

忽略后 才知珍贵

机会成本的成败定律
指点迷津的攻防要术

HULUE HOU

CAIZHI ZHENGUI

“年度极具穿透力的主题阅读书目”

灵魂深处最扣动心弦的精彩瞬间

舍弃不该有的尘世之累让遗憾永远挥别

盈盈
著



百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

忽略后

才知珍贵

盈盈著

HULUE HOU

CAIZHI ZHENGUI

机会成本的成败定律
指点迷津的攻防要术

“年度极具穿透力的主题阅读书目”

灵魂深处最扣动心弦的精彩瞬间

舍弃不该有的尘世之累让遗憾永远挥别



百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

图书在版编目(CIP)数据

忽略后才知珍贵 / 盈盈著. — 南昌 : 百花洲文艺出版社, 2017.9

ISBN 978-7-5500-2382-6

I. ①忽… II. ①盈… III. ①成功心理-通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 197725 号

忽略后才知珍贵

盈盈 著

出 版 人	姚雪雪
责任编辑	郑 骏 叶 姗
美术编辑	大红花
制 作	郑 健
出版发行	百花洲文艺出版社
社 址	江西省南昌市红谷滩世贸路 898 号博能中心 A 座 20 楼
邮 编	330038
经 销	全国新华书店
印 刷	北京兴湘印务有限公司
开 本	787mm × 1092mm 1/16 印张 14.25
版 次	2017 年 12 月第 1 版第 1 次印刷
字 数	300 千字
书 号	ISBN 978-7-5500-2382-6
定 价	36.80 元

赣版权登字:05-2017-343 版权所有,侵权必究

邮购联系:0791-86895108 网 址:<http://www.bhzwjy.com>

图书若有印装错误,影响阅读,可向承印厂联系调换。

前言

人生就如登山,背负的太多就难以登上高峰,只有适时地卸下行囊,才能轻松地赶路,爬得更高。用“放”的态度看待人生,你会发现可以把事情看得更清楚。在你心灵疲惫的今天,选择放下是一种明智的做法,只有放下才能让心灵净化,才能轻松地赶路。人生也像一盒巧克力,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。选择是人生的常态,放弃也是。西方有句谚语:你有所选择,同时你就有所失去。这在西方经济学上叫作“机会成本”,因为选择而放弃的那些就是机会成本。这是客观存在的,是一种交换。人总是希望得到的多失去的少,以为拥有的东西越多,自己就会越快乐。所以,这一人之常情就迫使我们沿着追寻获取的路走下去。可是,有一天,我们忽然惊觉:我们的忧郁、无聊、困惑、无奈、一切不快乐,都和我们不懂得放下有关,我们渴望拥有的东西太多或是太执著,而徒增了很多烦恼。

放下是一种智慧,放下了一时的耻辱,就能卷土重来;放下是一种清醒,放下了一时的诱惑,就不会翻船;放下是一种快乐,放下了烦恼和忧愁,就搭上了幸福的快车。懂得放下,才能在成功的路上走得更久;懂得忽略,才知道珍贵。

在我们风华正茂时选择了正确的路,才会让人生有个明朗的开始。成功就是不断放下的历练,在我们经历风雨后懂得放下心灵的负担,才会让自己拥有轻松的心态。无数的选择与放下拼凑成一个完整的人生。如何让自己的人生更加成功、更加精彩,就要懂得选择与放下的真谛。

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。

泰戈尔在《飞鸟集》中写道:“只管走过去,不要逗留着去采了花朵来保存,因为一路上,花朵会继续开放的。”为采集眼前的花朵而花费太多的时间和精力是不值得的,道路正长,前面尚有更多的花朵,懂得放下,才能拥有更多人生的精彩,懂得忽略,才能轻松地一路走下去……

生活就是这样,当你有意追逐幸福的时候,幸福便飘然远离。在你回首的一瞬间,你会发现当年被你忽略的那份温暖才是你真正想要的东西。谁播种了一颗平常心,谁就将拥有幸福。珍惜当下的幸福,才是最重要的。

| 目 录 |

第一章 大胆地选择,做好人生的必修课

只要活着,就要做出选择 001

掌握了选择的力量,就掌握了人生的命运 003

在选择面前,不要太固执 005

什么样的对手,将造就什么样的你 007

抓住了今天,便活出了未来 010

改变自己,才能改变世界 012

在愿望与现实之间找最佳平衡点 015

有所为,也要有所不为 016

第二章 学会放弃,搬开心里的石头

伺机而动,进退有方 019

功成身退,天之道 021

清楚自己想要的,必要时学会放弃 023

在人生的十字路口,做好选择 025

正确的方向比努力更重要 026

学会放弃,才能成功 029

放弃是需要勇气的 031

舍小利,才能谋远 033

第三章 糊涂一点儿,人生何必太计较

做人不妨适当装装傻 035

难得糊涂,做个有心计的人 037

喜怒不形于色 039

糊涂是一种大智慧 041

宰相肚里能撑船 044

得过且过,糊涂一下也无妨 046

大智若愚的处世之道 048

第四章 减少欲望,珍惜当下拥有的一切

人人都有欲望 051

不要让自私自利害了你 053

减少欲望,忽略后才知珍贵 055

欲望无边,谁也不可能全部满足 057

少思寡欲,清静无忧 060

眼光放长远,不要被名利所累 061

不要攀比,珍惜当下拥有的一切 064

痛苦不是拥有的少,而是欲望太大 066

第五章 让生活慢一拍,过简单的生活

- 简单的就是幸福的 070
- 知足是适可而止的满足 072
- 远离诱惑,过简单的生活 074
- 做人不要太计较 076
- 让生活“慢”下来 079
- 学会和别人分享 081

第六章 心静了,世界就静了

- 不作死就不会死,何苦要自寻烦恼 085
- 心静了,世界就静了 087
- 百忍成金,达到旷达从容的人生境界 089
- 逼自己一把,就知道有多了不起 091
- 特别牛的人都是特能忍的人 094
- 拥有一颗宁静的心,才能不染尘埃 095
- 在安静中,淡然处世 097
- 有烦心事时,多往好的地方想一想 099
- 远离烦恼,快乐地生活 101

第七章 控制好情绪,生活将会格外眷顾你

- 别让浮躁情绪侵袭你的宁静 104
- 拒绝浮躁,生活将会格外眷顾你 106
- 不可小觑,给“焦虑障碍”一个排泄口 108
- 抑郁,身心健康的杀手 111

怒火,最终烧伤的是自己 113
让自己忙起来,停止无用的抱怨 115
一生气,你就输了 117
冲动是魔鬼,一定要忍住 119
从容淡定,才能活出全新的自己 122

第八章 进退有数,把握取舍的艺术

以屈求伸,更容易取得成功 125
精于进更要巧于退,为自己留好退路 127
识时务的人,才能进退自如 129
有方有圆,百事不难 130
肯舍才能“得”以成事 132
给别人方便,就是给自己方便 134
胸怀大志,进退有方 136
不要太自私,有失才有得 138

第九章 放下苛求,接受不完美的自己

无须苛求太多,顺其自然就好 141
失意了,别灰心 143
不要过分地追求完美 145
拒绝缺憾,你不会快乐 147
一放下,你就赢了 149
盲目的坚持是偏执 151
做自己的主人 154
每天都要反省一下自己 155
敢于直面缺点,审视自我 158

第十章 吃亏也是福,能吃亏自然就少是非

海纳百川,有容乃大 160

吃点小亏又何妨 162

给别人留余地,就是给自己留余地 164

学会克制,不迁怒于人 166

不懂忍耐的人成不了大事 169

经得起诱惑,耐得住寂寞 170

自私自利要不得 172

让他人先获利,自己才能获利 175

第十一章 调整心态,换个视角看人生

遇事善于灵活变通 178

摆脱思维定势才能取胜 180

曲线变通,突破困境 182

过去的经验未必就可靠 184

此路不通彼路通 186

逆向思维,懂得变通才能赢 188

不墨守成规,才能有所超越 190

逆势而为,曲径通幽 192

第十二章 忽略一些挫折,留住希望的种子

痛过后才知幸福的真相 195

坦然面对磨难,没什么可怕的 197

吃得了苦,才能享得了福 199

挫折也是一种难得的机遇 203
日子苦不可怕,扛过去就好 205
你所承受的苦难,都是值得的 207

第十三章 在爱情面前,忽略后才知珍贵

不要太较真儿,给爱一个喘息的机会 210
洗脚水中的爱情 212
别让任性毁了你的爱情 213
给对方自由,而不要总想着占有 215
留一半清醒,留一半醉 216
减小摩擦,让幸福最大化 218

第一章 大胆地选择,做好人生的必修课

有时候,选择使人痛苦,尤其是当被选择的对象对你具有同等吸引力的时候。人生的悲哀,莫过于自己不能选择,或者不去选择。只有正确地选择,才能掌握自己的命运,拥有成功的人生。

只要活着,就要做出选择

人生充满太多的不确定,当然也就充满太多的选择和放弃的过程。如何选择清晰、简单的思路,如何放弃不可为、不能为的想法,让生活变得精彩些、出众些,这是我们需要去思考和解决的首要问题。选择与放弃是我们生活中时刻都会遇到的问题,它们是一种心态,也是一门学问和智慧。

人的一生就是一个不断选择的过程,只要活着,就要作出选择。而且鱼和熊掌往往不能兼得,选择其中一个就必须放弃另外一个。可以说,选择是人生成功路上的指南针,学会如何运用它,你才不会迷失方向。放弃是智者对生活正确的选择,懂得怎样运用它,你才能更快地到达目的地。无论你的身份有多显赫,地位有多高贵,有选择必定有丧失。就像一棵果树,如果你选择那茂密而华美的枝叶,就必须放弃得到丰硕果实的机会;如果你选择硕果累累的果实,就必须舍弃那华丽的外表。

可以说,选择是一种力量,学会选择你才能主宰自己的命运,找到一条适合自己的人生出路;放弃是一种境界,适时放弃你才不会被痛苦所困,活得更加坦然和潇洒。

在《伊索寓言》中,有这样一个故事:

城市老鼠和乡下老鼠是好朋友。有一天,乡下老鼠给城市老鼠写了一封信,信上这样写着:“城市老鼠兄,有空请到我家来玩,这里能享受乡间的美景和新鲜的空气,过着悠闲的生活。”城市老鼠接到信后非常高兴,立刻动身前往乡下。到那里后,乡下老鼠拿出很多大麦和小麦放在城市老鼠面前。城市老鼠不以为然地说:“你怎么能够老是过这种清贫的生活呢?这里除了不缺食物,什么也没有,太乏味了,还是到我家玩吧。”于是,乡下老鼠就跟着城市老鼠进城去了。

乡下老鼠看到豪华、干净的房子,非常羡慕,想着自己在乡下的清贫,觉得自己真是太不幸了。聊了一会儿,它们就爬到餐桌上开始享受美味的食物。突然,“砰”的一声门开了,有人走进来了。它们吓了一跳,飞快地躲进墙角的洞里,乡下的老鼠吓得忘了饥饿,想了一会儿,对城市老鼠说:“这里虽然有豪华的房子和美味的食物,但每天都太紧张,还是乡下的平静生活比较适合我。”说完,乡下老鼠就离开都市回乡下去了。

这则寓言告诉我们:不同个性、习惯的老鼠喜欢不同的生活方式,它们最终要回归到自己所熟悉的的世界。所以,我们也要选择自己的生活方式,不要盲目羡慕别人的生活。要知道,只有适合自己的才是最好的。

在汉代,荆州太守杨震调任他地,途径巴邑,曾得到杨震提携的县令王密前往拜见,并献上黄金 10 斤。杨震对此举十分反感:“我过去推举你做官,是因为你有才华,并非为了受贿。”执意不收。王密乖巧地劝道:“半夜三更,无人知晓。”杨震怒而质问:“天知地知,你知我知,怎说无人知晓?”王密只好尴尬地拿走了黄金。杨震舍弃了巨额黄金。此事却被后人传为佳话,也因此赢得了“四知太守”的清官美誉。

杨震坚守自己的人生信仰,在钱财的诱惑面前显示出选择与放弃的智慧,为我们后人做出了表率。

人的一生一直都处在这样不断的选择之中。可以说,人生历程就是一个人的选择历程,选择决定了我们一生的成败和优劣。在人生的十字路口,需要我们正确的、不可回避的、勇敢的选择,因为我们做出的每一

个选择都决定着我们的命运,都可以改变我们的命运,在我们的人生中没有什么比正确选择更重要的了。许多时候,在人生的十字路口,或在一些意外事件发生之时,为了使自己能处理得当,每个人必须学会做出自己的正确选择。

著名诗人裴多菲在生命、爱情和自由三者中毅然选择了自由,因为他明白,没有自由,生命和爱情也就失去了存在的意义和价值;孟子在生命与道义中选择了后者。他还说:“生,我所欲也义,亦我所欲也,二者不可兼得,合生而取义者也。”选择是量力而行的睿智和远见,选择是理性的取舍。我们只有力争在每一个“十字路口”都做出明智的选择,才有望在自己的人生大道上踏出一串串坚实的脚步,才能实现自己独特的人生价值!

掌握了选择的力量,就掌握了人生的命运

在生活中,每天我们都不断地听到有人说“我很想要那件东西,但是我买不起。”“我买不起。”这些虽然是实话,但是别这样说。如果你继续说“我买不起”,你便将伴着“我买不起”度过你的一生。选择一种更积极的思想,比方说“我要买下它,我要得到它。”当你逐渐建立起你将得到它,你将买下它的想法的时候,你才有正确的选择,你才会运用你选择的力量。

一群迁徙的野牛在行进途中遭到数只凶猛猎豹的袭击,刚才还是悠然自得的牛群顿时乱套了,惊恐地四处奔逃。一只只野牛在奔逃中被扑倒,没有搏斗,连挣扎也是那样有气无力,只是哀鸣了几声就成了猎豹的食物。

突然,一只看似弱小的野牛,就在快被猎豹追上时突然转向,全身奋力后坐,努力将身体的重心后移,奔跑的四蹄直直地斜撑在地上,身体周围腾起一股浓浓的尘土。在这千钧一发之际,这只小小的野牛停住了。它不但没有被猎豹吓倒,反而是愤怒地沉下头,接着又仰起头顶上那一双

尖硬的牛角猛地抵向冲过来的猎豹。就这样，一只猎豹被小野牛的尖角扎进了肚子，高高地抛向空中。

顿时，情况急转直下。奔逃的野牛们还在拼命地奔逃，而其他猎豹却惊呆了，继而掉头逃走了。在关键时刻，这只小野牛不像它的父母兄弟姐妹以奔逃求生，而选择回首痛击，战胜了自己所面临的死亡。

有人说，谁掌握了选择的力量，那你就掌握了人生的命运。的确，正确的选择总会带来美好的结果，而错误的选择会带来灾难性的后果。当你身处困境时，这种潜在的力量就会凸显出来警示着人们。人生最大的悲哀，也许就是自己不会选择，或者主动放弃了选择的机会，从而失去把握自己命运的机会。

有一个年轻的小伙子，英俊潇洒却身患骨癌。医生让他立刻住院动手术，截去右腿，以保全生命。但是，他拒绝了。家人、朋友、医生都劝他：“做手术吧，保住命是最重要的。”他却坚定地摇着头，说：“不，对我来说，腿和生命同样重要！我宁可失去生命，也不截断这条腿！”

家人无可奈何，只有尊重他的选择，为他做药物治疗。在这两个月的时间里，保住腿与保住生命的愿望在他内心里交织着，最后，他终于做出要保住生命的决定。他在手术单上签下自己的名字后，被推进手术室。最后，因为错过做手术的最佳时间，癌细胞已经扩散，他的病情恶化了。他的这条腿白白被锯掉，他仍将走向生命的尽头，且带着仅剩一条腿的残缺身体！

年轻人不敢正视自己的死亡，在死亡面前，他选择了逃避，最终错过了最佳治疗时间。这让人唏嘘不已。可见，一个人的成败得失，都因选择而改变。选择比努力更有力量，它是人生中最重要的事情之一。

很多人没有意识到，当他们走进一家鞋店的时候，他们可以买一双黑色的鞋，也可以买一双棕色的；当他们走进一家服装店的时候，他们可以买一件浅色的外套，也可以买一件深色的；当他们打开收音机的时候，他们可以把旋钮调到这个台，也可以把它调到那个台；当他们走进一家冰淇淋店的时候，他们可以买一个巧克力脆皮也可以买一杯菠萝汽

水;当你要买一辆小汽车的时候,你可以选择买某个特殊牌子的车,也可以选择另一个制造商的车。

可以这样说,一个人所掌握的最大的力量就是:选择的力量。

购物区有两个卖肉的,他们之间隔着十来家商店。其中一个肉店生意繁忙,顾客在门外排着长队。另外那个肉店前却几乎没有顾客。

一个年轻商人很奇怪,决定进行调查一下。他走进那家有顾客排队等候的肉店。老板非常客气地对他说:“您好!先生,不好意思,生意很忙,但您只需等上几分钟我就可以招呼您了。”年轻商人发现这个老板对每个顾客都是那样的和气而有礼貌,买卖就这样成了。

几天以后,这个年轻商人来到另一家肉店。却见店老板生硬地说:“你要买什么?”他不卖给这个年轻人想买的肉,而是让年轻人去买他觉得应该买的。他的所作所为让顾客很不舒服。

前一个肉贩选择了礼貌待客、乐于助人,他的选择是正确的。后一个肉贩选择了把郁闷发泄在那些惠顾他肉店的人身上,他的选择是错误的。顾客自然会有礼貌的商家买肉了。

事实就是这样,既然我们来到这个世界只有一次,我们应该选择生活得快乐一些而不要过于拘谨;我们应该选择生活得平静一些,而不总是躁动不安;我们应该选择为我们自己,也为我们周围的每一个人。

有时候,选择使人痛苦,尤其是当被选择的对象对你具有同等吸引力的时候。人生的悲哀,莫过于自己不能选择,或者不去选择。只有正确地选择,才能掌握自己的命运,拥有成功的人生。

在选择面前,不要太固执

人与人交往的时候,我们会发现有一些人非常的固执,他们有一个共同的特点,那就是虽然并不愚钝,却常常陷入某一个绝对没有好处的事情中不能自拔。不管周围的亲戚、朋友、旁观者如何苦心地劝说,他们总是执迷不悟。甚至还要找出很多幼稚的理由来欺骗自己,直到有一天,

当他受尽折磨，终于解脱的时候，才幡然醒悟，追悔莫及。

其实，对某一件事比较执着，本应该是好事，但是如果这个执着变成了固执，而且已经超出了一个限度，就像钻牛角尖一样，那么这种状态就必须改正了，因为这样的固执心理其实并不利于你的心理健康。

孔子说：“毋喜、毋必、毋固、毋我。”（《论语·子罕》）这几个“毋”中，最要不得的就是固执，人常以执着自夸，但殊不知，你那常常不是执着，而是固执。常言道：花开花落，该落就落。孔子说“毋固”就是说人不要固执，应当遵循自然规律与做人规律，“干一行爱一行可以”，但不能爱得太固执，否则会让你错失很多机会。

两个贫苦的猎人靠上山打猎为生。有一天他们在山里发现两大包棉花，如果将这两包棉花卖掉，足可让家人一个月衣食无虑。当下两人各自背了一包棉花，便赶路回家。走着走着，其中一名猎人又发现了一大捆上等的细麻布，足足有十多匹之多。他欣喜之余，建议同伴一起放下肩负的棉花，改背麻布回家。他的同伴却认为自己背着棉花已走了一大段路，如果丢下棉花，岂不枉费自己先前的辛苦，坚持不愿换麻布。发现麻布的猎人只得自己背起麻布，继续前行。

又走了一段路后，背麻布的猎人又发现林中闪闪发光，走近一看，竟然散落着数坛黄金，他赶忙邀同伴放下肩头的麻布及棉花，背起黄金。他的同伴仍是那套不愿丢下棉花以免枉费辛苦的想法，还怀疑那些黄金不是真的。

发现黄金的猎人只好自己背了两坛黄金，和背棉花的伙伴赶路回家。走到山下时，不巧下了一场大雨，两人在空旷处被淋了个透。背棉花的猎人肩上的大包棉花，吸饱了雨水，重得完全背不动，他只能丢下一路辛苦舍不得放弃的棉花，空着手和背着两坛黄金的同伴回家了。

当机会来临时，人们常有许多不同的选择方式。有的人会单纯地接受；有的人抱持怀疑的态度，站在一旁观望；有的人则顽固得如同骡子一样，固执地不肯接受任何新的改变。太固执的人总会自以为是，得出一个结论后，就认定是最终真理。固执的人容易轻视别人，否定别人。