

学会选择 舍得放弃

Xue hui xuan ze 秦 榆◎编著

She de fang qi

明智的放弃胜过盲目的执著。

——林语堂

学会选择是审时度势，
扬长避短，
只有量力而行的睿智选择才会拥有更辉煌的成功。
舍得放弃是一种超脱，
当你能够放弃一切做到简单、从容、快乐地活着的时候，
你人生中的那道坎也就过去了。


学会选择 舍得放弃

Xue hui xuan ze 秦 榆◎编著
She de fang qi

明智的放弃胜过盲目的执著。

——林语堂

CFP 中国电影出版社



图书在版编目(CIP)数据

学会选择 舍得放弃/秦榆编著. —北京: 中国电影出版社,
2004. 10

ISBN 7-106-02208-X

I. 学... II. 秦... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 089842 号

责任编辑:纵华跃

学会选择 舍得放弃 秦榆 编著

出版发行 中国电影出版社(北京北三环东路 22 号)邮编 100013

电话:64299917(总编室) 64216278(发行部)

E-mail:Jsja@netchina.com.cn

经 销 新华书店

印 刷 北京密云红光印刷厂

版 次 2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

规 格 开本/880×1230 毫米 1/32

印张/11.5 字数/ 260 千字

印 数 1-5000 册

书 号 ISBN 7-106-02208-X/B·0015

定 价 22.00 元

前言

FOREWORD

著名国学大师林语堂说过：明智的放弃胜过盲目的执著。

记得听过这样一个故事：

非洲土人抓狒狒有一绝招：故意让躲在远处的狒狒看见，将其爱吃的食物放进一个口小里大的洞中。等人走远，狒狒就欢蹦乱跳地来了，它将爪子伸进洞里，紧紧抓住食物，但由于洞口很小，它的爪子握成拳后就无法从洞中抽出来了，这时人只管不慌不忙地来收获猎物，根本不用担心它会跑掉，因为狒狒舍不得那些可口的食物，越是惊慌和急躁，就越将食物握得很紧，爪子就越无法从洞中抽出。

听说过这个故事的朋友都大呼“妙”！此招妙就妙在人将自己的心理推及到了类人的动物。其实，狒狒们只要稍一撒手就可以溜之大吉，可它们偏偏不！在这一点上，说狒狒类人，亦可说人类狒狒。狒狒的举止大都是无意识的本能，而人如果像狒狒一般只见利而

不见害地死不撒手，那只能怪他利令智昏或执迷不悟。

一个轻率的决定可以轻易放弃，一个理性的梦想值得耗费一生的光阴，我们要学会选择，舍得放弃。也就是说，该放手时请放手，不可执迷太深。留得青山在，不怕没柴烧。事实上，放手可以减轻一些麻烦和折磨，去开始另一件更有意义的事。行就做，不行，该放就放。

《学会选择 舍得放弃》以独特的视角阐明选择与放弃是人生的必修课，是人生必须面对的挑战和现在社会生活中必知的生存艺术。

本书故事新颖，论点独到精湛，对人生不仅有极强的启发意义，而且还有强而有效的指导意义。

学会选择是审时度势，扬长避短，只有量力而行的睿智选择才会拥有更辉煌的成功。

舍得放弃是一种超脱，当你能够放弃一切做到简单、从容、快乐地活着的时候，你人生中的那道坎也就过去了。

人生苦短，岁月如梭，过分的固执坚持，是一种愚蠢，是一种做人的失败。何不退一步，放弃是非的争辩，给自己一个主动，给自己一个海阔天空！

编者

2004年8月

XUE HUI XUAN ZE SHE DE FANG QI



咨询: lihao365@263.net

学会选择 舍得放弃

Xue hui xuan ze 著 李心晴

She de fang qi

明智的放弃胜过盲目的执著。

——林语堂

学会选择是明智的

放弃是明智的

只有能为自己的选择承担责任才会有更辉煌的成功。

舍得放弃是一种智慧

当你能够放弃一切换回健康、财富、快乐和幸福的时候

你人生中的幸福也就过去了。

中国中册出版社

责任编辑：纵华跃



010-62040477

雲龍設計

目 录

CONTENTS

第一章 给心灵洗个澡·····	(1)
1. 学会读书就拥有了智慧·····	(2)
2. 要舍得放弃优势·····	(4)
3. 人缘是靠善待去争取·····	(5)
4. 真正的男人·····	(6)
5. 有竞争才能进取·····	(9)
6. 从容面对人生的选择·····	(10)
7. 书房的生命·····	(12)
8. 生命倒计时·····	(13)
9. 永不休息的鬼·····	(15)
10. 幸福女神与不幸女神·····	(17)
11. 选择与放弃决定着生与死·····	(18)
12. 敢于不如人·····	(19)
13. 用不完金币的穷人·····	(21)
14. 怎样走过人生六个坎·····	(22)

目 录

CONTENTS

15. 舍弃自身的奴性…………… (24)
16. 爱慕虚荣的漂亮鱼…………… (25)
17. 弱者回首就变强…………… (28)
18. 选择人生的正面,舍弃人生的反面 …… (29)
19. 舍得放弃“尊严”…………… (31)
20. 放弃和老鼠打架…………… (33)
21. 给别人温暖也就解决了自己的饥饿…………… (34)
22. 人生无处不套牢…………… (35)
23. 不便宜别人…………… (37)
24. 寻找画的美丽…………… (38)
25. 给车胎放气…………… (39)
26. 额外的要求…………… (41)
27. 借钱与还钱…………… (42)
28. 永不放弃的母子鸟…………… (44)
29. 成功始于选择与放弃…………… (45)
30. 爱人是你最佳的选择…………… (47)
31. 进路与退路…………… (48)
32. 把所有的鸡蛋放入同一个篮子…………… (50)

目 录

CONTENTS

- 33. 利用好今天..... (52)
- 34. 多一分耐心,多一点谦恭 (53)
- 35. 不要活在别人的阴影里..... (55)
- 36. 要超常就需要舍弃..... (57)
- 37. 错过花,你将收获雨 (59)
- 38. 别做“完美主义者”..... (62)
- 39. “事必躬亲”只能累自己..... (65)
- 40. 忍是大智、大勇、大福..... (67)
- 41. 吃亏是福,贪得是祸 (69)
- 42. 原谅生活是为了更好地生活..... (71)
- 43. 闻过则改..... (74)
- 44. 失意时要学会心宽..... (76)
- 45. 学会善待自己..... (78)
- 46. 朋友可“多”勿“滥”..... (82)
- 47. 善从师,而不强为人师 (84)
- 48. 聚散都是缘,路要自己走 (88)
- 49. 悲观也是福..... (90)
- 50. 行事不可纵容..... (92)

目 录

CONTENTS

- | | |
|-----------------------|-------|
| 51. 不战而胜,上兵伐谋 | (94) |
| 52. 谁笑在最后,谁笑得最甜 | (97) |
| 53. 忘记就是舍得放弃 | (99) |
| 54. 选择利用你的逆向思维 | (101) |
| 55. 细心体验,用心生活 | (105) |
| 56. 天公不作美,人自寻找之 | (107) |
| 57. 用你的慧眼去择善 | (109) |
| 58. 过而不改,是为过矣 | (111) |
| 59. 别让猜疑折磨自己 | (114) |
| 60. 金钱之外的财富 | (117) |
| 61. 钻石就在你的脚下 | (118) |
| 62. 另类成本 | (120) |
| 63. 人生的加法与减法 | (121) |
| 64. 狼比狗聪明的原因 | (123) |
| 65. 我很重要 | (124) |
| 66. 人生有五枚金币 | (125) |
| 67. 学会选择,舍得放弃 | (127) |
| 68. 苹果里藏着星星 | (128) |

目 录

CONTENTS

69. 没什么？有什么！	(129)
70. 选择好自己的生活方式	(132)
71. 盯住一只羊不放	(135)
72. 放下人情包袱	(136)
73. 打破超凡脱俗的英雄主义	(137)
第二章 名人的心情料理	(139)
1. 要舍得开除自己	(140)
2. 爱拼才会赢	(141)
3. 困难可以磨练意志	(143)
4. 有梦就有希望	(144)
5. 下一次就是你	(145)
6. 智慧是长盛之本	(147)
7. 钱只是符号而已	(148)
8. 人生自由自在才真	(150)
9. 不赌为赢	(152)
10. 天才选择给自己铺路	(154)

目 录

CONTENTS

11. 你手里有支笔,怕什么? (155)
12. 做别人没有做过的 (156)
13. 只有舍弃才能得到 (158)
14. 不放弃“叫”的权利 (160)
15. 选择一个“冤家”做搭档 (161)
16. 危机的背后 (163)
17. 用心去干一件事 (164)
18. 千万别怀疑自己 (166)
19. 选择对的,然后勇往直前 (167)
20. 选择以退为进 (170)
21. 奋斗才能永恒 (173)
22. 为何一定要成方圆 (178)
23. 选择今天 (179)
24. 学会舍弃烦恼 (181)
25. 懒惰也是一种智慧 (184)
26. 要想获得,必先给予 (186)
27. 强弱只是相对的 (188)
28. 喊出自己的声音 (191)

目 录

CONTENTS

- | | |
|------------------------|-------|
| 29. 学会思索 | (193) |
| 30. 每个人都有成功的机会 | (195) |
| 31. 天才懂得选择 | (196) |
| 32. “敢做”比“会做”更重要 | (198) |
| 33. 选择冒险 | (199) |
| 34. 成功是平凡的积累 | (201) |
| 35. 专注决定成功 | (202) |
| 36. 态度决定一切 | (204) |
| 37. 泥泞的路才能有脚痕 | (206) |
| 38. 小事成就大业 | (208) |
| 39. 丢失的玩具 | (209) |
| 40. 坦言失败是成功 | (211) |
| 41. 奇迹是怎样创造的 | (212) |
| 42. 苦难与天才 | (213) |
| 43. 机遇是金 | (215) |
| 44. 学会低头 | (216) |
| 45. 失之东隅,收之桑榆 | (217) |
| 46. 救活自己只能是自己 | (219) |

目 录

CONTENTS

47. 掌握好分寸 (220)
48. 永不投降 (221)
49. 谁都不会“一无是处” (223)
50. 抛弃常规思考 (224)
51. 选择你的环境 (226)
52. 学会恰到好处的放弃 (227)
53. 先“放心”面对,再“用心”去解决..... (228)
-
- 第三章 珍惜身边的情感..... (231)**
1. 爱的隐性成本..... (232)
2. 痛苦留自己,幸福给爱人 (234)
3. 钻石爱情..... (236)
4. 心中的玫瑰..... (237)
5. 爱情丝瓜汤..... (239)
6. 爱是一盏灯..... (241)
7. 夫妻难得是糊涂..... (243)
8. 爱如白纸..... (245)

目 录

CONTENTS

- | | |
|---------------|-------|
| 9. 心灵共鸣 | (246) |
| 10. 黑暗的意境 | (247) |
| 11. 少敲了一下门 | (249) |
| 12. 不需要任何婚姻理论 | (250) |
| 13. 离婚之旅 | (252) |
| 14. 钥匙大战 | (253) |
| 15. 把握爱情 | (255) |
| 16. 自欺欺人的“夫人” | (256) |
| 17. 守住生死相依 | (257) |
| 18. 让爱做主 | (258) |
| 19. 爱的盼望 | (260) |
| 20. 乞丐的爱情 | (261) |
| 21. 爱的忠诚 | (263) |
| 22. 发火先烧自己 | (264) |
| 23. 再加两个苹果 | (266) |
| 24. 设计的爱情 | (267) |
| 25. 加盐的咖啡 | (271) |
| 26. 善意的谎言 | (274) |

目 录

CONTENTS

27. 家庭是楚河汉界吗? (276)
28. 两头受气 (278)
29. 小号可要多人吹 (281)
30. 你爸也是我爸 (284)
31. 宽容比爱更重要 (286)
32. 商人与樵夫 (289)
33. 苏格拉底的婚姻观 (291)
34. 丢失了自己的人 (292)
35. 理解幸福 (294)
36. 最崇高的父亲 (295)
37. 片语抵万金 (297)
38. 比一比,你是富有的..... (299)
39. 幸福钥匙 (300)
40. 永远的约定 (302)
-
- 第四章 向快乐许个愿..... (305)**
1. 自由就是融入规则,进而成作茧自缚 ... (306)