



懂得选择 懂得放弃

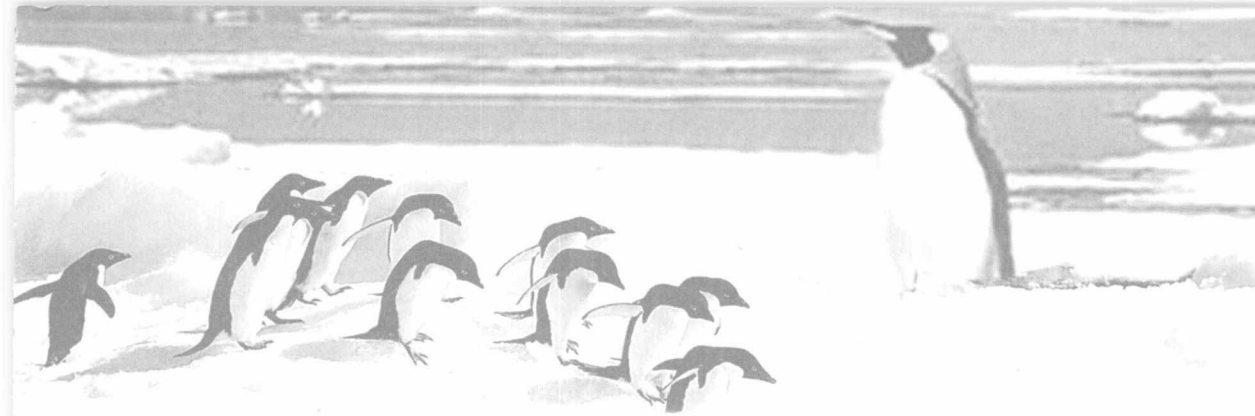
王军云◎编著

DONGDEXUANZE DONGDEFANGQI

——震撼亿万心灵的180条人生感悟

❧❧❧【心灵鸡汤】❧❧❧

天津科学技术出版社



懂得选择 懂得放弃

王军云◎编著

【心灵与动力】

天津科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

懂得选择 懂得放弃: 给心灵洗个澡/王军云编著. —天津:
天津科学技术出版社, 2009.3
ISBN 978-7-5308-5064-0

I. 懂... II. 王... III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 033552 号

责任编辑: 刘丽燕

责任印制: 白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人: 胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话 (022) 23332398 (编辑室) 23332393 (发行部)

网址: www.tjkjbs.com.cn

新华书店经销

北京中印联印务有限公司印刷

开本 710×1000 1/16 印张 20 字数 229 000

2009 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 33.00 元



给心灵洗个澡

前

言

人生就是不断选择的过程。生命从幼稚走向成熟，走向硕果累累的金秋，每时每刻都面临着选择。少年时代，我们选择那些童话似的彩色的梦；长大后，我们需要选择为之奋斗的事业，选择一起走过人生风雨的伴侣，选择真挚的友情……

有一种选择让我们感动：

“孩子，快拉紧妈妈的手，去天堂的路太黑，让妈妈陪你一起走。”这是爱心的真实写照，这是生命的支撑和信念。它抛弃了自私，抛弃了胆怯；选择了勇敢，选择了爱。面对生命，哪怕有一线生还的希望，我们都绝不能抛弃，更不能放弃！

有一种放弃让我们难以定夺：

“因为：东家的公子，家财万贯，但奇丑无比；西家的公子，貌比潘安，但一贫如洗。所以，真希望能到东家吃饭，到西家睡觉。”

生活中，很多人也想把所有的好处都占有。但是，不懂得放弃会背负许多沉重的压力，阻挡我们前进的脚步。

那么，我们要选择什么，抛弃什么？怎样才是正确的选择？

印度诗人泰戈尔写过这样一段话：



给
心
灵
洗
个
澡



/



懂得选择懂得放弃



给心灵洗个澡



早晨，我走在石头铺成的路上，大叫着：“来雇我吧。”国王坐着华丽的马车来到我身边，他手握宝剑，抓住我的手说：“我用我的权力雇你。”但权力对我毫无意义，国王坐着马车走了。正午时分，烈日炎炎，房屋都紧闭着。我徘徊在弯弯曲曲的窄巷中，一位老人提着金袋走了出来。他沉思片刻，然后说：“我用我的金钱雇用你。”他一枚枚掂量着他的金币，我摇摇头走开了。晚间，花园的围篱边芳香四溢。美丽的姑娘走过来说：“我用我的微笑雇用你。”她的微笑很快变得苍白，融化成了泪水，她只好回到黑暗中去了。太阳照着海滩，海浪拍打着海岸，一个儿童坐在沙滩上玩着贝壳。他抬起头来，好像认识我：“我雇用你，但没有任何报酬。”我与玩童达成了交易。

这也是一种选择。诗人选择心灵的快乐，选择生命的自由。

的确，人生的路有千万条，但属于自己的只有一条，不论是鲜花盛开还是荆棘密布，都是你自己选择的结果。

本书就是要告诉你：每个人成长的过程也就是选择和放弃的过程。学会正确选择，就能主宰自己的命运；懂得放弃，就能成就美好的人生。

青春期的我们，选择人生的目标，选择奋斗的方向。美丽的梦想要执著追求，轻率而迷惘的决定要果断放弃。适时放弃心中的偏执，才不至于在人生的狂野迷失。

而立之年，我们选择把沉甸甸的责任担在肩头。但也会放弃虚荣，放弃浮躁。有时，尽管放弃是一种难以割舍的伤痛，我们也终会明白，这种放弃毕竟孕育了新的希望。

不惑之年，我们把苦辣酸甜的生活酿成五味酒，在一次次选择中，终于明白了要创造生活，更要享受生活和精彩和美好。

知天命之年，我们放弃了红尘中过多的名利就诱惑，不再去刻意追求。“宠辱不惊，看天上云卷云舒”是我们最向往的。

人生的晚秋，我们用一颗平静的心去选择自己的快乐和幸

福。我们在放弃中让心灵更加宁静，在心灵的舒展中生命得到了宽慰。

本书就是通过生动形象的故事让你懂得选择与放弃的道理，帮你认识到：选择是源于对生活的热爱，放弃是源于对生活的感悟。人生之路，既有“大丈夫处世兮立功名”的豪迈，也应有“一蓑烟雨任平生”的潇洒。选择和放弃是一种智慧，是一种勇气，是一种成熟。该舍就舍，该放就放，生命就会在平衡中走向从容。

如此，春天是画，秋天是诗，所有的幸福都会跟随着你。大地、天空，就连每一阵风的呼吸都会为我们深深地祝福。



前

言



给
心
灵
洗
个
澡





麻烦就是人生，虽然它不包括人生的全部，但确实给人以惊醒；它告诉我们，人生不是一帆风顺的，有时麻烦很多，但我们付出的多，所以获得的也会很多。



第一章

正确选择， 奏响生命的华丽乐章

每个人都向往事业成功、生活美好，但是实现愿望需要付诸行动，付诸行动需要正确的选择。正确的选择能激发心中的激情，激发奋斗的动力，让人有一个无悔人生；而错误的选择只会让你事倍功半，饮下一杯悔恨的酒。只有选对了奋斗的方向、成功的方法、高效工作之道，才能走在成功的路上。即使是中途跌跤，如果能重新做出正确的选择，那么人生也会是一个成功的开始。

1. 人生就是选择的过程 (2)
2. 选择决定命运 (3)
3. 成功需要及早选择 (4)
4. 控制自己才能控制未来 (7)
5. 敢于推翻命运的定数 (8)
6. 把握好人生之舟的航向 (10)
7. 恰到好处地选择就能成功 (12)

目

录



给
心
灵
洗
个
澡



1



懂得
选择懂得
放弃



给
心
灵
洗
个
澡



8. 千万不能抛弃梦想 (13)
9. 为成功选择一个环境 (15)
10. 培养高效工作之道 (16)
11. 正确运用时间资源 (17)
12. 心动更要行动 (19)
13. 速度制胜 (20)
14. 世界上最可怜的就是犹豫不决的人 (21)
15. 抢先一步就能赢 (22)
16. 不要为自己的选择设限 (23)
17. 懂得变通，视野会更开阔 (24)
18. 生命的质量高于重量 (25)
19. 正确选择，创造一个翻天覆地的你 (27)



第二章

相信自己是最好的

《伊索寓言》中说：高高的长颈鹿可以吃得着树枝上的叶子，却没办法走进矮小的门；矮矮的山羊吃不着树枝上的叶子，却轻而易举地走进了矮小的门。自然界中的动物各有优劣。人类也是一样，每个人都有自己的个性和特色。不懂得这一点，而盲目地羡慕和攀附别人，等于是抛弃自己。所以，带着自信上路吧！自信可以帮助你梦想变为现实，拥有自信这笔财富，你就拥有在逆境中拼搏的力量。当然，在追求成功的过程中，还应该学会忍耐和等待，无论什么境况，都不要放弃自己的追求。

1. 成功没有特权 (32)
2. 选择决定成功 (34)
3. 命运不在乎你的出身 (35)
4. 敢于向世界证明自己 (37)
5. 坏牌不一定输 (39)
6. 贫穷也是一种经历 (41)

目

录

给心灵洗个澡





懂
得
选
择
懂
得
放
弃



给
心
灵
洗
个
澡



7. 看重打击，打击会更重 (42)
8. 冲破自我的心理障碍 (43)
9. 赢别人前先赢自己 (45)
10. 别人往往靠不住 (46)
11. 肯定自己才能升华自己 (48)
12. 不怕无能，就怕无恒 (49)
13. 任何时候都要尊重自己 (50)
14. 苦难是人生的甘泉 (52)
15. 冒险是成功的必经之路 (53)
16. 责任让我们远行 (55)
17. 给生命选择希望 (56)
18. 挑战人生败局 (58)



第三章

给自己一个准确定位

生活中，每个人都走在自己所选择的路上，有的笔直畅通，有的坎坷曲折。选择一条适合自己的路需要为自己明确定位。一个人怎样给自己定位，不但决定一生的成败，也会决定一生的幸福感。

给自己定位首先需要正确认识自己，明白自己喜欢做什么，能够做些什么。英国散文家托马斯·卡莱尔说：“世界上最不幸的人要数那些说不清自己究竟想做什么的人。”不清楚自己能做什么，找不到自己合适位置的人，只能是随波逐流，浪费年华。而“聪明的人只要能认识自己，便什么也不会失去”。

1. 成功需要仔细规划 (62)
2. 得过且过注定一事无成 (64)
3. 像杰出人士那样定位 (65)
4. 选准自己人生的坐标 (67)
5. 位置不能让别人设定 (68)
6. 在选择中发现自己 (69)
7. 给自己一个正确评估 (71)

目

录

给
心
灵
洗
个
澡



5



懂得
选择
懂得
放弃



给
心
灵
洗
个
澡



8. 模仿他人终将失去自己 (72)
9. 能力估计错误将会招致失败 (74)
10. 规划好自己的职业生涯 (75)
11. 选择自己最擅长的是成功捷径 (77)
12. 好高骛远会浪费年华 (79)
13. 脚踏实地才是最好的选择 (81)
14. 优势不善利用也会变成劣势 (82)
15. 轻易放弃永远到不了终点 (84)
16. 专注决定成功 (86)
17. 安于脚下 (87)
18. 适合就好 (88)
19. 有选择才不会有遗憾 (89)



第四章

智慧做人，聪明处世

船在大海上航行，经常会遇到狂风恶浪的挑战，人在社会上生存，也会遇到大大小小的矛盾、挫折、冲突和不如意的事，这就要求我们锻炼为人处世的智慧，为自己打造一个舒心的生存环境。

生活中，试图改变他人是愚蠢的，抓住怨恨也只会让自己活在痛苦里。只有打造好做人的品牌，能敞开胸怀，宽容那些落井下石的，理解那些与自己格格不入的，不斤斤计较，灵活处世，处处才会是辽阔的地方，处处才会是自己施展身手的空间。

1. 做人最需要的是尊严 (92)
2. 品格是人生的王冠 (93)
3. 信任是最好的投资 (95)
4. 善心是健康之本，心术不正易短命 (96)
5. 自以为是是处世大忌 (98)
6. 学会低头路就宽 (99)
7. 做人要有大气魄 (100)

目

录



给
心
灵
洗
个
澡



7



懂得
选择懂得
放弃



给心灵洗个澡



8

8. 宽容是心灵的甘泉 (101)
9. 邀千人之欢不如释一人之怨 (103)
10. 利剑攻击不如笑容征服 (105)
11. 做人要有“人情味” (107)
12. 谦卑待人会受到尊敬 (108)
13. 给别人的台阶就是自己成功的阶梯 (109)
14. 居家要当“和事佬” (111)
15. 说说笑笑才是家 (112)
16. 讲理还要多用礼 (113)
17. 不吃亏就是最大的吃亏 (115)
18. 为聪明打上保护伞 (116)
19. 做人要有主见 (118)
20. 知人也要知己 (120)
21. 走自己的路也要听别人的劝告 (121)
22. 诤友不可缺 (123)
23. 交好朋友路好走 (124)
24. 防人之心不可无 (127)
25. 冷箭可以射死英雄 (128)
26. 一眼就把人看透 (130)
27. 让对方搬起石头砸自己的脚 (131)
28. 善用自己的影响力 (133)



第五章

用积极心态，拓展自己的财富

潘石屹说：“钱不会走错路，它走的路永远是绝大多数人的需求满足和财富增值之路。总想占有金钱的人，是守财奴；懂得理财，也只是一个资金流动的指挥者。”比尔·盖茨说：“对于财富，最好的姿态不是继承，而是创造！”这是渴望赢取财富的积极心态，也是对待财富的一种正确选择。

积极心态是世界上最神奇的力量，它不但可以创造财富，而且可以拓展财富。赚钱虽然“多多益善”，然而我们无力享用它时又是多么悲哀。所以，要学会挣钱，学会生活，别忘记获得财富之外的健康、成就、幸福和荣誉。

1. 成功的法则是坚持信念 (136)
2. 心态好才能事业旺 (138)
3. 金钱是上帝派到人间的使者 (140)
4. 时间就是财富 (142)
5. 不抓不属于自己的钱 (143)
6. 选择最佳发财路 (144)
7. 另类思维才会有超越性的成功 (146)

目

录



给
心
灵
洗
个
澡



9



懂
得
选
择
懂
得
放
弃



给
心
灵
洗
个
澡



16

8. 晨光是手中的金子 (147)
9. 早创业早掘金 (148)
10. 侥幸心理是害人的荆棘 (150)
11. 一分一厘赚世界 (151)
12. 敢做比会做重要 (153)
13. 富贵险中求 (155)
14. 向大脑投资是致富捷径 (157)
15. 高财商必定有大发展 (158)
16. 每一次生意都是合作 (160)
17. 能够为对方的利益考虑 (161)
18. 创意新，日进金 (163)
19. 睡觉时也要让别人帮你赚钱 (165)
20. 在法律的边缘挣钱 (167)
21. 享受财富，享受生活 (169)