



学会选择 懂得放弃

全集

在这个世界上，没有人是天生的成功者，也没有人是天生的失败者。
大家之所以拥有不同的人生，是因为各自的选择不同。
人生路漫漫，只有选择最有效的途径和方法，才能使自己获得更大的进步和提高。



正确选择是一种能力，适时放弃是一种智慧！

图书在版编目(CIP)数据

学会选择,懂得放弃全集 / 傅春晖编著. — 哈尔滨:
哈尔滨出版社, 2010.11
ISBN 978-7-5484-0222-0

I. ①学… II. ①傅… 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(2010)第 126216 号

书 名: 学会选择,懂得放弃全集

作 者: 傅春晖 编著
特约编辑: 郭海东
责任编辑: 张恩平 李金秋
责任审校: 陈大霞
封面设计: 回归线视觉传达

出版发行: 哈尔滨出版社(Harbin Publishing House)
社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090
经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京市文林印务有限公司
网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com
E-mail: hrbcbbs@yeah.net
编辑版权热线: (0451)87900272 87900273
邮购热线: (0451)87900345 87900299 87900220(传真) 或登录蜜蜂鸟网站购买
销售热线: (0451)87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 25 字数: 350 千字
版 次: 2010 年 11 月第 1 版
印 次: 2010 年 11 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5484-0222-0
定 价: 38.00 元

凡购本社图书发现印装错误,请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451)87900278
本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所

目 录

第一章 取舍有道——阳光总在风雨后

- 选择决定命运····· 2
- 坚持梦想才能飞翔····· 5
- 放弃也是一种智慧····· 8
- 直面缺点,审视自我····· 11
- 放弃也是一种超越····· 14
- 路到尽头就转弯····· 17
- 最合适的生活才是最好的生活····· 20
- 放弃是一种美丽的收获····· 23

第二章 知足常乐——自己的快乐自己做主

- 不能选择命运,可以选择心态····· 28
- 乐观是一笔宝贵的人生财富····· 31
- 为自己的生活选择阳光····· 34
- 品尝生活的乐趣····· 37
- 积极面对生活,愈挫愈勇····· 40
- 自卑是自己最大的敌人····· 43
- 莫让贪婪蒙蔽了双眼····· 46
- 不要为打翻的牛奶哭泣····· 49
- 同虚荣心勇敢地说“不”····· 52
- 放弃无意义的固执····· 55

第三章 鱼跃龙门——让自己变得更优秀

- 选择好习惯铸就好人生····· 60
- 可以平凡但不可以平庸····· 63
- 从现在开始停止“抱怨”····· 66
- 看清自己,莫要看轻自己····· 69
- 冷静地控制自己的情绪····· 72
- 说话做事多给自己留余地····· 75
- 成功需要惜时如金····· 78
- 坚定信念,告别懒惰····· 81
- 打好自己手中的牌····· 84
- 做人做事以大局为重····· 87

第四章 学海无涯——活到老学到老

- 不同的思维,不同的结果····· 92
- 谦虚是一种使人进步的动力····· 94
- 学会真诚地赞美他人····· 97
- 努力成为不可替代的人····· 100
- 生命不息,学习不止····· 103
- 学习力比学历更重要····· 106
- 练就好口才····· 109
- 每个人都是一笔宝藏····· 113
- 学会将压力变为动力····· 116
- 学会思考,改变未来····· 119
- 培养专注的精神····· 122
- 正视自己的错误····· 125
- 寻找最为可靠的资本····· 128

第五章 自动自发——大鹏展翅显身手

- 不要只为薪水而工作····· 132
- 将工作负责到底····· 135
- 从一开始就要选择做对····· 138
- 为自己选择合理的定位····· 141
- 做一个有条理的人····· 144
- 做事必须做到位····· 147
- 作足准备,不打无把握之仗····· 150
- 永远比别人多做一点····· 153
- 心中要常存危机意识····· 156
- 舍弃匆忙的做事习惯····· 159
- 勇敢地承担自己的责任····· 162
- 今日事,今日毕····· 165
- 拒绝工作中的“不小心”····· 168

第六章 修身养性——心中有路天地宽

- 糊涂是一门处世大智慧····· 172
- 莫让聪明反被聪明误····· 175
- 不当挨打的“出头鸟”····· 178
- 留住美好的,忘记不快的····· 180
- 别让骄傲挡住了去路····· 183
- 培养越挫越勇的精神····· 185
- 忍辱负重是成事之本····· 187
- 刚愎自用是处世的大忌····· 190
- 先处理心情,再处理事情····· 193
- 荣辱不惊,修养心灵····· 195

第七章 成就事业——励精图治有作为

- 选择小事终成大业····· 200
- 世情才是大学问····· 203
- 为自己的人生选择目标····· 206
- 主动迈出追求成功的脚步····· 209
- 失败只是成功路上的小插曲····· 212
- 可以失望但不可以“绝望”····· 215
- 选择自律,为成功护航····· 218
- 敢于舍弃眼前的小利····· 221
- 放弃与对手硬拼····· 224
- 敬业者方能成就事业····· 227

第八章 灵活社交——外圆内方游刃有余

- 选择朋友就是选择人生····· 232
- 选择诚信作为自己的招牌····· 235
- 给他人多一点赞美····· 238
- 礼仪是连接友谊的“纽带”····· 241
- 冷静沉着是最佳应对方案····· 244
- 善意的“谎言”也很美····· 247
- 多一个朋友多一条路····· 250
- 学会巧妙地说“不”····· 253
- 莫让拒绝变成一种伤害····· 256
- 处世可以认真,不能较真····· 259
- 无端猜疑要不得····· 262
- 抛掉“哥们儿义气”,结交“铁哥们儿”····· 265

第九章 幸福家庭——营造温馨的避风港湾

- 家和方能万事兴····· 270
- 生活中需要理解和宽容····· 273
- 多给对方一些信任和空间····· 276
- 夫妻交流需要语言艺术····· 279
- 幽默是化解夫妻矛盾的良药····· 282
- 小秘密为生活添色彩····· 285
- 别让冷战毁掉自己的幸福····· 288
- 婆媳关系是家庭和谐的关键····· 291
- “孝”是做人做事的基础····· 294
- 同辈之间应当礼让为先····· 297
- 适当放手让孩子自己走····· 299
- 坦然面对失去亲人的旅程····· 302

第十章 经营爱情——让真爱永驻心间

- 爱情的真谛在于付出····· 306
- 做一个会撒娇的女人····· 308
- 爱情与婚姻的抉择真谛····· 311
- 如果爱,请珍惜拥有····· 314
- 留住眼前的幸福····· 317
- 表面光鲜的爱情不一定牢固····· 319
- 有一种爱叫做放手····· 322
- 爱不在了,应尽快走出旋涡····· 325
- 失恋是一种成长过程····· 328
- 坦然面对爱情离开的时候····· 331

第十一章 富贵在人——寻找自己的聚宝盆

- 点燃致富的欲望之火····· 334
- 财富源于正确的选择····· 337
- 抓住机会就是抓住财富····· 340
- 信用是最宝贵的财富····· 343
- 智慧是永远的财富····· 346
- 吃小亏,赚大利益····· 349
- “错误”有时候也是机遇····· 352
- 把不利变为机遇····· 355
- 走到别人前面去····· 358
- 知足常乐任逍遥····· 361

第十二章 健康生活——求医不如求自己

- 学会善待自己的身体····· 366
- 时刻珍视自身的健康····· 368
- 让心灵沐浴快乐的阳光····· 370
- 培养良好的饮食习惯····· 373
- 选择良好的生活习惯····· 376
- 保持适当适时的运动····· 379
- 学会休息,拒绝疲倦····· 382
- 摆脱心灵的枷锁····· 384
- 赶走心中抑郁的阴霾····· 387

第一章

取舍有道——阳光总在风雨后

人生在世,时时处处面临着选择。有的选择关乎甚微,有的选择则事关重大。选择面前如何取舍?这对每个人来说都是极为重要的。选择坚持还是选择放弃?这是每个人都必须作出的决断,更是一种人生的智慧。生活就是这样,它给予一个人选择的同时也让人必须作出放弃。选择让人生变得美好,放弃让人生得到升华。只有懂得选择与放弃的人,才能赢得精彩的生活,拥有超脱豁达的人生境界。

选择决定命运

人生就像一盒巧克力,你永远不知道自己将会拿到哪一颗。

人的一生中,有许多追求,也面临着许多选择。正是我们昨天的选择,成就了今天的自己,成就了我们今天所拥有的一切,成就了我们今天的生活。而我们今天的选择,则会影响明天的我们,影响着我们明天的生活。正确的选择让人生变得幸福快乐,而错误的选择则让人误入歧途甚至无法挽回。选择,决定着一个人的命运。

有这样一个故事,说的是一个美国人、一个法国人和一个犹太人一起被关进了监狱服刑三年。在服刑之前,监狱长答应他们可以满足每个人一个要求。美国人爱抽雪茄,于是要了三箱雪茄。法国人性格浪漫,要了一个美丽的女子相伴。而犹太人则要了一部电话,这样他可以同外界联系。监狱长一一满足了他们的要求。

三年刑满,他们都被释放了。第一个冲出来的是美国人,他一边跑一边喊:“给我火,给我火!”原来他忘记要打火机了。

接着出来的是法国人,只见他手里抱着一个小孩子,美丽女子手里牵着一个小孩子,肚子里还怀着第三个。

最后出来的是犹太人,他紧紧握住监狱长的手说:“这三年来,我每天与外界联系,我的生意的利润不仅没有下降,而且增长了两倍,为了表示感谢,我送你一辆劳斯莱斯!”

三个人的选择不同,因此他们的生活和命运也各不相同。在人生的岔路口,一个人的未来如何,能否实现自己的人生目标,到达理想的彼岸,都取决于自己的选择。没有人生来便注定将来能做什么,不能做什么,每个人诞生之时,都如同一张白纸,至于这张白纸上将会描绘出怎样的生命轨迹,则是由无数的选择所决定。

无论什么样的路,都是由我们自己选择的;无论什么样的生活,也是由我们自

己选择的。有的人选择了安逸,他的一生活然自得,与世无争;有的人选择了搏击,他的一生浮浮沉沉,久经波浪;有的人选择了逃避,他的一生磕磕绊绊,挫折不断……对的选择,让人乘风破浪,奔向成功,而错误的选择,则让人在追求理想的道路上渐行渐远。

有这样一个故事:有两个乡下人外出打工,一个打算去上海,一个打算去北京。可在候车室里等车时听到的议论,让他们两人都突然改变了念头。邻座的人说:“上海人精明,外地人问路都收费,北京人质朴,见到吃不上饭的人,不仅给馒头还送衣服……”

原本打算去上海的人心想,还是北京好,即便挣不到钱,也饿不死;而原本打算去北京的人心想,还是去上海吧,问路都能赚钱,还有什么不能赚钱的?于是两个人便交换了车票,各自去了对方的目的地。

两个人到了目的地后都很高兴,都觉得换了车票是明智之举。到了北京的人觉得北京果然很好,自己一个月什么都没干,居然没饿着,不仅银行大厅里的矿泉水可以白喝,而且商店里写着欢迎品尝的点心可以免费吃。

去了上海的人发现上海果然很好,带路可以赚钱,看厕所可以赚钱,弄盆冷水让人洗脸也可以赚钱,只要有想法,花点力气就可以赚钱。凭着乡下人对泥土的感情和了解,他从郊外包了一些比较肥沃的泥土,以“花盆土”的名义卖给了喜爱养花的上海人,一天就赚了五十元钱。经过一年的努力,凭着“花盆土”,他在上海拥有了一间小门面。他不断地思考,寻找着新的商机。他发现很多商家的门面招牌太脏,立即开办了一家擦洗招牌的小型清洁公司,果然市场反馈很好,他的生意越做越大,逐渐扩展到其他城市。

不久前,他去北京考察市场,准备拓展业务。车到北京站时,一个拾荒的人把头伸进了他的软卧车厢,就在那人向他伸手要一个空饮料罐儿时,两人都愣住了,因为八年前,他俩曾经交换过火车票……

这是多么戏剧化的一幕,而他们各自的心中又该是如何的波澜起伏呢?八年前的一念之差,让两个各奔南北的人变成了今天的样子,可谓是造化弄人。而实际上,两个人今天的状态都是取决于自己的选择,取决于他们各自为自己作的定位。一个人,有什么样的选择,有什么样的定位,就有什么样的人生。选择,为自己的人生之

路寻找前进的方向;选择,是人生最重要的推动力;选择,决定着一个人的命运。

诚然,我们的选择,想法大多是美好的,结局却不尽如人意,往往是残酷的。那么是不是选择就不重要了呢?答案是否定的。选择未必成功,不选择却一定不会成功。我们不妨看看那些成功人士的经历,他们也曾遭遇挫折,也曾作出过错误的选择,并为此付出了惨重的代价。但是他们并没有选择放弃,而是选择了继续奋进,不屈不挠,将失利转化成了经验,最终帮助自己走向了成功。

可能在人生中的很多时候,我们并没有权利作太多的选择,但是我们可以选择让自己在尽可能变得更好。不要轻视自己的选择,今天我们对待生活随意,也许明天生活对待我们也会很随意。

阿甘的妈妈曾经对阿甘说过:“人生就像一盒巧克力,你永远不知道自己将会拿到哪一颗。”在生命的长河中,也许我们会遇到各种各样的局面。汗水、低潮、失败、骄傲……千百次的失败并不可怕,可怕的是失去选择的勇气和信心。只要勇敢面对、认真选择,我们便会让自己的人生变得更加精彩。

坚持梦想才能飞翔

梦想的高度往往决定了一个人成就的高低，一个没有目标的人往往会一事无成。

船舶在大海中航行，沿途会遇到很多美丽的景色，蓝天白云，碧波荡漾，还有鱼鸟嬉戏其间。然而航行并不总是一帆风顺的，除了那些令人心神荡漾的美景，也会遇到狂风巨浪、乌云暴雨，令人胆战心惊，惧怕不已。

人生如同航行，不可能总是围绕在鲜花和掌声之中，也会常常陷入困境。一个人如果想要从困境中走出，改变自己的命运，必须要坚持伟大的梦想。一个人只有敢想，才能按照自己的想法去做，才会有成功的可能，“苏珊大妈”的故事便发生在我们身边。

如果你听说过或者看过《英国达人》这个节目，那么你对“苏珊大妈”这个名字绝对不会陌生。苏珊大妈的名字叫做苏珊·波伊儿，她从小生活在英国一个无名的小山村。由于智障的缘故，她不能很好地完成学业，也没有爱情光顾过她。当她的妈妈死后，她只能和一些小猫小狗等动物在一起，过着孤独的生活。

然而苏珊从小就有一个梦想，她想唱歌，梦想着成为伊莲·佩姬那样的歌星。她的生活很孤独，她的生活缺乏保障，这些都没有浇灭苏珊心中的梦想。她加入了教堂的唱诗班，成为其中的一员，多年来一直坚持唱歌，直到她被全世界人所知晓。

站在《英国达人》舞台上的苏珊有些矜持，她从来没有参加过如此隆重的节目。这位体态肥胖、长相平平的妇人一上台，台下便传来一阵哄笑，包括评委在内，所有观众对于这个妇人都缺乏最基本的尊重。由于智障的缘故，苏珊有些口吃，在回答评委们问话的时候含糊不清，评委们那些不怀好意的问话，似乎也是在有意让她出丑。当苏珊说自己的梦想是成为伊莲·佩姬那样的人时，台下再次哄堂大笑，这位长

相丑陋的山野妇人如何同那位著名的歌唱家相比?

当音乐响起,苏珊大妈忘我地唱了起来,丝毫没有受到刚才观众们的影响。台下一下子变得安静起来,苏珊那天籁般的声音让他们震惊,他们深深为之折服,所有的观众都凝神屏息,享受着音乐时刻。当她一曲《I Dreamed A Dream》唱毕,全场响起了热烈的掌声与欢呼声,这次大家是为她的精彩表演而喝彩!一向苛刻的评委摩根,也称赞她是他在三年选秀节目中见到的最大的惊喜。苏珊成功了,她的歌声在世界范围内回荡,伊莲·佩姬也热情地与她会面,并同她合作演出,苏珊终于成为了跟自己偶像一样的歌星。

苏珊取得成功时,已经47岁。在许多人看来,她早应该过了“做梦”的年纪,苏珊的成功正是源于她坚持了自己的梦想。如果她没有想成为伊莲·佩姬那样歌手的梦想,没有几十年如一日的坚持,没有为此付出无数的努力,那么可能她真的会在那个默默无名的山村中度过一生,直至死去也不会有多少人认识她。对梦想轻易言弃,不付出努力,那么梦想只能是个空想。只有坚持到底、不懈努力,才能让梦想成为现实。

每个人都有自己的梦想,或大或小。还有的人曾经有过梦想,现在却已经把它忘掉了,丢在了满是尘埃的记忆深处。试想一下,一件事情,假若我们想都没有想过它,那么又如何会去做呢?成就又从何而来呢?梦想的高度往往决定了一个人成就的高低,一个没有目标的人往往会一事无成。

很多时候,人和人的差别只有那么一点点,梦想让有些人变得伟大,而没有梦想则让更多的人一生碌碌无为。梦想是藏在人们内心最深处的渴望,它激励着人们不断地积极进取,激励着人们不断释放自己的潜能,激励着人们去创造出一个又一个看起来似乎不可能的奇迹。

黑人民权领袖马丁·路德·金有一段脍炙人口的演说,题目是《我有一个梦想》。他详细地向人们描绘了他的梦想,而他也一直为自己的梦想孜孜不倦地奋斗着,直到生命的最后一刻。在他的影响下,更多的人也坚持为这个梦想而奋斗,黑人在美国的地位也不断地提高,这在多年前是想都不敢想的。当我们遇到困难时,常常希望别人给自己机会,希望命运能给我们一个好机会。然而在命运的垂青之前,我们是不是应该自己给自己一个机会,慢慢实现自己的梦想?

梦想如同迷雾中的灯塔,放射出明亮的光芒,能够指引人们渡过一个又一个难关,到达成功的彼岸。托尔斯泰曾经写下这样的话:要有生活的目标,一辈子的目标,一个时期的目标,一个阶段的目标,一年的目标,一个月的目标,一个星期的目标,一天的目标,一个小时的目标,一分钟的目标。梦想,便是这些目标的雏形,是目标的最佳体现。

梦想的实现需要坚持,只有坚持梦想,并为之不懈努力的人,才能真正地取得成功。电灯的发明,让我们在夜晚同样拥有了如白昼般的光芒,电灯的发明,正是爱迪生坚持的结果。他从二十多岁便开始研究电灯,先后尝试了用各种材料做灯丝,灯泡的照明时间也随着他的努力不断延长,从短短的几分钟到几个小时,到后来几百几千个小时。在历经十余年,尝试了近千种材料之后,他终于找到了最合适的材料——钨丝,让人们从此在夜晚不再害怕黑暗。

有了梦想,便有了前进的方向,只要为之坚持不懈,便能让自己的梦想真正地飞翔。爱迪生在发明钨丝电灯之前经历了近千次失败,苏珊坚持梦想 40 多年才取得成功,而马丁·路德·金为了坚持梦想甚至献出了自己的生命。那些一直在为梦想奋斗的人们,才真正实现了梦想,让生命变得与众不同。

当然,在成功的路上,不可能总是一帆风顺,挫折、失败都是在所难免的。如果碰到失败便放弃自己的梦想,那么也就放弃了成功的可能。当一个人习惯了被消极的精神所支配,那么他所收获的终归是失败。成功人士的与众不同之处便在于他们遇到挫折,愈挫愈勇,用积极的心态面对未来,更加努力地朝着梦想努力,坚持不懈,而梦想也终会在某一天实现。勇敢地梦想吧,并且坚持不懈地为了自己的梦想努力,梦想终有一天会如同雄鹰般展翅翱翔。困境不会是永远,平庸的命运也可改变,成功一定会到来。

放弃也是一种智慧

放弃是一种智慧,没有明智的放弃就不会有辉煌的获得。

船舶航行在大海中,当遇到毁灭性的狂风暴雨等紧急危险时,船员便会扔掉船上一切可以扔掉的物品,以便尽量减轻船的负担,让航船能从危险中解脱。人生也如同一艘航船,当我们遇到一些巨大的困难时,必须扔掉一些可有可无的东西。然而在遇到困难之前,我们是否想过,提前丢掉那些不必要的东西呢?生命之舟载不动太多的虚荣和物欲,只有选择自己所需轻载航行,才能让它顺利渡过各种艰难险阻,成功到达理想的彼岸。

学会放弃,是一种深远的谋略,是一种深邃的人生智慧。很多时候,我们不是不懂得拥有,而是不懂得放弃。

如果你是猎人,假如你要去捕猎机灵迅捷的猴子,你会怎么办呢?费尽心机制造陷阱?或是准备好足够的枪支弹药?其实不用这么麻烦,让我们看看印度热带丛林的居民们是如何做的吧。

他们用一种奇特的方式捕捉猴子:在一个固定的小木盒子里面装上猴子爱吃的坚果,盒上开一个小口,刚好够猴子的前爪伸进去。猴子一旦抓住坚果,爪子就抽不出来了。人们常常用这种方式捉到猴子,因为猴子有一种习性:不肯放下已经到手的東西。

看到这里想必大家都会笑吧,猴子太笨了,只要松开爪子不就可以溜之大吉了吗?然而想想我们自己或是身边的人,我们是否也犯过猴子这样的错误呢?答案是肯定的,正是放不下各自手中的“坚果”,有的人才会活得那么辛苦,甚至走上不归路。

有的人放不下诱人的钱财,于是想尽办法想要多赚一些,甚至铤而走险利用职务之便侵吞公款,最终丑事暴露身败名裂。有的人无法抑制对权力的渴望,一心往

上爬、溜须、拍马、贿赂等手段层出不穷，等到权力尽失、身陷囹圄的时候已经是后悔莫及。

大千世界纷繁复杂，现代社会物欲横流，每个人都有无法得到的东西，每个人都有必须放弃的东西，如果纠结于拥有，则会无法释怀，失去快乐的心情。只有乐观、豁达的人，才能直面失去，在失去之后依然保持轻松平和的心态。不懂得放弃的人，一味地坚持甚至固执地追求某些东西，他们往往不能实现自己心中的追求，反而每天都陷入了得失的苦恼之中。

学会放弃，是每个人都应该学会的，这不仅能让自已保持健康的心态，也是成功路上必然的选择。放弃并不是失望的退却，而是一种智慧的选择。获得是很多人奋斗的目标，而学会放弃，能让一个人拥有更好的获得。懂得放弃的人，能够清楚地分辨眼前利益和长远的利益，不会患得患失，更不会为了蝇头小利而斤斤计较，他们能够为了长远利益而放弃眼前利益。

有一家餐馆招聘钟点工。面试官是餐馆的老板，他向应聘者提出了这样一个问题：“餐厅里正值人流高峰，你在送餐时不小心滑了一下，手中的托盘即将摔落，你会怎么办？”

许多应聘者的回答都是答非所问，应聘的人一个接一个地走出面试的房间，老板的脸上却没有喜悦之色。萨姆也被问到了这个问题，他不慌不忙地答道：“如果四周都是客人，我会尽全力把托盘倒向自己。”老板听后面露喜色，最终萨姆被聘用了。

萨姆能得到这份工作，因为他果断地将即将摔落的托盘倒向了自己，保证了顾客不会因此受到伤害。尽管从眼前来看，萨姆的利益受到了损害，但是他保全了顾客的利益，从长远角度来讲，也就保全了餐馆的利益。萨姆的成功就在于他敢于放弃。

象棋中有“丢卒保车”的战术，同样，在人生中，有时候我们也必须学会放弃。当然，“捡了芝麻丢了西瓜”的做法则是不明智的放弃，是不可取的。“鱼和熊掌不可兼得”，学会放弃才会有更好的拥有。得失之间的效果，可能不会在短时间内见效，但是善于取舍的人，会取得其中的主动权，让它发挥最大的功效。

战国时期的冯谖就是一个懂得放弃的人。他是“战国四公子”孟尝君的门客，生活落魄，性格狂放不羁，然而孟尝君却以礼相待，终于感动了他，他决心寻找机会报