

平 淡 沉 稳 、 从 容 自 若 的 心 态

选择与放弃是一个人的立世之本

学会选择 懂得放弃

全集

放弃是一种智慧。放弃是一种清醒。人生是复杂的，
有时又很简单，
甚至简单到只有取得和放弃。应该取得的完全可以理直气壮，不该取得的则当毅然放弃。

金一达/编著

选择，是量力而行的睿智和远见，学会选择就是审时度势，扬长避短把握时机。

放弃，是顾全大局的果断和胆识，

学会放弃，才拥有一份成熟，才会活得更加充实，坦然和轻松。

Learn how to choose and give up

国家行政学院出版社

平 淡 沉 稳 、 从 容 自 若 的 心 态
选择与放弃是一个人的立世之本

学会选择 懂得放弃

全集

放弃是一种智慧。放弃是一种清醒。人生是复杂的，
有时又很简单，
甚至简单到只有取得和放弃。应该取得的完全可以理直气壮，不该取得的则当毅然放弃。

金一达/编著

Learn how to choose and give up

国家行政学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

学会选择 懂得放弃全集/金一达编著. —北京: 国家行政学院出版社, 2006

ISBN 7 - 80140 - 487 - 4

I. 学... II. 金... III. 人生哲学—通俗读物
IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 045918 号

书 名 学会选择 懂得放弃全集
作 者 金一达
责任编辑 聂笃克
出版发行 国家行政学院出版社
(北京市海淀区长春桥路 6 号 100089)
电 话 (010) 68920640 68929037
经 销 新华书店
印 刷 中国电影出版社印刷厂
版 次 2006 年 6 月北京第 1 版
印 次 2006 年 6 月北京第 1 次印刷
开 本 787 毫米×1092 毫米 16 开
印 张 16
字 数 220 千字
书 号 ISBN 7 - 80140 - 487 - 4/B · 11
定 价 25.80 元

放弃也是一种选择

Fangqi Yeshi Yizhong Xuanze

学会选择，更要懂得放弃，是一条通往成功的必经之路，因为放弃是明智者的选择。选择是明智者对放弃的诠释，放弃是选择的跨越，学会了选择和放弃才拥有了一份成熟，懂得放弃机会的胆识有时比选择机会更重要。

在瞬息万变的现实社会里，更需要人们保持一种平淡沉稳、从容自若的心态。远离浮躁，从容选择，是一个现代人适应社会环境的基本要求。因此，选择与放弃是一个人的立世之本，但并非每个人都能做到，成功与否，要看我们能否合理取舍。

放弃是一种智慧。放弃是一种清醒。人生是复杂的，有时又很简单，甚至简单到只有取得和放弃。应该取得的完全可以理直气壮，不该取得的则当毅然放弃。取得往往容易心地坦然，而放弃需要巨大的勇气。若想驾驭好生命之舟，每个人都面临着一个永恒的课题：学会放弃！

人生的意义，在于生命的和谐。为了这个和谐，我

们可以放弃和追求。在放弃与追求的反反复复中，我们认识了生命，懂得了生命，也更加热爱生命。人生就是在这对矛盾中前行的。

选择，是量力而行的睿智和远见，学会选择就是审时度势，扬长避短把握时机。放弃，是顾全大局的果断和胆识，学会放弃，才拥有一份成熟，才会活得更加充实，坦然和轻松。人生如戏，每个人都是自己生命惟一的导演只有学会选择和放弃的人，才能彻悟人生，笑看人生，拥有海阔天空的人生境界。

懂得放弃才能学会选择，学会选择，更要懂得放弃，因为优胜者才会做到，如果不做到只有做被淘汰者，为此，人生的一切都离不开去选择，去放弃。

目 录

第一章 做人的选择与放弃	001
成功者选择的四大方略	003
选择先成家还是先立业	006
选择改变自己还是改变别人	007
如何根据气质选择人生	008
自我选择的苦恼与快乐	011
不轻易放弃，才能发现更多的机会	013
选择走自己的路	015
人生选择不能脚踩两只船	017
承诺一个都不能放弃	019
抓牢人生的“第二春”	022
洁身自好放弃诱惑	024
不弃不得而大弃大得	026
人生必须要学会放弃	029
节制欲望不放纵	031
人非圣贤而孰能无过	032

凡事要有回旋的余地	034
不要太在乎别人的“眼光”	036
做事不可能面面俱到	037
做人就是苦中作乐	039
别让自己活得太累	043
贪多求全要不得	047
遇事不妨退一步	048
凡事不可太计较	050
人生以退为进的诀窍	053
为人处世贵在见好就收	055

第二章 社交的选择与放弃 057

与人相处的放弃艺术	059
择友就择诤友	060
三教九流择其善	062
不要刻意地结交社会名流	064
适应上司而平步青云	065
在公司里切勿“交浅言深”	068
该喊的时候就得喊	071
与人相交要不愠不火	072
一见如故要适度远之	075
说“话”听“话”都要有所选择	077
闭口有时是一种明智的坚持	079

给人好处别张扬	081
不要对人太好了	084
与人方便自己方便	086
学会选择学会放弃	087
远离不良的朋友	089
割席而坐，果断绝交	092
如何主动结束友谊	094
不伤感情的绝交术	097
面对仇恨选择宽恕	100

第三章 工作的选择与放弃 103

学会放弃不熟悉的行业	105
报考大学要考虑周全	107
选择“冷门”也是创意	112
人弃我取，也能创造奇迹	115
得到的比失去的更可贵更美好	118
以低头实干的业绩回击批评	121
必要时应果断进行行业转换	122
不做减弱生命储备的事情	123
想升职莫做6种人	125
成功的选择结果	127
失败是自己的一种感觉	129
放弃与跳槽有何关系	132

第四章 赚钱的选择与放弃 135

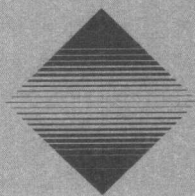
- 选择致富的方法 137
- 行业选择的禁忌 139
- 不要怀疑自己的判断力 143
- 从赚小钱开始突破 146
- 从“门外汉”到“门内汉” 149
- 股市浮沉说放弃 152
- 运气不是凭空而来的 154
- 捕捉生意贵在独具慧眼 160
- 做生意不能一次赚足 162
- 用力与用智的技巧 164
- 创新是商场不败的法宝 166
- 经商不能没有戒备心 169
- 获得别人所无法企及的财富 171
- 求同存异力求双赢 173
- 吃小亏占大便宜 179
- 冲出亚洲而挑战世界 181

第五章 爱情的选择与放弃 185

- 爱需要选择不要放弃 187
- 爱情无需刻意把握 189

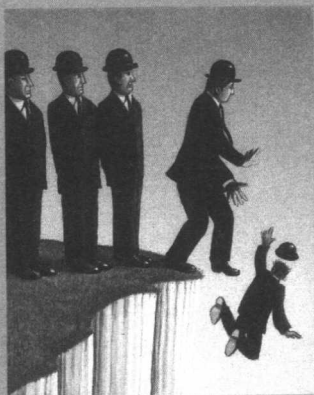
相爱不计贫富贵贱	190
追求平淡婚姻中的情趣	192
放弃爱情的艺术	194
婚姻中两人个性不合是正常	197
不要太强求感情的专一	200
尴尬婚姻是放弃还是忍受	201
婚姻是一种有缺陷的生活	203
修补婚姻胜过摧毁婚姻	205
后悔不是真正的英雄	206
6个简易方法助你们言归于好	207
第六章 成功的选择与放弃	211
选择自己的幸福	213
选择积极的生活动力	216
相信自己一定能干大事	218
成功必须舍得放弃	219
不同的人选择不同的路	221
如何驱散过多的目标	222
获得以放弃为前提	225
执著与放弃的勇气	227
挫折是一道小坎	230
挑战自我弱点成就事业	232
成功的秘诀——自己决不放弃	234

成功之后的得与失	235
失败是成功之母	237
充满斗志的不败人生	238
成功取决于缺陷	240
决不肯轻言放弃	242



第一章

做人的选择与放弃



成功者选择的四大方略

1. 选择好你的方向

“如果你不知道自己的方向，你就会谨小慎微，裹足不前。”

不少人终生都像梦游者一样，漫无目的地游荡。他们每天都按熟悉的“老一套”生活，从来不问自己：“我这一生要干什么？”他们对自己的作为不甚了了，因为他们缺少目标。

制定目标，是意志朝某个方向努力的高度集中。不妨从你渴望的一个清楚的构想开始，把你的目标写在纸上，并定出达到它的时间。莫将全部精力用在获得和支配目标上，而应当集中于为实现你的愿望去做、去创造、去奉献——制订目标可以带来我们需要的真正的满足感。

自己设想正在迈向你的目标，这尤为重要。失败者常常预想失败的不良后果，成功者则设想成功的奖赏。从运动员、企业家和演说家身上，我们屡屡看到过这样的情况。

2. 选择好你的朋友

“结交比你更懂行的人。”

父亲 17 岁时离开北卡罗莱纳州的农场，只身前往巴尔的摩马丁飞机公司求职。在被问到他想做什么工作时，父亲回答说：“干什么都可以。”

他解释说，自己的目标是学会厂里的每一项工作，他乐意去任何一个部门。父亲被录用后，一旦管理员确认他的工作不比别人的逊色，他就提出去另一个部门，重新开始。人事主管同意了



这一不寻常的请求。到父亲年满 20 岁时，他已从这家大工厂脱颖而出，承担起实验方案的攻关，薪水相当不菲。

父亲只要去一个新的部门，总是向经验丰富者请教。而一般的新手通常会避开这种人，生怕靠近他们会使自己看上去像个初出茅庐者。

我父亲向这些人请教他所能想到的每一个问题。他们也很喜欢这个勤学好问的年轻人，就把自己摸索出来的而别的人从未问过的捷径指给他。这些热心人成了我父亲的良师益友。无论你的目标是什么，都要设法跟那些比你更懂行的人接近，把他们作为你努力的榜样，不断调整、改进自己的工作。

3. 选择一个梦想

“成功者不过是爬起来比倒下去多一次。”

成功者与失败者之间最大的区别，通常并不在于毅力。许多天资聪颖者就因为放弃了，以致功亏一篑。然而，成就辉煌的人绝对不会轻言放弃。有人说得好，成功者不过是爬起来比倒下去多一次而已。

有一天我去上班时，碰见了丹尼尔·卢迪——他现在是一位富于鼓动性的演说家。卢迪在伊利诺伊州乔列特长大，从小就耳闻圣玛丽大学的神奇传说，梦想有一天去那儿的绿茵场踢足球。朋友们对他说，他的学习成绩不够好，又不是公认的体育健将，就不要异想天开了。因此，卢迪放弃了自己的梦想，到一家发电厂当工人。

不久，一位朋友上班时死于事故，卢迪震撼不已，突然认识到人生是如此短暂，你很可能没有机会追求自己的梦想。

1972 年，在他 23 岁时读印第安纳州圣十字初级大学。卢迪在

该校很快修够了学分，终于转入圣玛丽大学，并成为帮助校队准备比赛的“童子军队”的一员。

卢迪的梦想很快要成真了，但他却未被准许比赛穿上球衣。翌年，在卢迪多次要求后，教练告诉他可以在该赛的最后一场穿上球衣。在那场比赛期间，他身着球衣在圣玛丽校队的替补队员席就座。看台上的一个学生呐喊道：“我们要卢迪！”其他学生很快一起叫喊起来。在比赛结束前 27 秒钟时，27 岁的卢迪终于被派到场上，进行最后一次拼抢。队员们帮助他成功地抢到了那个球。

17 年后我同卢迪再次相遇是在圣玛丽大学体育馆外的停车场。一个电影摄制组正在那儿，拍一部有关他的生平的电影的外景。卢迪的故事说明：你只要怀有一个梦想，便没有办不到的事。

4. 选择好你的目标

“回顾并更新你的目标。”

及时修改。当你达到了自己的目标，或是向它迈进了一步时，不妨庆祝一下。用你所喜欢的任何方式，来纪念那一特殊的时刻，重燃理想之火。

但不应该就此止步。在一个目标达到后，许多人便松懈下来了。正因为如此，今年排名第一的销售代理，很可能成为昨日黄花。

我在一幢旧宅里住了多年。每当我在寒冷的日子里调温度调节器时，年代久远的取暖炉必定燃烧得更旺，直到温度升上新的一档。一达到我定的温度，它便自己停下来，温度不再往上升。

人类也像那个取暖炉。我们很容易满足于自己已达到的目标，不再要求上进。其实，为了不让希望落空，我们应当制订新的目标，不断向新的高度攀登。



选择先成家还是先立业

有人把家庭与事业比作鱼和熊掌，认为两者不可兼得，国外青年也在讨论这一问题。先成家还是先立业，家庭第一还是事业第一，看来这是一个带有普遍性的问题。问题的关键在于两者如何达到统一和互补。

男人重事业，女人重家庭。男人恋爱结婚年龄选择余地大，女人由于生理特点特别是孕育子女年龄的限制，25 周岁已是警戒线，而过了 30 岁，找合适的对象就会困难得多。如今的大学生认为社会竞争激烈，找个好工作已经不是一件容易的事，主张三五年内不恋爱、不结婚，为事业打下基础。

有人以为“个人成长”和“婚姻美满”二者中只能择其一，这其实是大错特错。良好的恋爱婚姻关系对事业成长无害，因为你会从爱你的人那儿得到建议和鼓励，会从成家的压力下产生精神力量，爱情有着极大的鼓舞力量。显然问题不在于先成家还是先立业，关键在于找一个适合自己的好人。

高科技人才的“孤男寡女”现象，已引起社会关注。大龄高科技人才中超过 60% 的都是硕士学历，在学校时把精力放在学习上，参加工作时就属于大龄青年了。高新技术企业大都地处偏僻地段，繁忙的工作，只能生活在有限的圈子里，正值婚嫁关键时期的青年人，缺少与社会成员的接触交流。虽然他们掌握着先进的科学技术知识，婚恋观念却相当传统。种种原因，导致众多高科技人才成为“孤男寡女”。一大批小妹妹先成家后立业的行动准