

学会选择，懂得放弃，选择比努力更重要

Xuanze
Zhidao [倪先平◎编著]

选择之道

／幸／福／的／生／活／法／则／

不论在爱情、婚姻上，还是在工作、事业上，我们都在不停地作出选择。
错误的选择会让人走尽弯路，辛苦一生却一无所获，
或走入歧途，酿成人生悲剧。

量力而行，睿智选择，
才会让人一帆风顺，成就完美人生。



中国华侨出版社

学会选择，懂得放弃，选择比努力更重要

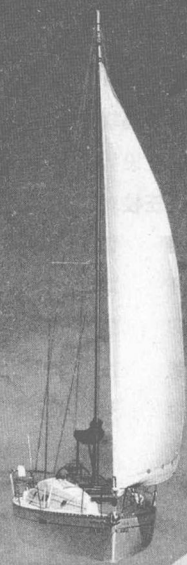
Xuanze
Zhidao [倪先平◎编著]

选择之道

／幸／福／的／生／活／法／则／

不论在爱情、婚姻上，还是在工作、事业上，我们都在不停地作出选择。
错误的选择会让人走尽弯路，辛苦一生却一无所获，
或走入歧途，酿成人生悲剧。

量力而行，睿智选择，
才会让人一帆风顺，成就完美人生。



图书在版编目(CIP)数据

选择之道：幸福的生活法则/倪先平编著. —北京：中国华侨出版社，2010. 1

ISBN 978-7-5113-0168-0

I. ①选… II. ①倪… III. ①幸福—通俗读物 IV. ①B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第226601号

• 选择之道：幸福的生活法则

编 著 / 倪先平

责任编辑 / 文 慧

版式设计 / 张涛工作室

责任校对 / 高晓华

经 销 / 新华书店

开 本 / 710毫米×1000毫米 1/16 印张 / 14.5 字数 / 200千字

印 刷 / 三河市祥达印装厂

版 次 / 2010年2月第1版 2010年2月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-0168-0

定 价 / 26.00元

中国华侨出版社 北京市安定路20号院3号楼305室 邮编：100029

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051 传真：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

• 版权所有 翻版必究 •



| 选择之道 |

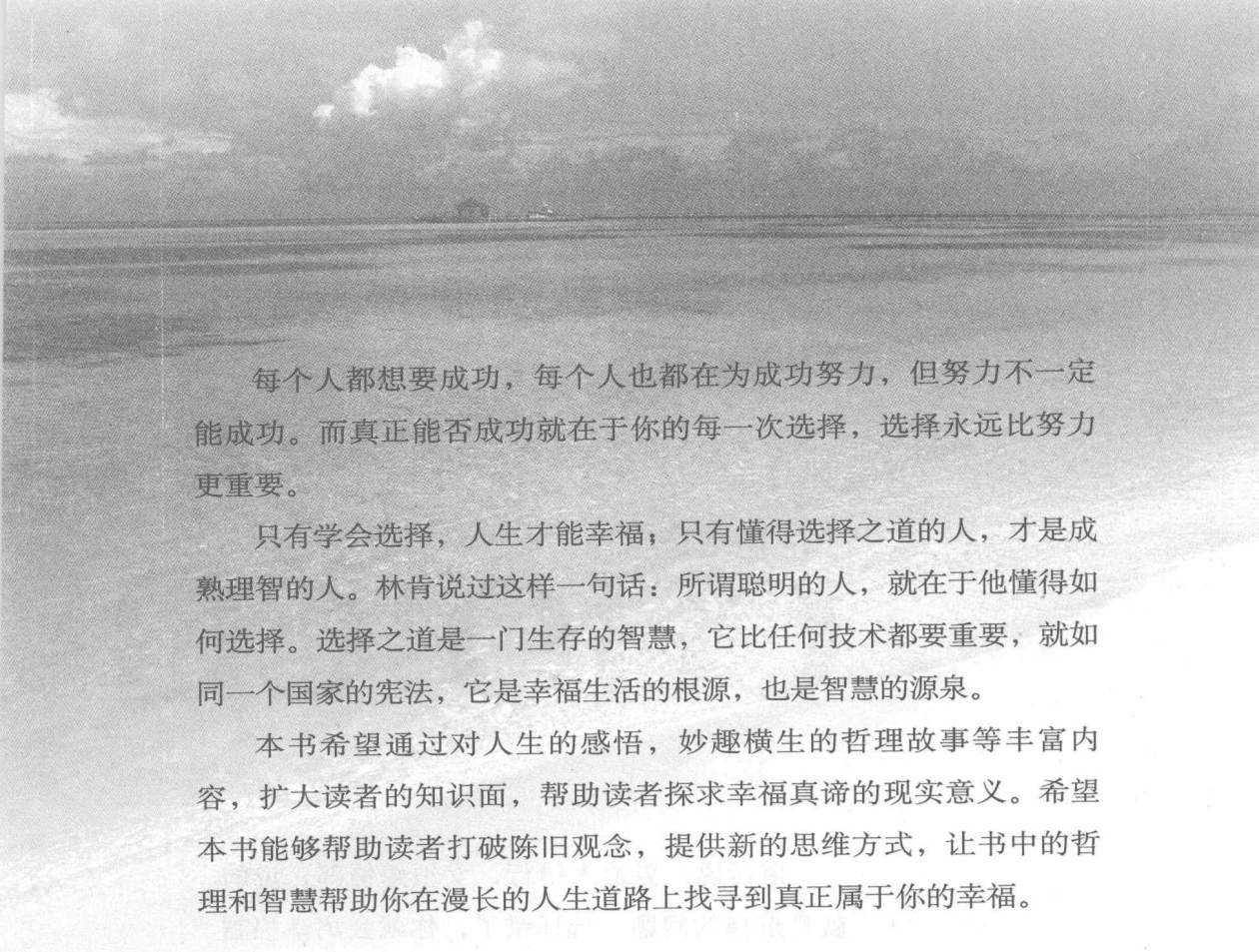
CHOICE

「前言」

俗话说，男怕入错行，女怕嫁错郎，说的就是选择的问题。选择错了，你就会离幸福越来越远，付出再多的努力也是徒劳。

一生当中有各式各样的选择，事业、感情、家庭，任何一次重要的选择如果出错，就会造成一生的遗憾。

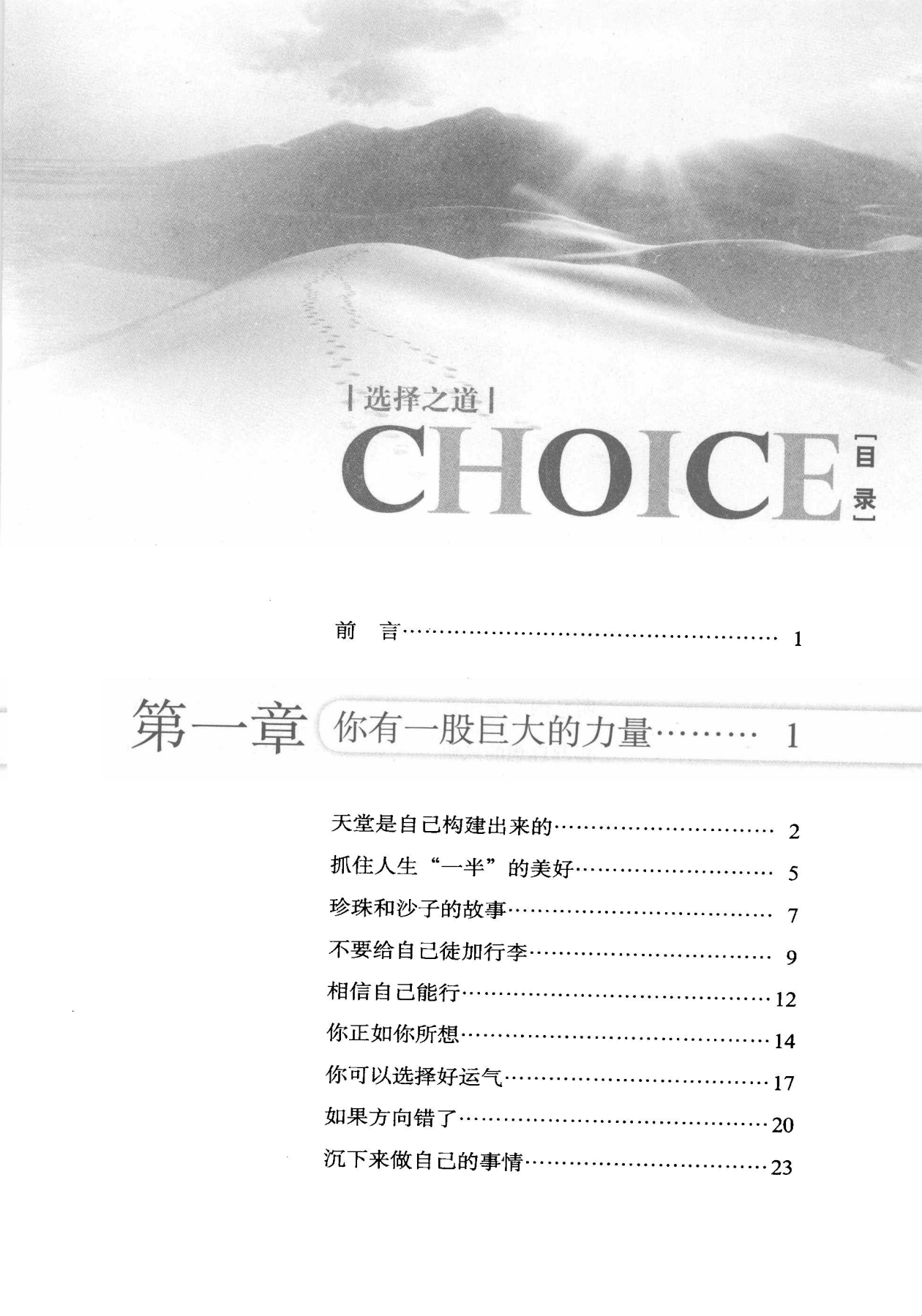
有句话：“生命不止，奋斗不息”，你决定选择什么，就会得到相应的结果。在别人屡战屡败不敢尝试时，你决定选择什么呢？是不断挑战还是就此退缩呢？如果你决定就此退缩的话，你的人生将不会再有什么进步，或许你会因为别人的成功而懊恼，也会因为自己的没有尝试而沾沾自喜，但是，你绝对体会不到生活的意义。



每个人都想要成功，每个人也都在为成功努力，但努力不一定能成功。而真正能否成功就在于你的每一次选择，选择永远比努力更重要。

只有学会选择，人生才能幸福；只有懂得选择之道的人，才是成熟理智的人。林肯说过这样一句话：所谓聪明的人，就在于他懂得如何选择。选择之道是一门生存的智慧，它比任何技术都要重要，就如同一个国家的宪法，它是幸福生活的根源，也是智慧的源泉。

本书希望通过对人生的感悟，妙趣横生的哲理故事等丰富内容，扩大读者的知识面，帮助读者探求幸福真谛的现实意义。希望本书能够帮助读者打破陈旧观念，提供新的思维方式，让书中的哲理和智慧帮助你在漫长的人生道路上找寻到真正属于你的幸福。



| 选择之道 |


CHOICE

[目
录]

前 言..... 1

第一章 你有一股巨大的力量..... 1

天堂是自己构建出来的.....	2
抓住人生“一半”的美好.....	5
珍珠和沙子的故事.....	7
不要给自己徒加行李.....	9
相信自己能行.....	12
你正如你所想.....	14
你可以选择好运气.....	17
如果方向错了.....	20
沉下来做自己的事情.....	23



第二章 如何给自己定位····· 25

听从内心的声音·····	26
扬起理想的风帆·····	29
关于价值观的思考·····	32
充分发挥想象·····	35
控制无止境的欲望·····	37
舍掉一些无谓的忙碌·····	41
为什么我们没有获得所追求的·····	44
抓住事物的关键·····	46
重新下单·····	50




| 选择之道 |

CHOICE

〔目
录〕

第三章 选择中的误区····· 53

- 投机取巧····· 54
- 草率敷衍····· 56
- 浅尝辄止····· 59
- 随意推脱····· 62
- 牢骚抱怨····· 66
- 吹毛求疵····· 68
- 眼高手低····· 71
- 斤斤计较····· 74
- 消极被动····· 76



第四章 放弃也是一种选择…………… 79

- 放下是一种智慧…………… 80
- 别让自己活得太累…………… 83
- 放下才能快乐…………… 85
- 放弃需要更大的勇气…………… 88
- 输得起才能赢…………… 90
- 不要太苛求完美…………… 92
- 选择该选择的，放弃该放弃的…………… 96
- 别让执著毁了你…………… 98
- 舍“八”求“二”…………… 101




| 选择之道 |

CHOICE

[目
录]

第五章 坚持自己的选择…………… 105

相信自己的判断……………	106
常反省自己……………	110
人生能有几回搏……………	112
黑夜给你黑色的眼睛……………	115
忠诚于自己的选择……………	117
让自己具有伯乐的能力……………	119
避免一些极端片面的做法……………	121
学会用数学来计算问题……………	124
量力而行……………	126



第六章 事业中的智慧选择…………… 129

选择正确的事……………	130
财富不等于幸福……………	133
先交朋友，再做生意……………	135
忍耐比努力更重要……………	138
善用别人的智慧……………	141
“敢”与“不敢”……………	143
观察时局，游刃有余……………	145
有所不为，大有作为……………	150



| 选择之道 |

CHOICE

「目
录」

第七章 爱与被爱…………… 153

- 再亲密的人也要彼此尊重…………… 154
- 与长辈的意见不合如何处理…………… 157
- 珍贵的友情…………… 159
- 别淡忘了亲情…………… 161
- 婚姻的意义…………… 165
- 别让金钱毁了感情…………… 167
- 与孩子一起成长…………… 169
- 你对我很重要…………… 171



第八章 让自己成为有影响力的人… 175

- 试着让别人喜欢你…………… 176
- 容貌不能选择，但微笑可以选择…………… 180
- 退让的智慧…………… 182
- 放下固执和狭隘…………… 184
- 别让情欲毁了你…………… 188
- 诚恳待人，诚意做事…………… 190
- 不要自视过高…………… 193
- 用爱己之心爱人…………… 196



| 选择之道 |

CHOICE

「目
录」

第九章 健康是一生的财富····· 199

- 财富是健康后面的零····· 200
- 生命是一场慢跑，而不是百米冲刺····· 203
- 健康的生活方式····· 205
- 生命在于运动····· 213
- 控制愤怒的心灵处方····· 215
- 对生活充满激情····· 217



| 选择之道 |

CHOICE

第一章：你有一股巨大的力量

有果就有因，而原因恰恰就掌握在自己手里。曾经有一位哲学家说过：“在物质的世界里，每个可见的事物背后必定有个在精神世界中不可见的对应体。前者是果，后者是因。若后者发生变化，前者必定发生变化。”

天堂是自己构建出来的

一位姑娘长得很漂亮，经过漫长的选择，终于和一位苦苦追求自己多年的男士结婚了。但是结婚后的生活并不幸福，他们一同养育的孩子在一次意外中死去，更糟糕的是她丈夫竟然抛弃了她。姑娘万念俱灰，准备自杀。她选择了跳海，就上了一个老头的船，船开到大海中，她准备跳下去。

老头拦住了寻短见姑娘，得知了姑娘的经历后笑着说：“姑娘，两年前你是啥样子？”

姑娘悲伤地说：“两年前我是单身贵族，追求我的人很多，没有先生的拖累，又没有孩子的烦恼。现在悲惨了，我既没先生，又没孩子。”

老头说：“这两者不是一样的吗？两年前你没有先生，现在你也没有先生；两年前你没有孩子，现在你也没有孩子，你和两年前一样漂亮，有啥想不开的？从头再来。”

老头的话把姑娘给逗乐了，一下子感到自己解脱了，于是开始乐观地生活。她后来又组建了家庭，又有了可爱的孩子。

看完这个故事，不尽感叹改变了态度，同样的事情就会有完全不同的认知，天堂和地狱真的在一念之间。你想通了就是另一片天地。即使在生活中遭遇失败或者不公待遇，我们仍然可以掌握思

想，主宰自己的人生，用想法决定将来的方向。

有一个故事更好地说明想法是如何决定未来的方向。

古时候，有甲、乙两个秀才去赶考，路上遇到了一口棺材。甲说，真倒霉，碰上了棺材，这次考试死定了；乙说，棺材，升官发财，看来我的运气来了，这次一定能考上。当他们答题的时候，两人的努力程度就不一样，结果乙考上了。回家以后他们都跟自己的夫人说，那口棺材可真灵验。

一个认为自己能够成功，然后不断给予自己积极的暗示，并且不断努力，结果他真成功了；而另一个人则相反，他觉得这是个不好预兆，然后放弃了努力，最后果然也验证了那个不好预兆。这就是想法决定未来现实的过程，因为未来是不确定的，或者说是行为的结果，而想法决定了未来。有的人看到了机会，而有的人只看到了危机。看到机会的人往往都能够成功，而只看到危机的人往往一事无成。

心可以造天堂，也可以造地狱，尝试改变自己的心态，多乐观积极地思考。学会为小事高兴，就会有更大的高兴的事情出现。别人为你做了一点好事情，懂得欣赏和感激他，就会有更多好事情出现。

如果一个人总是被恐惧或者其他消极的想法控制，身心就会变得软弱无能，甚至连本身所具有一些才能和天赋也被压抑或者减弱。此时，人已经成为了消极情绪的牺牲品，他们不再成长和发展，只会变得越来越软弱无能。

有一句话大家一定听过，“越怕丢越会丢”。我们在生活中也有这样的体验，在开车的时候越是怕自己会撞上别人的车，你就越容易撞上别人的车，越是怕自己负责的项目出现差错，结果真的会出现致命的差错。我们不得不为自己“怕丢”的心态付出惨重的代价。