

Lue Hui Luan Le

人的一生有很多路，但关键的只有几步。学会选择，你才会有更多的成功机会。一个正确的选择可以使平凡的人生过渡到精彩的彼岸；走错了一步，则全盘皆输。


学会

选择

人生要如彩虹绽放七彩，要如瀑布飞溅美丽浪花，
那就请走好你的每一步。

人生就是一种选择，不同的选择决定不一样的人生

马一◎编著

 中国长安出版社

Xue Hui Luan Le

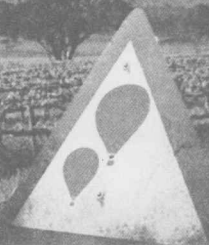
人的一生有很多路，但关键的只有几步。学会选择，你才会有更多的成功机会。一个正确的选择可以使平凡的人生过渡到精彩的彼岸；走错了一步，则全盘皆输。

学会选择

人生就是一种选择，不同的选择决定不一样的人生

马一〇编著

 中国长安出版社



图书在版编目(CIP)数据

学会选择/马一编著. —北京:中国长安出版社,
2009.1

ISBN 978-7-80175-894-1

I. 学... II. 马... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第006256号

上架建议:社科类—励志

学会选择

马 一 编著

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街14号(100006)

网址:<http://www.ccapress.com>

邮箱:ccapress@yahoo.com.cn

发行:中国长安出版社 全国新华书店

电话:(010)65281919 65270433

印刷:北京兆成印刷有限责任公司

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:17.5

字数:250千字

版本:2009年3月第1版 2009年3月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-80175-894-1

定价:35.00元

前 言

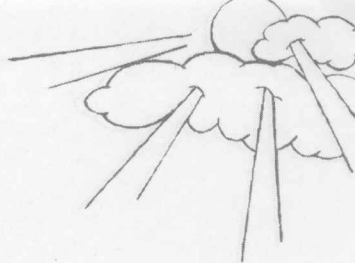
古语说：男怕入错行，女怕嫁错郎。现代人说，经商怕选错商铺，上学怕选错专业。由此可见，选择正是人生的第一推动力，甚至可以说，选择主宰着我们的命运。

在人的一生中，会面临无数个选择，读书的时候要选择好的学校；上大学要选择好的专业；工作之前要选择好的单位；恋爱之前要选择好的伴侣……人生的每一步关键之处，无不有着选择的身影，每一个选择都蕴涵着不可预知的未来，选对了，未来的生活熠熠生辉、如鱼得水、平步青云，会获得硕大的收获。但每一步都走得出色利落，那谈何容易？一次的错误选择，很可能一失足成千古恨，将未来的生活变得阴霾遍布，甚至会给自己带来刻骨铭心的伤痛。

所以说，主宰自己命运的关键就是拥有一种人生的选择智慧，不管是命运、事业、婚姻、健康还是财富，人生的每一步都不可小觑，选择好每一步，然后脚踏实地走好每一步，我们才能更快地迎来人生的成功！

想要对人生的每一步都作出正确的选择，必须具备积极的生活态度，具备理智的头脑，具备长远的目光，以及行之有效的行动。当然，一个人难以做到如此完美，万无一失，这不要紧，本书将告诉你一些从生活中、从诸多前辈的经历中总结出来的经验。分为“命运”“事业”“处世”“心态”“情感”五大方面，其内容涉及生活中的方方面面，深邃的理论结合生动的事例，让一个个道理深入浅出地呈现在你的面前，相信它能给迷茫的你一些指点，以及一些真正的帮助。

真诚地祝愿每一位读者都能在选择中不断进步，在选择中不断成熟，一步步向成功的彼岸靠拢！



目录

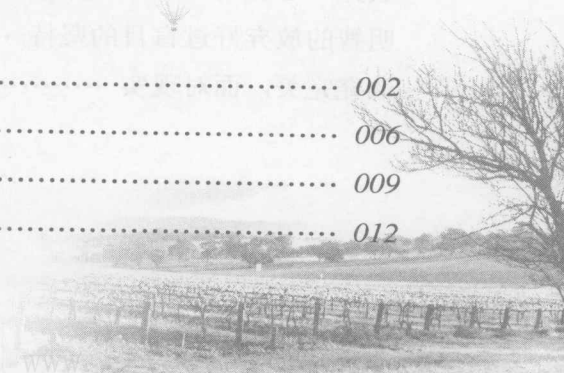
Contents

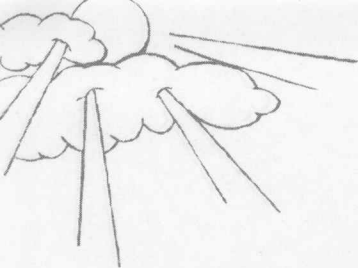
命运篇

第一章 选择决定命运

人的一生都是在选择中度过的，可以说，什么样的选择决定了什么样的命运。正如同走路，选择的路线不同，看到的风景也会不同。有的人选择了崎岖山路，他可以欣赏崇山峻岭的巍峨；有的人选择了平坦大路，他可以领略广阔的地域之美。尽管道路不同，但各有各的精彩。

命运是选择的结果	002
成功就是连续正确的选择	006
先选择，再冒险	009
敢“秀”才能赢	012





第二章 认真选择成就锦绣前程

存在主义哲学家萨特说：英雄不是天生的，懦夫也不是天生的，都是自己选择的！每一个希望自己能有所作为的人面对着未来很多的未知、变化和不可测的因素都应该充分考虑，慎重做出选择，并拿出勇气来承担人生各种选择而造成的结果，只有这样，我们才可能成为生活的强者。

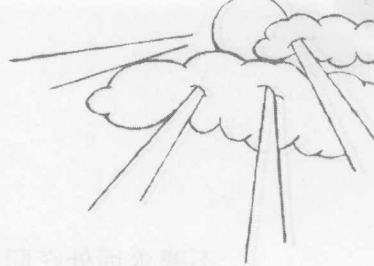
我的生活我做主	018
为自己的选择负责	021
不做世俗标准的囚徒	024
抓住命运的第二次机会	026
成功偏爱有远见的人	030
永不停止地投资自己	034

第三章 放弃也是一种有效的选择

走在人生的十字路口，你必须学会放弃不适合自己的道路；面对主要目标，你必须学会放弃其他无关紧要的小事；面对真实的世界，你必须学会放弃完美的追求……放弃是智者面对生活的明智选择，只有懂得放弃的人才会事事如鱼得水。人生就是如此，不能背负着你所有想要的东西走完你人生的全程，所以，如果想要达到目标，就必须有所舍弃。

必要的“舍”是为了更好的“得”	038
放弃一心多用，养成专注的习惯	041
明智的放弃好过盲目的坚持	043
放弃完美，面对现实	046





事业篇

第四章 解析自我，选择个人特色的成功之路

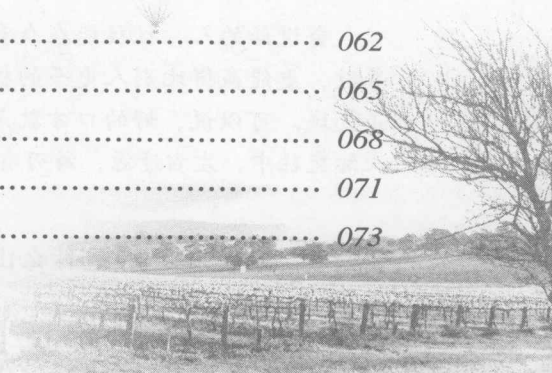
兵法有云，知己知彼方能百战百胜。在我们追逐成功的路程上，每个人都应该静下来仔细地认识自己，想一想，你有哪些优势能够助你成功，你有哪些劣势要仔细隐藏或弥补？你想成哪一行里的专家？你希望自己哪一样能拿出手？如果你想获得成功，就必须要认真考虑这些事，要知道，只有了解自己才能做出正确的判断和选择，才能刺破平庸或平凡的幕障，从而走向更广阔的卓越人生之路。

尽量让兴趣与工作相统一	050
上帝钟爱有准备的人	054
你要有一样拿得出手	056
别让“高帽”遮住眼睛	058

第五章 选准奋斗方向，做好职业规划

现代社会的竞争越来越激烈，我们每个人面临的工作选择可能随时都要发生转变，这时候，选择最适合自己的的人生定位就显得格外重要。“最适合”不一定是最有经济价值的，不一定是别人眼中最伟大的，而是对你来说最有可能实现的那个，最能突显你优点的那个。只有选择这样的道路，你成功的可能性才会增大。

选择最适合自己的的人生定位	062
为理想制定一份详细的蓝图	065
千万不要入错行	068
敢于尝试就有成功的机会	071
找到适合自己的位置	073





不要永远处在职场最底层	077
将军赶路，不追小兔	080

第六章 选择成功方式，培养高效习惯

每个人失败的原因各有千秋，而多数成功人士的经历却总有着或多或少的相似之处，勤奋好学、认真负责、懂得借力，等等，可以说，成功之路不可复制，但成功人士的习惯却可以模仿。养成“高效人士”的做事习惯，就等于选择了有效的成功方式，相信在不远的将来，你必会因这些习惯而受益，跻身于成功之列。

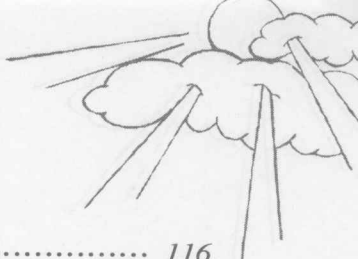
选择好的老板	084
每天多做一点点	087
先做最重要的事	090
小事不能小看，细节方显魅力	094
做对，做完，更要做好	096
危机面前选择挑战自己	099
要实干，也要表现	102
在改错中寻求进步	105
抓住贵人，积累“财富”	108

处世篇

第七章 选择言词，赠予对方心花怒放的美言

会说话的人，往往能在众多竞争者中脱颖而出，不仅能赢得人们的一份尊敬，更能赢得比别人更多的机会；相反，拙于表达的人则常在关键时刻败走麦城。可以说，好的口才就是人成功的辅助器，学会说漂亮话，便可以在人际交往中，左右逢源，游刃有余。

见什么人说什么话，到什么山唱什么歌	112
-------------------------	-----



从对方感兴趣的话题说起	116
不要吝惜赞美之词	119
学会漂亮地说“不”	122
适时的幽默为你的形象加分	126
永远别说“你错了”	132
远离争吵、抬扛	136
善意的谎言也美丽	139
该沉默时绝不多言	142

第八章 谨慎行动，选择做该做的事

一个人事业、社交的成功与否与他的做事习惯有很大的关系。会做事的人绝不把时间和精力花在那些不该做的事情上，而对于那些应该做的事，他们会将它做得恰到好处，近乎完美。想要取得成功的人，必须要修炼做事的功夫，努力掌握做事的技巧。只有这样，你才能更容易接近成功的目标。

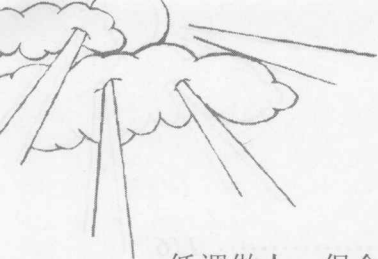
做事不忘“利人利己”原则	146
行善也有一定之规	149
成人之美，不送人之恶	154
盛怒之下别做蠢事	157
此路不通，另寻他径	161
不与小人计较小事	164

第九章 圆通为人，选择最易赢得人心的处世方法

为人处世是每个人终生的必修课，尤其年轻人，在当今交往频繁、人际关系复杂的社会里更是如此。为人处世的方法原则不一定非得自己亲自经了事、吃了亏才能掌握，一切皆有规则可循，只要你用心思考，认真学习，必能在人际交往中得心应手，左右逢源！

平时多烧香，急时有人帮	168
-------------------	-----





低调做人，保全自己	171
好为人师不如拜人为师	174
吃亏也是一种福气	178
做事要留三分余地	180
精明处世，一点聪明一点痴	183

心态篇

第十章 选择乐观，让每天都快乐

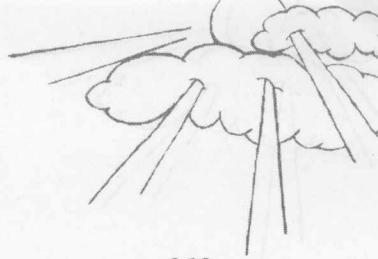
若将身体比喻成电脑，那么悲观情绪就像潜藏在电脑内的病毒。必须随时让乐观情绪为你排毒，以确保心身健康，当然，你也可以更愉快顺利地使用它——当你选择以积极的心态面对生活时，一切就都会随之美好起来。正所谓：心态决定命运。与命运对抗的一生，你的心态决定了谁是坐骑，谁是骑师。

别让担忧拖垮你	188
从琐事的坏情绪中解套	191
把“好的”“坏的”都变成“对的”	194
积极的心态让一切都变得美好	197

第十一章 选择知足，为幸福划一道浅浅的底线

幸福如茶，平淡如水。拥有淡定、知足的心，生活之茶就会永远清韵入口，留香入心。对于拥有的东西，我们应该去正视它们，珍惜它们。以知足的心态看世界，才能保持生命之茶的永恒清香。

幸福就是凡事知足	202
不做身外之物的奴隶	206
贪得无厌终会一无所得	209



以一颗感恩的心面对生活 212

第十二章 选择从容，品味生活的真谛

从容地生活是一种境界，是明白自己“到底想要什么”后的气定神闲；从容地生活能让你看到在匆忙中忽略掉的风景；从容的心境能让你真正感受到心底真实的喜与悲，从而遵从自己内心的声音去生活。选择从容，实际就是选择了忠于自己的生活方式。

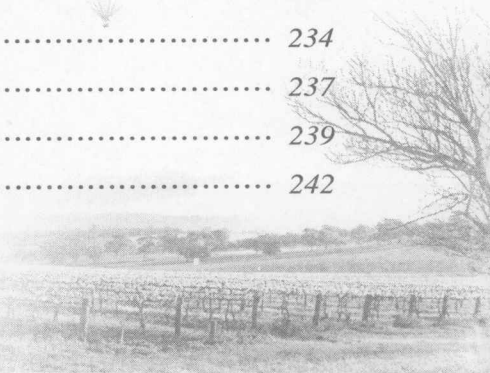
学会给自己减压 218
看淡得失，保持平常心 221
宠辱不惊，安之若素 225
张弛有度，享受生活 228

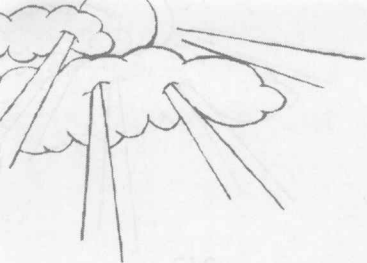
情感篇

第十三章 选择最好的未必是最好的选择

我们生活在一个五彩斑斓的世界，在这个世界里不光有美丽的风景，惬意的生活，同样也有着不同个性、不同气质的人。在漫漫的人生途中，我们会相识相遇很多的人，或许这其中的一个将会成为我们的终身伴侣，或许我们之中有的人还在选择伴侣的过程中。但是，不管你处于何种状态，请一定要记住，最好的不见得适合你，而适合你的才是最好的。

适合你的才是最好的 232
珍惜眼前人 234
有一种爱叫做放手 237
宽容让爱情之树常青 239
用退步的方式示爱 242





第十四章 选择益友，放弃损友

一个人能否成就大事与他所交的朋友有密切相关，有些人因朋友相助而获得成功，也有人因受“朋友”之害而遭致失败，甚至倾家荡产，妻离子散！可以说，益友就是你最大的贵人，而损友就是你最大的敌人。所以，交友要有一定的标准，要懂得择益弃损，如此才能使自己得到好处而不受损失，才能有利于自己的事业和生活。

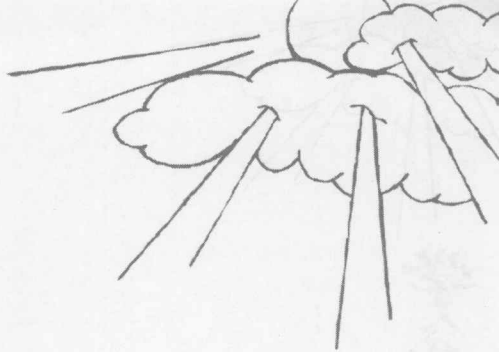
友有四品，择益弃损	246
识人于微	252
交友有则，待友有道	254

第十五章 因人而异，选择不同的相处方法

生活中人们都免不了会与各种各样不同性格的人打交道，人常用“一视同仁”来形容自己对待朋友没有偏向，以表示自己做人有原则。事实上，因感情的不同，朋友也是要分类别和等级的。同时，对象不同，决定了我们使用的交往方式也不能相同，否则就会不可避免地产生很多摩擦。因此，交友方法也要因人而异。

不同性格的人需区别对待	258
学会与“怪”人友好相处	261
倾听是最好的交流方法	264





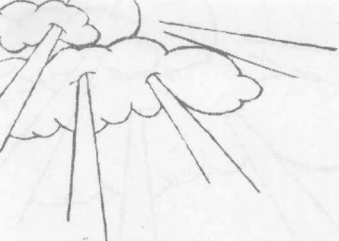
命运篇

第一章

选择决定命运

人的一生都是在选择中度过的，可以说，什么样的选择决定了什么样的命运。正如同走路，选择的路线不同，看到的风景也会不同。有的人选择了崎岖山路，他可以欣赏崇山峻岭的巍峨；有的人选择了平坦大路，他可以领略广阔的地域之美。尽管道路不同，但各有各的精彩。





命运是选择的结果

很多人在面对失败的时候，或者自己的人生遭遇不顺的时候，总会说一句“这就是命，我认了”，其实，这是一种消极悲观的处世态度。在人生的漫漫旅途中，除了出生和死亡我们无法作出选择，我们完全有理由、有能力选择自己的行进路线。正如同走路，选择的路线不同，看到的风景也会不同。有的人选择了崎岖山路，那么他可以欣赏崇山峻岭的巍峨；有的人选择了平坦大路，那么他可以领略广阔的地域之美。尽管道路不同，但各有各的精彩。

每个人的选择不同，也决定了他们的命运是迥然不同的。有这样一个小故事：

有三个人要被关进监狱三年，监狱长要他们三人各自提一个要求。

美国人爱抽雪茄，要了三箱雪茄。

法国人爱浪漫，要一个美丽女子相伴。

而犹太人说，他要一部与外界沟通的电话。

三年过后，第一个冲出来的是美国人，嘴里鼻孔里全塞满了雪茄，大喊道：“给我火，给我火！”原来他忘了要火了。

接着出来的是法国人，只见他手里抱着一个小孩子，美丽女子的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，我的生意不但没有停顿，反而增长了300%，为了表示感谢，我送你一辆跑车。”

三个人的不同选择呈现出三种截然不同的结果。这个小故事看似一个笑话，但是却清楚地告诉我们，一个人选择怎样的人生道路，他的人

生就会呈现怎样的结局，也就是我们常说的命运。所以，可以毫不夸张地说，选择决定着命运。

我们生活的每一天都面临着选择，小到穿什么衣服，大到职业、人生道路，每一个选择都决定了今后的不同结局。比如，你匆忙中选择了一件并不太中意的衣服，那可能这一天你都会感到很郁闷。相反，选择一件自己非常喜欢的衣服出门，你一天的心情都会是愉悦的。

如果说选择穿一件什么样的衣服出门，顶多会影响心情的话，那对于自己的人生道路、职业方向的选择，则会直接影响以后的人生。如果选择不好，甚至错误，那将会给以后的人生带来长期的负面影响。所以，面对这样重大的选择，一定要慎重。

珍妮是一家高科技公司的程序员，年轻漂亮，收入丰厚，办公室人缘很好，还很得上司的赏识。工作之余的生活丰富多彩，和家人的关系很亲密。在外人看来，珍妮的生活、事业可谓是春风得意，前途一片光明。但是，珍妮的内心却是苦闷，甚至是痛苦的。

因为，她的内心是抵触这份工作的，甚至是厌倦。她讨厌天天面对电脑的单调机械，讨厌面对没完没了的程序。她真正的理想是当一名自由撰稿人。可是，高收入使她无法放弃这份工作，但是工作带来的郁闷又使她无法集中精力和时间去做自己喜欢的事情。她不喜欢自己现在的工作，但是又无法选择自己喜欢的工作。于是，陷入了矛盾的两难境地。

在竞争日趋激烈的今天，我们很难说珍妮的选择是错误的，但是可以肯定的一点是，珍妮这样的矛盾心理不仅危害自己的身心健康，还对自己的职业发展非常不利。

美国有句谚语说得好：“当一个人知道自己想要什么时，整个世界将为之让路。”英特尔公司前总裁格鲁夫说：“人生最奢侈的事就是做你想做的事。”而如何选择，对人们来说最难。英国心理学家萨盖做的实验证明：戴一块手表的人知道准确的时间，戴两块手表的人便不敢确定几点了。

我们很多人都会面临类似这样两难的选择，对此，英国伦理学家边



学会选择

沁提出了著名的“快乐测量法”，他列出了七个标准，对我们做决策时有一定的参考价值。

——强度：即比较两个选择中哪一个的价值最有助于满足选择者的强烈需要。

——确定性：即优先选择必须是能够较确定地带来预期后果而不是可能性较小的目标。

——持久性：即优先选择能带来的预期后果是较为持久而不是较短暂的目标。

——远近性：即优先选择能较快带来预期后果的目标。

——纯洁度：即优先选择那些副作用较小的目标。

——繁殖性：即优先选择的目标，应有助于其他价值的实现。

——广延性：即优先选择的目标，其预期结果应当对较大范围的情景适用。

通过上面的这些参考意见，我们可以作出理性的思考和分析，这将有助于我们作出正确的选择。

有人说，人生就是不断地做选择题。这话很贴切。人生有单项选择，也有多项选择，没有所谓的“正确答案”，但是，不同的选择却得出的是不同的结果。中国有句俗语叫“男怕入错行，女怕嫁错郎”，这就是选择的学问。一旦选择错了，再想改正是很麻烦的，有时候甚至可能连改正的机会都没有了。

有的时候，一个选择需要我们拿自己的一生来做赌注，输赢还是一个未知数。那我们为什么不作出正确的选择呢？要作出正确的选择，就需要我们戴上“望远镜”去看一切事物。选择是一种力量。我们每个人的生活都是被动的，因此感觉不到这种力量的存在。一旦我们的人生为自己所把握，自主地去作出人生的选择，我们就能感受到这种力量的存在了。

福特没有选择做一名大公司的高管，而是选择继续对内燃机车的研制，所以才有了福特汽车的诞生；比尔·盖茨选择退学，后来才造就了

微软帝国的辉煌；托马斯·沃森在事业低谷的时候，没有选择其他公司的高薪邀请，才有了后来的 IBM 公司……

可见，选择决定命运，寻欢作乐、游戏人生是一种选择；孜孜不倦、争分夺秒、埋头苦干也是一种选择；边干边玩、亦玩亦干同样还是一种选择。不同的选择把人们导向不同的路途和方向，使各自的人生呈现出不同的色彩和价值，最终收获不同的果实。因此，请认真对对待生命中的每一次选择，努力实现自己的愿望，书写自己人生的华彩篇章。