



舍得的人生

王迪◆著

收获多

人生需要付出，你要学会舍得

做人不可太功利，唯有大方地舍，才能丰厚地得。

舍，看起来是给人，实际上是给自己。给人一句好话，你才能得到别人回你一句赞美，给人一个笑容，别人才能对你回眸一笑。舍和得的关系，就如同因和果，因果是相关的，舍与得也是互动的。

——星云大师

拥有舍得的智慧
收获快乐的生活



广东旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL PRESS CHINA
地址：广东省广州市天河区

人生需要付出，你要学会舍得

王迪◆著

舍得的人生 收获多



廣東旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦享人生

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

舍得的人生收获多 / 王迪著. — 广州 : 广东旅游出版社, 2014.8

ISBN 978-7-80766-894-7

I. ①舍… II. ①王… 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 (2014) 第153643号

责任编辑: 梅哲坤

封面设计: 李尘工作室

广东旅游出版社出版发行

(广州市天河区五山路483号华南农业大学公共管理学院14号楼3层 邮编: 510640)

北京紫瑞利印刷有限公司印刷

(北京市海淀区上庄路58号)

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

联系电话: 020-87348243

710毫米×1000毫米 16开 14印张 200千字

2014年11月第1版第1次印刷

定价: 30.00元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书。

前 言

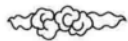
《了凡四训》中最早提出了“舍得”一词，多少年来关于舍得的处世哲学一直被人们不断提起，不断讲述。舍得之间到底是怎样一种辩证关系？曾有人打过这样一个简单的比喻，舍得之道就像一只装满水的杯子，要么喝掉，要么倒掉，总需先弃，才可后蓄新水。而任何事情皆是如此，有些时候你认为得到了，但其实你正在失去，就像水杯虽装了新水，但旧水已倾倒；有些时候你觉得失去了，但相反可能会有另外的收获，仍如水杯，失了旧水，后面却得了新水。这就是“有舍必有得，有得也必有舍”的道理。

弘一法师李叔同曾说：“舍得，舍得，有舍才有得。小舍小得，大舍大得，难舍难得，不舍不得。”当代著名作家贾平凹先生也曾作过一篇专门讲述“舍得”的文章。文章大意表明，世界是阴与阳的构成，人在世上活着也就是一舍一得的过程。

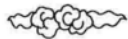
的确，“舍得”二字，蕴涵着人生的真谛。

王昭君舍弃了锦衣玉食，得到了一世太平与后世赞美；李白舍弃了富贵，而留住了“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的傲骨；陶渊明舍弃了“春风得意马蹄疾”的仕途风光，却尽享了“榆柳荫后檐，桃李罗堂前”的闲适惬意……

舍得之道适用于人生的各个领域，舍得是生活的哲学，是处世的艺术，是万物运行的机理，是和谐统一的根基。



前
言



然而，没有领悟舍得真义的人则往往受害于自己的无知。

当年，范蠡舍下复国之功，不享荣华，独自放舟于江湖，保得了身家性命；而文种却因看不清形势，一时贪恋权位，终遭猜忌被赐死。

当年，萧何为免刘邦之疑，不惜自污名声，得其信任，保得一世安稳；而韩信却太在乎权名，过于狂妄，终被吕后诱杀。

历史上能昭示舍得之机的例子众多，而现代社会不知如何取舍的也大有人在。

普通人也大多只想得到不想付出，因而在工作时看钱下工夫，失去升职的机会；在与人交往时斤斤计较，使人际沟通不畅；在感情生活中过于自我，进而错失情缘。

太多人终因舍不得，而失去更多。

其实，“舍得”二字已经包括了人生全部的真知。成熟的人、成功的人、大爱之人、宽怀之人都是了悟“舍得”之智的人。他们得而不喜，失而不忧，他们不功利，不世俗，他们敢于奉献，甘于付出，他们懂得“将欲取之，必先予之”的道理，他们也因此有了一般人所没有的收获。

百年的人生，不过是一舍一得的重复。大地舍弃繁花，才有秋收的硕果；人类舍弃安逸，才有不断的进步……让我们领悟舍得的智慧，进入舍得的境界，人生将大有不同。

本书道出了智慧之人的舍得之道，也写出了愚鲁之人的失败教训，用简单的哲理道出了“舍得”的内涵，并揭示出舍得之道对于人生发展的重要影响。若能领悟本书的道理，那么人生的道路可能就会少几道弯，多几扇门。

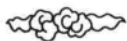
目 录



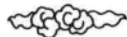
卷一

舍是得之因，得是舍之果 / 1

1. 舍不得自然得不到 / 2
2. 丝毫不舍，如何能得 / 5
3. 滴自己的汗，吃自己的饭 / 7
4. 要想有所得，必须脚踏实地去努力 / 9
5. 如果你想得到一样东西，就要先付出某样东西 / 12
6. 想赚钱就得吃苦，想赚大钱就得吃大苦 / 15
7. 自私自利的人不会有收获 / 17
8. 目光远大的人，站得高，看得远 / 19



目 录



卷二

时时拿得起，处处放得下 / 23

1. 只有学会放弃，才有力量走更远的路 / 24
2. 放不下身段，常会让自己无路可走 / 28
3. 拿不起放不下，这样的人最容易心理失衡 / 31
4. 舍得下小面子，日后才有大收获 / 34
5. 人生哪可常胜，你要学会认输 / 37

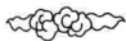
6. 放下包袱也许会拥有另一种情怀 / 40
7. 输赢成败在所难免，你要学会摆正心态 / 42
8. 忘记失败的痛苦，发现失败的价值 / 45
9. 大气地放下过去的不如意 / 47
10. 放下失意，另寻一片天空 / 51



卷三

心灵勤拂拭，不使惹尘埃 / 53

1. 解开心中的绳结，通透地看待生活 / 54
2. 与痛苦为伴，还是从痛苦中脱身而出 / 56
3. 我们常常自生烦恼，“平添许多愁” / 59
4. 如果你不自寻烦恼，没人会让你烦恼 / 62
5. 及时清理封裹心灵的茧 / 65
6. 常给心情放放假，不可总是太紧张 / 67
7. 遗忘痛苦，幸福才会降临 / 69
8. 勇敢向前，别在不幸上停留太久 / 71



目

錄



卷四

退让不吃亏，忍耐是保全 / 75

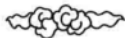
1. 物极必反，当退则退 / 76
2. 要想求保全，需在得意浓时休 / 78
3. 做人不可张扬，以免惹来麻烦 / 82
4. 以谦卑的姿态行走社会，才会走得顺利 / 84
5. 与人“抬杠”是件愚蠢的事 / 87
6. 懂得运用策略，不跟对方硬拼 / 90
7. 忍为天下先，让步天地宽 / 93

8. 太强调个人，早晚要吃苦头 / 95
9. 适时忍耐，不逞一时之勇 / 98



卷五 舍弃贪婪心，换得宁静来 / 101

1. 没必要把生活弄得那么复杂 / 102
2. 有时钱财会让你寝食难安 / 105
3. 贪婪会让你的人生充满负担 / 108
4. 不计利益得失的人，上天往往不会亏待他 / 111
5. 许多附加的东西只是徒增无谓的负担 / 114
6. 做金钱的奴隶，还是做金钱的主人 / 117
7. 谁能舍下名利，谁就拥有洒脱 / 119
8. 将光环让给别人，把自在留给自己 / 121

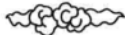


目 录



卷六 错的莫坚持，放弃是明智 / 125

1. 在关键时刻，要果断地舍弃 / 126
2. 放弃狂妄，选择归零 / 128
3. 作好人生的选择，适时地有所放弃 / 130
4. 舍弃那些让你不安的东西 / 132
5. 合适的位置才能成就优秀的你 / 134
6. 以能发挥自己的长处作为选择的依据 / 136
7. 只有适合自己的生活，才是幸福的生活 / 138
8. 专攻一门，更容易获得成功 / 140

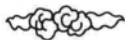




卷七

莫追眼前利，放眼看未来 / 143

1. 放弃蝇头小利，获得长远利益 / 144
2. 舍弃到嘴边的肥肉，你会得到更多 / 146
3. 人生必要面临取舍，要保持平常心态 / 148
4. 面对“馅饼”，请诚实一些 / 151
5. 处处怕吃亏，成不了大事业 / 154
6. 宁可自己吃亏，也不可亏待帮助过你的朋友 / 157
7. 不是自己的不要拿，只抓属于自己的钱 / 159
8. 吃亏是一种能舍也能得的人生境界 / 161
9. 肯吃亏的人才不会吃大亏 / 164
10. 职场新人，敢吃亏才能成就自己 / 169



目

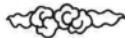
錄



卷八

帮人是帮己，付出是收获 / 173

1. 多为他人着想，要有一种无私的幸福观 / 174
2. 有多大的爱心，就会有多大的成绩 / 176
3. 付出爱的人总能得到回报 / 179
4. 做精神上的天使，用爱心感染别人 / 181
5. 帮人就是帮己，助人就是利己 / 183
6. 付出一分关怀，得到一分关爱 / 186

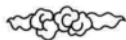




卷九

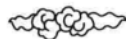
恋是为爱，分手也为爱 / 191

1. 对不能担起的爱要及时放手 / 192
2. 舍得虚荣的爱，选择朴实的情 / 195
3. 成全之爱比占有之爱更伟大 / 199
4. 珍惜现在拥有的，错过的不再留恋 / 203
5. 爱没有理由，它让你心甘情愿地付出 / 205
6. 爱情，就是彼此竭力地付出与承受 / 208
7. 将感情投注到合适的人身上 / 212



目

錄



卷一

舍是得之因，得是舍之果

人活一世，不过是一舍一得的重复。弘一大师有句名言：“舍得，舍得，有舍才有得。”舍与得互为因果关系，有舍必有得，有得必有舍，人生就是这样，若想要得到一些东西，必然要放弃一些东西，如果舍不得，又怎能求得到？





舍得的人生收获多——人生需要付出，你要学会舍得

1. 舍不得自然得不到

舍得舍得，小舍小得，大舍大得，懂得放弃的人才会真正拥有自己想要的一切。

历史上，永州人都特别善于游泳。有一天，河水突然暴涨，有几个永州人正乘坐一条小船上。结果刚到江中心，船就漏水了，船上的人就只好跳到水里往岸上游。其中最会游泳的一个人使出了全身的力气，但还是没有平常游得快。他的同伴很疑惑，于是问他为什么今天这么吃力。那个人回答说：“我腰里缠着太多的钱，现在重得不行，所以今天特别吃力。”于是同伴劝他快把钱扔掉，但是这个人说什么也不肯。

过了一会儿，这个人更加没有力气了。那些已经到了岸上的同伴又大声劝说他扔掉钱，他摇了摇头，最后沉入水中淹死了。

为了达到目标，就必须扔掉很多累赘。这些累赘很多时候都会影响目标的实现，因此必须扔掉。舍不得自然得不到。

人要舍掉生活的惰性。生活一旦形成惰性，做什么事情都很难有激情。即使下定决心做一件事情的时候，往往一遇到困难就想退回到原来的生活状态之中。这就是如果想毁掉一个人就只需要让他安逸起来的原因。

人还应该舍掉目标以外的东西。因为人的时间和精力都有限，只有把有限的时间和精力都放在事业上，才能够确保取得最大的成功。每一个人都会有很多目标，但最后必须确定一个目标，然后努力将这个目标实

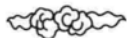
现。但许多人常常会有一些不切实际的想法，总想着为了逃避风险，便多确定几个目标，这样即使一个目标无法实现，另外几个目标也有可能实现。殊不知这种想法是最致命的，多个目标自然分散精力，一个目标无法实现，很容易像多米诺骨牌一样导致所有的目标都无法实现。人在面临多个目标时往往不会全力以赴，而是以为这个不行，下个可以补充，以这样的心态又怎么能实现目标呢？

最后，人应该舍掉的是以成功者自居的心态，也就是说人要有一种归零心态。不管以前怎样成功，既然选择了从事新的事业，那么以前的成功都要一概抹掉，一切从零开始，一切从头再来。很久以前成功的经验并不符合今天的实际，但人们往往容易抱残守缺，容易相信自己曾经亲身经历过的一切，于是不相信理性的判断，不相信别人的劝说，一意孤行地坚持按照原来的办法来做，其结果可想而知。

《吕氏春秋》记载了这样一个故事：有个人路过江边，看见一个汉子正牵着一个婴儿，想要把他投进江里去，婴儿吓得哇哇乱叫。这人走上前去问那汉子：“你怎么把婴儿往江里投呢？”那汉子说：“怕什么？他的爸爸很会游泳。”

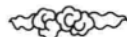
他的爸爸会游泳，他的儿子难道生来也会游泳吗？很多创业者有其父善游的心态，认为自己曾经成功过，现在成功也是不难的事情，殊不知这是自欺欺人。

得失心太重的人往往放不开手脚，不能做到忘我。只有真正地舍掉自我，舍掉曾经拥有的一些东西，才可能收获不一样的未来，就像做演员，一个演员在演戏的时候应该很投入，要舍掉自己，全情投入到角色中。那些不投入的人，往往会有太多的顾虑，这样是没有办法演好戏的。



捨

得





舍得的人生收获多——人生需要付出，你要学会舍得

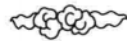
顿悟舍得：

人在得失心重的时候不妨问一下自己：得到了又怎么样，失去了又怎么样？如果回答好了这两个问题，心态自然会平和起来。



捨

得



2. 丝毫不舍，如何能得

有位居士向禅师诉苦：“我的妻子非常吝啬，不但对慈善事业毫不关心，甚至连亲戚朋友遇到困难也不肯接济，与亲朋好友在一起聚会也是如此，请禅师去我家开导开导她。”

禅师就这样随这位居士来到他家中。果然，居士的妻子十分小气，仅仅给禅师倒了一杯白开水，连一点儿茶叶也舍不得放。禅师并不计较，但是，不知为什么，他用两个拳头夹着杯子喝水。居士的妻子“扑哧”一声笑了。

禅师问她笑什么，她说：“师父，你的手是不是有毛病，怎么总是攥着拳头？”

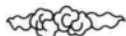
禅师问道：“攥着拳头不好吗，我若是天天这样呢？”

“那么就是有毛病了，天长日久，就成了畸形。”

“哦！”禅师像是恍然大悟，伸开手，却又总是翘着五根指头，说什么也不肯合拢。

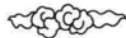
居士的妻子又被他的滑稽模样逗乐了，笑着说：“师父，你的手总是这样，还是畸形！”

禅师点了点头，认真地说：“总是攥着拳头或总是摊开巴掌，都是畸形，这就如同我们的钱财，若是只知死死地攥在手里，总也不肯松开，天长日久，人的思想就成了畸形；若是大撒手，只知花用、不知储蓄也是畸形。钱，是流通的，只有流转起来，才能实现它的价值。”



捨

得





舍得的人生收获多——人生需要付出，你要学会舍得

居士妻子的脸红了，因为她明白了，禅师所做的一切，都是变相地说服她不要吝啬。但她总觉得像受了挫折，想给禅师出个难题，给自己找回面子。这时，她养的一只小猴子跑了进来，她灵机一动，将小猴子抱起来，对禅师说：“大师，您看这小猴子多可爱呀！跟我们人类的模样差不多。”

禅师开玩笑说：“它比人多了一身毛，若肯舍弃，就可以做人了。”

居士的妻子说：“您法力无边，请想个办法把它变成人吧！”

居士一边训斥妻子荒唐，一边向禅师道歉。谁知，禅师认认真真的说：“好吧，我可以试试看，不过，能不能变成人，还要看它自己了。”

禅师伸手拔了一根猴毛，小猴子痛得吱吱乱叫，从女主人怀里挣脱出去，逃之夭夭，不见踪影。禅师长长叹了一口气，摇着头说：“唉，它‘一毛不拔’，怎么能做人呢？舍得舍得，有舍才有得，丝毫不舍，如何能得？”

居士的妻子羞红了脸，再也无话可说了。

顿悟舍得：

人生是复杂的，有时又很简单，甚至简单到只有“舍”与“得”，而事情的结果也往往是这样：舍得，可使人得到许多回报；相反，舍不得，可能使人遗憾终生。

3. 滴自己的汗，吃自己的饭

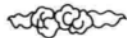
有两个人在漫无边际的大海上漂泊了很久，他们想找一块生存的地方，最终来到了一座无人的荒岛。但是岛上虫蛇遍地，处处都潜伏着危险，条件十分恶劣，绝对不是一个适合生存的地方。

其中一个人说：“我决定在这里待下去。这个地方虽然现在是差了点儿，但将来肯定会是个好地方。”而另一个人对这个地方十分不满意，于是他继续在大海上漂泊。后来这个人终于找到了一座鲜花烂漫的小岛，岛上已经有了人家，他们是18世纪海盗的后裔，几代人经过不懈的努力把小岛建成了一座花园。这个人一看，觉得很满意，于是他便留在这里做了小工，生活也谈不上好坏，反正能填饱肚子。

过了很多年，一个偶然的的机会，他出海的时候恰好经过那座他曾经放弃的荒岛，于是他决定去拜望自己昔日的老朋友。一来到岛上，映入眼帘的一切，使他怀疑自己是不是走错了地方：高大的屋舍、整齐的田畴、健壮的青年、活泼的孩子……老朋友已经因为过度的劳累、困顿而渐渐衰老了，但他的精神仍然很好，尤其当说起变荒岛为乐园的经历时，更是神采奕奕。最后老朋友指着整个岛说：“这一切都是我用我的双手干出来的。这是我的岛屿。”

这个人此时不但没有愧疚，而且还抱怨说：“为什么上天这么厚爱你，当时你要留我在这岛上，也许会比现在更好。”

一个人要想获得成功，就得依靠自己的积极行动，别人没有向你提供



捨

得

