

Choice

放弃也是一种美丽，放弃其实就是一种选择。
走在人生的十字路口，你必须学会放弃。

红 日◎编著

七分做人三分做事 的好选择

你愿意放弃一些原定的目标吗？

人生中很多东西是可以放弃也值得放弃的，
但放弃绝不能成为我们困境中选择逃避的借口，
绝不能成为事业上免除责任的托辞。

白山出版社



飞翔人生丛书。

七分做人三分做事 的**好选择**

红 日◎编著

白山出版社

图书在版编目(CIP)数据

七分做人三分做事的好选择/红日编. —沈阳:白山出版社,
2007.12

(飞翔人生丛书)

ISBN 978-7-80687-150-8

I.七… II.红… 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(2007)第 187601 号

出版发行:白山出版社

地 址:沈阳市沈河区二纬路 23 号

邮 编:110013

电 话:024-23088689

电子信箱:baishan867@163.com

责任编辑:孙福同

装帧设计:艾博堂

责任校对:彭和群

印 刷:北京市业和印务有限公司

开 本:700mm×1000mm 1/16

印 张:19

字 数:300 千字

版 次:2009 年 5 月第 1 版

印 次:2009 年 5 月第 1 次印刷

印 数:1~5000 册

书 号:ISBN 978-7-80687-150-8

定 价:154.80 元(全六册)

版权所有 侵权必究



前言 *Qian Yan*

生命和死亡一直是一个很沉重的话题,但我们一定要选择生命,放弃死亡。下面是一个人讲述的发生在他身上的故事:

第一次面对死亡是在 14 岁,爷爷过世,第一次感到在生死之间我们真的是无能为力的,生命在那时告诉我的就是人类的渺小和卑微,没有我们能够留住的东西,几十年的生命都留不住,更不要说稍纵即逝的一种感觉。

20 岁那年,无休止的生病,那整整一年的时间,亲情一层一层地把我跟外面隔离。那是一个冬天的夜晚,我打翻了药瓶,一千多粒的白色药片(维 C)撒满了房间,它们躺在地下对我露出阴冷的笑容,我跪在冰凉的水泥地上,边捡边哭,那时,我对生命厌倦了,我看见了天堂里的春天,于是,我吃下了几个月才吃得下的药片后还割了手腕,这是我第二次自杀。

在我昏迷了两天之后被救了过来,醒来的时候,我看见的是一个洁白的世界和那么多带着泪水的笑脸,很多亲人同学都在我的身边,那是我第一次看见我刚毅的父亲抱着我痛哭,父亲的憔悴,母亲的悲痛欲绝。奶奶的病倒,我在那一刹那明白了生命其实不是我一个人的。

活着,是一种责任,对每一个爱我的人来说,活着就是对他们最根本最完整的报答,生命不是我们自己的,没有权利选择生的我们也没有权利选择死,那里不仅仅是因为道德良知,最重要的就是要有爱,爱自己,爱别人,这才是生命的意义。



同时我也知道生命是顽强的,在我一次又一次摧残它的时候。它一如既往地宽容地接纳了我,对生命,我有了一种感激。

真正让我感到生命的脆弱是在去年,我也体会到了顽强的毅力更重要,那时我唯一的侄儿在出世时就注射的预防天花的疫苗没有起效,在几十万分之一几率里被感染了,那时,他才一周多一点,很小很小的一个孩子,那是炎热的夏季,医生说:主要的还是要靠他自己的免疫能力。他的浑身上下一直到嘴唇和舌头里都长满了水泡,不能吃饭,不能说话,还不能哭,泪水会软化面部的水疱,如水疱破了,感染到细菌了,就容易感染白血病;还不能发烧,如果烧到 40 度就伤到脑神经了。

我们耐心地跟他说这些道理,出世才几百个日子的他竟然能够懂,他不哭,他的泪水满了眼眶就自己用手帕拭去,他还要忍着痛吃饭,增强体质,那整整 3 个月,我们就每时每刻守着他,因为水疱很痒,怕他不小心自己用手抓破了。那时,白血病魔像一个魔鬼似的缠绕在我们的心头,令我们恐惧,对生命,我们充满了悲愤,上苍竟然将如此巨痛降临在一个婴儿身上,这真是不公平,而我们竟然无能为力。

那些日子,全家所有的人都近乎崩溃,我们都哭,可他连哭的权利都没有,他就那么用他小小柔弱的身体承受着,终于走了过来。

就是这个孩子,他让我为自己曾经的做法而羞愧,我也是从他的身上感受到了当年在病榻前我亲人的心情,那一种痛是钻心的,从他的身上我懂得了要爱惜生命,因为我看到了他的坚强,他让我在一年之后写下这件事的时候,仍是泪流满面,因为生命的来之不易。

生命是那么的脆弱,战争、疾病、车祸、事故、伤害,每天都有那么多向往阳光和空气的人在无辜地接受死亡,那里是一种不得已,而我们能够平安地生活在自己的家园里,享受着家人带来的温暖,我们还有什么理由放弃生命呢?

再去看看那么多贫困的地方,那些难民,以及很多山区连温饱都解决不了的人们,他们不屈不挠地和死亡斗争着。还有我们身边很多人,那些在烈日下出卖廉价劳动力的车夫们,拖儿带女,生命都是一样的,没有贵贱之分,他们不是苟且偷生,他们是认真地对待生命,相比之下,我们却是那么的懦弱和贪婪,我们漠视生命的尊严。

生命原本是简单的,很多东西我们要学会放弃,包括死亡。



目录 *Mu Lu*



一 学会选择放弃负重心态

选择就是一种放弃	3
在最自然状态下的选择	5
成功者选择的四大方略	6
改变自己才能改变世界	8
不为内疚所控制	9
不堪重负就归零	10
控制好自己的欲望	11
拆除冷漠的心墙	12
敢于“出丑”成为聪明人	13
开除自己奔向成功	14
甩掉你的坏习惯	15
做人不要太懦弱	16
战胜弱点获取成功	17
突破自我减去生活负荷	18



放弃借口赢得机遇	19
一时任性付出惨重代价	20
调整心态好好活着	21
善待失败,善待人生	23
看淡苦乐拥有美好的心情	24
珍惜自己不会为他人去死	25
笑对死亡减轻生命的痛苦	25
选择活着,愉快地生活	26
面对仇恨要选择宽恕	27
放弃负面心态,选择快乐人生	29
一个人的长相直接影响收入	30
远离痛苦,选择快乐	32
从从容容面对人生选择	33
给生命选择希望	34
选择你的环境	35
选择自己的生活标准	35

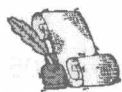


二 放弃没有必要的人生之坎

放弃也是一种智慧	39
丢掉多余的东西	40
因为热爱才放弃	41
舍掉一些无谓的忙碌	42
光环中隐退的下山者也是英雄	43
进得来也要出得去	44
放下才能解决许多问题	45
放松心情才能掌握生活的节奏	46
上网聊天得到什么	47
获得以放弃为前提	49
不属于自己的不再苛求	51
打破超凡脱俗的英雄主义	52



勇于抛开过去走向新的旅程	53
放弃不值得带走的包袱	54
真诚地披露自己的心灵	56
放弃完美,接受自我	57
世上只有不肯快乐的心	59
忘掉过去,展现未来	60
放下痛苦去寻找幸福快乐	62
放下生活中的奢华	63
金钱之外还有生命财富	64
学会放弃烦恼	65
学会思索要懂得放弃	67
不会放弃的人不会拥有明天	68



三 不同的人选择不同的路

选择与放弃决定幸福	71
把握人生的平衡	72
生命不让别人设定	73
多做事,少抱怨	74
换个角度看人生	75
另眼看美丑	76
人生之乐在平易	77
幸福联想大世界	78
最伟大的胜利者	79
成功必须舍得放弃	81
如何选择造就人生	82
不同的人选择不同的路	84
失败是成功之母	85
找到自己喜欢的生活方式	86
决不肯轻言放弃	87
挫折是压不垮人的	89



学会选择,发现自己是个富翁	91
百年人生的得与失	93
不要把得失看得太重	95
上天奇妙的恩赐	96
磨难雕琢出珍品	97
美丽的生命来自心灵	98
接受生命蔑视障碍	99
一个人可以被摧毁,但不能被击败	100
永不放弃的丘吉尔	101



四 学会低头不要强出头

选择代表着你的修养	105
将相本无种,能屈能伸显自强	105
能屈能伸是为了更好地抬头	107
不要与上司争风头	109
必要时牺牲一点名誉	110
为自己的过错承担责任	112
保存实力抽身退让	113
平凡中孕育着伟大	114
适合自己的才是最好的	115
行事不纵容,美德不滥用	116
身正不怕影子歪	117
遇事不妨退一步	119
给予即是快乐	120
侮辱是成功的阶梯	120
谁都不会“一无是处”	122
放弃维护个人“尊严”	123
承诺一个都不能放弃	124
拿得起还要放得下	126
接受不可避免的现实	127



选择生命难以选择幸福	128
调整好心情,抛弃坏心情	129
不要无谓的固执	130
放下你的愤怒	131
放弃显美的高跟鞋	133
时髦可追也可不追	133



五 结交优秀的人而远离不良的朋友

多结交比自己优秀的人	137
面对嘲笑有雅量	139
理解是座舒心桥	140
替别人承担误解	141
没有必要去追究	142
选择一个“冤家”做搭档	143
学会选择不要被他人所左右	143
冷静面对中伤	144
谁是谁非不重要	145
珍惜人情味	146
怀有一颗感恩之心	147
如何放弃受害意识	149
与平庸人为伍	150
人人都是老师	151
给别人留一点余地	152
给人好处别张扬	153
不要对人太好了	155
压制别人并不能抬高自己	157
如何远离不良的朋友	158
割席而坐要果断绝交	160
如何主动结束友谊	161
掌握不伤感情的绝交术	163



切莫掉进温柔陷阱	165
防人之心不可无	166



六 敢于竞争才会获得美好的人生

永不飘移的目标	171
时机需要选择	172
机会不降临空等的人	173
一封信改变的命运	174
做自己的救世主	175
爱拼搏才会赢	177
走自己的路,让别人去说吧	178
相信自己能做得最好	179
选择妥协,选择双赢	180
学会读书,拥有智慧	181
学会以退为进的策略	182
学会思索,懂得放弃	183
工作的乐趣与价值	184
喊出属于你的声音	185
让自己在逆境中奋起	187
敢于放弃才会获得美好的人生	188



七 选择有前途的专业,放弃不熟悉的行业

选好人生路	193
选定你的舞台	194
确定对的就勇往直前	195
脚踏实地是最好的选择	197
大胆秀出自己	198
站得高才能望得远	199
如何选择有前途的专业	200



把握好职业方向	202
选择真正喜欢的事业	204
职场丽人的选择与放弃	205
最低身份求职曲线法	207
识时务者为俊杰	209
丢下不切实际的誓言	211
比别人更努力工作	211
注重工作中的细节	212
有挑战才有满足	214
为自己铺就成功的道路	215
坚持与分寸	215
以低头实干的业绩回击批评	216
成功的选择结果	217
如何最大限度利用机会	218
只不过是从头再来	220
放弃与跳槽的关系	221



八 放弃贪婪金钱，走经商致富之路

股市如人生	227
股市浮沉如何说放弃	229
执著创业的“汽车大王”	230
循序渐进赚大钱的哈同	232
不怕辛苦的“钻石大王”	233
罗森沃德创业时的艰辛	235
立志创建麦当劳事业的年轻人	236
不断超越自我的食品大王	238
坚韧不拔的“推销精神”	239
做生意不能一次赚足	240
创新是商场不败的法宝	242
钻石就在你的脚下	244



垃圾堆里的老板	245
人弃我取也能创奇迹	246
十万美元的创意	248
积极面对市场变化的波音公司	249
人生无处不套牢	251
从乞丐到赫赫有名的股票大王	252



九 选择真心相爱的恋人并营造幸福的家庭

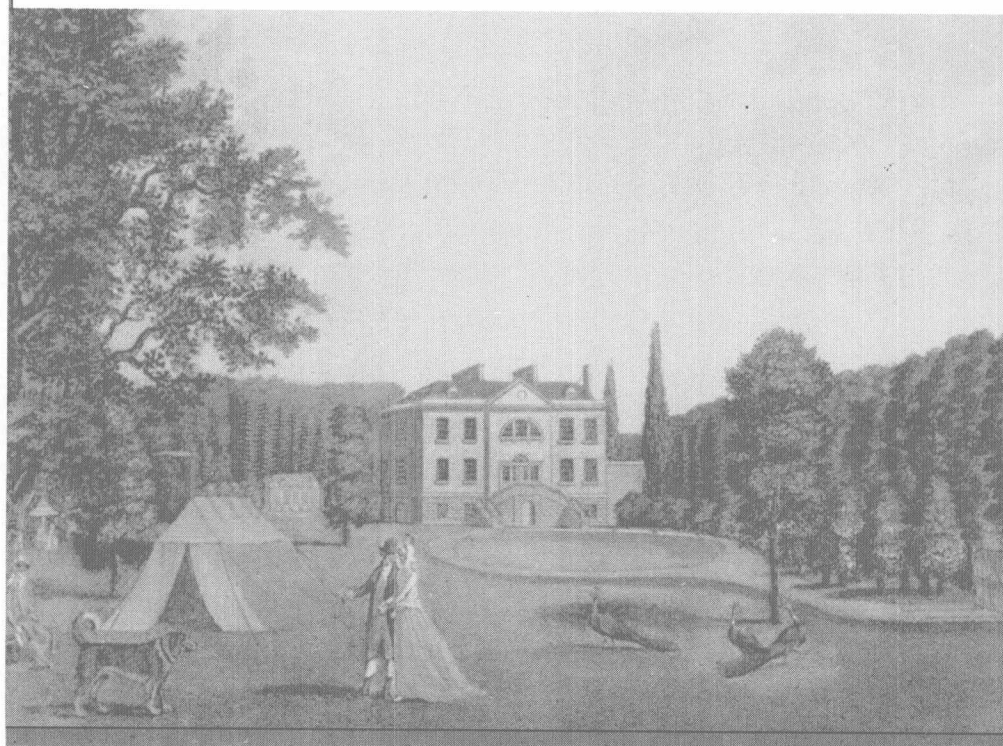
爱人是一道风景	257
别人的婚姻理论	258
离婚之旅	259
等待下一次	260
不完美也幸福	261
失去才知珍贵	263
重要的是颗心	264
爱我的人还是我爱的人	265
爱非罗网	266
真爱其实很简单	268
掌握放弃爱情的艺术	269
婚姻中两人个性不合才正常	271
尴尬婚姻放弃还是忍受	272
用心征服的爱情最美满	274
相濡以沫的爱情能感化人生	275
不结婚会后悔一辈子	275
情侣的放弃法则	276
放下老观点,摆脱新观念	278
平凡中有真情	279
父亲俱废的手	280
父亲五元钱的故事	281
母亲的“谎言”	282



付出多少就会有多少回报	283
环境造就人才很重要	284
人生不是蜡烛而是灿烂的火炬	285



学会选择放弃负重心态





选择就是一种放弃

学会放弃是为了获得。放弃一个机会,是为了抓住另一个更好更难得的机会。像比尔·盖茨上大学时中途辍学,就是一个明智的选择——对于他说。放弃银子,是为了换回金子 and 钻石。这是一种艺术!

有一个报纸的宣传员曾在他的演讲中说道:

“上街卖报纸的那个星期,我的推销在一位中年男人面前遭遇挫折。可气的是他告诉我他不买本报的理由是因为报纸版数太多,他每次都看不完全部版面,觉得有点亏。你想象得出来,当时我对着这个读者真是哭笑不得。花同样多的钱买一份物超所值的报纸,版数多不好,难道版数少倒好了?看你喜欢的内容,不喜欢的部分当废纸扔了就是了,谁逼着你非把整张报纸读完了?”

“问题是似乎持有这种想法的人还不止他一个,生气的话还真生不过来。我想了很久才明白,报纸苦心孤诣将内容分类,以便不同的读者各取所需,可是,对有些人来说,他不是不会选择,而是不会放弃。他不知道他可以扔掉一些东西,结果把自己弄得无所适从。”

道理并不复杂,就是有人不明白,有什么办法?其实你看,编辑们为你精心编制的这份报纸,处处都是选择,处处也是放弃。你看华语流行乐传媒大奖第二季选有结果了,获得褒奖的是那么两三个人四五张碟,他们从数十张同类面孔中脱颖而出呈现在你的眼前,可能仅仅因为多一张选票,那是评委们选择的结果,也是放弃的结果。选择张国荣、黄耀明是放弃齐秦、周杰伦的结果,选择莫文蔚是放弃孙燕姿、林忆莲的结果。

我们头一回听说的日本宝土冢歌舞剧团,它的名气多半倒是来自于它