

心灵鸡汤

CHICKEN SOUP
FOR THE SOUL

精粹版 VI

全球最畅销的经典
历久弥新
风格隽永
百年精粹



陕西师范大学出版社

心灵鸡汤

CHICKEN SOUP
FOR THE SOUL

精粹版 VI

有一种选择叫放弃



陕西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

有一种选择叫放弃/东方笑主编. —西安:陕西师范大学出版社,
2008.2

(心灵鸡汤精粹版VI)

ISBN 978-7-5613-4205-3

I.有... II.东... III.人生哲学-通俗读物 IV.B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第017236号

图书代号:SK8N0054

责任编辑: 周 宏

封面设计: 点石堂

版型设计: 祝志霞

插 图: 刘 凯

出版发行: 陕西师范大学出版社
(西安市陕西师大120信箱)

邮 编: 710062

印 刷: 北京温林源印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 18

字 数: 226千字

版 次: 2008年4月第1版 2008年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5613-4205-3

定 价: 29.80元

注:如有印、装质量问题,请与印刷厂联系

序 言 心的选择

生活中，我们经常会遇到这样的境况：一条通往令人向往的最高峰的路，沿途有奇花异草，美不胜收。如果你一边走一边欣赏迷人的风景，那么很可能来不及到达最高峰；如果你心无旁骛地向前走，便会错过很多景色。

这时，我们应该如何选择呢？

其实答案很简单：明白自己所选择的。毕竟“鱼和熊掌不可兼得”。是舍鱼，还是舍熊掌，心的天平倾向于谁呢？一切都由自己决定。

“上帝为你关上一扇门，也会为你打开另一扇窗。”这是许多人都很喜欢的一句话，因为它让我们明白：有失必有得，有得必会有失。世间万物皆如此。

生活中，我们总在苦苦地渴望与追索，为了富与贵、名与利忙碌终生。而往往当面对自己渴望拥有、值得拥有的东西时，却显得那么疲惫，但即使这样，也无怨无悔。可是在我们经历了人生的风风雨雨之后，又有多少人能如愿以偿，多少人黯然神伤；多少人执迷不悟，多少人笑对世事无常。

曾经看到过这样一则小故事：

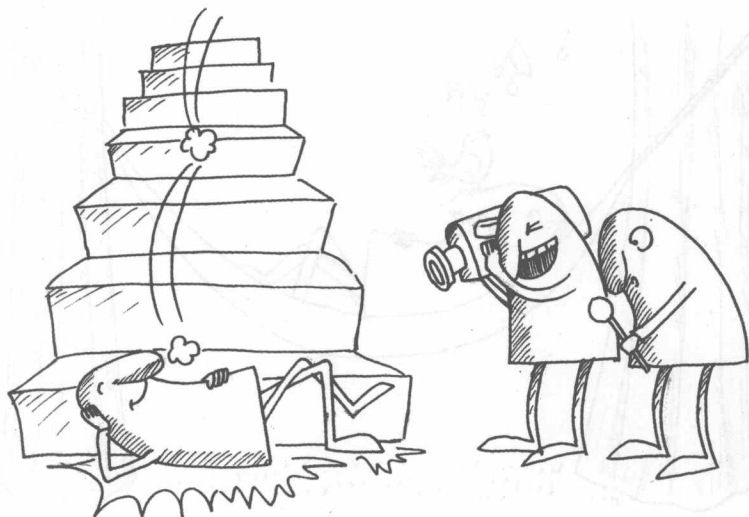
有一次，苏格拉底在学生们出行之前，分给他们每人一只神秘的大袋子，里面装有智慧、快乐、幸福、谦虚、正直、成功、失败、烦恼、嫉妒、骄傲、痛苦、虚荣、贪婪、名利……上路之初，学生们还不觉得费劲。可是由于袋子装的东西太多、太沉，而且路途遥远，学生们渐渐吃不消了，不得不放弃其中的一些。于是，学生们放弃了痛苦，放弃了骄傲，放弃了烦恼……

一时间，学生们感觉轻松了许多。但路越走越远，他们的脚也越来越软。苏格拉底说：“路还长着呢，你们还得再放弃些什么啊，否则到不了目的地。”无奈，学生们又丢弃了嫉妒、虚荣、名利等，一下子，他们感到有一种说不出的轻松和快乐！这时，苏格拉底意味深长地说道：“你们终于学会了放弃，人生本来就需要放弃啊。”

生活有时会逼迫我们交出权力，眼睁睁地看着机遇溜走，甚至还要强忍着心痛抛下爱情。然而，放弃并不是一件容易的事情，它需要很大的勇气。面对诸多不可为之的事，勇于放弃则是明智的选择。只有毫不犹豫地放弃，才能重新轻松投入新的生活，才会有新的发现和转机。普希金在一首诗中写道：“一切都是暂时的，一切都会消逝；让失去的变成可爱。”有时，失去不一定是忧伤，反而会成为一种美丽；失去不一定是损失，反倒是一种奉献。只要我们抱着积极乐观的心态，失去也会变得可爱。

学会放弃，本身就是一种选择，淘汰掉自己的弱项，而选择自己的强项。放弃不是不思进取，恰到好处的放弃，正是为了更好地进取。常言道：退一步，海阔天空。懂得了放弃的真意，也就理解了“失之东隅，收之桑榆”的道理。

有人说：“每一种新的体验，不管是喜是悲，都要放弃从前；若非如此，就不知道拥有现在。”的确，不管昨天拥有的是晴朗，还是阴霾，学会放弃，你将从自己的明天获得更新的一轮太阳，获得任你驰骋的更辽阔的一片蓝天！



目 录

第一篇 成功从选择开始

珍惜每一分钟	3
积极的态度	4
密特朗死里逃生	5
坚守的信念	7
小提琴的生活	8
大海与床	10
勇往直前	12
玫勇气和快乐	14
生命的智慧	16
父亲的竞选策略	18
独特的考试	20

意念能跳多高	21
莱恩的赠品	22
“梅尔多”铁锤	23
最简单的方法	25
赎金变赏金	26
认准自己的目标	27
行动改变命运	29
追梦人	31
美术系的女生	32
善于发现生活	34
把帽子扔过栅栏	35
给自己一个机会	37
自我升值	39



第二篇 好心态好生活

成为机会的主人	43
放轻松点	44
罗伊的梦	46
开钟人的责任	48
让歌声永不停止	50
朋友的信任	52
爱的教育	53
胜利的彼岸	54
被愚弄的女律师	56
花钱买欢乐	57
大方地领情吧	60
生活是美的	62

生活究竟是什么	64
犹太人的请求	65
热情和冒险	67
华盛顿大度结友	68
漫长的十五小时	69
笑对人生	71
把握现在	73
过几天再说	75
青瓷座钟的奇妙经历	77
一生要做的事	78
喂,不要急	80
意外的报酬	82
白衬衫黑木炭	84



第三篇 将信念装进行囊

兰顿先生的奇迹	89
生存的智慧	90
心理测验	92
最大的敌人	94
自信的柱子	96
自己是个危险陷阱	97
背后的一只眼睛	99
忠于职守	100
滑铁卢裁纸刀	102
活着就有希望	104
永不放弃	106
艾德勒的决心	108

一步步逼向成功	110
当跑堂的运动员	111
没时间放弃	114
失业的普雷斯	115
12 小时的魔力	117
神秘的乘客	119
谁是盲人	120
直逼目标	122
生活的方式	124
格言的力量	126
勤奋智慧的人生	127
我觉得我赢了	129
新闻效应	131



第四篇 人性照亮人生

寻找帮助	135
邂逅	136
告别	138
优点清单	140
回报的方式	143
4000 美元的故事	144
当人们播种时	147
钱买不了人情	148
两次募捐	150
教导人生	151
最美的花	154
心情的选择	156

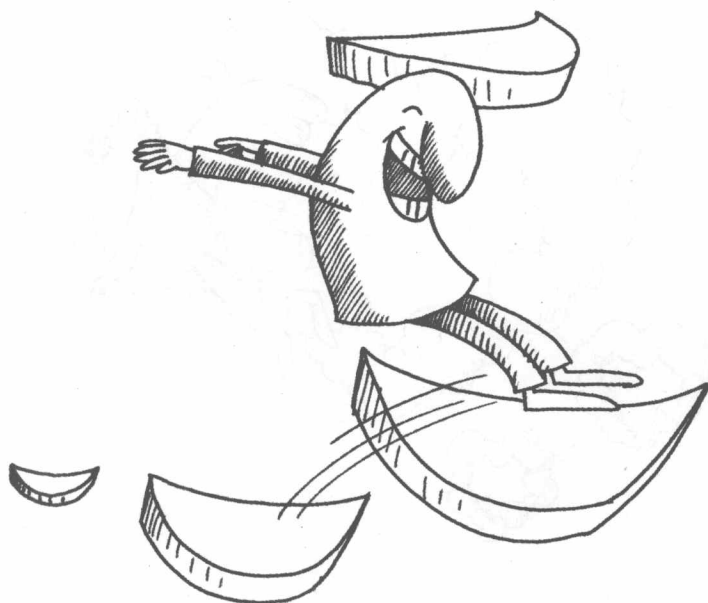
环境不是问题	158
乐在奋斗中	160
杰西的困惑	162
在工作中寻找快乐	163
禁酒	165
耶鲁卖花女	167
等待失明的比尔	169
空彩蛋	171
大智大慧	173
换个角度去思考	175
无识毋宁死	177
委婉的艺术	179
难忘的 8 个字	181



第五篇 会有天使替我爱你

三朵黄玫瑰	185
姑妈的金首饰	186
与众不同的妈妈	188
来不及说爱你	190
零用钱处理细则	192
真爱	194
圣诞礼物	196
世上最酷的老爸	198
你的微笑	201
永远在你身边	203
读你已迟	204
拉利的新态度	206

受宠若惊	208
被忽略的爱	209
起居室里的露营	211
初恋的收获	213
最严厉的惩罚	216
标错的价格	217
改变的结局	219
难忘的体罚	221
真正的爱心	223
玫瑰花的秘密	224
从爱出发	227
杰克逊情场决斗	230
名声	232



第六篇 开启心灵之锁

打盹儿的渔夫	237
巧妙的乞讨	238
没有钓到那条鱼	240
乞丐让我富足	242
拥抱心灵	244
走出心灵的监狱	245
抵御恭维	247
满足愿望的音响	248
矮子的优势	250
基辛格外交妙语	251
斯塔腾岛的摆渡船	252
把报纸放下	253

轮流付账	255
给老师一个“甲”	258
如何说分手	260
请闭上你的嘴	262
不同价格的忠告	263
魅力源于内心	265
照章办事	266
保护自己的口舌	268
会算计的安妮	270
忍无可忍	271
烈马和女孩	273
20美元的温馨	274
根本没有桥	276

第一篇

成功从选择开始



珍惜每一分钟

每个人嘴上都谈到时间的价值,但只有很少的人在行动上珍惜时间的价值。

——切斯特菲尔德

有一次,著名教育家约翰·本杰明老师收到了一个青年人的求救电话,并与那个向往成功、渴望指点的青年人约好了见面的时间和地点。那个青年人如约而至,约翰·本杰明的房门敞开着,眼前的景象却令青年人颇感意外——本杰明的房间里乱七八糟,一片狼藉。没有等青年人开口,本杰明就招呼道:

“你看我的房间,这太不整洁了,请你在门外等候一分钟,让我收拾一下,你再进来吧。”说着,他就轻轻地关上了房门。不到一分钟的时间,本杰明就又打开了房门,并热情地把这位青年人让进了客厅。这时,在青年人的眼前展现的完全是另一番景象——房间内的一切已变得井然有序,而且有两杯刚刚倒好的红酒,在淡淡的香水气息里荡漾着微波。

可是,还没等这个青年人把满腹的有关人生和事业的疑难问题向本杰明讲出来时,本杰明就非常客气地说道:“干完这杯,你就可以走了。”青年人手持着酒杯一下子愣住了,既尴尬又非常遗憾地说:“可是,我……我还没向您请教呢……”

“这些……难道还不够吗?”本杰明一边微笑着一边扫视着自己的房间,轻言细语地说,“你进来又有一分钟了。”

“一分钟……一分钟……”青年人若有所思地说,“我懂了,您让我明白了一分钟的时间可以做很多事情,一分钟可以改变

时间是无情的，也是自私的。它只给那些珍惜她的人奖励，它也只对那些珍惜她的人热情。我们要珍惜时间，为自己建造一座通向成功彼岸的桥梁。

许多事情，所以珍惜现在的每分每秒才是最重要的。”本杰明听完，舒心地笑了。

青年人把杯里的红酒一饮而尽，向本杰明连连道谢后，开心地离开了。



积极的态度

内容充实的生命就是长久的生命。我们要以行为而不是以时间来衡量生命。

——小塞涅卡

坎贝尔教授曾把毕业班的一个学生的成绩打了个不及格，这个打击实在很大。因为那个学生早已做好毕业后的各种计划，现在不得不取消，真的很难堪。他只有两条路可走：第一是重修，下年度毕业时才拿到学位。第二是不要学位，一走了之。

在知道自己不及格时，他一定很失望，甚至对坎贝尔教授不满。

正如坎贝尔教授所料，这位学生真的找他理论来了。坎贝尔教授说他的成绩太差以后，这位学生自己也承认对这一科下的工夫不够。

“但是，”学生继续说，“我过去的成绩都在中等水平以上，你能不能通融一下，重新考虑呢？”坎贝尔明确表示办不到，因为这个成绩是经过多次评估才决定出来的。坎贝尔又提醒他，学籍法禁止教授以任何理由更改已经送交教务处的成绩单，除非这个错误确实是由教授造成的。

知道真的不能改以后，这位学生显然很生气。“教授，”他说，“我可以随便举出本市 50 个没有修过这门课照样成功的

人。你这科有什么了不起！干嘛让我因为这一科就拿不到学位？”

他发泄完以后，坎贝尔沉默了大约 45 秒钟。他知道避免吵架的最好方法就是暂停一下。

然后，坎贝尔才对这位学生说：“你说的大部分都很对，确实有许多知名人物几乎不知道这一科的内容。你将来很可能不用这门知识就获得成功，你也可能一辈子都用不到这门课的知识，但是你对这门课的态度却对你大有影响。”

“你这话是什么意思？”他反问道。

坎贝尔回答他说：“我能不能给你一个建议呢？我知道你相当失望，我了解你的感觉，我也不会怪你。但是请你用积极的态度来面对这件事吧。这一课非常非常重要，如果不由衷地培养积极的心态，根本做不成什么事。请你记住这个教训，5 年以后就会知道，它是使你收获最大的一个教训。”

几天以后，坎贝尔知道这位学生又去重修时，真的非常高兴。这一次他的成绩非常优异。过了不久，他特地向坎贝尔致谢，让坎贝尔知道他非常感激以前那场争论。

“这次不及格真的使我受益匪浅。”他说，“看起来可能有点奇怪，我甚至庆幸那次没有通过。”

我们对自己的未来要充满希望，对生活永远要保持积极乐观的态度，要用微笑面对所有困难与挫折！这样才是真正的自己，才是那个永远充满活力，充满激情，充满梦想的晴天！

密特朗死里逃生

记住，当人生的道路陡峭的时候，要保持沉着。

——林肯

法国总统密特朗在第二次世界大战时是抵抗运动的一位领导人，他的化名是“莫尔朗”。他常能奇迹般地越过陷阱，在敌

人的鼻子底下，一次次完成预定的计划。

1942年冬天，密特朗打算越过分界线去办件事，按习惯，一路上他用假身份证，闯过了不少关卡。但是到了穆兰的马德伦车站时，却遇上了大搜查，站在车站检票处的警察仔细地查看他的身份证，并不断地翻阅名册。名册上登记的都是南北两个占领区想冒险越境的危险分子名单。如果对上号，就当场逮捕。密特朗身临险境，神色泰然，警惕地注视着警察一页又一页地翻阅。突然，密特朗在名册上看到了自己的照片，在这千钧一发之际，他镇定自若地观察对方的神态，发现对方并未识破。于是装作若无其事的样子，毕恭毕敬地站在一旁等待。最后，警察对他说：“你可以过去了。”

几个月后，在蒙帕纳斯车站他又一次遇险。密特朗是从昂热乘上火车，到了蒙帕纳斯车站后，刚下火车就被扣留了。经济监督官对他说，要进行经济检查，于是带他到检查处，命令他打开旅行包。在密特朗不慌不忙地打开旅行包之后，经济监督官就动手翻起来。他见包裹里装着一件雨衣，再往下翻，一支左轮手枪露了出来，再下面还有一小瓶酒精和装着一丸氰化物的小匣子。一切都暴露了，怎么办？必须当机立断。密特朗很镇静、沉着，决定在迫不得已的时候再动武。监督官查完后，并无意逮捕他，反而轻声地对他说：“你走吧！可以出去了，我只管搜查走私犯。”这样，密特朗又闯过了一道险关。

木桶能装多少水取决于其中最短的那根木料的长度，人的承受力大小也是取决于当身处困境时对情绪的控制力。

