



肯舍、敢舍、会舍的人 才会有大回报

舍得舍得，没有“舍”哪来的“得”？这是普通人都能认识到的道理。
你不能总是指望天上掉馅饼，
没有付出的回报是不长久、不现实的。



“舍”的学问比我们表面看到的要深得多，它是一种立世存身的价值观念，一种实现人生目标的智慧，一种无所不明又无所不包的胸怀气度，一种身心和谐、主宰自己的人生的精神境界。

孙郡锴◎编著

人生三舍

中国华侨出版社



肯舍、敢舍、会舍的人 才会有大回报

舍得舍得，没有“舍”哪来的“得”？这是普通人都能认识到的道理。
有句俗语说得好：舍不得孩子套不到狼。的确，你不能总是指望天上掉馅饼，
没有付出的回报是不长久、不现实的。



“舍”的学问比我们表面看得到的要深得多，它是一种立世存身的价值观念，一种实现人生目标的智慧，一种无所不明又无所不包的胸怀气度，一种身心和谐、主宰自己的人生的精神境界。

孙郡锴◎编著

一生三舍

图书在版编目 (CIP) 数据

一生三舍/孙郡锴编著. —北京: 中国华侨出版社,
2009. 9

ISBN 978 - 7 - 5113 - 0091 - 1

I. 一… II. 孙… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 165654 号

● **一生三舍**

编 著/孙郡锴

责任编辑/文 心

封面设计/纸衣裳书装

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 18 字数 240 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 0091 - 1

定 价/30.00 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: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com



前 言

舍得舍得，没有“舍”哪来的“得”？这是普通人都能认识得到的道理。有句俗语说得好：舍不得孩子套不到狼。的确，你不能总是指望天上掉馅饼，没有付出的回报是不长久、不现实的。

但是，如果一个人对“舍”的认识只是停留在“为得而舍”上，那只能算一个实用至上主义者，发展到最后就成了因我有所舍、我必有所得，甚至只要我有所舍，没有我不可得，以至于走上歪路、邪路。

由此看来，【“舍”的学问比我们表面看得到的要深刻得多，它是一种立世存身的价值观念，是一种实现人生目标的智慧，是一种无所不明又无所不包的胸怀气度，是一种身心和谐、主宰自己的人生的精神境界。】

本书从以下三个方面对这个问题进行了探讨：

一是“舍”的气度。在舍与得之间，不少人更喜欢得：得到尊敬，得到利益，得到荣誉，得到地位，等等。是啊，这都是人之常情，谁不希望事业更成功、生活更富足呢？问题是，有的人目光仅仅停留在要得到什么以及如何得到上，而忽略了与“得”唇齿相依的“舍”。他们应该明白的是，只有肯舍敢舍，有一种“大舍”的气度，才能得到更多。

二是“舍”的智慧。“舍”不仅仅是与“得”交换的筹码，它更是调整身心、释放心灵、提升人生层次的重要途径，是把自己的生活



变得更加丰富多彩，让自己的立世之道更加伸缩自如的大智慧。拥有了这种智慧，压力面前你就能挺得住，进退得失之间你就能淡定自如。

三是“舍”的境界。得与失的道理许多人都懂，但为什么大多数人在平时的工作或生活中，一旦遇到实际问题便又迷失了方向、“本性”尽显呢？说到底，关键在于你有一颗什么样的心。一个对所得的一切、对周围的人和事心存感恩的人，一个虚怀若谷、大肚能容的人，一个凡事看得开、放得下的人，他会把“舍”当做一种必然，一种生活方式。这才是舍的最高境界，也是做人与成事的最高境界。

懂得了人生的意义，才知道舍的价值；懂得了为什么舍，才知道没有什么不可以舍。在这里“一生三舍”不是要给出答案，而只是提出问题：舍什么？舍多少？为何而舍？如何能舍？如果这些问题能促你思考、供你内省，本书的目的就达到了。

目 录



舍之气度 有大付出才会有大回报

在舍与得之间,不少人更喜欢得:得到尊敬,得到利益,得到荣誉,得到地位,等等。是啊,这都是人之常情,谁不希望事业更成功、生活更富足呢?问题是,有的人目光仅仅停留在要得到什么以及如何得到上,而忽略了与“得”唇齿相依的“舍”。他们应该明白的是,只有肯舍敢舍,有一种“大舍”的气度,才能得到更多。

目
录



CONTENTS

第一章 有所得必因有所舍	2
1. 舍与得互为转换	2
2. 不要指望有什么免费的午餐	4





3. 能拿8分不如只要6分	7
4. 给予有多大,回报就有多大	9
5. 对人吝啬就是对己吝啬	11
6. 担多大的责,受多大的益	13
7. 为得到长远利益,就要付出眼前利益	15
8. 付出与回报是一对孪生兄弟	17
9. 在选择中有所舍弃	18
10. 舍出爱,便得到爱	21

第二章 深刻理解吃亏是福的古训

24

1. 吃亏是一种高明的做人策略	24
2. 吃亏事小,信誉事大	27
3. 肯吃小亏才不致总吃大亏	29
4. 把吃亏当做你付出的本钱	31
5. 吃得起眼前亏的才算好汉	34
6. 要学会感谢你所吃过的亏	36
7. 主动把大头让出去	38
8. 越想占便宜,往往越占不到便宜	40
9. 真正的聪明人方可搞清楚亏与不亏的辩证关系	42
10. 讲究吃亏的方式与技巧	43
11. 主动吃亏化被动为主动	46
12. 自己吃亏是调动他人的妙招	47
13. 吃亏也是一种做事的策略	50

第三章 舍得出敢想敢做不怕输的勇气

52

1. 狭路相逢 勇于挑战	52
--------------------	----

2. 该出手时就不要瞻前顾后	56
3. 勇敢地承担责任	60
4. 输不起是人生最大的失败	63
5. 机会掌握在自己手中	65
6. 失败不可怕,怕的是不敢从头再来	68
7. 敢冒大险,才会有大收获	71
8. 敢想敢做才能突破平庸	75
9. 一个人有点野性未必是件坏事	78
10. 苦尽之后甘就来	82

舍之智慧 放弃负累才能活得轻松

“舍”不仅仅是与“得”交换的筹码,它更是调整身心、释放心灵、提升人生层次的重要途径,是把自己的生活变得更加丰富多彩,让自己的立世之道更加伸缩自如的大智慧。拥有了这种智慧,压力面前你就能挺得住,进退得失之间你就能淡定自如。

第四章 别把名与利看得太重

1. 利益重要,但绝非最重要	86
2. 金钱重要,尊严更重要	89
3. 名与利都不过是过眼烟云	93
4. 别成为名利的奴隶	96
5. 推开虚掩的名利之门	100





6. 摆脱名利的束缚 105
7. 去留无意,宠辱不惊 110
8. 头衔名片皆可抛 114
9. 多一物多一心,少一物少一念 116

第五章 过于执著的人活得很累 119

1. 正确认识理想与现实的差距 119
2. 去往罗马的路不止一条 120
3. 执著也要有个限度 122
4. 放人一马又何妨 125
5. 不争,不足以立志;不让,不足以成功 128
6. 人往高处走,水往低处流 130
7. 识时务者为俊杰 132
8. 不要跟现实过不去 133
9. 无意义的坚持会让你走更多弯路 134
10. 不该忙的就不要忙 135
11. 谁是最有智慧的人 136
12. 化腐朽为神奇 137
13. 把过程当做一种享受 138
14. 直的不行就绕个弯 139

第六章 “面子”是自在人生的最大负累 141

1. 找到那个自然状态的自己 141
2. 撕下那张掩人耳目的假面 143
3. 不要被生活所欺骗 144



4. 撒哈拉沙漠上盛开的花	149
5. 人生苦短,没时间烦恼	153
6. 你并不比别人更倒霉	157
7. 给你的咖啡杯里放一点快乐	159
8. 让生命之水自然流淌	163
9. 保持本色,不为迎合别人而改变自己	166
10. 不要拿“他人”的标准来衡量自己	168
11. 掩饰错误不如承认错误	170
12. 贪图虚名招灾祸	173



舍之境界 空杯心态让你海纳百川

得与失的道理许多人都懂,但为什么大多数人在平时的工作中,一旦遇到实际问题便又迷失了方向,“本性”尽显呢?说到底,关键在于你有一颗什么样的心。一个对所得到的、对周围的人和事心存感恩的人,一个虚怀若谷、大肚能容的人,一个凡事看得开、放得下的人,他会把“舍”当做一种必然,一种生活方式。这才是舍的最高境界,也是做人与成事的最高境界。

第七章 有一种心态叫放下

1. 放下是一种快乐	176
2. 淡漠以清心,日日是好日	179
3. 心中空明,人自明	183



4. 智人忘心不除境,愚人除境不忘心	186
5. 随缘,让烦恼随风而逝	189
6. “不争”和“无求”是远离烦恼的妙法	192
7. 功名利禄如浮云,还是放下的好	195
8. 明白度人生,回首亦坦然	198
9. 不以物喜,不以己悲	201
10. 放旷达观,随遇而安	206
11. 做个顺时而动的智者	210

第八章 有一种胸襟叫包容 212

1. 宽广胸襟,无忧也无恼	212
2. 咽下一口气问题自然解决	214
3. 让步为高,宽人是福	216
4. 过刚的易衰,柔和的长存	218
5. 虚怀若谷,谦虚做人	221
6. 心地放宽,恩泽流长	224
7. 低调做人万事顺	225
8. 善待他人,就是善待自己	228
9. 表面的弱者是真正的强者	231
10. 容人者人容,治人者人治	234
11. 忍让是感动人心的力量	236
12. 明智者当明察自己的不足	238
13. 学学曾国藩的惜福之道	240

第九章 有一种情怀叫感恩 245

1. 感恩是一种像施恩一样高贵的品德	245
--------------------------	-----

2. 人生的第一件事:对父母感恩	248
3. 感恩可以擦去心灵上的尘垢	251
4. 感恩之心会帮助你选择正确的那一方	254
5. 感恩可以停止无益的忧虑	257
6. 善行可以让你生活得更有层次	261
7. 惊喜和感激就在生活的另一个角度	266
8. 感谢生活给你的苦难	268
9. 送人玫瑰手留余香	272





舍之气度 有大付出才会有大回报

在舍与得之间,不少人更喜欢得:得到尊敬,得到利益,得到荣誉,得到地位,等等。是啊,这都是人之常情,谁不希望事业更成功、生活更富足呢?问题是,有的人目光仅仅停留在要得到什么以及如何得到上,而忽略了与“得”唇齿相依的“舍”。他们应该明白的是,只有肯舍敢舍,有一种“大舍”的气度,才能得到更多。





第一章 有所得必因有所舍

1. 舍与得互为转换

金代禅师非常喜爱兰花，在寺旁的庭院里栽培了数百盆各色品种的兰花，讲经说法之余，总是全心地去照料，大家都说，兰花好像是金代禅师的命。

一天，金代禅师因事外出。有一个弟子接受师傅的指示，为兰花浇水，但一不小心，将兰花架绊倒，整架的盆兰都给打翻了。

弟子心想：师傅回来，看到心爱的盆兰这番景象，不知要愤怒到什么程度。于是就和其他的师兄弟商量，等禅师回来后，勇于认错，且甘愿接受任何处罚。

金代禅师回来后，知道了这件事，一点也不生气，反而心平气和地安慰弟子道：“我之所以喜爱兰花，为的是要用香花供佛，并且也为了美化禅院环境，并不是想生气才种的啊！凡是世界上的一切都是无常的，不要执著于心爱的事物而难割舍，因为那不是禅者的行径！”

金代禅师的“不是为了生气而才种花”的禅功，深深地感染了弟子们。世间的事物变化无常，我们不必执著于心爱的事物而难以割舍。毕竟，我们喜爱一种事物的初衷，并不是因为失去它时要伤心。人生



中的很多东西既然已失去，不妨就让它失去吧。

法国的军队从莫斯科撤走后，一个农夫和一个商人在街上寻找财物，他们发现了一大堆未被烧焦的羊毛，两个人就各分了一半捆在自己的背上。归途中，他们又发现了一些布匹，农夫将身上沉重的羊毛扔掉，选些自己扛得动的较好的布匹，而贪婪的商人却将农夫所丢下的羊毛和剩余的布匹统统捡起来。重负让商人气喘吁吁，缓慢前行。

走了不远，他们又发现了一些银器，农夫将布匹扔掉，捡了些较好的银器背上，商人却因沉重的羊毛和布匹压得他无法弯腰而作罢。

突降大雨，饥寒交迫的商人身上的羊毛和布匹被雨水淋湿了，他踉跄着摔倒在泥泞当中，而农夫却一身轻松地回家了，变卖了银器，过起了富足的生活。

人生在世，有得有失，有盈有亏。有人说得好，你得到了名人的声誉或高贵的权力，同时就失去了做普通人的自由；你得到了巨额财产，同时就失去了淡泊清贫的欢愉；你得到了事业成功的满足，同时就失去了眼前奋斗的目标。我们每个人如果认真地思考一下自己的得与失，就会发现，在得到的过程中也确实不同程度地经历了失去。整个人生就是一个不断地得失反复的过程。

一个不懂得什么时候该失去什么的人，就是愚蠢可悲的人。谁违背这个过程，谁就会像贪婪的那种人，累倒在地，爬不起来。谁能坦然地面对失去，谁就有可能换来幸福、美满的人生。居里夫人的一次“幸运的失去”就是最好的说明。

1883年，天真烂漫的玛丽亚（居里夫人）中学毕业后，因家境贫寒无钱去巴黎上大学，只好到一个乡绅家里去当家庭教师。她与乡绅的大儿子卡西密尔相爱，在他俩计划结婚时，却遭到卡西密尔父母的强烈反对。这两位老人深知玛丽亚生性聪明，品行端正。但是，贫穷



的女教师怎么能与自己家庭的钱财和身份相配称呢？父亲大发雷霆，母亲几乎晕了过去，卡西密尔屈从了父母的意志。

失恋的痛苦折磨着玛丽亚，她曾有过“向尘世告别”的念头。玛丽亚毕竟不是平凡的女人，她除了个人的爱恋，还爱科学和自己的亲人。于是，她放下情缘，刻苦自学，并帮助当地贫苦农民的孩子学习。几年后，她又与卡西密尔进行了最后一次谈话，卡西密尔还是那样优柔寡断，她终于砍断了这根爱恋的绳索，去巴黎求学。这一次“幸运的失恋”，就是一次失去。如果没有这次失去，她的个人历史将会是另一种写法，世界上就会少了一位伟大的科学家。

学会习惯于失去，往往能从失去中获得。得其精髓者，人生则少有挫折，多有收获；人会从幼稚走向成熟，从贪婪走向博大。

2. 不要指望有什么免费的午餐

天下有免费的午餐吗？贪官拿了别人送来的免费的“午餐”，他就要付出进监狱甚至被处以极刑的代价。彩民中了大奖，他就要常年关注彩票，付出自己的坚持与热情、希望与失望、金钱与时间。所以，当有陌生人告诉你享有免费的“午餐”时，如果你不是乞丐，一定要考虑考虑陌生人说的话。

有这样一个故事：

数百年前，一位聪明的老国王召集了聪明的臣子，交代了一个任务：“我要你们编写一本《各时代智慧录》，好流传给子孙。”



这些聪明人离开老国王以后，工作了很长一段时间，最后完成了一本 12 卷的巨作。老国王看了后说：“各位先生，我确信这是各时代的智慧结晶。然而，它太厚了，我怕人们不会去读完它。把它浓缩一下吧！”

这些聪明人又经过长期的努力工作，几经删减之后，变成了一卷书。然而老国王还是认为太长了，又命令他们继续浓缩。

这些聪明人把一卷书浓缩为一章，然后浓缩为一页，又浓缩为一段，最后则浓缩成一句。老国王看到这句话时，显得很得意，说：“各位先生，这真是各时代的智慧结晶，并且各地的人一旦知道这个道理，我们担心的大部分问题就可以解决了。”

这句千锤百炼的话是：“天下没有免费的午餐。”

“天下没有免费的午餐。”春天播种，秋天才有收获；在生活中，付出的越多，得到的越多。

为什么固定电话号码、手机号码中奖这类拙劣的骗术屡禁不止？因为有人上过当，因为这类骗子曾经得逞过。政府、媒体、亲朋好友们告诉你这是假的，可还是有人去相信什么中奖的鬼话。

大多数的人都想快速发达，但是却不明白做一切事情都必须老老实实地去努力才能有所成就，只要放弃投机取巧的心态，实实在在地建立顾客网及组织，成功必定离你不远了。只要还存有一点取巧、碰运气的心态，你就很难全力以赴。不要梦想中彩票，或把时间花在赌桌上，这些一夜之间发达的梦想都是人们努力办事情的绊脚石。

自从传言有人在萨文河畔散步时无意间发现金子后，这里便常有来自四面八方的淘金者。他们都想成为富翁，于是寻遍了整个河床，还在河床上挖出很多大坑，希望借助于它找到更多的金子。的确，有一些人找到了，但更多的人却一无所得，只好扫兴而归。

