

这是一本伟大的励志书！

舍 得



大全集

· 做 · 人 · 做 · 事 · 的 · 取 · 舍 · 艺 · 术 ·



本书总销量突破 **10000万** 册，
已被全国各地机关和企事业单位作为职工培训读本

舍得，是一种精神；舍得，是一种领悟；舍得，更是一种智慧；舍得，是为人处世的至高境界。

韩雪菲◎编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

前言

在纷繁复杂的生活中，每个人都会遇到种种舍弃与获得。每个人都有不同的社会背景、教育经历和人生感悟，从而在舍与得之间也会做出不同的选择。人生其实是一个不断选择的过程，既然有了选择，那就必然有“得”有“舍”。从某种意义上讲，人生既是“舍得”的过程，也是“舍得”的结果。

万事万物均在舍得之中，达到和谐，达到统一。

按佛教教义，“舍得”者，实无所舍，亦无所得，是谓“舍得”。

如果说日思进取，以“得”为一种衡量成功的标志，那么懂得放弃，“舍”便是一种成熟的境界。

舍得、舍得，聪明人想“舍”，笨人想“得”。要想“得”，先需“舍”；没有“舍”，何来“得”？舍不得“舍”，得不到“得”。

“舍得”二字，既是一种哲学思想的体现，也是人生必须面对的抉择。“舍得”一词，举重若轻，似四两拨千斤般解释了人生旅途上大大小小的事物。这看似是一个简单重复的选择题，然而在“舍”与“得”之间所涵盖的内容和意境却是包罗万象、纷繁复杂的。

舍得之间，得失之际，舍其小而谋其大，谓之“舍得”；做人处事，立世行权，有所为有所不为，是为“舍得”。

舍弃，对每一个人来说，都有一个痛苦的过程，因为放弃，意味着永远不再拥有，但是，不会放弃，想拥有一切，最终将一无所有，这是生命的无奈之处。因为“两害相权取其轻”，才能够“退一步，海阔天空”。因为“两利相权取其重”，才会“意欲取之，必先予之”。你必须学会放弃，选择适合你自己应该拥有的，否则，生命将会很难承受！

我们应当学会明得失、懂取舍，在利益、面子、情感、位阶上，既要拿得起，也要放得下；要把眼光放长远，不被一叶障目，以致看不见整个森林；要有一颗平常心，达则兼济天下，穷则独善其身；要学会迂回退让，也要学会不屈不挠，退一步固然海阔天空，进

一步也可能拨云见日、豁然开朗。

有人说：“取是一种本事，舍是一门哲学，没有能力的人取不来，没有通悟的人舍不得。”怎样正确对待取舍，值得我们细细思量。了解舍与得的意义，在别人的关于舍与得的故事中或许能看到自己的影子。本书通过较为生动的事例和简洁的哲理告诉我们，舍与得简单的两个字包含的智慧。

人生如白驹过隙，如果我们在得和失之间执迷不悟，是否太亏欠了似水的年华呢？学会舍得，学会洒脱，在“舍得”中成就自身，你的人生同样精彩！



目 录

上部 舍与得之间，关于人生的思考

“鱼，我所欲也，熊掌，亦我所欲也，二者不可得兼，舍鱼取熊掌者也；生，我所欲也，义，亦我所欲也，二者不可得兼，舍生取义者也。”得是一种能力，舍是一门哲学，没有能力的人得不来，没有通悟的人舍不得。

第一章 舍得之间，领悟人生智慧

失去并不意味着不幸，而得到也并不意味着一定是真正的幸福。因此，面对人生，我们应当学会把握得与失，看透人生的得与失，看淡人生的得与失。

1. 赠予是得到的前提	001
2. 善于发现人生的“得”	004
3. 放弃不一定就是损失	006
4. 失去未必不幸，得到未必幸福	008
5. 舍得只在一念之间	010
6. 有一种舍得如此壮丽	012
7. 知足常乐	013
8. 想得必须舍	015
9. 成功与失败都是财富	017
10. 前进与后退都是智慧	018
11. 能屈能伸，顺势而为	020
12. 放弃是为了更好地拥有	022
13. 想跳得高，你必须屈膝	023



第二章 我舍我得，展现人生魅力

世人常常只想取之，不想予之，只想得，不想舍，贪得无厌，最后反而失去更多。舍是得的前提，敢舍的人才能得。

1. 舍得，人生之道	025
2. 豁达做人的魅力	026
3. 吃点小亏不碍事	027
4. 得少失多的好人	028
5. 失一手还可能赢一手	030
6. 承认自己错了	032
7. 别把面子看得太重	034
8. 是争还是让，这是个问题	035
9. 坦然面对，不争是争	036
10. 能让人处且让人	038
11. 无争才能无祸	039
12. 争得有能力，让得有风度	041

第三章 善舍必得，成就精彩人生

“舍”，要能以慈、以利，亦即要能给人善，又要能给人利益。舍，看起来是给人，实际上是给自己；给人一句好话，你才能得到别人的赞美；给人一个笑容，别人也才能对你“回眸一笑”。

1. “舍得”才能“获得”	043
2. 一毛不拔的下场	044
3. 收获更多的秘诀	046
4. 不作选择就等于放弃	047
5. 舍弃更多的目标	048
6. 每天都是全新的自己	050
7. 珍惜你所拥有的	051
8. 挑选生命中的大石块	053
9. 修养心灵，从“舍”中看到“得”	054
10. 该放下时就放下	055
11. 别为打翻的牛奶哭泣	056



12. 放弃，然后轻装上阵 057

13. 宁静之心最难得 059

14. 别追求完美 060

15. 忍一时之辱，求全局之胜 061

16. 适时咽下一口气 063

17. 暂时委屈自己 064

第四章 即舍即得，拓宽人生之路

任何一个有作为的人，都是在不断的“舍”中成长和成熟起来的，而后变得更加聪慧和睿智。如果一个人一旦有所“舍”便愁肠百结、郁郁寡欢，甚至捶胸顿足、一蹶不振，那么便不会有所“得”。

1. 该“舍”时就要放手 065

2. 犹豫不决只会全部失去 066

3. 收藏家的遗嘱 068

4. 淡泊才能长远 069

5. 锲而不舍与锲而舍之 071

6. 结束意味着新的开始 072

7. 失去也是一种获得 073

8. 放弃同样需要勇气 074

9. 坚持，有时是因小失大 076

10. 放下我们的哨子 078

11. 我们到底想要什么 079

12. 退一步，才能海阔天空 081

13. 让生活变得简单 082

14. 别想得那样复杂 084

15. 拥有自娱自乐的心 085

第五章 舍了再得，梳理人生哲理

人生中，得与失常常常发生在一瞬间。随着年龄的增长和阅历的充实，我们应该随时调整自己，该得的，不要错过；该失的，洒脱地放弃。

1. 放弃的背后 087



2. 助人者，天不负	088
3. 做人何必太执著	089
4. 量力而为地做事情	091
5. 换种眼光看得失	092
6. 有时候，鱼与熊掌可兼得	093
7. “绕道走”是大智慧	094
8. 木秀于林，风必摧之	096
9. 与其抱怨，不如反省	097
10. “舍”的价值与回报	098
11. 做人的平常心	100
12. 丢掉事业的副产品	102
13. 不争比争要好	103
14. 得而不喜，失亦不忧	104
15. 忘记自己的“光环”	105

第六章 不舍不得，流露人生豁达

为了得到一部分，你必须放弃另一部分。若过多地权衡，患得患失，到头来只能两手空空，一无所得。任何事情都需要有付出才会有收获，因此，舍弃未必就是坏事。

1. 舍弃过去，把握现在	108
2. 学会放弃	110
3. 时不利己要规避	111
4. 走路不忘看风景	112
5. 把杂念看成杂草	114
6. 解开心中的绳结	115
7. 欲望是生活的负累	116
8. 别把自己看高了	118
9. 为什么要做“出头鸟”	118
10. 平易之乐	120
11. 一直向前走	121
12. 接受美玉的瑕疵	123
13. 快乐与金钱无关	125
14. 没有化解不了的仇恨	126



中部 舍与得之间，关于事业的蓝图

“舍得”几乎囊括了人生所有的真知妙理，一旦我们真正把握了舍与得的尺度，就等于拿到了人生成功的金钥匙。

第一章 在舍得中寻找平衡，为事业而奋斗

每个人生活的时代既是最好的时代，也是最坏的时代。如何在生活中寻找自己的位置？如何在人生的路口时进行选择？这就需要自己在取舍中寻找平衡，只有这样，才能使自己稳步前进。

1. 矢志不渝才是精彩人生 131
2. 人生需要打拼 133
3. 有付出才有回报 135
4. 心动不如行动 137
5. 要敢于破釜沉舟 139
6. 战胜困难，就是强者 141
7. 学会鼓励自己 142
8. 别输在自己手里 144
9. 跌倒了也别趴下 145
10. 挖掘自己的潜在优势 147
11. 犹豫不决，终将一事无成 148

第二章 在舍得中摒除欲念，调整事业心态

“生死根本，欲为第一”，欲念是人类与生俱来的。欲念是主宰一切人类活动的本源，它操控着人类的一切。扭曲的欲念能够造成痛苦和不幸，甚至摧毁一切，但假如你是控制人类欲望的高手，摒除扭曲的欲念，培养清心适欲、知足常乐、在淡泊中进取的生活态度，你将无往不胜，成为不凡的人。

1. 从认清自己开始 151
2. 要有自己的“绝招” 152
3. 调整心态，突破思维惯性 154



4. 未雨绸缪，把握未来	155
5. 换个角度看问题	156
6. 打破思维定式	158
7. 进中有退，退中有进	160
8. 善于变化	161
9. 失败，你准备好了吗	163
10. 敢于放弃	164
11. 胜也王侯，败也王侯	166
12. 赢得起也要输得起	168
13. 认真听取他人的意见	170
14. 达观从容，功成身退	172
15. 不要死心眼	173
16. 成功的因子散落在失败之中	175

第三章 在舍得中寻找机会，把握事业机遇

从进退之道来说，得让人处且让人，并不是无原则地一味让步与妥协，不该让人处就不能让。让是在坚持原则、顾全大局的前提下，做出一些退步。在危机的时候要有果断舍弃的魄力，要有顾全大局、舍小取大的智慧。

1. 学会随机应变	177
2. 机不可失，时不再来	178
3. 君子伺机而动	180
4. 当断不断，必遭其乱	181
5. 掌握时机，一击致命	183
6. 智者创造机会	185
7. 懂得选择，学会放弃	187
8. 时间就是效益	189
9. 出奇制胜	190
10. 委曲求全，东山再起	192

第四章 在舍得中造就命运，坚持事业方向

“舍得”的道理其实非常简单，在人生这只空杯里，无论你装进什么，如果一切不舍，结果会怎样呢？里面的东西会陈旧、腐朽、发出恶臭。只有把旧的不断舍掉，不断补充新的，你的思想才常变常新、与时俱进。



1. 得意要看淡	195
2. 身处逆境，不要慌乱	197
3. 会容忍才能有发展	198
4. 精彩人生需要坚持	200
5. 逆境可以帮助你成功	202
6. 保存希望的火种	203
7. 心存希望，相信未来	205
8. 为了信念而奋斗	207
9. 正视困难，超越自我	208
10. 不要轻言放弃	209
11. 相信自己，正视困难	211

第五章 在舍得中丰富自己，提高事业能力

自然界赋予生物相互依存关系的同时，也给了人类社会这样的启迪，只有相互借力，才能更好地生存与发展。帮助别人是最有益的投资，只有广结善缘，彼此互相帮助，才能取得更大的成功，为他人铺路，其实是在为自己铺路。

1. 善于与人合作	213
2. 多给自己找些帮手	215
3. 人情世故要谨慎	216
4. 运用多人的智慧	218
5. 帮人其实是帮自己	219
6. 做事要迂回策应	221
7. 自己的无形资产	223
8. 梦想要有行动才能圆	225
9. 敢想还要敢做	227
10. 执行，不找任何借口	228
11. 少抱怨，多做事	230
12. 不断投资自己，行动才有底气	231
13. 马上去做，亲自去做	233
14. 自己创造的机会最实在	235
15. 惜时如金，才能高效做事	237



下部 舍与得之间，关于生活的哲理

舍与得各有其度，无须强舍，不可强得。舍得的精髓在于“舍”的态度，依依不舍之“舍”并非舍得之“舍”。舍与得看似相生相克，又相辅相成，万事万物皆在舍得中归结统一，懂得修整舍与得，平衡心态天地宽。

第一章 正面是放弃，反面是得到

舍中有得，得中有舍。不舍，便不得，每一种失去，都是另一种收获。

1. 得失毫厘之间 241
2. 短暂的失和长久的得 243
3. 宽窄都是路 244
4. 实力的强弱决定着进退 246
5. 强弱都有自己的不足 248
6. 智者能将弱势变为强势 250
7. 日中则移，月满则亏 251
8. 自满者败，自矜者愚 253
9. 不露锋芒，韬光养晦 255
10. 有所为，有所不为 256
11. 舍弃执著，得到更多 258
12. 先苦后甜 拥有幸福的记忆 259

第二章 取得，需要本领；舍得，则需哲理

勇于放弃者精明，善于放弃者高明。

1. 不是得到越多越幸福 261
2. 无私助人也是“舍” 263
3. 成人之美，该舍就舍 264
4. 善待他人就是善待自己 266
5. 物尽其用，抛弃贪婪 267
6. 人生的得失之间 270



7. 塞翁失马，焉知非福	271
8. 吃亏是福，吃小亏是大福	273
9. 吃亏也是一门学问	275
10. 莫为名利遮望眼	278
11. 坦然面对人生的得与失	278
12. 得失之间的“我愿意”	279
13. 留在正确的轨道上才安全	281

第三章 有得也有失，有失才会有得

人的一生很短暂，有限的精力不可能方方面面都顾及，而世界上又有那么多炫目的精彩，这时候，有所不为就成了一种大智慧。只要能得到你想要得到的，放弃一些不必要的“精彩”，你并不会损失什么，而在放弃的背后也正意味着得到更多。

1. 做不成猴子，就做蚂蚁	283
2. 知己知彼，百战不殆	284
3. 能洞悉人心才是真的聪明	285
4. 人性的本质都是相通的	287
5. 好话说尽的人，会把坏事做绝	288
6. 懂得感恩	290
7. 一定要记得人心是会变的	292
8. 祸从口出，谨言慎行	294
9. 慎终如始，则无败事	296
10. 见好就收，过犹不及	297
11. 功遂身退，天之道也	300
12. 审时度势才能恰到好处	302
13. 权衡利弊之后再作决定	304

第四章 亦舍亦得，感受人生

付出不一定是痛苦的，但收获的却一定是快乐。人不能一味地抱着索取的目的，如果每个人都希望从别人那里得到什么，但从不想去付出，那就一定不会快乐。给予才是幸福。

1. 得之我幸，失之我命	306
--------------------	-----



2. 爱占便宜，就会吃亏到底	308
3. 舍去“想当然”，相信眼见为实	309
4. 急功近利只会毁了你	311
5. 不是所有的大制作都值得演	312
6. 袖珍演讲师的伟岸人生	314
7. 让自己成为赢家	315
8. 清空心灵	317

第五章 虚舍实得，进退之道

知进退，懂舍得。人人都知道前进不容易，但是有几个人真正能把握退的真谛呢？人们常常会埋头于如何进的疑惑，却从来不知道退也需要睿智。

1. 力能则进，否则退	319
2. 适当退守，以退为进	321
3. 舍得小利，着眼未来	322
4. 多行不义必自毙	324
5. 静观其变，适时而动	326
6. 不做逢迎拍马的小人	328
7. 义字面前不后退	329
8. 有所为有所不为	331
9. 达则兼济天下，穷则独善其身	333
10. 做一个真正有价值的人	334



上部

舍与得之间，关于人生的思考



“鱼，我所欲也，熊掌，亦我所欲也，二者不可得兼，舍鱼取熊掌者也；生，我所欲也，义，亦我所欲也，二者不可得兼，舍生取义者也。”得是一种能力，舍是一门哲学，没有能力的人得不来，没有通悟的人舍不得。



第一章 舍得之间 '领悟人生智慧

失去并不意味着就是不幸，而得到也并不是真正的幸福。因此，面对人生，我们应当学会把握人生的得与失，看透人生的得与失，看淡人生的得与失。



1. 赠予是得到的前提

当第二次世界大战的硝烟刚刚散尽时，以美、英、法为首的战胜国几经磋商后，决定在美国纽约成立一个协调处理世界事务的联合国。一切准备就绪之后，大家蓦然发现，这个全球至高无上、最有权威的世界性组织竟然找不到自己的立足之地。

买一块地皮吧，刚刚成立的联合国机构还身无分文；让世界各国筹资吧，牌子刚刚挂起，就要向世界各国搞经济摊派，负面影响太大。况且，刚刚经历了战争的浩劫，各国都国库空虚，甚至许多国家的财政赤字居高不下，在寸金寸土的纽约筹资买下一块地皮，并不是一件很容易的事情。

听到这一消息后，美国著名的家族财团洛克菲勒家族经过紧急商议，马上果断出资870万美元，在纽约买下了一块地皮，将这块地皮无条件地赠送给了这个刚刚挂牌的国际性组织——联合国。

同时，洛克菲勒家族亦将毗邻这块地皮的大面积地皮全部买下来。

对洛克菲勒家族的这一出人意料之举，许多美国大财团都吃惊不已——870万美元，对于战后经济萎靡的美国和全世界来说，这都是一笔不小的数目，而洛克菲勒家族却无条件将这些钱拱手相赠。

这条消息传出后，美国的许多财团主和地产商都纷纷嘲笑说：“这简直是蠢人之举。”并纷纷断言：“这样经营不要十年，著名的洛克菲勒家族财团便会沦为著名的洛克菲勒家族贫民集团。”



但出人意料的是，联合国大楼刚刚完工，毗邻它四周的地价便立刻飙升起来，相当于捐赠款数十倍、近百倍的巨额财富源源不断地涌进了洛克菲勒家族。这种结局令那些曾经讥讽和嘲笑过洛克菲勒家族的商人们目瞪口呆。

其实在许多时候，赠予也是一种经营之道。有舍有得，只有舍去，才能得到。就像生活，过去的事情，我们总是无限回忆、无限追思，却不知前面的风景更加美好。只有向前看，才会有所发展，有所进步。

两千多年前的老子清醒地认识到人类贪欲自私的弱点，告诫世人千万要注意，不要因争名逐利而丧身，要克制自己的欲望，“见素抱朴，少私寡欲”，顺应自然，知足知止。要知道“甚爱必大费，多藏必厚亡”的道理，物极必反，过分的爱惜会导致极大的耗费，过多的敛取必定导致重大的损失，盛极而衰是已被历史多次证明了的。所以，对名与利、得与失，要时刻保持清醒的头脑并作出明智的选择，只有这样，才可以“知足不辱，知止不殆”。

我们可以这样想想：

吃了亏的人说：吃亏是福。

丢了东西的人说：折财免灾。

逃过一劫的人说：大难不死，必有后福。

受人欺负的人说：不是不报，时候未到。

卸任的官员说：无官一身轻。

世上万物，生命最为宝贵，人生的乐趣在于奋斗和创造中，不断克服困难、不断前进的过程会使人产生成就感和荣誉感。倘若你的心境因凡尘变得支离破碎，请别失望，尝试着站在新的角度，以一颗积极健全的心去对待生活中的点点滴滴。

舍得舍得，有舍才有得，看淡生活，心平气和。就像徐志摩诗里所说：“得之，我幸；不得，我命。”如此而已。



2. 善于发现人生的“得”

威尔·罗吉士是非常著名的幽默大师，他整天都是快乐的——即使在他失去什么东西的时候。这一方面得益于他乐观豁达的性格，更重要的是他懂得如何用一颗平常心去看待得与失。

1898年冬天，威尔·罗吉士继承了一个牧场。