

舍是一种主动修为，得是一种因缘回报，
舍比得更考验智慧，更考验胸怀。

舍，于人是慈悲，于己得精进，以舍为得，无处不春风

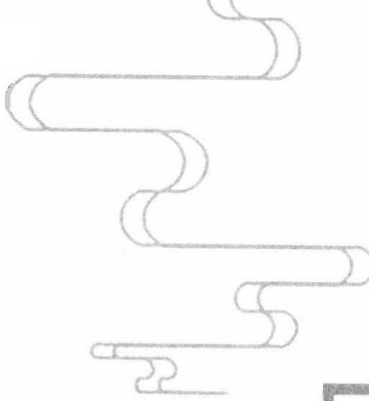
赵世平◎著

舍得

智慧的选择

人生在世，所有的功败垂成，皆在取舍之间

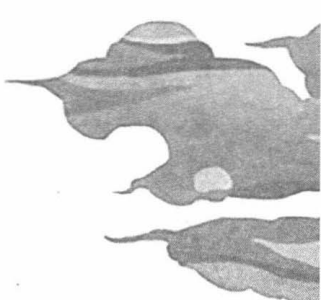
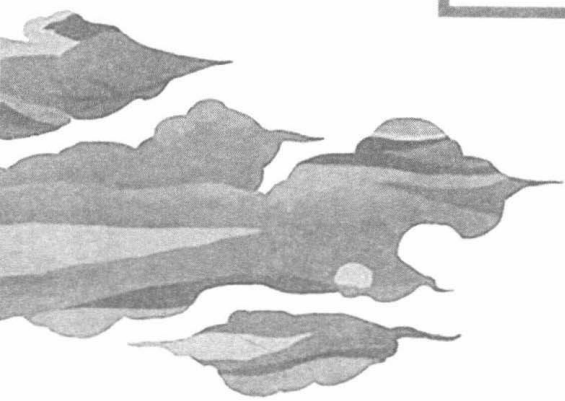
台海出版社



舍得

智慧的选择

赵世平◎著



台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

舍得：智慧的选择 / 赵世平著. —北京：台海出版社，2018.9

ISBN 978-7-5168-2129-9

I. ①舍… II. ①赵… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 224047 号

舍得：智慧的选择

著 者：赵世平

责任编辑：武 波 童媛媛

责任印制：蔡 旭

出版发行：台海出版社

地 址：北京市东城区景山东街 20 号 邮政编码：100009

电 话：010-64041652（发行，邮购）

传 真：010-84045799（总编室）

网 址：www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E-mail：thcbs@126.com

经 销：全国各地新华书店

印 刷：香河利华文化发展有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误，请与本社联系调换

开 本：710mm×1000mm 1/16

字 数：217 千字 印 张：15

版 次：2019 年 1 月第 1 版 印 次：2019 年 1 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5168-2129-9

定 价：39.80 元

版权所有 翻印必究



前言

著名作家贾平凹说：“会活的人，或者说取得成功的人，其实懂得了两个字：舍得。不舍不得，小舍小得，大舍大得。”树木舍弃灿烂夏花，得华实秋果；鸣蝉舍弃外壳，得自由高歌；壁虎临危弃尾，以保全生命；溪流舍弃自我，得以汇入江海；凤凰舍弃生命，得以涅槃重生。人舍享乐安逸，得辉煌成就；舍贪欲物质，得心灵安宁；舍人云亦云，得独辟蹊径……“舍”与“得”看似对立，实则统一，古今人物成就事业、家庭、感情无不是“舍中有得，得中有舍”。人生唯有懂得了舍的人生大智慧，才能够将自己的人生经营得有声有色，才能拥有成功而幸福的生活，从而使人生更为精彩和快乐。

舍得是一种从容生活的心态，是一种快乐生活的哲学，是一种超脱生活的境界，是一种自在生活的禅悟，更是一种处世与做人的艺术，是东方禅意中的超然状态，更是智者的一种必然选择。人们只有在舍得之间，才能悟出人生的真谛，才能尽享舍与得所带给他们的人生快乐和成功，正所谓“舍得之间，和谐之美”。可以说，随着时光的流转，“舍得”已成为饱含中国传统文化精髓的人生禅理，懂得人生、懂得生活的人，便懂得“舍得”。

《舍得：智慧的选择》围绕“舍与得”这两个似乎人人熟悉，却又难以参悟透彻的命题进行了全面系统的探讨，希望能够对读者有所启迪，对大家的生活、工作、事业、家庭、人际等方面有所助益。全书哲

理深邃，寓意深远，结合富有说服力的小故事，将舍与得的智慧娓娓道来。从不同的角度、不同的方向，为读者提供一种健康智慧的人生心态，一种正确的哲学态度，一种走向幸福与成功的方法，让你能够更好地享受生活，经营好自己的人生。

本书教给你正确取舍的人生智慧之心，让你在迷茫中摆正心灵的方向盘，让你在忙碌的生活中找到心灵休憩的港湾，让你在人生的这条长河中掌控自己的航舵，在烦恼的时候教你从容，在失意的时候让你振奋，在焦躁的时候获得平静，在失落的时候获得心灵的慰藉，在纠结的时候获得释怀，在迷茫的时候找到希望的灯火，让你远离生活中的一切扰乱我们内心的烦杂和喧嚣，领悟到生命的真谛，体味到切实存在于我们周围的快乐和幸福，获得洒脱和惬意的人生！

希望本书能让生活在忙碌、烦躁的生活中的你，得到一丝安宁和清凉，让你的生活不再充满迷茫、忧虑和烦恼，让你的人生焕发光辉，最终成为一个快乐、幸福的人！

第一章 欲得先舍，舍得是一种生存智慧 001

1. “得”是一种本领，“舍”是一种智慧 / 002
2. “得”其实就在“舍”的那一瞬间 / 003
3. 及时舍弃，是一种生存策略 / 005
4. 将欲取之，必先舍之 / 008
5. 人生不过是一得一失的不断重复 / 009
6. 先“舍”后“得”，成功之道 / 011
7. “得”即为“失”，“失”即为“得” / 012
8. 勇于舍弃“眼前”，才能着眼未来 / 013
9. “舍”表面上是给别人，实际上是给自己 / 015
10. 懂得“舍”，才能让人生不留遗憾 / 018

第二章 懂得选择，舍弃后面有大“得” 021

1. 在取得之前，要先学会付出 / 022
2. 成功就是正确的取与舍 / 024
3. 世界上没有一件事情是永恒的 / 026
4. 别在得与失之间徘徊 / 029
5. 得失寸心知：舍弃成败中的心理障碍 / 031
6. 学会放下，问题便迎刃而解 / 032
7. 塞翁失马，换个角度看得失 / 034
8. 不因得失而喜悲 / 036
9. 理性权衡舍与得：舍要理智，得靠智慧 / 039
10. 挫折铸就辉煌，不幸酿造坚强 / 041
11. 帮助他人，便是帮助自己 / 044

12. 给他人留后路，就是给自己留后路 / 047

13. 接纳事实，为失去的心存感恩 / 049

第三章 懂舍善得，舍得是一种处世方略 051

1. 仇恨是重负：学会放下，便是让自己解脱 / 052

2. 放下过往的怨恨和不幸 / 054

3. 坦然面对人生的得与失 / 057

4. 智者淡然看待得失，愚者为名为利所累 / 059

5. 要拿得起，更要放得下 / 061

6. 舍弃愤怒，别给自己套上枷锁 / 063

7. 感激你的敌人，最高贵的复仇是宽容 / 065

8. 别抱怨命运，命运根本不知道你是谁 / 066

9. 放下计较，流言止于智者 / 068

10. 学会宽容，得理也须让三分 / 070

11. 舍弃杂念，别自我设限 / 072

第四章 进退有度，方圆有道，在舍得之间彰显智慧 075

1. 勇于舍下“我”，是舍得的大境界 / 076

2. 学会示弱，方能成为强者 / 078

3. 聪明反被聪明误，人生难得是糊涂 / 080

4. 成事要先学会忍气吞声 / 083

5. 曲则全，巧用曲线原则处世 / 085

6. 方圆有道：既要坚持原则，又知随机应变 / 087

7. 吃亏是福，舍小求大 / 089

8. 智慧取舍：把握好坚持与变通的尺度 / 092

9. 学会“装”糊涂，只知道该知道的 / 094

10. 进退有度，走好“下坡”路 / 096

第五章 摒弃贪欲，在舍与得之中求安乐 099

1. 欲望是烦恼和痛苦的根源 / 100

2. 别让心灵承载太多的负担 / 102

3. 抓住该抓住的，放下该丢弃的 / 104

4. 快乐源于一颗知足的心 / 106

5. 放下虚荣，善待自己 / 109
6. 别做欲望的傀儡，上演木偶人生 / 111
7. 舍弃贪念，得到快乐和幸福 / 113
8. 抓得越紧，失去就越多 / 115
9. 时时修剪心中的“欲望” / 117
10. 别透支你的“生命银行” / 119

第六章 纵横职场，在舍与得中寻平衡 123

1. 适合自己的才是最好的 / 124
2. 先付出，才可能有回报 / 126
3. 归零心态，每天淘汰自己 / 128
4. 工作中要及时倒掉鞋里的“沙粒” / 131
5. 应付工作，其实应付的是自己 / 133
6. 别被薪水“捆绑”，要与业绩“叫板” / 135
7. 人生需要做好“加减乘除法” / 137
8. 舍弃苛求，别给心灵戴上沉重的枷锁 / 141
9. 不必事事都追求完美，学会悦纳不完美的自己 / 144
10. 别让工作成为人生的负累 / 146
11. 舍弃急躁，从容地面对工作 / 148

第七章 决胜商场，舍与得是成功的黄金法则 151

1. 舍弃浮躁，一生只做一件事情 / 152
2. 不患得患失：危机时刻，要有决断的魄力 / 155
3. 你要“全力以赴”而非“尽力而为” / 156
4. 舍弃偏执，善于借用他人的智慧 / 159
5. 斩断自己的退路，才能更好地赢得出路 / 161
6. 勇舍“过去”，别让痛苦羁绊了你的步伐 / 163
7. 人弃我取，勇创新路 / 165

第八章 情感密码，舍得是朵解语花 169

1. 只有懂得给，才能有所收 / 170
2. 想抓住爱，先经营好自己 / 172
3. 舍弃控制，经常给爱放放风 / 174

4. 舍弃苛求，学会接纳伴侣的不完美 / 176
5. 相濡以沫，不如相忘于江湖 / 178
6. 放下过去，才能拥抱幸福 / 180
7. 当爱情走远时，请潇洒离开 / 182
8. 别将婚姻变为圈禁爱人的“围城” / 184
9. 不要背负婚姻失败的伤 / 186

第九章 活在当下，珍视眼前的幸福

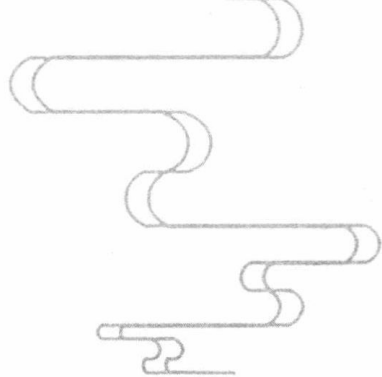
189

1. 握住当下，你便握住了人生 / 190
2. 舍弃忧虑，珍惜生命的每一个刹那 / 192
3. 舍弃冗杂，人生只以活着为目的 / 194
4. 别预支“明天”的烦恼 / 196
5. 莫为“过去”而感到悲伤 / 198
6. 人生的意义在于过程 / 201
7. 活在当下的意义在于随心、随性 / 203
8. 惜取眼前，珍惜自己所拥有的 / 204

第十章 不比较，不计较，必然多助多福

207

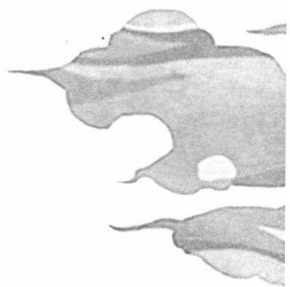
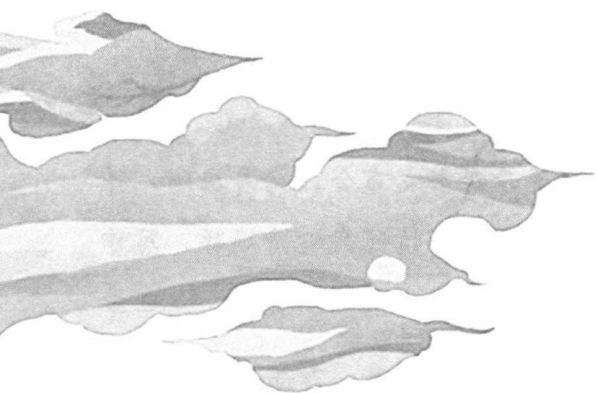
1. 用嘴巴去抱怨，不如用心态去改变 / 208
2. 不必让人人都对你满意 / 210
3. 学会宽容、豁达，少些计较 / 212
4. 不要去羡慕他人，守住自己所拥有的 / 215
5. 不要去攀比，你有你的精彩 / 217
6. 不要将生命浪费在语言的纠葛中 / 219
7. 舍弃面子，别给自己找“罪”受 / 221
8. 心有多大，世界就有多广 / 223
9. 克制愤怒不生气 / 225
10. 个人得失少计较，做心灵的主人 / 228



第一章

欲得先舍，舍得是一种生存智慧

取是一种本事，舍是一门哲学，没有能力的人取不来，没有通悟的人舍不得。漫漫人生之路，如何正确地对待取舍，值得细细地思量。有得必有失，有失必有得，人生就是这样一个得与失的过程。舍得是选择、舍得是承担、舍得是忍耐、舍得是智慧、舍得是痛苦、舍得是喜悦、舍得更是一种艺术。如果你真正把握了舍与得的机理和尺度，便等于获得了一种生活的大智慧，等于把握了人生的钥匙和成功的机遇。



1. “得”是一种本领，“舍”是一种智慧

“得是一种本领，舍是一门处世智慧，没有能力的人得不到，没有通悟的人舍不得。”有得必有失，有失必有得，人生就是这样一个得与失相互交替的过程。如何进行取舍，确实值得我们细细思量，只有那些懂得舍得之道的人才能与快乐和幸福长相伴。

舍得舍得，不舍不得，有舍才有得。舍得，便是人人为我，我为人人的人生境界。

同时，舍得也是一种时间的转换，精神与物质的交流，人情和礼节的传达，是物质世界的“流通”。人生无不是一舍一得的过程，那些成功者，无不是悟透了“舍得”的奥妙才取得了非凡的成就的。大舍大得，不舍不得，小舍小得，“得”是一种本领，而“舍”则是一门处世的智慧。万事万物须在舍得之中，才能达到和谐、统一。所以说，你若真正把握了舍与得的机理和尺度，就等于把握了人生的机遇和成功之门的钥匙。

有一位著名的作家，每天都觉得自己异常烦恼和痛苦，总静不下心来去创作出更好的作品。于是，他就向智者求教。

作家问道：“我很困惑，为什么自己在成功之后感受不到丝毫的快乐，越来越觉得痛苦和疲惫呢？”

智者问道：“你每天都在忙些什么呢？”

作家答道：“我每天从早到晚都在忙着开新书发布会，忙着应酬，并且到处做演讲，还接受各种媒体的采访……这些事情使我心情烦躁，写作已经完全成为我生活中的一种沉重的负担，觉得自己太过辛苦了，心也劳累不止！”

智者就转身打开身后的衣柜，对作家说道：“在这一生之中，我收藏了许多漂亮的衣物，你试着将它们穿在身上，你就会明白了。”

作家疑惑地说道：“我身上穿着合身的衣服，为何要穿这些不合适的呀！如果我能够将这些衣物都穿在身上，一定会沉重异常，会难受十足的。”

智者回答：“你也明白其中的道理，但是为何要来问我呢？”

作家感到莫名其妙，随口又问道：“您所说的话，我有点不大明白，您能说得更明确一些吗？”

智者接过话来说道：“你身上的衣服已经很合身，倘若让你穿上这些不合身的衣服，你就会感到沉重无比。你只是一个作家，为何要去做一个演讲家和交际家，这不是自讨苦吃吗？”

作家顿悟道：“原来每个人只有做自己应该做的事情，不为尘世的欲望所缠绕，才能获得轻松和快乐啊！”

从此之后，作家就毅然辞去了不必要的职务，推掉了不必要的应酬，潜心开始写作，最终达到了人生创作的高峰，并且再也没有感到丝毫的疲惫和烦躁，生活也变得轻松和快乐了许多。

由此可见，舍得舍得，必须有舍才有得，人生在世，有诸多的东西是需要放弃的。放弃了名与利的缠绕，才能活得轻松，获得自己真正所追求的。

可以说，“舍得”二字包括了人生全部的真知，它既是一种生活的哲学，更是一种做人与处世的艺术，是一种境界，是一种自律和大度，更是一门学问，懂得这门学问的人，才会在一种平和自由的心境中感受人生的幸福。

2. “得”其实就在“舍”的那一瞬间

人生在世，功败垂成，皆在取舍之间。“得”其实就在“舍”的那一瞬间。舍得守护，得到爱情；舍得付出，得到财富；舍得虚名，得到洒脱；舍得计较，得到幸福；舍得微笑，获得和谐。

从前，有一位国王很喜欢打猎。有一次在追捕猎物时，不幸弄断了一

截食指。国王剧痛之余，立刻召来一位富有智慧的大臣，征询他对意外断指的看法。智慧大臣轻松自在地对国王说，这是一件好事情，并请国王往积极的方面去想。

国王闻言大怒，以为智慧大臣在幸灾乐祸，即命侍卫将他关进监狱之中。

待国王的断指伤口愈合之后，国王又兴冲冲地忙着四处打猎，不幸却被丛林中的野人活捉。

依照野人的惯例，必须要将活捉的这队人马的首领献祭给他们的神。祭奠仪式刚刚开始，巫师发现国王断了一截手指，而按他们部族的律例，献祭不完整的祭品给天神，是会受到天谴的。野人连忙将国王解下祭坛，驱逐其离开，另外抓了一位大臣献祭。

国王狼狈地回到朝中，庆幸大难不死。忽而想起智慧的大臣曾说，断指是一件好事情，便立刻将他从牢房中释放出来，并当面向他道歉。

智慧大臣还是保持他的积极态度，笑着原谅国王，并说一切都是好事。

国王不服气地质问：“说我断指是好事情，如今我能接受；因我误会你而将你关进牢中受苦，这难道也是件好事情吗？”

智慧大臣微笑着说：“臣在牢中，当然是好事。陛下不妨想想，如果臣不在牢中，那么，今天在祭坛上的大臣会是谁呢？”

这个故事告诉我们，失去则是另一种获得，“得”往往就在“舍”的那一瞬间。王昭君舍弃了锦衣玉食的宫廷生活，踏上了黄沙漫天的西域之路，却得了天下的太平与后世的无限赞美；祝英台舍弃了世间的一切繁华，化作一只蝴蝶，却得了海枯石烂和天长地久的爱情；李白舍弃了富贵，却留住了“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的傲骨……他们舍弃了功名、地位，甚至是生命，获得的却是更为珍贵的生命的升华。

所以，生活中，当你失去的时候，请不要悲伤和沮丧，你会发现，你也有所收获；当你得到的时候，也请你不要得意骄傲，也许你已经

为这份收获失去了什么。不管舍还是得，我们都要有一个平和的心态，因为上帝是公平的，世事是有因果的，舍也好，得也好，我们都应该微笑着面对，坦然地接受！

面对舍与得的抉择，是一种生活的智慧。在纷繁的生活中，适当地舍弃是必须的。当然，舍弃并不意味着放弃，而在于将来更高层次的获得。正确的舍弃有助于我们更好地获得，不仅是为了自身的“得”，更是为了大家的“得”。一味地盲目地追求“得”，到头来只会得不偿失。把握好“舍”与“得”，是一种心境，更是一种智慧。

3. 及时舍弃，是一种生存策略

学会取舍是一门学问，是一门生存艺术，它的价值似足色的黄金，永远不会贬值。与它为伴，便是与智慧为伴，与成功为伴。把握每一个“取舍”的时机，在懂得取舍的同时，便能体会到人生的真谛。

在非洲纳米比亚沙漠的南部，几乎从来不下雨，并且酷热难耐。干旱、酷热的环境，让生命望而却步，但是，这里有一种树木却能不屈地生长。

因为沙漠里没有其他的树木生存，这些树木就常常被土著人砍伐，掏空后做成箭袋，所以它们被称为箭袋树。箭袋树用了许多办法去贮存水分。

箭袋树的叶片覆盖着一层厚厚的外皮，而且皮孔的数目极少，以便将水分蒸发降到最少。同时，它们又在树枝上面覆盖了一层明亮的白色粉末，用来反射阳光。

但是，这些办法还是远远不够的，箭袋树要生存，就要呼吸，要呼吸就不可避免地要产生水蒸气，水分一旦蒸发，它们则必然会干枯而死。

从理论上来讲，箭袋树必死无疑，但是在沙漠中却仍旧可以看到箭袋

树坚强挺立的身影。人们对这个有悖常理的结果惊叹不已，并终于发现了它们死中求活的秘诀——截肢。

每到干渴欲枯、生死攸关之际，箭袋树就会突然自断肢体，无数正在生长的枝叶，纷纷断离树干，这些伤口会被立即牢牢封闭，只留下刀削般平滑的疤痕，向人们展示着生命的坚强与壮美。

热爱生命的最高境界，应该是懂得去牺牲，去割舍生命中的某些部分，以获得长久的生存，这是一种舍小取大的生存智慧。

及时舍弃是一种光，一种耀眼的智慧之光。人生是在一次次的抉择中度过的，面临抉择，如何取舍，往往扰人心扉。可我们又不得不对其做出取舍，因为这些抉择往往决定着我們今后的人生旅途。因此，当我们徘徊在进退两难的境地时，正确的取舍就显得极为重要了。

亚伦·拉斯顿是美国阿斯彭市一位登山爱好者，他原本毕业于美国匹兹堡卡内基·梅伦大学，毕业之后在美国著名的软件开发公司上班。

有一次，亚伦·拉斯顿突发奇想，想去登美国的麦金利山。但是公司却拒绝给他假期，拉斯顿在一怒之下便离开了公司。后来，他来到了阿斯彭市的登山车商店工作，这下他便有了许多登山和探险的机会。

当然，这让人觉得他是个疯子，登山又不能当饭吃，舍弃那么好的工作去登山，让人觉得有点得不偿失。但拉斯顿却乐此不疲，他觉得征服一座又一座的山峰，是他的梦想。

为了热身，在2003年4月的一天，27岁的拉斯顿独自来到犹他州东南150英里处风景绝美的蓝约翰峡谷进行登山探险。但是，令他无法想象的事情发生了。拉斯顿出发的时候，因为没有带登山探险装备，只有必不可少的一辆轿车、一辆山地自行车、一个急救包、一根登山索、一把几厘米长的袖珍小折刀和一天的干粮。鬼使神差的是，他没带手机。

当他在攀过一道三英尺宽的峡缝时，一块巨石阻挡住了他的去路，拉斯顿试图将这块巨石推开，巨石摇晃了一下，突然猛地向下一滑，将拉斯顿的右手臂活生生地夹在了旁边的石壁上。在钻心的剧痛下，拉斯顿使

劲用左手推动巨石，希望能将自己的右臂抽出来，然而石头仿佛生根一般纹丝不动。在做了无数次的努力后，筋疲力尽的拉斯顿终于知道，单凭自己一人是绝不可能推动石头了，重要的是保存精力等待别人来救援。可是，拉斯顿在蓝约翰峡谷里一等就是三天，蓝约翰峡谷别说是人，就连鸟的影子也看不到。拉斯顿天天以喝水度日，等到第四天的时候，他水壶里的最后一滴水也没有了。

第五天早晨，他饥肠辘辘、浑身无力地从断断续续的睡眠中醒来时，终于明白，他所在的地方太过偏僻，人迹罕至，即便有人知道他失踪报警，救援人员也不可能找到这个地方的。他想着，也许除了他自己之外，没有任何人来相救了。最终，拉斯顿决定给自己的右臂实行截肢。他忍受着钻心彻骨的剧痛，用刀子在自己的右臂前肘处一下下地割起来。

鲜血大量地涌出，染红了压住他右臂的巨石，并流淌到地面。也不知道过了多长时间，最后，拉斯顿的右臂终于被切断了。由于大量失血，拉斯顿差点晕厥，然而，他仍从身旁的急救箱中取出杀菌膏、绷带等物，给自己被切断的右臂做紧急止血处理。

流血止住后，他开始徒步走出峡谷。拉斯顿被困之处是一个陡峭的岩壁，距峡谷底部足有25米的高度，上来容易下去难，尤其是在刚切断一只手臂之后。不过这也没有难住他，拉斯顿用登山锚将一根绳子固定在岩壁上，他就用一只左手抓住绳子顺着岩壁滑了下去。在下山的路上，拉斯顿看到了他的山地自行车，但他根本不可能再骑着它下山了。

在跌跌撞撞走出大约七英里后，两名登山者终于发现了他，并立即通过手提电话报警。不久，一架救援直升机赶到。当直升机飞行12分钟到达莫阿布市的艾伦纪念医院时，拉斯顿坚持自己走下飞机，走进医院的急救室。在对伤口做了一些紧急处理后，拉斯顿又被直升机送往了科罗拉多州大强克逊市的圣玛丽医院。

面对生与死的考验，拉斯顿在艰难的抉择中做出了取舍。他用行动向我们阐释了这样一个简单又绝对的真理：有舍必有得。万事万物皆是如此。人一生中面临着诸多的选择，而选择的前提就是舍弃，舍

弃的正确，即是选择的成功。在人生许多关键的时候，唯有敢于舍弃，才能把握住获取长远利益的机会。

所以，在人生的每个阶段要做出抉择的时候，请认真深刻地想一想，什么才是你应该做的，什么才是你真正所需要的。走好每一步，做好每一次取舍，你的人生才能不留遗憾，才不会有愧疚。

4. 将欲取之，必先舍之

星云大师说：“舍，于人是慈悲，于己得精进，以舍为得，无处不春风。”人生的一切，无不是在“舍得”中见智慧，唯有在“舍得”中感悟人生，才能得到解脱，快乐才能相伴一生。

人生百年，不过在舍得之间。孟子曰：鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也，二者不可兼得。鱼和熊掌代表着一些事物，如果想兼得，很可能到头来会一无所有。若是想得，必要能舍，或舍欲望而得快乐，或舍权位而得自由，或舍劳碌而得清闲。很多时候，人们因为贪心不足，只想获得，舍不得放下，结果不仅让自己劳累不堪，还两手空空，徒增烦恼和伤悲。

舍得是人生的一门哲学，就如同下棋一般，虽然暂时能舍弃小的利益，最终却可能会得到更多的实惠，进而赢得全局。如果一味地贪求，不懂得舍弃，很可能将自己引入死局之中。

在艾尔基尔地区，有一种猴子会经常到山下的农田中去祸害庄稼。其实，这些猴子也是为了维持生计才不得已到农田中去偷庄稼的，它们也是为了活命，为了能给自己多储备点粮食。

农民们为了保护庄稼，发明了一种极为特殊的捕捉猴子的方法：在一个细瓶颈大口的瓶子中放一些玉米，这个瓶子的颈刚好能够让猴子的爪子伸进去，但是当猴子一旦爪子中拿着玉米擦上拳头就出不来了。

利用这个方法，农民们捕到了很多猴子。每晚他们都将这样的瓶子放