的选择胜过盲目的执着，选择是量力而行的睿智和远见。

一只倒霉的狐狸被猎人布下的套子夹住了一只爪子，它毫不迟疑地咬断了那只脚，然后逃命。放弃一只脚而保全一条性命，这是狐狸的哲学。人生亦是如此。当生活强迫我们必须付出惨痛的代价时，主动放弃局部的利益而谋求整体的利益是最明智的选择。

孟子说的也是这样一种道理：人必须学会取舍，学会选择。有所为必有所不为，有所得必有所失。也许，我们更多时候，执着于鱼，执着于有所为有所得，只看到选择放弃时的失落和痛苦，而忘记了如果我们不放弃鱼，就会面临更大的失去熊掌的痛苦。

历史上有个故事：是说汉代荆州太守杨震调任，途径巴邑，曾得到杨震提携的县令王密前往拜见，并献上黄金 10 斤。杨震对此举十分反感：“我过去推举你做官，是因为你有才华，并非为了受贿。”执意不收，王密乖巧地劝到：“半夜三更，无人知晓。”杨震怒而质问：“天知地知，你知我知，怎说无人知晓？”王密只好尴尬地拿走了黄金。杨震舍弃了巨额黄金，却赢得了“四知太守”的清官美誉。

生活中经常面临着鱼和熊掌不可兼得的情况，也就有了选择和放弃，就是所谓的取舍。清醒的放弃和大胆的选择是相一致的，有放弃就有选择。

在鱼和熊掌的取舍之间，放弃是为了更好的选择。放弃一时之利，是为了享有永久之益。我们应该放弃失恋带来的痛楚；放弃受辱留下的仇恨；放弃心中难言的烦恼；放弃无聊的争吵；放弃没完没了的解释；放弃对权力的角逐；放弃对金钱的贪欲和对虚名的争夺……。记住，凡是主客观条件不相一致的事情、一厢情愿的事情、能办到但不能给他人和社会带来好处的事情都应属于放弃之列。不会放弃的人，永远无法获得。有所弃，才有所取；有所不为，才有所为。学会放弃，就得知道该放弃什么，不该放弃什么。为了熊掌，我们可以放弃鱼；为了事业的成功，我们可以放弃消遣娱乐；为了纯真的爱情，我们可以放弃金钱；为了庄严的真理，我们可以放弃利禄。该放弃时就放弃，放弃后，你就会看到天空的蔚蓝，感受到阳光的温暖；你就会闻到芳草的清香，听到动人的音乐。从你放弃的那一刻起，你就获取了新的东西：或是快乐，或是信念，或是信任等等。

舍弃是大自然的一种法则，舍弃也是世间万物生存的一种方式。

号称“飞禽之王”的欧洲金雕，一窝只生两只幼鸟，但有时仍然食物不足，于是手足相残，强壮的一只便把弱小的一只挤出巢穴摔死崖下。金雕妈妈别无选择，只有容忍这种残酷“舍弃”的现实。东北狼一旦被猎手的铁夹夹住，便会把自己被夹的那条腿咬断逃生，凭着这种痛苦而果断的“舍弃”，保全了生命……

动物界如此，人类社会也应如此。