

舍得

成就一生的哲学

激阳◎编著



学会人生中的取舍艺术
悟出舍与得的哲学道理

树舍灿烂夏花，得华实秋果；鸣蝉舍弃外壳，得自由高歌；壁虎临危弃尾，得生命保全；溪流舍弃自我，得以汇入江海；凤凰舍其性命，得以涅槃重生。人舍墨守成规，得别具一格；舍人云亦云，得独辟蹊径。

舍得不仅是生活中的哲学，也是人们为人处世的大智慧，更是一种境界。舍得，有舍必有得，有得必有失。小舍小得，大舍大得，有舍有得，不舍不得。于舍得中见智慧，在舍得后感悟人生。



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

舍得

成就一生的哲学

微阳 编著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

舍得：成就一生的哲学/微阳编著.—北京：北京联合出版公司，
2013.5

ISBN 978-7-5502-1567-2

I.①舍… II.①微… 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(2013)第 110836 号

舍得：成就一生的哲学

编 著：微 阳

责任编辑：史 媛

封面设计：异 一

版式设计：王明贵

责任校对：邹 蒙

美术编辑：北京东方视点数据技术有限公司

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

三河市中晟雅豪印务有限公司 新华书店经销

字数 460 千字 787 毫米×1092 毫米 1/16 25.5 印张

2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-1567-2

定价：29.80 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。电话：010-58815821

前言

一代高僧弘一大师曾说：“舍得，舍得，有舍才有得。”著名作家贾平凹也曾说过：“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。”关于舍得，佛家认为：舍就是得，得就是舍，如同“色即是空、空即是色”一样；道家认为：舍就是无为，得就是有为，即所谓“无为而无不为”；儒家认为：舍恶以得仁，舍欲而得圣；而在现代人眼里，“舍”就是放下，“得”就是成果。所以，舍与得虽是反义，却是一物的两面，相伴相生，相辅相成。

古人说：“相由心生，烦恼皆自添，若为舍不得，又怎寻快乐？”为利所扰，舍不得而忧；为情所困，舍不得而痛。然而，世间很多人因为贪欲迷心，只想“得”，而忘记了前面的“舍”。只想得、不想舍的人，结果可能是失去一切。要知道，以舍为得，得从舍处求，方是智慧处世之道！树舍灿烂夏花，得华实秋果；鸣蝉舍弃外壳，得自由高歌；壁虎临危弃尾，得生命保全；雄蜘蛛舍命求爱，得繁衍生息；溪流舍弃自我，得以汇入江海；凤凰舍其生命，得以涅槃重生。人舍墨守成规，得别具一格；舍人云亦云，得独辟蹊径……可见，小舍，只会小得；大舍，才能大得；难舍能舍，方能难得能得。一个人的成就越大，其所要舍弃的也越多。所以说，舍是一门学问，得是一种本事，没有悟性的人舍不下，没有能力的人得不来，只有做到舍与得，才能成就完满的一生。

其实，人生就是一个舍与得的过程，人们常常面临着舍与得的考验。早在两千年前孟子就说过：“鱼，我所欲也，熊掌，亦我所欲也，二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也；生，我所欲也，义，亦我所欲也，二者不可得兼，舍生而取义者也。”人生在世，功过成败，皆在取舍之间；喜怒哀乐，多由“舍”与“得”之间的艰难抉择而生。但万事万物不可能总是十全十美，往往鱼和熊掌不能兼得，所以该舍的时候一定要舍得去“舍”。但“舍得”并非是盲目的，“舍”是有目的地舍弃，“得”是有选择地得到。舍得，并不是纯粹为了舍弃而舍弃，有时往往为了得到而有必要先放弃，即“将欲取之，必先予之”。正确地取舍有助于我们更好地获得。只有舍掉了该舍的，才有可能得到更多。以舍为得，舍小得大，妙用无穷。懂得了舍得的真义，也就理解了“失之东隅，收之桑榆”的妙谛。你若真正把握了舍与得的机理和尺度，便等于把握了人生的钥匙和成功的机遇。

中国人讲究“退一步海阔天空”，讲究“有舍才有得”，讲究“失之东隅，收之桑榆”，讲究“拿得起和放得下”……古人所总结的人生哲学告诉我们一件事情：人生是可以迂回前行的。学会选择，懂得放弃，生活才能更加从容。学会舍弃，才能卸下人生的种种包袱，轻装上阵，迎接生活的转机，放弃拖累我们的牵绊，我们才可以轻松地走自己的路，才可以登得高、行得远，看到更多更美的人生风景；懂得舍弃，才能拥有一份成熟，才会更加充实、坦然和轻松，让我们对生活中的拥有与失去看得淡泊一点，让自己的生活轻松愉快。如果太贪心，总想得到很多又无法面对失去，那会让你疲惫不堪，并逐渐失去人生的乐趣。星云大师说：“心随境转则不自在，心能转境则无处不自在。”人生，当于舍与得的平衡中寻求和谐完美。拥有了正确的舍得心态，真正地领悟生活，我们才能够把握人生的幸福。



目 录

· 第一章 有一种境界叫舍得 ·

舍得付出，收获快乐	2
舍弃“次好”之后，才能得到“更好”	3
人生之乐：珍惜已拥有的，舍弃不必要的	4
舍一己之利，利人亦利己	5
布施而不求回报	6
患得者得不到，患失者必失去	7
以舍为得	8
因为懂得，所以舍得	9
舍得之间	10
舍得是一种智慧	11
舍了风景得心境	13
我终于读懂了母亲的“凶与狠”	13
爱是不能比的	17
从“拿”到“给”，走向独立	18

· 第二章 懂得珍惜，取舍中感受幸福 ·

若要常乐需知足	24
珍惜今天	25
机会只有一次，请珍惜	26
有今生，无来世，珍惜当下	27
珍惜你爱的人和爱你的人	28
不忘感恩，时时幸福	29



我有一个梦想	30
向往是一种距离	31
不比较，不计较	33
论健康	34
幸福，就是握在手里的那一抹温暖	35
幸福需要自己去争取	36
享受平平淡淡的幸福	37
不妨放低幸福的标准	38
塞翁失马，焉知非福	39

· 第三章 舍弃过去，活在当下 ·

生活在此刻	42
品味现在	43
用阳光心态面对生活	43
活着，要像葵花一样对待一切	45
童年记忆	47
不要为当下创造新痛	49
梦想的勇气——把握今天	50
生活就是“活在当下”	54
专注于眼前的事情	55
珍惜光阴，莫等闲白了少年头	56
别把希望完全托付给未来	57
掩埋过去的伤痕	58
年轻，不是拖延的借口	59

· 第四章 睿智人生，取舍间彰显智慧 ·

选择的智慧	62
视野有多远，世界就有多大	65
生活中的放弃，在于人生的选择	68
学会选择，懂得放弃	69
期望是一回事，下决心是另一回事	75
有所为，有所不为	78
有所放弃更要有所坚守	79

有时，放弃并不意味着失败	81
选择属于你的道路	82
放弃之后，择我所爱	83

· 第五章 成功要敢“舍”陋格，才“得”大格局 ·

糊涂的哲学	86
红包里只有一元钱	88
自由是枷锁中最粗的一条	89
把烦恼写在沙滩上	91
脱下“习惯”的帽子	92
适时服输	93
卑微的力量	94
天下没有免费的午餐	95

· 第六章 进退有数，把握取舍艺术 ·

是天堂，也是地狱	98
人生有三件事不可俭省	100
“后退”的前进	101
智慧的“后退”	102
退步原来是向前	103
前进与退后的哲学	104
进路与退路	105
敢于吃亏才是大赢家	106
十年河东，十年河西	108
退一小步为进一大步	109
勇于承认自身的不足	110
做一株谦卑的稻穗	111
别跟自己过不去	113
学会适应对方	114
挖掘自己的潜能	115

· 第七章 完美生活，舍得才是引路人 ·

百善孝为先	118
-------------	-----



论善·····	119
善良、丰富、高贵·····	120
慈悲心生，蚍蜉颜开·····	121
寄悲悯心于物·····	122
存善念，行善行·····	124
要有一颗善良的心·····	125
用仁爱的肥皂给心灵洗澡·····	126
布施，不是施舍·····	127
心有菩提，结恩不结怨·····	128
慈悲心最美·····	130
孩子，别哭·····	130

· 第八章 让一分山高水长，退一步海阔天空 ·

懂得退让才是享受人生·····	134
话说谦让·····	135
人生因谦恭而优雅·····	136
骄傲需要弯下腰来·····	137
退后一步天地宽·····	138
放下身份，路越走越宽·····	139
傲慢自大是一种能力的溃疡·····	140
暂时的放弃是为了未来更好地获得·····	141
往事如烟，让仇恨随风散去·····	142
爱是一种退让·····	143
不要为小事斤斤计较·····	145
吃小亏，占大便宜·····	146
吃一堑，才能长一智·····	147
亏在利益，赢在人心·····	148
厚道之人必有厚福·····	149

· 第九章 舍得名利，人生才有大境界 ·

淡泊名利，心广志驰·····	152
金钱，不是成功的代名词·····	153
不为虚名所累·····	154
不要只为“面子”而活·····	155

舍弃眼前的利益才有最后的辉煌	156
钱可以用，但不可以浪费	157
金钱与友情、爱情	158
优雅无关金钱	159
金钱琐谈	160
大钱小钱一视同仁	161

· 第十章 先舍后得，为人处世的圣经 ·

度过有意义的生命	164
唯有“用有”，才是真正拥有	176
给人生一个鲜明的意义	177
成长中的 10 个启发	178
生命的柠檬茶	180
换一个角度感悟人生	182
生命本来没有名字	184
谁也不能拥有世界	185
别为打翻的牛奶哭泣	186
用黑色的眼睛寻找光明	187
失败之后需要的是反省	188
不要总为昨天流泪	190
撕掉过去的标签	190
随手关上身后的门	192
珍惜此刻的拥有	193

· 第十一章 放下压力，让昨日止于昨夜 ·

面朝大海，春暖花开	196
用微笑面对生活	196
唱一首简单的歌	198
人生三道坎：生活的压力	199
每个人的幸福都近在咫尺	201
昨天以前都是过去	202
放弃固执，解脱自己	203
微笑，静静地绽放	205
无论你的生活如何卑微	206



失败时，别给自己太多压力	208
别让自己活得太累	209
做最真实的自己	210
不要怕，不后悔	211
保持平常心	212
放下不切实际的梦想	213

· 第十二章 做人要当提起时提起，当放下时放下 ·

淡然的人才会把玩生活	216
得不到和已失去	217
放舍尘根，如自在浮云	218
一切不幸都只是过程	219
一念贪心起，火烧功德林	220
善于放弃是一种智慧	221
人生的真谛	222
心淡如菊	223
不必在意	226
得不到时，放手会更轻松	227
舍，烦恼的消除	228
得，幸福的开端	229

· 第十三章 幸福就在一拿一放之间 ·

幸福是什么	232
迁怒于人只是为自己开脱	233
仇恨是一根不能用力拉扯的橡皮筋	234
谅解是痛苦的止损点	235
人生失意无南北	236
大鸭游大路，小鸭游小路	237
生命在历练中更显美丽	238
永远未完成	239
信心比黄金更可贵	241
好好生活，品味人生，享受幸福	242
退一步海阔天空	244
无限可能从零开始	245

忘却痛苦才能容纳幸福	246
放下就是快乐	247
心安即是福地	248
放下抱怨，处处有禅	249

· 第十四章 爱要适度，攥得越紧漏得越快 ·

有一种爱情，隔岸观火	252
缘起缘灭还自在	253
换一种方法爱你	254
放手的美丽	255
溺身于情	256
不是得到，就是学到	257
爱——就让他自在地生活	260
朋友在精不在多，来者不拒闯大祸	261
友谊过甜，会有咸涩的味道	262
朋友之间的友情和距离	263
用理智的缰绳驾驭情感	265
婚姻如水，宽容是杯	266
爱的极致是宽容	267
爱需要宽容	268

· 第十五章 善待他人即是善待自己 ·

待人接物如水	270
多疑如迷雾，隔开了心与心的信任	271
感恩别人，其实也在恩惠自己	272
生命中的三种人	273
用微笑点亮人生	274
朋友是永远的财富	276
融化心灵的坚冰	277
交好朋友走好路	278
朋友风雨一起走	279
用真心，换你心	280
不要随意泄露朋友的隐私	281
与朋友分享美好的东西	282



平时多联系，急时有人帮	283
-------------------	-----

· 第十六章 学会宽容，得人心者得天下 ·

以柔克刚，也可登峰造极	286
洁身自好一身清	287
用人唯长，将人放在正确的位置	288
不拘一格的取才之道	289
知人善任，人人皆为我所用	290
上梁正，下梁则不歪	292
领导的推功揽过说	293
欧阳修，为官为文皆优秀	294
戏谈为官	296
我的哲学其实很简单	298

· 第十七章 不为物累，让心灵回归简单 ·

学会做“三不”老板	304
好的管理在于自我管理	305
以德服人的人格魅力	306
千教万教，言传身教	308
有调查，才有发言权	309
简单管理是一种智慧	310
管理的艺术	312
管理的最高境界	314
我能贡献什么	316
简单三则	317

· 第十八章 欲望无止境，知足才能常乐 ·

欲望只可浅尝，不可沉溺	322
繁华过后总是空	323
无尽的欲望让你错过了生命的花期	325
贪心越大，失去越多	326
嫉妒心是一种心魔	327
攀比，只是一场没有营养的较量	328

“够了”的快乐哲学	329
满足，原来藏在付出的怀抱里	330
成功的代价	331
生命的5种恩赐	332
将欲望阻隔在心门之外	334
适合的才是最好的	335
扼制欲望的“邪火”	336
日子不要过得太匆忙	338

· 第十九章 投以木桃，报以琼瑶 ·

为他人提一盏灯笼	340
投以木桃，报以琼瑶	341
锦上添花不如雪中送炭	342
打破吝啬的樊篱	343
在心灵最微妙的地方	344
美言人心三冬暖	346
从一个微笑开始	347
一件小事	348
如歌的友情	349

· 第二十章 看开想开，别让自己太累 ·

神圣的休息日	352
掌握工作与休息之间的脉动	353
书中莲花朵朵开	353
最简单的快乐	355
欣赏路边的风景	356
珍惜人生路上的每一道风景	357
别让自己的心太累	357
闲暇的伟力	358
留下思考的时间	359
前方	361



· 第二十一章 先做牛马，再做龙象 ·

在低调中修炼自己	364
让你的敌人都相信你	365
拒绝犯错，就是拒绝成长	365
与人生和解	366
主动吃亏是一种风度	367
人能百忍自无忧	368
爱情中千万别偷懒	369
工作就会有幸福	371
成功之路	373
四字宝典	374

· 第二十二章 放弃平庸，追求卓越 ·

琢磨人生，打造顽石中的美玉	378
专注于心，必有所成	379
人生如局，爱拼才会赢	380
爬得最高的总是那些坚忍的人	381
命运需要勇气来面对无常变幻	382
以奋斗精神，迎接雷霆与阳光	383
放弃平庸的意识	385
从工作中找到兴趣	386
用自强改变平庸	388
用梦想创造奇迹	389
苦难是告别平庸的垫脚石	390
浪费时间是最大的平庸	391
把握细节，告别平庸	392

第一章

有一种境界叫舍得





舍得付出，收获快乐

人生永远都是有失才有得的，没有付出的人将一无所得。只要有所付出，哪怕只是微不足道的，得到的也会是付出的好几倍。所以，希望快乐的人，千万不要吝啬自己小小的一点付出，而让快乐离你而去，因为付出是快乐的前提。

即使你拥有金钱、爱情、荣誉、成功，你可能还是不会觉得快乐。快乐是人生的至高追求，只有给予和付出，才能实现这一追求。因为付出本身就是快乐，付出的人也是最幸福的人。学会付出是光辉灿烂人性的体现，同时也是一种处世智慧和快乐之道。

《麦琪的礼物》是美国作家欧·亨利写的一篇有趣的文章。它主要讲述了圣诞节的前一天，住在公寓里的贫穷的德拉想给丈夫吉姆一个惊喜，可是她只有 1.87 美元，她知道这点钱根本不够买什么好的礼物，于是她把引以为自豪的褐色瀑布似的秀发剪下来卖掉，换来了 20 美元。找遍了各家商店，德拉花去 21 美元，终于买到一条朴素的白金表链，这可以配上吉姆的那块金表。而吉姆也想给妻子一个惊喜，他同样卖掉了引以为自豪的金表，买了德拉羡慕渴望已久的全套漂亮的梳子作为圣诞礼物。

《麦琪的礼物》中的这对年轻夫妇，一个剪掉了头发，换来了一个表链；一个卖掉了金表，买了一套发梳。他们互赠的礼物都变成了最无用的东西，但他们得到了世界上最珍贵的爱，这就足够了。因为付出，所以他们快乐并幸福着。

忙碌的我们，似乎是越来越不快乐了，忧郁紧张充斥在我们身边，让我们几乎难以透气。为什么会忧郁？为什么会绷紧神经？因为，追求功名利禄，已经将我们有限的小小的心占满了，腾不出一方小角落来容纳他人，容纳清风明月进驻心中。只要我们愿意停下脚步，仔细看看身边的人和身边的事，静下心来倾听身旁的声音，关注他人的存在，进而乐于付出善意，我们就可以轻易找回遗失的快乐。

事实上，快乐和幸福不能靠外来的物质和虚荣，而是要靠自己内心的高贵与善良。善良是生命中稀有的珍珠，善良的人才能真正伟大。从一个表情、一句问候、一个眼神、一件小事开始，学会付出，善意地看待这个世界。一句善言，万两黄金难求。心存善念，学会给予和付出，快乐、幸福和丰收就会时时与我们相伴。