



世俗社会，人事万千，生存、财富、爱情、婚姻、人脉交际、事业成就，这一路上，无不荆棘满布，迷雾重生。面对诸多纷扰与困境，我们该如何寻找清泉甘霖，如何觉悟得失盈亏？

其实，只要学会舍得，只要懂得宽心，我们的心就会如一面明镜，就会如一片海洋，可以洞察一切，可以包罗万象。

学会 舍得 懂得 宽心

全集

唐晓磊◎编著

命运靠自己，修为凭善根
“舍得”成就万事，“宽心”完满人生

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS



图书在版编目 (CIP) 数据

学会舍得懂得宽心全集 / 唐晓磊编著. —北京: 新世界出版社, 2011.3

ISBN 978-7-5104-1664-4

I. ①学… II. ①唐… III. ①人生哲学 – 通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 027117 号

学会舍得懂得宽心全集

作 者: 唐晓磊

责任编辑: 陈晓云

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号(100037)

发行部电话: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室电话: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

本社中文网址: <http://www.nwp.cn>

本社英文网址: <http://www.newworld-press.com>

版权部电话: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京华戈印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710 × 1000 1/16

字 数: 300 千字 印 张: 20

版 次: 2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-1664-4

定 价: 29.80 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

舍得的艺术

“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。”正如孟子所说，有舍才有得，舍去贪婪可得无忧，舍去名利即得清静……“舍得”源自明代袁了凡先生的《了凡四训》一书，随着儒家文化的传播，“舍得”这一禅理也逐渐渗透到了我们的日常生活中，并逐步被演变成一种雅俗共赏、启迪心智的“生活禅”。

勾践舍下了帝王之尊，舍下了大丈夫的尊严与豪迈，卧薪尝胆，最终取得了报仇雪恨的机会，成为子孙后代敬仰的英雄；韩信舍得一时的自尊，甘受胯下之辱，终得在后来掀起了时代的风云。

贾平凹先生也有一篇文章，说的也是《舍得》：“世界是阴与阳的构成，人在世上活着也就是一舍一得的过程。”文中，贾平凹先生还提到：“会活的人，或者是成功的人，其实是懂得这两个字的：舍得。不舍不得，小舍小得，大舍大得。”可见他早已悟透了人生玄机，看透了“舍”与“得”。

从古至今，无数留芳千古的名人，他们都对“舍得”二字有着明确的把握和领悟，关于“舍得”的话语给了我们无穷无尽的启示，“舍得”是一门充满大智慧的人生哲学；“舍得”是一种成熟做人的处世艺术；“舍得”更是一种人生处世的高



尚情操。而要做到舍得，心就一定得放宽。

蛇在蜕皮中长大，金在沙砾中淘出，树也要经过剪枝才能结出更多的果实。事物既是如此，又何况人。而现在很多人，因为不舍，所以无得，因为不宽心，所以不舍得。最后钻进了人生的死胡同。历史留给我们的不仅仅是一个个的“故事”，更多的是“故事”中的智慧与内涵。细细去品味，学会艺术地舍得，时时处处宽心地去生活，用心去感悟这份古人送给我们的思想盛宴。

事业篇：宽心，舍得，职业生涯的锦囊

第一章 初入职场，宽心才有大境界

认真对待你的第一份工作	004
在工作中调试适合自己的岗位	006
与同事融洽相处	008
抓准时机，一心一意	011
忠实，职场人的准则	013
正确认识自己，放宽心谋其职	015
抱怨少点，再少点	017
努力前行，站上最高点	019
学会与自己分享	021
喜欢，就为之努力	023
放下嫉恨前行	025
事不论大小	027
放下自己系上的枷锁	029
要做就做一个大写的“人”	031

第二章 行走职场，舍得之间有“福果”

舍去浮华，留下真诚	036
其实半小时很长	039
放下是一门学问	041



送人玫瑰手有余香	044
舍得放弃，海阔天空	046
正确看待得与失	049
舍得，舍得，有舍才有得	051
何谓舍得？	053
付出的过程无法舍弃	055
平常心看世界	057
给自己最明确的回答	059
塞翁失马，焉知非福	061
莫生气	063
世间最珍贵的	065
你需要付出一百分的热情	068

第三章 职场台阶，舍与得决定进与退

巧妙的制度提升团队力量	072
活在当下，宽心至上	074
忘记文凭，注重能效	078
退与进，顷刻之间	081
别盲目相信职场上的朋友	084
情况不同，心态不同	085
别人的终究不如自己的可靠	086
别让惯性左右了你，多想着坚持一次	087
认清自己的优势，接触高层次的人	089
寻找平凡的起点	091
学会忍耐，忍是心中一把刀	093
敢于去争取，就能比别人得到更多	095
职场第一要诀——忠诚	097
分清敌人和友人	098
眼光长远，可避免无谓之争	099
坚持是一种美德	101
乐于助人，助的就是自己	103

学会感恩的人，往往收获成功的果实	105
穷则变，变则通，职场中需要创意	107
学习能力是职场上制胜的法宝	110
物尽其用，找寻适合自己的位置	112

家庭篇：宽心，生活更要海阔天空

第一章 父母和爱人都需要你的理解

父母的奔波需要你的体谅	116
多找点时间陪陪父母	119
告诉自己娶的是妻子，不是工作	121
父母是唯一的，不可错过	123
宽心地看待父母变老	125
即使注定离开，爱却永在	127
为了爱而改变自己	129
善意的欺骗	132
从熟悉到陌生，需要多久	135
0.018秒的起跑速度	140
“争吵”会让感情升温	143
一张欠条，一生的债	145
上帝也无法夺走他们对你的爱	147

第二章 为人父母，放宽心来对子女

对孩子宽容，保持良好的心态	152
包容孩子犯错，给予他们鼓励	154
相信自己的孩子能行	156
让孩子面对困难，经历磨难	159
不要给孩子无止尽的温柔	162
生活需要一点空间	164
不受无理要求的要挟	168





要让孩子为自己的行为承担责任	171
牵着孩子经历风雨	174
支持孩子的善举	177
不要错过孩子的成长	180
放手让孩子自己去闯	183
学着向孩子说对不起	185

第三章 亲戚应该是胜过朋友的亲人

和她做亲戚是福气	188
亲情不分远近	190
这对亲戚如同兄弟	192
“兄弟”亲如一家	194
撑起爱的一片天	196
宽厚的垫背	199
撞来的亲戚	201
不是亲人，胜似亲人	202
舍得宽心让生活更和谐	204
“尽见”的箴言	206
舍得与宽心的力量	210

人生篇：拿起放下，人生的路标便不再摇摆

第一章 朋友

友谊的价值	218
选对朋友可以让你成就人生	221
在路上陪你一程的朋友	223
从金钱窥探友谊	226
陪你同行的那个人	230
千万记住不要因为身边众多的朋友而丢失自己	233
我们说好相伴永远	236



朋友是一生中最大的财富	240
竞争对手也许会是更好的朋友	243
兄弟间的情节	246
在忘年交中享受友谊	249

第二章 与人交往，不妨随时准备退一个台阶

你放下了吗?	254
你还在争执吗?	256
你的烦恼还在吗?	258
你明白尊重他人就是尊重自己这个道理吗?	260
你是否总是推卸责任?	263
压制住那颗暴躁的心，有话要好好说	266
你知道细节其实很重要吗?	268
通过好朋友，结交下一位好朋友	271
宽容让我们成为生死之交	273
友情不是施舍	276
退一步海阔天空	278
你知道怎样巧妙地拒绝吗?	280

第三章 宽容应该是一生最重要的信仰

一句话带来的鼓励	284
勤思考，多动手才能向梦想靠拢	287
多一些自信，多一些勇敢	290
别用现在救赎过去	292
将心放宽，生活坦然	295
请为自己，保留一份原始的自我	298
你懂得自己的重要性吗?	301
有一种信仰叫做感恩	304
样样精，也代表着样样差	307



事业篇

宽心，舍得，职业生涯的锦囊

事业，一个蕴涵许多的词，但归结于最终的最终，都离不开“奋斗”二字。事业、婚姻，是人一生中的两件大事，有的人选择成家立业，有的人选择立业成家，但不管如何选择，职场总是最为关键的因素。无论是职场新手，还是老手，都会有自己的一套处世方法，而宽心与舍得绝对是处世的锦囊妙计，你准备好了吗？



第一章

初入职场， 宽心才有大境界

所谓初生牛犊不怕虎，而你是否就是一个职场新手呢？你拿出了明知山有虎偏向虎山行的冲劲了吗？有这样的冲劲，给你带去了多少筹码？倘若加上宽心，你的胜算又有多少？



认真对待你的第一份工作

“第一”对任何人来说都是充满了神秘和美好的色彩，距离你最近的是不是第一次迈进大学校门？第一次走进工作场所？第一次面对将要共事的同事们？走出校园之前对工作的期待，和将要迈入的第一个工作岗位是否有天壤之别？如果没有，那说明你还能很好地丈量理想与现实的距离；如果真的有天壤之别，也没有关系，为什么不尝试着放宽心态对待眼前的工作？要知道，宽心才有大境界。

王凡在校时成绩很好，家人、学校和同学对他的期望都非常高，认为他一定能找到很好的工作，一定能在工作岗位上成就一番大事业。

而事实上，王凡确实是成就了一番大事业，不过他不是在自己学习的专业领域中有所成就，而是开饭店开出了成就。

而王凡也不是从一开始就当上老板的，刚刚毕业时他也没有找到合适的工作，但是他并没有放弃，一边温习功课，到处参加面试，一边在学校附近的一家餐厅工作。王凡是个做事非常认真的人，虽然只是在餐厅兼职，但是也希望自己能够认真度过在岗的每一天。很快地，由于认真踏实，王凡被任命为餐厅的大堂经理。

这样的结果当时着实让王凡吃了一惊，他开始考虑自己的未来，他也想过自己是否适合这个行业，是否能够放弃学了四年的专业，但最终他觉得自己是热爱这个行业的，而且他的脑海中也出现了自己未来餐厅的轮廓，打算在自己选择的职业上干出自己的一片天地。

现在，王凡拥有了自己经营的餐厅，且已经在当地的餐饮行业小有名气了。

我们现在无从得知王凡刚工作时，经过了怎样激烈的思想斗争，但是每一个人无论你是王侯将相，还是贩夫走卒，都没有理由不重视自己的第一份工作。

美国杜邦公司副总裁卡尔夫说：“在我看来，世界上最大的悲剧莫过于有

太多的年轻人从来没有发现自己真正想做什么。想想看，一个人在工作中只能赚到薪水，其他的一无所获，这是多么可悲的事情啊！”很多刚走出校门的学生，都不了解自己能做什么，也不知道自己真正想做什么，这种现象很容易导致择业的盲目性，还有人只是将第一份工作作为自己走进职场的跳板，根本无心踏实工作。

我们经常看到，有一些刚踏上工作岗位的新人毫无生气，工作懈怠且被动，出工不出力，总觉得没有伸展自己能力的场所，甚至有人频繁跳槽。这些都是表现对自己工作的不满意。

对此，给大家一些建议：

首先，不要草率决定自己的第一份工作。每个人的第一次职场体验都是非常重要的，这种体验会影响到职业心态和职业规划。因此，若只是为了找到一份工作而去工作，或者迫于各方面的压力而妥协于自己不喜欢的工作时，不妨多给自己一些时间，再去尝试其他的机会。

其次，放宽心态，认识自我。既然接受了这份工作，就应该努力做好，不妨剖析自身的缺点，而不是怨天尤人。你关注的重点不应该是所在公司有多差、有多小，而是应该审视自己的弱点。麻雀虽小，五脏俱全，公司再小，对于一个新人来说也有很多值得学习的东西。所以，你应该放宽心。坦然接受自己的工作，从上班第一天开始，锻炼自己各方面的能力，取长补短，为下一份工作积极做好准备。

在工作中调试适合自己的岗位

我们常常会听到这样的论调：“毕业=失业”，虽有几许悲凉，却也在一定程度上反映了应届毕业生的就业状况。找到一份工作不难，但是找到一份适合自己的工作就难了，而要在合适的岗位上，做出一番成就那就更是难上加难了。

所谓难，并不是说不可能，而是大有可为，当然这就要看个人如何努力了，比如怎样正确去定位自己、充实自己与让自己做得更漂亮、过得更舒适；怎样让自己开心，上级满意，同事和睦。

不要因小失大，更不要小觑一些琐碎的事，因为往往细节决定成败。要记住，有舍才有得。应用宽容的心去对待周围的一切。

小时候听过这样一个故事：在办公室内的地上躺着一把扫帚，面试者走进去后见室内空无一人，然后四周观察一番发现确实没有留下考题等与面试相关的物品后，便一一离开了，其中有重点大学毕业的，有取得硕士文凭的，也有大专毕业的，最后公司选择了那个大专生。不是因为公司定位低，而是那名普通的大专生，是唯一弯下腰捡起扫帚并放好的人。

他和所有人一样是职场新手，学历平平，但他却有着旁人没有的细心，更难得可贵的是那一弯腰，即使周围没人旁观，他也能做得如此之好，可见他做事主动且诚恳，无须有人见证。

之后公司经理找他聊起了那天面试的事情，他只说了一句话：“我只是想做最好的自己，随时随地。”

试问，这样的职业操守，有多少人能拥有？这样的准则不是读了多少年大学，或就读于什么名牌大学就可以获得的，而是在自己心中种下的信念与原则。

是他的那份真诚和那种细微处的表现打动了领导，可想而知，之后他的职业生涯该会是如何顺畅。

一个人不管从事什么工作，不管置身于何处，首先要弄清的是，当下自己要做什么，该怎样做。好好地定位自己，用宽容的心去对待周遭的一切，不管是大事小事还是喜怒哀乐，让自己的心总能找到一片净土，然后义无反顾地去追随它，对生活如此，对梦想如此，对工作亦是如此，只有这样，才能在工作中将自己调到最合适，一切才会越来越明朗。

全身心地投入工作，哪怕那个岗位是多么的不尽如人意，都要将自己的心态调整到最佳，善待工作也就是善待自己，最后你终将会获得身心的自由。但凡成功者，无一不是在某个特定领域里进行过坚持不懈努力的人。越王勾践卧薪尝胆，一国之君都能放下的姿态，而我们又有何做不到呢？

放宽心，做最好的自己，从小事做起，生活如此，职场更是如此。

请记住这句话，无论从事什么职业，都应该让自己喜欢上它，并为之努力。下定决心掌握自己职业领域内的知识，让自己变得更专业、更高深，让心态变得更祥和、更踏实。

总之，无论做什么事，必须找准自己的定位，放宽心，永不放弃地一直努力下去，因为只有不断提升自我，才能离成功更近一步。

一个人一旦领悟了职场中的元素，他就掌握了打开成功之门的钥匙，能处处以主动尽职的态度工作，宽容地对待身边的人和事，即使从事最平庸的职业也能增添个人的荣耀。



与同事融洽相处

职场总是故事最多的地方，一旦离开象牙塔踏入社会，接触最多的就是同事、领导，陌生人要在一个空间内共处，难免会有一些摩擦，这就是人与人交际的开始。

他，一个应届毕业生，刚刚入职一个月，处处小心。或许是因为初来乍到一切谨慎，也或许是因为自己还不够自信不敢莽撞。但实际上，到新的公司，一切都还好。

每次进入办公室，他都提醒自己要微笑，常常说微笑是最好的武器，没错，在他身上也应验了，同事们对他也十分友好，这是很值得庆幸的一件事。

有一天，他和一个同事聊天，谈得很是投机，说着说着，便很自然地将入职以来所有不开心的事都和盘托出，甚至还批评了其他同事。其实，这一切如果对一个朋友说是很正常的，毕竟朋友间偶尔的抱怨和互吐苦水是常事。

然而，他所诉说的对象却是认识不到一个月的同事，而且自己根本就不了解这位倾听者。显然，没过多久他所有的言论就都被传开了。人总是喜欢以讹传讹，很自然，一切被丑化了，他在同事圈里的友好形象也荡然无存了。于是，他被孤立，被唾骂。

他反省，他后悔，自己真不该做出这样愚蠢的事，要知道人多是非多。

人是社会性动物，在关系网里，人与人难免会互相摩擦，这时，我们应该做的不是抱怨，而是如何利用仅有的时间和机会去磨合，去和他们相处。

在同一个公司，更何况还是同一间办公室里，那就是一个团队，不管是不是其他同事真的有做的不对的地方，都不应该在背后说别人的不是，毕竟那不是君子之举。任何事，都是可以放在桌面上讲的，如果难以启齿，何不用一种平和的心态去包容呢？或许某一天，当你和他真的成为朋友的时候，再说起那些不愉快，也不过一个笑话和小插曲而已。

总说职场是一个复杂却也简单的领域，但其实我们要做的很简单，就是要

懂得如何与同事融洽相处，并且合作愉快，一个有向心力的团队必须要有强大的团结力量。

与同事相处得如何，直接关系到自己的工作，事业的进步与发展。如果同事之间关系融洽、和谐，人们就会感到心情愉快，就有利于工作的顺利进行，从而促进事业的发展。反之，同事关系紧张，互说是非，或者是相互拆台，就会直接影响正常的工作和生活，甚至阻碍事业的发展，群众基础也是晋升不可或缺的因素。

一直以来，如何与同事相处就是职场中人最为关注的问题，那些善于处理同事关系，巧妙赢得同事支持的人总能在办公室中，如鱼得水；而那些自命清高，不屑或者根本不会与同事“周旋”、来往的人，则难免要走一些弯路，每天工作辛苦不说，下班后还要纠结某某某对自己如何如何，这样的职场生活未免也太过压抑了吧。

其实，不管是生活、工作还是学习，不管是职场还是校园，人际交往都是最为重要的一环，而人与人交往中，更关键的是要有一颗宽容的心。要懂得站在对方的立场上思考问题，换个思维，换个角度，换个立场，一切都会变得更加明朗。

做任何一件事，都不可能完全是自己独自一人完成的，哪怕你的同事只是给了你少许鼓励，你都不能在取得成绩的时候将其忽略，即使只是一句简单的“谢谢，谢谢你那天对我说的话，使我坚持到最后，我成功了，谢谢！”这样的言语，它不会花去你超过一分钟的时间，但却能获得你一直想要争取的友好。

同事之间总是需要互相帮助与合作的，这或许就是我们所说的“同甘”，所以要懂得去感恩，懂得去经营这样的情感。不要总是牢骚满腹，更不要轻易去否定他人的决定。有时候要将自己置身于一片净土中，远离那些流言蜚语，哪怕传言者说得天花乱坠，哪怕你也这么认为，都不要参与，因为有些话是需要我们埋在心里的。

在同事向你提出建议时，即便在你看来那些建议毫无用处，也不要当面否决，待到你成功的时候，一切都会明了，很多时候做比说更重要，尤其是在职场，用事实说话比用嘴巴说话更具有说服力和影响力。

人与人相处，往往就是这样，要学会将污点缩小，将闪光点扩大，所以要