

学会舍得 才能收获



舍与得

人生经营课

大全集

杨海珊 主编



内容最全面 技巧最丰富 方法最实用

一则则故事，催人奋进，帮你梳理纷乱的思绪，找到人生幸福的密码

一篇篇美文，怡人性情，为心灵注入勇气和力量，带给你希望和爱

收获改变一生的舍得智慧



外文出版社

FOREIGN LANGUAGES PRESS

舍与得

人生经营课

大全集

杨海珊 主编



SHE YU DE
RENSHENG JINGYINGKE



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

舍与得人生经营课大全集 / 杨海姗主编. — 北京: 外文出版社, 2012
ISBN 978-7-119-07544-0

I . ①舍… II . ①杨… 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 (2012) 第 034700 号

总 策 划: 杨建峰
项目总策划: 王京强
责 任 编 辑: 史 敬
装 帧 设 计: 松雪图文
责 任 印 制: 高 峰 苏画眉

敬启

本书在编写过程中, 参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难, 我们未能和部分作品的作者 (或译者) 取得联系, 对此谨致深深的歉意。敬请原作者 (或译者) 见到本书后, 及时与本书编者联系, 以便我们按照国家有关规定支付稿酬并赠送样书。联系电话: 010-84853028 联系人: 松雪

舍与得人生经营课大全集

主 编: 杨海姗
出版发行: 外文出版社有限责任公司
地 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码: 100037
网 址: <http://www.flp.com.cn>
电 话: 008610-68320579 (总编室) 008610-68990283 (编辑部)
008610-68995852 (发行部) 008610-68996183 (投稿电话)
印 刷: 北京新华印刷有限公司
经 销: 新华书店 / 外文书店
开 本: 889mm × 1194mm 1/16
装 别: 精
印 张: 27.5
字 数: 700 千
版 次: 2012 年 5 月第 1 版第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-119-07544-0
定 价: 29.80 元

前言

几乎人人都说过这样一句话：“有舍才有得，不舍哪来得？”“舍”与“得”是事情的两面，似乎是一对水火不相容的敌人，但同时又像是一对亲密的伴侣，即对立又统一，是矛盾的两个方面。“舍”是放弃，却成为成因，结出了“得”的结果，不舍者不得，得亦因舍而得。不管是哪一种方式的施予，一个人只有施予才能获得。世事沧桑变幻，人生沉浮不定，都在舍与得中达到和谐与统一。“舍”是“得”的因，而“得”是“舍”的果。不懂舍得的人不会有所得，有所得的人是因为曾经的“舍”。总而言之，一个人只有付出才能有收获，这也是“舍得”的真谛。

人们往往面临多种选择，对此，很多人把这种得失之间的权衡看做是一把把铁锁。于是，生活的欢欣和幸福都被锁住了，庭院深深，长满青苔。

这些人没有领会到“舍得”的精髓，这也是他们生活越来越苦闷、越来越疲惫的原因。在“舍”与“得”之间，大多数人都喜欢“得”：得到利益、得到尊敬、得到地位、得到荣誉等。于是，他们在生活中不停地追求、索取，结果，身上的包袱越来越重，以致最后压弯了腰。这些人的目光紧紧地盯在了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：只有先舍，才能有所收获。

有这样一则小故事：

有一个小男孩家里很穷，于是他就上街乞讨。有人左手拿着一文钱、右手拿着十文钱，问他选择拿哪一个，小男孩只拿了一文钱，不拿十文钱。起初人们以为小男孩心善，不好意思破费人家更多的钱。后来又有人故意这样让小男孩选择，小男孩还是只拿一文钱，不拿十文钱。于是这个只拿一文钱不拿十文钱的小男孩的名声就传出去了。越传就越有人拿钱来让小男孩选择，在这些人面前，小男孩始终坚持自己的选择：只拿一文钱，不拿十文钱。甚至有人为了取乐，反复拿出一文钱和十文钱放在小男孩面前，就是为了看小男孩只选择一文钱的傻相。一位哲人见此情景，深有感慨，摇摇头走了，人们纷纷尾随其后，询问其原因。哲人意味深长地说：“这个小男孩将来一定会成为一个智者，因为他懂得一个道理：舍与得的智慧。如果他拿十文钱的话，他就跟别的乞丐一样了，就不会有人故意拿钱给他了。”

这个小男孩可谓深知“舍”与“得”的精髓，他深刻明白“鱼与熊掌不可兼得”的道理，在面临选择时能看到事物的大体趋势和重点，懂得舍弃后才能有大得的道理。

“舍得”是一种人生态度，更是一种人生境界。舍并不意味着放弃，而在于将来更高层次的

获得。这不是一种消极的人生态度,而是一种可取的、清醒的人生观。一个人只有知道自己能干什么,才能把有限的精力集中到真正的事业上,在“舍得”中成就自己。懂得放弃,说明这个人真正了解自己,真正懂得如何驾驭自己的人生。

本书故事精彩、文字优美,是一部关于“舍与得”的人生经营的经典之作,详细地介绍了“舍”与“得”之间的关系、舍的境界和得的智慧。

希望通过本书,你可以懂得人生的意义,领悟舍的价值,明白什么可以舍,什么不可以舍,实现人生的自我规划,从而在人生舞台上游刃有余、坐拥成功!



目 录

第一篇 舍的境界

第一章 舍弃是一种智慧	2
将欲取之,必先予之	2
给予是得到的更好办法	2
丢掉该放弃的	3
放弃并不等于失去	4
放弃是为了新的理想的开始	4
坚持不一定是最好的做法	5
无限欲望使生命远离幸福	6
割断欲望之绳	7
专注下一件事,不为打翻的牛奶哭泣	7
别把自己留在昨天	8
放弃自己等于放弃一切	9
没有任何人能放弃我们	10
吃吃眼前亏	10
吃亏是福	11
收获来自于付出	12
舍不得孩子套不着狼	13
为了熊掌而舍鱼	13
懂得放弃才有快乐	14
放弃也是一种成功	16
第二章 舍弃物欲	17
富贵如浮云	17
知足常乐	17
活得简单才幸福	18

知足使人生富足	19
贪欲越大失去越多	20
不要一味追求知名度	22
把贪欲锁住	24
慷慨地享受生活	26
不要让金钱控制自己	27
掌控自己的欲望	28
不给金钱做奴隶	29
不让盲目攀比刺伤自己	30
坦然接受现实	31
权衡好坚持与放弃	32
保持一份淡然的心境	34
能够承受痛苦,生活才会更加美好	35
活在当下的角色里	36
欣赏生活中的美	37
不依赖外物,获真正自由	37
剔除杂质,留下无瑕之美	39
第三章 舍弃忙碌	40
放弃一些无谓的忙碌	40
学会释放自己	41
给生活留一些空白	41
跳出忙碌的圈子	42
放下负重,轻装前行	43
让心灵回归简单	45
脱去复杂生活的洋装	46
放缓生活的节奏	47
第四章 舍弃贪婪、狂妄	48
对敌人施以小利	48
名利是身外之物	49
过度的贪婪只会带来不幸	50
小贪终会成巨贪	50
对不属于自己的东西不要强求	51
贪婪心态要不得	53
贪婪只会让你一无所有	54
自负只会结出失望的果子	55
抛弃虚荣与自负	56
知之为知之,不知为不知	57
切忌狂妄与自大	59
切忌自不量力	60

站在他人肩膀上的自负	61
第五章 舍弃忘恩负义	63
忘恩负义之人没有情义可言	63
懂得饮水思源	64
一滴恨水感恩全无	65
把恩情压在箱底	66
一边保护自己,一边驯服猛兽	67
不能在相同的地方摔两次跟头	68
过河拆桥使不得	69
第六章 舍弃虚伪	71
用事实为自己说话	71
善于说出“不”字	72
不要只凭相貌结交人	73
伪君子,不可不防	74
有些“好意”受不得	75
好酒中也有掺毒药的可能	76
警惕言而无信的人	77
揭开“伪君子”的道德面具	78
第七章 舍弃小人	80
小人是不讲道德的	80
学会与小人打交道	81
提防身边的小人	82
千万不能忽视小人物	84
防范小人应多听过来人的意见	85
保持清醒的头脑	86
观其色,察其言	87
别被小人迷惑	88
妥善处理与小人的关系	89
防人之心不可无	91
第八章 舍弃消极心理	93
定期做人生清理	93
擦拭心灵的尘网	94
盛气凌人,心满退步	94
炒自己的鱿鱼	95
按自己的意愿做事	96
不在乎出丑	97
别让松懈瓦解意志	97

拆除心墙	98
从零开始	99
别让自己内疚	100
先处理心情再处理事情	101
别找“后悔药”	101
摆脱绳结	102

第九章 舍弃浮华的诱惑

放下浮躁心	104
远离名利的烈焰	105
寂寞是一种享受	106
释怀不愉快	107
把金子放到珠宝的行列里	107
期待是责骂的暗语	108
用合理的方法解决问题	109
生活的节奏要靠自己掌握	110
人生之乐在于平淡真实	111
认可自身的价值	112
顿悟是新的开始	113
人生如散文	113
用孩子的眼光打量世界	114
身边的幸福	115
随意自然地生活	116

第十章 舍弃小心眼

做个“糊涂”的人	117
不要斤斤计较	118
要拿得起,更要放得下	119
让博大的心量稀释一切痛苦	119
对生活不要有过多的抱怨	121
生气不如“消”气	121
漠视他人的毁誉	122
别跟自己较劲	123
不要为小事情抓狂	124
且咽一口气	125
睁一眼闭一眼	126
不纠结于已失去的事物	127
人生的快乐在于计较得少	128
把生活当情人	129
没有任何事情值得忧虑	130
世上本无事,庸人自扰之	131

第十一章 舍弃傲慢与偏见	132
偏听偏信没有好结果	132
退一步,想开一点	133
别陷入思维误区	134
笑迎挑战	135
不要永远活在过去	136
烦恼源自心生	136
勇敢地打破规则	137
寻找通向成功的捷径	138
勇敢向前冲	139
没有找不到的路,只有自己还未找完的路	139
爱可以容下一切	141
成功始于永不言弃的努力	141
放弃卑微的祈祷,勇往直前	142
不屈服于挫折和命运	143
第十二章 舍弃摇摆	145
相信自己	145
找准自己的位置	146
要敢于放弃	148
不轻言放弃	149
重新选择	151
有所为有所不为	153
放弃与坚守	155
懂得放弃是一种智慧	156
第十三章 舍弃完美	159
放弃苛求完美的冲动	159
缺憾有时也是一种美	161
宽以待人	162
欣赏自己	163
让一部分人满意	165
欣赏残缺之美	167
第十四章 舍弃抱怨	169
改掉怨天尤人的心理	169
自信的人没有抱怨	170
让心中的天平保持平衡	172
改变自己适应环境	174
坦然面对生活	176
活出真实的自己	177

调解心态,化解不快 179

相信总有一扇窗为自己打开 180

有些事情必须等待 182

抱怨不会改变困境 183

无私付出换来无偿给予 185

第十五章 舍弃嫉妒 187

嫉妒是恶魔,万万要不得 187

嫉妒心态给他人带来伤害 188

嫉妒往往与自卑相伴随 189

妒忌心会令人丧失人性 190

“红眼病”人容不下别人 191

提防“红眼病”人 192

韬光养晦是正道 193

第十六章 舍弃低三下四 195

别被马屁拍走了理智 195

要善于识破马屁精的骗术 196

喜怒哀乐莫形于色 197

小心暗中咬人的“哈巴狗” 198

马屁精的恭维好听但不好用 199

学会忍耐身边的“哈巴狗” 200

第二篇 得的智慧

第一章 懂得选择 204

遇人遇事留有余地 204

爱人是自己最好的选择 205

命运掌握在自己手中 206

努力把握今天 207

走自己的路 208

从事自己喜欢的工作 208

给自己铺路 209

将欲取之,必先予之 210

有所为有所不为 210

对手造就强大的我们 211

别在选择面前固执	212
看清“气候”再决断	213
选择是掌握自己命运的重大力量	214
成功需要正确地选择	215
 第二章 选准人生坐标	217
寻找生命中的“大石块”	217
不要为“怀才不遇”哀叹	218
做敢于“吃螃蟹”的人	219
做自己感兴趣的事	220
在目标之外看到宝藏	220
点亮人生的希望	221
属于自己的人生设计	222
不同人的不同路	223
选定自己的舞台	223
确定正确的方向勇往直前	224
发挥自己的长处	225
看清方向再努力	226
生命需要自己设定	227
寻找自己的成功位置	228
为自己的人生定位	228
伟大的事业来自远大的理想	230
为成功制订计划	230
 第三章 行动是获得的前提	232
天下没有免费的午餐	232
仅仅祷告并不能发财	233
突破自我	234
从挑战中得到满足	234
为人生目标而工作	235
小细节决定大成败	236
攀登生活的高峰	237
关注细节	238
冒险的人生才有意义	238
做更有意义的事	240
自满会让人止步不前	240
做好眼前的事	241
为自己助威	242
行动决定一切	243
为可实现的目标而努力	244
有目标就马上行动	244

主动地寻求发展	245
商场上不允许拖延	246
不把问题留给别人	247
利用好每一个“今天”	248
人生拼搏要趁早	249
从细节中找到成功	250

第四章 得源于懂得厚黑术

见什么人上什么菜	252
方圆得当,大智若愚	254
内方外圆,方可进可退	255
太过真诚也不好	258
做事有原则,让步有限度	260
有理也需让三分	263
恰当地赞美别人	265
合作求生存	267
做人要懂得低头	270
放下身架才能成功	272

第五章 得源于“忍”

退一步海阔天空	274
小不忍则乱大谋	275
做人要学会弯曲	276
忍要有分寸	278
学会向生活低头	279
忍耐是一种美德	281
退步原来是向前	282
锋芒毕露对己无益	283
忍让一时得利一世	285
“忍”是成功的要素	286
世上没有解不开的结	287
对排挤要素泰然处之	288
小成本也能成功	289
以最小的损失获得最大的利益	290
与人相处要兼容并蓄	291
向对手投降并不可耻	293
不妨主动认错	293
忍小失而得大利	294
理性处事	295
有得就要有舍	296
以宽容来对待别人的过失	297

忍受不平是一种修养	298
不拘小节方可成大事	299
锋芒太露只能自掘坟墓	300
傻一点并不吃亏	301
大事不糊涂,小事不精明	302
学会守愚才是真正的智者	303
太聪明反而不易成功	304
装傻是一种境界	305
有大智慧的人善于装糊涂	306
糊涂是明哲保身之道	307
以糊涂的心理面对世事	308
学会糊涂,逍遥自在	310
第六章 得源于宽容	312
快乐和健康从宽容中获得	312
批评别人之前先自我反省	312
心有报复只能让自己受伤	313
宽容让人活得自由轻松	314
严于律己,宽以待人	314
接受并宽容他人的缺点	315
记住恩惠,忘却伤害	316
宽容是一种气度	317
以真情对真情	318
对生活心怀感激	319
与别人分享自己的力量	321
要以和为贵	321
有修养的人才懂得宽恕	322
放低姿态才能避免嫉妒	324
用忍让避免冲突	325
坦率地检讨自己	326
给药时加点糖	326
真挚的友谊助人前进	327
对周围人表达出关心和尊重	328
何必为小事争吵	328
真诚地关心别人	330
牢记并尊重他人的名字	332
聆听是对他人最好的恭维	334
友情的火花需要赞美来点燃	336
时时让别人感到重要	338
卡耐基的生活智慧	339
幸福来源于友谊	348

别太把自己当回事	356
多从别人的角度考虑问题	358
用热情拥抱人生	360
对人友善是一切的开始	362
宽恕伤害自己的人	363
交往中的魅力来自于倾听	365
多征询别人的意见	367
把忠言说得好听些	368

第七章 得源于抓住机遇 370

突破内心的束缚	370
不因不幸而沮丧	371
不平凡往往来自于平凡	372
没有什么不可能	373
勇于挑战生命的极限	374
“今天”是唯一的	375
从琐事中发现机会	376
别让冲动冲跑自己的良机	376
机会从借口中流走	377
上进心使人成功	378
成功来源于奉献精神	379
实实在在地做事	380
创造机会强过等待机会	380
变通是一种智慧	381
不断地坚持才能遇到机遇	382
脚下也会有钻石	383
采取行动占有机遇	384
错过机遇就等于错过了财富	384
机遇只有一次	385
机会也会从失败中出现	386
机遇要靠自己努力争取	387
机遇往往出现在绝境之处	388
机遇喜欢有准备的人	389
一无所有正是创业的机会	390

第八章 得贵在持久 391

自信的建筑	391
勇敢是最佳的防护罩	392
不断学习才能成功	393
坚持就是胜利	393
遇到挫折并不全是坏事	394

勤奋才能成功	395
认输就真的输了	396
不注重别人心理的后果	396
善行的力量	398
第九章 得源于人脉	400
人脉账户决定事业成功	400
人脉孕育千载难逢的机会	400
从人脉大树上获取财富	402
成为人脉网上的闪光点	404
人脉是最经济最快捷的情报网	406
善于沟通,建立人脉	407
影响你事业成功的十一种人	408
就是要“攀龙附凤”	410
优势互补的朋友让你终生受益	411
第十章 得源于识人与用人	413
成全别人的尊严	413
容忍他人所犯的错误	414
满足员工的需求	415
相信下属	416
把握生命中的贵人	417
忠诚来源于信任	419
信任员工能节省管理成本	420
透过心灵的窗口识心意	421
真正的朋友出现在危难之时	422



第一篇

舍的境界

袁牧之

（此处为试读内容，文字模糊，主要描述舍的境界与人生感悟）