

受益一生的智慧书系

XUEHUI XUANZE XUEHUI FANGQI QUANJI



学会选择 学会放弃

全集

柴云龙◎编著

选择，是一门心灵的学问；放弃，是一种生活的智慧。

选择是人生成长路上的指南针，只有量力而行的选择，你才不会迷失方向。

放弃是智者面对生活的正确取舍，只有懂得明智的放弃，你才能更快地到达目的地。

只有放得下，才能拿得起；只有有所舍，才能有所得；只有输得起，才能赢得了。在取舍之间能游刃有余，才是一个真正有智慧的人。

黑龙江科学技术出版社



受益一生的智慧书系

XUEHUI XUANZE
XUEHUI FANGQI
QUANJI

经典畅销
珍藏版

学会选择 学会放弃

全集

柴云龙◎编著

黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

学会选择学会放弃全集/柴云龙编著. —哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2010. 6
ISBN 978 - 7 - 5388 - 6336 - 9

I. ①学… II. ①柴… 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(2010)第 076660 号

学会选择学会放弃全集

XUE HUI XUAN ZE XUE HUI FANG QI QUAN JI

责任编辑 王 姝

封面设计 大象设计

出 版 黑龙江科学技术出版社
(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)

电 话 (0451)53642106 传真 53642143(发行部)

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

发 行 全国新华书店

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 20

字 数 200 千字

版 次 2010 年 7 月第 1 版 · 2010 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5388 - 6336 - 9/Z · 746

定 价 29.80 元

前言

选择与放弃是一种生活的哲学，更是一种做人与处世的艺术。选择与放弃如同水与火，是相生相克、相辅相成的对立统一体，存在于大千世界的角角落落，存在于日常生活的微妙细节，概括了万物运行的所有机理，一切规则。万事万物都在选择与放弃之中达到和谐，做到统一。

然而现实生活中，选择与放弃的矛盾无处不在，且时时困扰着我们。人生一世，面对无限的诱惑与磨难，往往不得不在选择与放弃面前徘徊、彷徨。作为凡夫俗子的我们，有着太多的欲望：对金钱，对名利，对情感……现实生活中的我们，总是轻视乃至忽视自己所拥有的，而是去渴望和追求更多。于是欲望变成一头难以驾驭的猛兽，常常使我们面对人生的选择与放弃束手无策，难以把握，不是不及，便是过之。

有句话是这样说的：“一个人的快乐，并不是他拥有得多，而是他计较得少。多是负担，是另一种失去。少非不足，是另一种有余。舍弃也不一定是失，而是另一种更宽阔的拥有。”计较是正常的，毕竟生活中的诱惑太多。诱惑如同美景，如果贪多求全，终将一无所获。不如抽身而出，舍举目之求，存美景于胸，放眼天下，顿觉豁然开朗；洒脱阔步，舍方寸之感，踏险滩于足下，行走四方，定能感觉海阔天空。

生活，因选择而多姿，因放弃而明朗。

人生，因选择而精彩，因放弃而辉煌。

前言





如果做人不退一步，就很难有融洽的人际关系；如果舍不下旧情，就得不到新情；如果不放弃一时的架子，就得不到贵人的援助。明辨选择与放弃，学会选择与放弃，就能领略其中之精妙，使得心境宁静平和，把有限的生命融入到无限的大智慧中，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！

学会选择与放弃是一种豁达与成熟；学会选择与放弃是一种境界与智慧。它不盲目，不狭隘，对心境是一种放松，是一种滋润。它驱散了乌云，扫清了心房。只有拥有了它，人生才能有从容坦然的心境，生活才会充满阳光。

《学会选择学会放弃全集》涵盖人生哲理、人际密码、生活品位、心灵课堂、进退法则等诸多方面内容，以独特的视角阐述学会选择与放弃是一种大智慧；是人生各阶段必须面对的挑战；是人们在日常生活工作中必须掌握的生存竞争法则。本书选择智者的金玉良言以及生活中的精彩事例，对选择与放弃进行评说，用通俗的语言解析人性弱点，阐述生活智慧，并总结“学会选择与放弃”是做人做事的成功钥匙，进而使你的生活更灿烂，人生更精彩辉煌。

愿本书能为读者打开一扇智慧之门，成为你成功路上的益友良师。

编 者

目 录

第一章 人生即是选择：选择与放弃之命运方程

其实，命运就藏匿在我们的思想里，很多人走不出人生各个阶段或大或小的阴影，不是他们天生的个人条件比别人差多少，而是他们从来没有想过要将黑暗阴影打破，也没有耐心选择一个正确的方向，并一步步向前，直到眼前出现美丽洞天。

选择决定命运，人生即是选择。

人生在放弃与珍惜中升华 / 2

生命的美在于平和 / 5

有大失才有大得 / 7

苦难中的最佳选择 / 9

别为活给别人看 / 12

舍得观关系人生的成败 / 16

人生中的抓住与放手 / 18

放弃，痛却美丽着 / 20

第二章 知道自己能做什么：选择与放弃之规则必修

知道自己能做什么，给自己一个合理的定位，这样才不至于成功时沾沾自喜，失败时沮丧颓靡；知道自己能做什么，找准自己的兴趣点，这样才不至于对自己的生活、事业缺乏追求；知道自己能做什么，确定自己的长处在哪里，这样才不会盲目追求；知道自己能做什么，选择一个属于自己的方向，这样才不至于竹篮打水一场空。

目
录





- 选择适合自己的 / 24
- 经营你的长处 / 26
- 统一自己的“标尺” / 30
- 知道自己能干什么 / 33
- 不可让步的原则问题 / 36
- 借用别人智慧 / 38
- 弱势也是强势 / 42
- 建立“核心优势” / 46
- 承认生活的残缺 / 48

第三章 该出手时你出手了吗：选择与放弃之进退有数

人生也好，功业也罢，做到把握机会，该出手时就出手，乃选择与放弃之道。

现实生活中，机会犹如电光石火，稍纵即逝。如何成功把握机会，取决于你有没有养成迅速行动的习惯。当你有了良好的行动习惯，你就能冲破一切阻力，进入良好行动循环中，加速走向成功。只要你认准了路，确立好人生目标，就别回头，向着目标心无旁骛地前进，相信你一定会到达成功的彼岸。

- 敢做比会做更重要 / 54
- 只需试过，不准错过 / 57
- 寻找人生的平衡点 / 60
- 该出手时就出手 / 63
- 枯井中的驴 / 67
- 遇到强势绕个弯 / 69
- 风险面前别低头 / 71
- 有所为，有所不为 / 75
- 你也能如墙草 / 78
- 无谓的固执不可取 / 80

第四章 一步可以成就一生：选择与放弃之睿智而动

一步很短，一生很长。

一步一蹴而就，一生要耗费所有的力气和智慧。

一步近在脚下，一生漫长遥远。

每一步刻满一生的选择和期待，每一步都镶嵌了环环相扣的人生睿智。

有时只改变一步，也就改写了一生。

找出人生的关键点 / 86

一步可以成就一生 / 88

懂得归零不断进步 / 90

给选择一个时限 / 93

选狮子还是选狼做敌人 / 96

理想，始于另一种放弃 / 99

减少一点想要的 / 101

有德才有得 / 104

第五章 让三分后进一尺：选择与放弃之先予后得

军人作战，有时利用迂回前进之法，就会取得胜利；空气一经压缩，会有意想不到的爆破威力；引擎利用后退的力量，可引发更大的前进动力。我们要想成就一件事情，有时候有必要采取低头迂回前进之术，做到让三分后进一尺，方可取得人际的畅通，事业的成功。

退却不是畏缩 / 108

没有对方的空间，就没有自己的空间 / 110

舍弃不等于白干 / 113

肯示弱的人往往更强大 / 116

从别人的角度去理解 / 118

进一步再让三分 / 121

在竞争中有所让 / 124

目 录





坚持正义与适当让步不矛盾 / 126

不争一时之短长 / 129

“香饵”之下才有鱼 / 132

第六章 即使抓到一副坏牌：选择与放弃之永不舍弃

有人把零看做虚无空洞，有人把零看成一无所有；也有人把零看成一个可以填满的空间。古龙评价金庸的作品说：“令狐冲之所以能练成化功大法这门绝世武功，原因是他的丹田里一点真气也没有，是一只空杯子。”

当我们抓到一副坏牌时，有人一蹶不振，有人懊悔不已，有人却高喊着：“看成败，人生豪迈，只不过是从头再来。”

错了不要错过 / 136

别放弃选择的权利 / 138

即使面对一筐烂苹果 / 140

输不起是人生最大败笔 / 142

且从头再来 / 144

半途之时当废则废 / 147

让专注成为你的优势 / 149

第七章 超越眼前的得失：选择与放弃之换位思考

遇到难以解决的问题，与其死盯住不放，不如把问题转换一下，化难为易，达到解决问题的目的。聪明人可以把复杂问题简单化，不聪明的人却可以把简单的问题复杂化。事实上，解决复杂问题时能够化繁为简，就体现了一种新的视角；把自己生疏的问题转换成熟悉的问题，开启了另一个视角，就会产生一条新思路。

站在圈外看得失 / 154

老园丁的选择 / 156

把问题颠倒过来想 / 159

换种方式两重天 / 161
坏的东西也可以引出好的结果 / 163
放不下就是失去 / 166
给思考腾点时间 / 168
复制经验是走向成功的捷径 / 171

第八章 人生处处有得失：选择与放弃之品味生活

生命短暂，却也美丽，能舍自己不愿舍之物，可得自己想得而得不到之物，这就是我们在选择与放弃之中得到的人生精彩。

面对选择与放弃，我们需要一颗平常心，宠辱不惊，得失坦然；需要一颗智慧心，捏准尺寸，适可而止；也需要一颗进取心，在舍得与放弃中勇于磨炼，锻炼成长。

得舍之间方显智慧，得舍之间品味人生。

做正确的事VS把事做正确 / 176
做要事比做急事更重要 / 179
忘掉学历，别忘学习 / 182
放下名誉 / 184
活出你的坚强 / 187
付出是没有存折的储蓄 / 190
每天淘汰自己 / 195
放下架子天地宽 / 199

第九章 有所舍必有所得：选择与放弃之人际密码

在人际交往过程中，难免会碰到自身利益与别人利益相冲突，这时，与其冒着所得不足以补偿损失的风险与他人冲突，不如以协商和沟通为先，化干戈为玉帛。单赢不是生存之道，双赢才是硬道理。为人处世中，讲求彼此和谐与合作；面对利益时，与其独吞，不如共享。这才是选择与放弃之人际密码。





- 人情投资是基本功 / 204
“让”出好人缘 / 207
看人七分长处三分短处 / 209
一时弯腰，一世尊贵 / 211
让一点话语权给别人 / 214
不要舍不得你的赞美 / 217
大局面前退让一步 / 219
妥协也是一种双赢的选择 / 221
好东西要舍得与人分享 / 223

第十章 送人玫瑰手有余香：选择与放弃之真情满屋

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，每一段经历也都令人陶醉，当爱情弃人而去时，人们又将怎样？舍得乎？值得否？这世上有多少痴男信女，在分道扬镳后，留给对方的并非祝福，而是不能拥有的遗憾。在爱情的放弃与选择的转换中，人们可以从中获取什么呢？爱情的玫瑰也需要经营，主动舍弃一些东西，换来的将是更圆满的结果。

- 缘分不可强求 / 228
用真心换你心 / 231
有一种爱叫做放手 / 233
放弃错的才能与对的相逢 / 236
一舍一得就是爱 / 238
别吝惜你的欣赏 / 240
给婚姻加点“味精” / 242
舍是烦恼的消除，得是幸福的开始 / 246
舍得你手中的爱心玫瑰 / 249

第十一章 快乐是一种心灵选择：选择与放弃之心灵课堂

心情好坏，其实只是一种选择。

人生征途中，有很多人性的东西是精髓，也有很多是糟粕。乐观、快乐、宽容、自信，这些美好的品性是我们一生都不该舍弃的宝藏；而胆怯、自卑、虚荣、嫉妒，这些都是我们心灵的垃圾，是人生路上的绊脚石，我们必须舍弃和战胜之。取其精华，去其糟粕，人生路才会越走越轻松自在，越走越成功完美。

休闲你的心态 / 254

一念之差 / 256

给气量加码 / 258

别让坏心情挡住视线 / 262

摘下思想上的紧箍咒 / 264

锁住自己的是心锁 / 266

以空明之心为之 / 270

赶走虚荣 / 273

第十二章 取舍之间成大家：选择与放弃之成功有约

人的一生离不开选择与放弃，到底如何选择，怎样放弃？人生中许多东西是我们永远都要去追求而不可放弃的，奋斗、勤劳、毅力、坚持……还有一个最重要的东西就是你自己，你的生命、你的信念、你的价值，这些都是我们成功人生的保证，选择与坚持了它们，就等于把握了美好人生的钥匙，你也就与成功人生有约了。

唱出自己的声音 / 278

一个人行走，生活在别处 / 282

只有埋头才能出头 / 284

金钱也有无力的时候 / 287

让优秀融入血液 / 289

目 录



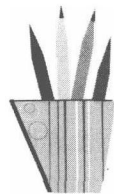


- 做与众不同的你 / 291
- 为成功选择一个环境 / 295
- 功成身退明智之举 / 297
- 重新归零 / 299
- 细节成就人生 / 303
- 千万别丢了你的诚信 / 306

人生即是选择：选择与放弃之命运方程

其实，命运就藏匿在我们的思想里，很多人走不出人生各个阶段或大或小的阴影，不是他们天生的个人条件比别人差多少，而是他们从来没有想过要将黑暗阴影打破，也没有耐心选择一个正确的方向，并一步步向前，直到眼前出现美丽洞天。

选择决定命运，人生即是选择。





人生在放弃与珍惜中升华

我们必须学会放弃，学会可以为了一棵树而放弃整片森林，这也许便是另一种珍惜。

人生时时会面临选择，当我们面临选择时，我们必须学会放弃。放弃，并不意味着失败。

像下围棋一样，小的利益虽然放弃，得到的却是更大的利益。但如果只想兼得“鱼和熊掌”，恐怕连鱼也得不到了。

在滑铁卢大战中，大雨造成的泥泞道路使炮兵移动不便。拿破仑不甘心舍弃最拿手的炮兵，而如果推迟时间，对方增援部队有可能先于自己的援军赶到，那样后果将不堪设想。然而，在踌躇之间，几个小时很快过去了，对方援军赶到。结果，战场形势迅速扭转，拿破仑遭到了惨痛的失败。拿破仑的失败足以证明：在人生的紧要处，在决定前途和命运的关键时刻，我们不能犹豫不决，徘徊彷徨，而必须明于决断，敢于舍弃。卓越的军事家总是在最重要的主战场上集中优势兵力，全力以赴去争取胜利，而甘愿在不重要的战场上作些让步和牺牲，坦然接受次要战场上的损失和耻辱。

同样，在人生的战场上，我们必须善于放弃，倾注自己的时间和精力于主战场上，而不必计较次要战场的得失与荣辱。在我们的学习生活中，学会舍弃同样重要。当你路过篮球场或足球场，看到别人正在尽兴比赛，听到那欢快的笑声时，能不动心吗？但这时，我们必须放弃一项：去燥热的教室里学习，或是在凉爽的绿茵球场上活动，斟酌损益，当舍弃后者而取前者，因为我们的前途比短暂的欢乐更为重要。我们应当学会放弃，并且敢于放弃，不要为一点利益而斤斤计较。

就算“鱼”与“熊掌”同等重要，在必须只取一件时，必然要放弃另一件。

不要怕选择错误，因为错误常常是正确的先导，它会教我们逐渐学会放弃。

其实，在生活中，我们必须学会放弃，学会可以为了一棵树而放弃整片森林，这也许便是另一种珍惜。未来是不可知的，而对眼前的这一切，我们还来得及把握，我们还可以在无限中珍惜这些有限的事物！

人生，也就在这种放弃与珍惜之中得到升华！

生命之舟载不动太多的物欲和虚荣，在抵达彼岸时要学会轻载。

有一位禁欲苦行的修道者，准备离开他所住的村庄，到无人居住的山林中去隐居修行。他只带了一块布当做衣服，就一个人到山林中居住去了。后来他想到当他要洗衣服的时候，他需要另外一块布来替换，于是他就下山到村庄中，向村民们乞讨一块布当做衣服。村民们都知道他是虔诚的修道者，于是毫不犹豫地就给了他一块布，让他当做换洗用的衣服。

当这位修道者回到山林之后，他发觉在他居住的茅屋里面有一只老鼠，常常在他专心打坐的时候来咬他那件准备换洗的衣服。他早就发誓一生遵守不杀生的戒律，因此他不愿意去伤害那只老鼠，但是他又没有办法赶走那只老鼠，所以他回到村庄中，向村民要一只猫来饲养。

得到了一只猫之后，他又想到了——“猫要吃什么呢？我并不想让猫去吃老鼠，但总不能跟我一样只吃一些野果与野菜吧！”于是他又向村民要了一头乳牛，这样那只猫就可以靠牛奶来维持生活。

但是，在山林中居住了一段时间以后，他发觉每天都要花很多的时间来照顾那头乳牛，于是他又回到村庄中。他找到了一个可怜的流浪汉，就带着这个无家可归的流浪汉到山林中居住，帮他照顾乳牛。

那个流浪汉在山林中居住了一段时间之后，他跟修道者抱怨说：“我跟你不一样，我需要一个太太，我要过正常的家庭生活。”

修道者想一想也有道理，他不能强迫别人一定要跟他一样，过着禁欲苦行的生活……

这个故事就这样继续演变下去，你可能也猜到了，到了后来，也许是半年以后，整个村庄都搬到山上去了。





欲望就像是一条锁链，一个牵着一个，永远都不能满足。

《百喻经》里讲了一个故事，从前有一只猕猴，手里抓了一把豆子，高高兴兴地在路上一蹦一跳地走着。一不留神，手中的豆子滚落了一颗在地上，为了这颗掉落的豆子，猕猴马上将手中其余的豆子全部放置在路旁，趴在地上，转来转去，东寻西找，却始终不见那一颗豆子的踪影。最后猕猴只好用手拍拍身上的灰土，回头准备拿取原先放置在一旁的豆子，怎知那颗掉落的豆子还没找到，原先的那一把豆子，却全都被路旁的鸡鸭吃得一颗也不剩了。

年轻时，对于某些事物的追求，如果缺乏智能判断，而只是一味地投入，不也像故事中的猕猴一样只是顾及掉落的一颗豆子，等到后来，终将发现所损失的，竟然是所有的豆子！请想想，我们现在的追求，是否也是舍弃了手中的一切，仅追求掉落的某一件东西！

因为放不下到手的职务、待遇，有些人整天东奔西跑，耽误了更远大的前途；因为放不下诱人的钱财，有人费尽心思，利用各种机会去大捞一把，结果常常作茧自缚；因为放不下对权力的占有欲，有些人热衷于溜须拍马、行贿受贿，不惜丢掉人格的尊严，一旦事情败露，后悔莫及……

生命如舟，生命之舟载不动太多的物欲和虚荣，要想使之在抵达彼岸时不在中途搁浅或沉没，就必须轻载，只取所需要的东西，把那些应该放下的“坚果”果断地放下。



◎选择与放弃之真经◎

人生在放弃与珍惜中升华

1. 欲望就像是一条锁链，一个牵着一个，永远都不能满足。
2. 千万不要怕选择错误，它会教我们逐渐学会放弃。