

一切不幸，从 舍不得开始

韦 渡 编著

舍，于人是慈悲，于己是精进，以舍为得，无处不春风。

——星云大师

舍不得者，焉知有舍有得；舍不得者，焉知无舍无得。舍不得者，终会在无得中空空如也。

中国华侨出版社



一切不幸，从
舍不得开始

韦 渡 ◎ 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

一切不幸,从舍不得开始 / 韦渡编著. —北京:
中国华侨出版社, 2012.2

ISBN 978-7-5113-2096-4

I. ①一… II. ①韦… III. ①人生哲学-通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 276094 号

一切不幸,从舍不得开始

编 著 / 韦 渡

责任编辑 / 赵姣娇

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/17 字数/285 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2096-4

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

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

前言 QIANYAN

为什么有的人无论走到哪里都很受欢迎,几乎所有的朋友都对他好,都愿意给予他真诚、信任、尊敬、利益、赞美,等等,他甚至还可以和初次见面的人相谈甚欢,而且就此结下深厚的友谊?

显然,这其中必然存在着为人们所不知道的原因,那么问题究竟出在哪里呢?告诉你,这里的关键在于会舍、会得!我们如果想要把周围的人都留在自己身边,要想拥有一个宽广的人际圈,要想让我们的人生更加辉煌,就必须好好来学习一下舍与得的人际关系课。

舍得,这两个字看上去很简单,但做起来却十分不容易。“舍得”一词,四两拨千斤般地解释了人际关系中大大小小的事物,名誉与淡然、利益与吃亏,怨恨与宽恕,爱己与爱人,失信与诚信,计较与宽容,给予与获得……

在面对舍与得时,我们必须做出最恰当的判断和选择,把握好取舍的分寸和火候,从而留住朋友们的心,掌握人际场上的主动权。如果做了一



个错误的取舍,那么,朋友们就有可能离我们而去,我们也会变成不受欢迎的人。

舍得舍得,何舍?何得?舍弃对虚名的纠缠,得到人间的逍遥自在;放弃对金钱的渴求,获得朋友的真情;舍弃屈辱留下的仇怨,享受宽恕赢得的融洽;舍弃失落带来的痛楚,体味知足常乐的逍遥……

舍得,是一种理智;舍得,是一种豁达;舍得,是一种成熟;舍得,是一种境界;舍得,更是为人处世的至高境界,是我们必须要学会的一种生存艺术。宽心做人,适时舍弃,你就能在社交生活中进退自如、游刃有余。

本书以独特的视角阐明“舍得”是一堂人际关系的必修课,从古今中外的一些故事娓娓道来,其中有聪明人的生活经验,也有愚蠢之徒的失败教训,更有智者的人生感悟,深刻阐释了为人处世的内涵和艺术,具有现实的指导意义,希望能够给正在为如何处理好人际关系而苦恼的人们打破陈旧观念,提供新的思维方式。

当你翻开这本书时,看到的就是舍与得的精华。相信你定能在舍与得的辩证关系中品味人生,领悟并学习到处理人际关系的最佳方法。祝你拥有一个和谐宽广的人际关系,进而把握精彩的人生!

目 录

第1章

做人要舍得名： 若能一切随它去，便是人间自在人

人生在世，一切的虚名都像浮云，很快就会烟消云散，我们不应该看得太重。这些虚名除了给我们施加压力之外，不会留给我们任何益处，只会让我们不能轻松自在地和别人交往。要是我们能够让一切的虚名随风而逝，我们会在人际关系中自由驰骋，成为人间最自在的人。

舍弃无谓的面子，弯曲一下又何妨	2
别为架子而失去“位子”	4
天使之所以能飞翔，是她把自己看得很轻	7
抛开虚荣的枷锁，朋友都会向你靠拢	10
把名誉看得淡一些，奔向人生大舞台	12
鲜花和荣誉，一切都是过去式	15
放下身份学习，路才会越走越宽	17
只有无争才能无祸，只有无祸才能无忧	21
学会内敛，做一朵不显眼的花	23

第2章

做人要舍得利： 钱散人则聚，人聚财自来

每个人都喜欢财富，都有追求财富的渴望，但同时利益也是阻碍我们和别人交往的一堵墙。

- 在利益面前，精明不如糊涂好 28
- 交友少些功利心，天涯到处是亲朋 31
- 利益 VS 最珍贵的东西，如何选择 34
- 友情像清水一样透明，才会天长地久 37
- 舍弃自私，推倒阻碍人际关系的墙 40
- 拿走横在朋友之间的“利益刀” 43

第3章

做人要舍得气： 莫执著莫生气，凡事多一点舍得

人生就像一场戏，因为有缘才相聚。我们能够相聚在一起确实不容易，我们应该去珍惜，不要因为小事而向别人发脾气，仔细想想这又何必呢？在生活中，我们不妨多些舍得，来挽留住我们和别人之间的感情。

- 别让无谓的争论，伤了彼此的和气 48
- 不做坏情绪的“传播者” 51

抛弃小事之杂,控制住自己的情绪	54
冷静一点,不要被怒气冲昏了头脑	57
纠结于别人的错误,是对自己的惩罚	59
怒气无法解决问题,何必执著于此	61
面对别人的攻击,不妨释怀心里的“风暴”	63

第4章

做人要舍得怨:

清除心中的仇恨,用宽恕赢得融洽

怨恨就像一把枷锁一样,把我们锁着,让我们与世隔绝,成为切断我们和别人交往的利器。我们只有舍弃怨恨,懂得用宽容的心来溶解怨恨,那么我们才会以自由博爱的心态去和别人交往,才能让我们获得更多的友谊和人脉。

与其诅咒黑暗,何不点亮蜡烛	68
用宽容的心溶解仇恨,心才是轻松的	71
割掉心灵上的毒瘤——怨恨	74
别把过去的仇恨当宝贝	78
宽容之花结出友谊之果	80
怨气冲天灾祸多,宽以待人福气多	83
何来怨恨,从自己身上找原因	86
别让抱怨“毁”了你	89

第5章

做人要舍得情： 爱情之路，取舍之中见证真情

“问世间情为何物，直教人生死相许。”在生活中，因为有爱而幸福，因为有爱而使我们的内心不再荒芜，即使身处荒漠之中也因有爱而变成绿洲。当爱情来的时候，我们应该加倍珍惜，当缘分已尽的时候，我们应该及时放手。世间还有一种爱叫做放手。

被爱是一种幸福，爱是一种能力	94
退让一步，轻松赢得他/她的心	97
爱他，但给他一定的自由	100
放爱一条生路，也是给自己生路	103
爱情不是买卖	106
爱，要亲密有“间”	109
多给爱人一些宽容，婚姻会更美好	111
别让爱成为伤人的利器	114

第6章

做人要舍得信： 诚信人中立，人缘自然来

人生在世,就应该顶天立地,言必信行必果。这样别人才会相信我们,我们才会拥有更多的朋友。诚信是我们和别人交往的敲门砖,当别人和我们交往时,首先要考虑的就是我们的可信度,如果一个人连诚信都没有,那么还有什么值得别人欣赏呢?

言必信,行必果	120
诚信:人际关系的敲门砖	122
乱开空头支票,最终只会葬送友情	125
做人讲信誉,不能过河就拆桥	129
信任:架起友谊的“桥梁”	132
一旦丢失了诚信,没人会再帮你	134
让诚信“引爆”你的潜能	137

第7章

做人要舍得己： 先人后己，共创双赢

对别人好实际上就是对我们自己好。当给别人送去温暖的时候,我们的内心也同时充满了阳光。

帮助别人,成就自己	142
-----------------	-----



送出赞美,赠人一道甘甜的清泉	145
即使自己一无所有,也要学会分享	149
尊重别人,赢得良好口碑和人缘	152
“播种”善良,才能收到善良的回赠	156
为别人敞开方便之门	159

第8章

做人要舍得容: 心放宽一些,计较是失败的开始

天空因为能宽容每一片云彩,所以才能够广阔无比;高山因为能宽容每一块岩石,所以才能成就雄伟壮观;大海因为能宽容每一朵浪花,所以才能让自己浩瀚无际。人要是能够宽容每一个人,那么你距离成功就不远了。

不要紧盯着别人的缺点	164
宽容,对手也能变成朋友	167
多为“冤家”着想,少以己度人	170
不要因别人的言语而自寻烦恼	173
有容人之量,方能成人之事	176
没有宽容,就等于关上了合作的大门	179
宽恕他人就是善待自己	183
别用完美捆绑自己,包容自己的缺点	186

第9章

做人要舍得退：

有理也要让三分，退后一步天地宽

大丈夫就要能进能退，进一步星光灿烂，退一步海阔天空。在人际交往的过程中，没有人能够常对，也没有人能够常错。当我们发现别人错了，我们有理的时候，千万不要得理不饶人，我们要学会让三分，要学会退一步，因为我们退了一步，也就意味着为我们自己留下了广阔的空间。

学会退让，不要没理搅三分	190
有理的时候，也要得饶人处且饶人	193
何必处处压人一头	197
退，是为下次的进积蓄力量	199
退一步天宽地阔，让他一步又何妨	202
适度妥协是一种美丽	204
知难而退，也是一种智慧	207
学会退让，用好趋利避害的“法宝”	210

第10章

做人要舍得弃： 要有所放弃，才能有所追求

在人生中，我们学会了人生的加法，我们总是想要让自己得到些什么。但是我们更应该学习的是，人生的减法，要有所放弃，因为放弃是为了更好的选择。只有有所放弃，才会有所追求。

- 舍弃高傲的姿态，你会更受欢迎 216
- 甩开贪婪的欲望，学会知足才快乐 219
- 告别英雄主义，开启 $1+1>2$ 的新世界 223
- 让过去过去，不去“翻旧账” 227
- 跳出自卑的漩涡，获得相信我能的自信 231
- 舍弃原来的样子，才能迎来新惊喜 233
- 不被经验所束缚，“原创”你的人生 237

第11章

做人要舍得让： 把好的让给别人，吃亏也是福

在人际关系中，我们无法做到绝对公平，总会有人吃亏。做人要舍得让，把好的让给别人。吃亏得福，吃小亏得小福，吃大亏得大福。

- 吃小亏，得大福 242

把好处让给别人	244
多主动吃亏,少被动吃亏	247
不在乎吃眼前亏,不做一锤子买卖	251
吃亏“吃”出福气来	254

第 1 章

做人要舍得名： 若能一切随它去，便是人间自在人

人生在世，一切的虚名都像浮云，很快就会烟消云散，我们不应该看得太重。这些虚名除了给我们施加压力之外，不会留给我们任何益处，只会让我们不能轻松自在地和别人交往。要是我们能够让一切的虚名随风而逝，我们会在人际关系中自由驰骋，成为人间最自在的人。



舍弃无谓的面子，弯曲一下又何妨

人们讲面子讲了几千年的历史，几乎所有人都将面子当宝贝一样放在手心捧着，绞尽脑汁维持着，这样的人屡见不鲜，比如成语故事讳疾忌医、邯郸学步、沐猴而冠、夜郎自大……

可是，面子究竟给我们带来了什么呢？我们一起来重读历史，不难发现：过分在意面子是一种不理性的行为，会使得我们误入歧途而不自知，但是为了所谓的面子丢弃尊严和性命的却大有人在。

在现实生活中，不少人也总认为自己是君子，觉得大丈夫就应该顶天立地，宁可站着死，也绝不跪着活。他们宁为玉碎，不为瓦全，认为自己行得正，走得直，不需要向任何人低头，也万事不求人，甚至到无路可走的困境时也会说：“大不了一死。”

殊不知，人是社会性的动物，我们生活在上，总是要与人交往、与人沟通的。如果我们总是为了所谓的面子，而用这种高姿态来为人处世，那么又有谁愿意和我们交往呢？我们又怎么能交到朋友呢？

舍不得面子，受不了任何一点委屈会导致双方都陷入僵局，这对我们又有什么好处呢？难道不能舍弃无谓的面子，适当地弯曲一下吗？只要我

第1章 做人要舍得名：

若能一切随它去，便是人间自在人

们仔细想想，就可以发现，舍弃面子，弯曲一下虽然从表面上看，我们是受了委屈，但实际上，因为我们的弯曲，最终我们得到的总会比失去的多。

在秦朝末年，农民起义风起云涌，使得秦朝的统治在农民暴动中风雨飘摇。秦朝灭亡以后，西楚霸王项羽和汉王刘邦为了争夺王位开战，各路小诸侯国也凭借自己的势力蠢蠢欲动。

当时，在刘邦手下有一名猛将名叫韩信，他骁勇善战，战功赫赫。他用兵如神，帮助刘邦打下了半壁江山。当时，他在军中的威望早已超过了刘邦。

有一次，刘邦派韩信去镇压齐国，于是韩信带兵出征。没过多久，韩信派人向刘邦说：“齐国放出风声说我出师名不正言不顺，所以请汉王封我为假王，这样我就出师有名，就可以名正言顺地攻打齐国了。”

刘邦一听，暴跳如雷，他生气地大声骂道：“韩信这厮，简直可恶，枉我在这一直等着他凯旋的好消息，盼望着他早日回来，可他却拿自己的功劳和地位威胁我，让我封他为王。难道他是想造反吗？”

张良和陈平小声对刘邦说：“主公，现在的局势对于您来说可谓十分不利，就算是韩信想造反，您也无力阻止，凭我们现在的实力根本不足以与他抗衡，与其逼他造反，让他倒戈相向，还不如您跟他说句软话。适时弯曲一下，他想要封王，您就满足他的愿望，封他为王，让他去镇守齐国，那样不是更好吗？这样一来，既可以解决您的危机，又能够换取他的忠心。如果您不弯曲，逼他造反，那后果真是不堪设想，对于您来说是得不偿失啊！”

刘邦听后恍然大悟，他说道：“大丈夫平定诸侯，要做王就应该做真王，何必做假王呢？来人拟旨，封韩信为齐王，以后他的封地就在齐国，由他镇守。”

刘邦忍了一时之气，却安抚了韩信，使韩信没有借口造反，换来了大汉朝长达四百年的江山。

在那样的局势下，刘邦无力与韩信硬拼，也无力阻止韩信称王。如果