

改变人一生的

Zhi hui shu xi 智慧书系

汲取生活智慧

浓缩人生哲理

掌握成功之道

改变人生命运

人一生要学会的

选择与放弃

远方出版社

一生的
智慧书系
Zhi hui shu xi

汲取生活智慧

浓缩人生哲理

掌握成功之道

改变人生命运

人一生要学会的

选择 放弃

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

人一生要学会的选择与放弃/冯强编. —呼和浩特:远方出版社,2007.5
(改变人一生的智慧书系)

ISBN 978-7-80723-231-5

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 066127 号

书 名:人一生要学会的选择与放弃

主 编:冯 强

责任编辑:王 福 刘卫伟

装帧设计:三石工作室

出版发行:远方出版社

社 址:呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话:0471-4919981(发行部)

邮 编:010010

经 销:全国新华书店

印 刷:北京一鑫印务有限公司

开 本:720×980mm 1/16

字 数:4160 千字

印 张:208

版 次:2007 年 6 月第 1 版

印 次:2007 年 6 月第 1 次印刷

印 数:1-3000

标准书号:ISBN 978-7-80723-231-5

定 价:980.00 元

前 言

追本溯源、谈古论今，智慧就在我们身边。

如果有人问你，人一生要养成什么样的习惯、人一生要规避什么样的人、人一生要懂得哪些个商务礼仪、人一生要解决哪些关键问题、人一生要掌握哪些生活法则、人一生要注意的哪些细节、人一生要懂得的哪些人生哲理……这些问题你是否想过？这些都是说大不大，说小不小的问题，但很少有人去关注，因为这些知识都是零散的。但无论其影响大小，有趣的永远是其背后的历史和故事！为此，我们将那些读者可能感兴趣的、有意思的常识编辑成册，以管中窥豹。

本系列以丰富的知识，娓娓讲述各类事物的精彩历史，集知识性、趣味性、科学性于一体，内容包括中外古今，涵盖面广。本书即可以开拓视野，升华境界，丰富知识结构，又可以给人生活提示。既是一本知识储备辞典，又是生活之余的休闲。内容丰富、精彩、实用。是一套不可不读的智慧书系。

在选编的过程中，我们查阅了大量的相关资料。由于我们的水平有限，可能还有很多知识点，我们没有搜集到，而且内容来源借鉴不同报章、不同版本的书籍，其观点难免带有特定时期。因此，看本书时应抱着参考的态度来阅读其中一些内容，错误和不当之处仍在所难免，恳请读者批评指正。

本书编者

2007年6月

目 录

一、学会选择放弃负重心态	1
爱人是一道风景	1
爱是一盏灯	3
别人的婚姻理论	5
离婚之旅	7
挣脱习惯枷锁	9
百万富翁	11
走出自筑的牢狱	13
真诚地披露自己的心灵	15
闭口有时是一种明智的选择	17
面对仇恨,选择宽恕	19
你可以选择说“不”	22
放弃负面心态,选择快乐人生	23
除了容貌,还有别的选择	24
远离痛苦,选择快乐	26
从从容容面对人生选择	28
选择正确的生活态度	30
挫折时要怪自己没有选择好	32
收藏你的阳光	34

选择快乐频道	36
选择进路与退路	37
只有最合适的才是最美的	39
钻石就在你的脚下	41
盯住一只羊不放	43
选择比什么都重要	44
给生命选择希望	46
胡萝卜、鸡蛋和咖啡的不同选择	48
选择一个“冤家”做搭档	50
学会选择,不要被他人所左右	52
选择你的环境	54
守住生死相依	55
世上只有不肯快乐的心	56
总有两种选择	58
选择自己的生活标准	60
让自己永远活在春天里	61
学会承受苦难	62
苦中作乐	64
二、放弃没有必要的“人生之坎”	66
丢掉遗憾	66
忘掉过去	68
放下痛苦,快乐靠自己	71
乐在工作	73
放下生活中的奢华	75
放弃你的等待	76
放弃思想包袱	78
金钱之外	79
放下人情包袱	81
锻造柔韧	82

渔夫的放弃	84
只有舍去才能得到	85
学会放弃烦恼	87
学会思索,懂得放弃	89
泥泞的路才能有脚痕	91
救活自己的人只能是自己	93
恰到好处的放弃	94
怎样走过人生六个坎	95
舍弃自身的奴性	97
舍得放弃“尊严”	98
生得快乐,活得潇洒	100
我们在追求什么	102
放弃完美	104
张开你紧握的手	106
学习遗忘	108
“转行”的进退原则	110
生命之舟需要轻载	111
贪婪是罪恶之源	112
给苦日子加糖	114
将不必要的欲望关在门外	116
放弃享乐	117
吃亏即是占便宜	119
丢失的玩具	121
该放手时就放手	123
三、不会放弃的人不会拥有明天	124
选择最快的路	124
要敢于冒险	126
伟大的成功,始于一个微小的动作	128
放下无谓的固执	129

放下架子	131
不会放弃的人不会拥有明天	133
人弃我取也能创奇迹	135
人弃我,我不自弃	138
为自己选件红衬衫	140
选择恰当的目标,为自己铺就成功的道路	142
做老二,不要自不量力	143
选择妥协,选择双赢	145
让冷静给选择把关	147
要善用拟态和保护色	149
飞越生命的沙漠	151
坚持与分寸	153
放弃跟对手硬拼	155
学会如何读书就拥有了智慧	157
选择现在	159
以退为进的策略	161
把握今天	163
一定要选择好人生的进退	166
选择冒险	168
选择专注	170
选择小事成就大业	172
只选一把椅子	174
弱者回首就变强	175
选择真正喜欢的事业	177
锯掉椅背	179
锲而不舍的反面	181
拿破仑的失败	183
成功的企业	185
正确的取舍	187
让自己在逆境中奋起	190

四、变换角度会有另一番收获	192
做自己的救世主	192
选择投机就会使你丧失更多	195
信用是最宝贵的财富	196
倒下就意味着失败	198

一、学会选择放弃负重心态

爱人是一道风景

隔壁的小两口又在吵架了。

男的说：“没见过像你这样蛮不讲理的女人。”女的说：“真不假，我也没见过像你这样粗鲁蛮横的男人。”男的又说：“你看看人家兰兰妈，多温柔体贴，多会操持家务，哪像你整天就知道围着牌桌不下场！”女的反唇相讥，“还好意思说？你也不看看小军他爸，人家上两个班，还经常写字画画发表文章赚外块，哪像你就知道喝酒聊天瞎胡吹！”

现实生活中的确存在这种现象。回想当初，他（她）不也是你的最佳选择吗？若不然你又怎么会与他（她）结婚呢？两个人经过一段婚姻生活后，婚前的新鲜感已荡然无存，对方的缺点也暴露无遗，这时便生出许多感叹埋怨来：当初要不是怎么怎么，我才不会看上你呢……

有一个关于苹果的故事：

上帝拿出两个苹果，让一个幸运男子挑选。这男子权衡再三，终于下定决心，选了其中自己认为最满意的一个。上帝含笑赐予，他千恩万谢，接过后转身离去。突然，他却反悔想调换成另一个，回头时上帝已不见了，他只

得耿耿于怀过了一生。于是，上帝叹道：“人啊，总是期待那些未到手的，而不好好珍惜手中所有，怎么可能获得幸福呢？”

常言道：这山望着那山高，到了那山更糟糕。人心不足蛇吞象，也是这个道理。你认为最好的其实未必适合你。告诉自己，身边的爱人才是你今生最最完美的理想伴侣。只有放下那山的风景，你的心理才能平衡，你的心情才能舒畅，你才能得到这山的关爱，活得坦然过得洒脱。

人生感悟

爱人是一道风景，只有懂得选择并且不“这山望着那山高”，放得下其他山上的风景，你才有机会欣赏到最美的风景。



爱是一盏灯

他和她结婚时家徒四壁，除了一处栖身之地外，连床都是借来的，更不用说其他的家具了。然而她却倾尽所有买了一盏漂亮的灯挂在屋子正中。他问她为什么要花这么多钱去买一盏奢侈的灯，她笑笑说：“明亮的灯可以照出明亮的前程。”他不以为然，笑她轻信一些无稽之谈。

渐渐地，日子过好了。两人搬到了新居，她却不舍得扔掉那一盏灯，小心地用纸包好，收藏起来。

不久，他辞职下海，在商场中搏杀一番后赢得千万财富。像许多有钱的男人一样，他招聘了个漂亮的女秘书，很快女秘书就成了他的情人。他开始以各种借口外出，后来干脆不作解释就夜不归宿了。妻子劝他，以各种方式挽留他，均无济于事。

这一天是他的生日，妻子告诉他无论如何也要回家过生日。他答应着，却想起漂亮情人的要求。最后他决定先去情人处过生日后再回家过一次。

情人的生日礼物是一条精致的领带。他随手放到一边，这东西他早已拥有太多。半夜时分他才想起妻子的叮嘱，急匆匆赶回家。

远远看见寂静黑暗的楼房里有一处明亮如白昼，他看出来那正是自己的家，一种遥远而亲切的感觉在心中升起。当初她就是这样夜夜亮着灯等他归来的。

推开门，她正泪流满面地坐在摆满丰盛晚餐的餐桌旁，没有丝毫倦意。见他归来，她不喜不怒，只说：“菜凉了，我去再热一下。”

他没有制止她，因为他知道她的一片苦心。当一切准备就绪之后，她拿出一个纸盒送给他，是生日礼物。他打开，是一盏精致的灯。她流着泪说：“那时候家里穷，我买一盏好灯是为了照亮你回家的路；现在我送你一盏灯是想告诉你，我希望你仍然是我心中的明灯，可以一直明亮到我生命的结束。”

他终于动容，一个女人送一盏灯给自己的男人，应该包含着多少寄托与期盼！而他，愧对这盏灯的亮度。

他最终回到了她的身边。因为他已明白这盏灯所发出的光，不管它能否照亮他的前程，但它一定能照亮一个男人回家的路。这盏灯所发出的光是一个女人从心底深处用一生的爱点燃的。

人生感悟

抓住你的真爱，记住守在家里的妻子，抛弃你的花心，忘记倚在门外的情人。妻子是在黑暗中照亮归途的一盏灯，而情人正是这夜晚的黑暗。夜晚归来时，看着妻子为你而点的灯，你要庆幸自己作出了正确的选择。



别人的婚姻理论

虽然有“旁观者清，当局者迷”的说法，但是别人有关婚姻的任何说法，也都只能作为参考，而不能轻易选择一种去付诸实施，那样做的结果会让你与幸福擦肩而过。

他俩又吵架了，结婚3年来，这到底是第几次，谁也不记得了。

从第一次吵架，小青心里就隐约闪过“离婚”两个字。只是她听说，幸福之家是吵架声比邻居低一些的家庭，因此才没把这点小别扭放在心上。

可这一次不一样，小青已经找到了离婚的依据。那天晚上，他俩开始了吵架后的冷战，在咬牙切齿和无所适从中，她从床上摸起一本杂志，发现上面有这么一句话：专家说，一栋因地基没打牢而出现裂痕的房子，你是修补还是拆掉？一桩有裂痕的婚姻，你是维持还是摧毁？修补濒于破裂的婚姻比摧毁它要困难得多。

小青恍然大悟：危房确实是应该拆除而不必再作修补的。

没过多久，他俩又吵架了，这次她把“离婚”二字明明白白地提了出来，并且很坚决地到法院递了诉状，因为这桩婚姻已是一栋危房。

在等待判决的日子里，小青百无聊赖。别人下班回家，她在办公室翻看报纸，从报纸上看到一段话：专家说，婚姻是一件瓷器，做起来很困难，打碎很容易，然而收拾好满地的碎片却是件不易的事。

小青的心好像被鞭子轻轻地抽了一下，在婚后的3年里，丈夫的习性、嗓音和喜好，都已深深地烙在心中。如果分离，这些记忆的碎片她该如何清理？

小青一下子糊涂了，她真不知危房理论和瓷器说哪一个更正确。第二天，她悄悄地跑到法院把离婚诉状要了回来，她要想清楚再说。

小青几乎被这些理论弄糊涂了。当她不由自主地走回家时，丈夫已虚脱等待。她倒在丈夫怀里，什么话也不想说，任泪水肆意地流淌。第二天，她

就把那份报纸连同那本杂志扔进了垃圾箱，她觉得她已不需要任何婚姻理论了。

人生感悟

别人的婚姻理论没有对错之分，但在爱的世界里，
你一定要相信自己的感觉，万不可听从别人的诱导，
做出违心的选择，那样你会后悔莫及！



离婚之旅

当你对婚姻感到厌倦时，先问问自己是因为感情已荡然无存，还是因为生活方式已变得枯燥，不要轻易就选择分手。

他们是一对有着 12 年婚龄的夫妻。12 年前，他们还是两个刚毕业的穷学生，几乎一无所有，除了他们的爱情。12 年后，他们都在各自的领域取得了一定的成绩，当年缺少的东西现在几乎都有了，但彼此也都对婚姻感觉厌烦了。终于，他们决定分手。

“你有什么要求？”他问她。

有什么要求？她看着他，想不起来还要什么。于是，她说：“我们去一趟哈尔滨吧，我们是在那儿相识的，也在那儿结束。”

他听了一愣，然后点点头。他们买好了车票，简单收拾好行装，踏上了他们的离婚之旅。

上了火车，他们找到卧铺车厢。两张卧铺，一张是上铺，一张是下铺，如果是以前，他就会主动睡上铺，把下铺留给她。但是现在，他们即将不再是夫妻了，她主动提出抛硬币来决定，他同意了。结果，她输了。她拖着笨重的身子，十分艰难地爬上去。躺在狭窄、闷热的上铺，她才知道睡在下铺是多么舒适，可惜自己以前没感觉到。

火车到达哈尔滨已经快中午了，他们找了一家酒店吃饭，侍者递来菜单，她点了一个“烧茄子”，他这才想起来，这是她最爱吃的一道菜，可她已经三年没吃了。因为他的胃三年前做过手术，不能吃甜食，所以，他们家就再没做过这道菜，他和她去饭店吃饭的时候，她也不再点这道菜。那一刻，他心里充满了歉疚。

在一个多星期的离婚之旅中，他们虽然吃、住、玩都在一起，但他们是两个各自独立的人，自己吃自己喜欢吃的，玩自己喜欢玩的，晚上睡在自己的床上，不必兼顾对方，不必为对方改变自己。开始，两个人都有一种被解

放的感觉，但是没几天，就开始感觉到被解放的空虚和孤单了。

以后发生的事，也许你已经猜到了，他们又生活在一起了，关于离婚的事，谁也没有再提起。

人生感悟

当你觉得婚姻的新鲜感已经在平淡的日子中荡然无存时，请你不要轻易选择离婚，还是先认真冷静地找一找要离婚的理由和原因吧。

