

好人品

才会有好人生

好人品才是
真正的最高学历

HAO RENPIN
CAIHUIYOU
HAO RENSHENG

王阔◎编著

古语云：“先修身而后求能。”一个品行不端的人，早晚会被唾弃。



人品，是一个人最可贵的德行和品质，
是人生中最有价值的财富。

拥有好的人品，在市场竞争、人际关系、婚恋恋爱等方面，都会有更大的优势和更强的竞争力，
对人生的成败有着决定性的影响。只要你拥有好人品，便一定会拥有一个好人生。

古语云：“先

早晚会被唾弃。

好人品 才会有好人生

HAO RENPIN CAIHUIYOU
HAO RENSHENG

好人品才是真正的最高学历

王 阔◎编著



中国文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好人品才会有好人生 / 王阔编著. -- 北京: 中国
文史出版社, 2015.5

ISBN 978-7-5034-6448-5

I. ①好… II. ①王… III. ①个人品德—道德修养—
通俗读物 IV. ① B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 124734 号

责任编辑: 戴小璇

封面设计: 孙希前

出版发行: 中国文史出版社

网 址: www.wenshipress.com

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编: 100811

电 话: 010-66173572 66168268 66192736 (发行部)

传 真: 010-66192703

印 装: 香河县宏润印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张: 17

字 数: 220 千字

版 次: 2015 年 9 月北京第 1 版

印 次: 2015 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 32.80 元

文史版图书, 版权所有, 侵权必究。

文史版图书, 印装错误可与发行部联系退换。

前言

“人品”是时下比较流行的一个词语。如“人品好”、“人品爆发”、“人品有问题”、“拼人品”、“攥人品”、“看人品”等。还有网络流行词语“逆天”、“逆袭”等，也都含有人品的意思。

“人品”最初是源自一款网络游戏。该款网络游戏曾出现一个传闻，称游戏为每个玩家设定了一个类似“人品”的隐藏属性，玩家在游戏中的不同玩法和行为，会影响其角色人品值的升降，而人品值较高的玩家会有更高的掉宝率。虽然这个传闻没有得到游戏官方的证实，但却在游戏玩家之间不胫而走，信者有之，不信者也有。但不论传闻真实与否，绝大多数玩家都接受了这种说法，并用这种说法来互相调侃，将某些运气极坏的现象都称为“人品有问题”，而将某些运气极好的现象都称为“人品爆发”。

自这个流行的经典网络游戏之后，“人品”一词便流传开来。时至今日，“人品”已成为年轻人，尤其是大学生口头最常见的字眼。例如，钱包掉了，是人品问题；没去上课被老师点名了，是人品问题；考试没及格，是人品问题。而那些考试刚过60分，被女生追求，买彩票中大奖了等，都被称为人品爆发。

对于流行一时的词语“人品问题”，《辞海》也对其概念和含义做出了明确的解释：在一般情况下，某事物个体发生具有自身特有属性的负面现象，且无法以科学的角度得到合理有效的解释，我们通常称此类现象为“人品问题”（RPWT）。

根据这个解释，我们可以感觉到，“人品问题”似乎是对无法避免的事态的一种形容，而“人品爆发”似乎也是对可遇而不可求的事态的一种形容。实则不然。

人品虽然与运气类似，但并不等同于运气，它会随着你所做的事不断变化。所以人们常说“现在干什么都要看人品”。还有的人说“攥人品”也是在为“人品爆发”做准备。

那么，人品怎么才能爆发呢？怎样才能使那些可遇不可求的事情更多



地发生和降临到自己头上呢？最重要的当然是在于提升自己的人品值。

小学的时候，我们都开过一门课——《思想品德》。这主要就是培养、修炼人品的。一个人的人品，就是指他的品德，当然还包括品行、品性、品格、品质等。

《左传》中有一句名言：“太上有立德，其次有立功，其次有立言，传之久远，此之谓不朽。”意思是说，最上等的是确立高尚的品德，即是拥有好人品。好人品是人生最尊贵的桂冠和荣耀，是一个人最宝贵的财富，只要你有好人品，便一定会拥有一个好人生。

目录

第一章 好人品才会有好素质、好修养

有一个哲人说：有什么样的思想，就有什么样的行为；有什么样的行为，就有什么样的习惯；有什么样的习惯，就有什么样的性格；有什么样的性格，就有什么样的命运。一个人人品如何，通过他的素质修养鲜明地反映了出来。如果说性格决定命运，那么，人品则决定了一个人的素质和修养。

人品好的人注重外在形象	/	2
人品好的人讲礼仪	/	5
公共场合礼仪不能少	/	8
礼让他人是素质修养的体现	/	11
人品好，言行举止自然得体	/	14
人品好的人都很友善	/	17
尊重他人的隐私	/	20
尊重别人就是尊重自己	/	24

第二章 好人品才会更诚信地为人处世

《论语》中有言：人无信不立、人而无信，不知其可也。诚信是指一个人的诚实性和信用程度，它体现于一个人的个性、价值取向之中。人们对诚信的理解，以前主要局限于一个人诚实的程度，后来则扩展到可靠性、责任感和社会依从性等方面。诚信是一个人人品的根本所在。人品好的人有一个最大的标签——诚信。

做人不诚实，人品无从谈起	/	28
精诚所至，金石为开	/	30
诚信是人生之本	/	33
诚信的人品，帮你创造财富	/	36



- 言而有信，一诺千金 / 39
 真诚地对待每一个朋友 / 42
 忠诚是做人的基本品格 / 45
 做一个有好人品的君子 / 47

第三章 好人品才会有成人之美的胸怀

生活中，很多事情一旦涉及个人利益，就会让人情不自禁地警觉起来，并在心里盘算着自己的小九九：这件事对我是有利的还是不利的？为什么能给他带来那么多好处？我付出那么多，凭什么得到的比他的少？等等。的确，人都有一种与生俱来的利己心理，但那些人品好的人，虽然可能做不到毫不利己，专门利人，但至少他们都具备成人之美的胸怀。

- 忍让是一种风度和美德 / 52
 人品好的人不嫉妒 / 54
 不在背后说别人坏话 / 57
 不挡别人的财路 / 60
 学会欣赏你的对手 / 62
 像君子一样成人之美 / 65

第四章 好人品才会在人生之路上积极进取

人品好的人，不会懒散，不会自卑，不会害怕吃苦，不会浑浑噩噩，不思进取。人品好的人，一定是个勤奋的人，自信的人，坚强的人，是个具有艰苦奋斗的精神的人，是个积极向上、积极进取的人。这样的人肯定能获得成功，也肯定会拥有一个好人生。

- 成功需要积极的心态 / 70
 信心是成功的前提 / 73
 命运掌握在自己手里 / 76
 积极地行动起来 / 79
 成功的关键在于勤奋 / 81
 挫折也是人生的一部分 / 85
 世上无难事，只要肯攀登 / 88

永远不要轻言放弃	/	90
坚持下去，一定会成功	/	93

第五章 好人品才会在责任感中前行

责任源于良好的品格。人格，人品，人生价值之高卑，全在于如何对待自己的责任。古今中外，重责任者必自重，轻责任者必自轻。一个具有强烈责任感的人，最终是会获得回报的，因为他受到了别人的尊重、信赖、拥护，会被赋予更多的重任。人品好的人，会将责任感作为一种激励方式，催促自己不断前行。

责任是所有成功的前提	/	98
责任感是一种使命感	/	101
对工作负责，就是对自己负责	/	103
虚心接受别人的批评	/	106
功不独居，过不推诿	/	109
过，则勿惮改	/	112

第六章 好人品才会不断认识自我、理解他人

人品好的人有一个很大的特征，就是凡事严格要求自己，对待别人却十分宽容。一个人能否认识自己和理解他人，不仅能充分反映出一个人的品格和修养，还能培养与人之间的良好关系。认清自我的人，能不断提升自我，理解别人的人，也会得到别人的理解。这种人生的人生，会得到令人艳羡的成功和快乐。

人要有自知之明	/	116
善于反省自我	/	119
人生的最大对手是自己	/	121
好人品从自律做起	/	124
多责于己，薄责于人	/	127
学会换位思考，多多理解他人	/	130
善于忘记别人的过错	/	133
宽容是一种修养和品行	/	135



第七章 好人品才会有更强的职场竞争力

古人在选拔人才、考核人才时，常以德才兼备为标准。一个人，其水平究竟如何，能力是决定性因素。但仅仅有能力，也并不代表人才就一定有机会。因为还有比能力更重要的因素——品德，也就是我们所说的人品。在今天的职场，一个人的人品已显得越来越重要，如忠诚、敬业、不找借口等，都是评价一个员工好坏的重要标准。

忠诚是职场的第一品质 / 140

敬业是必备的品质 / 143

工作态度影响人的一生 / 146

没有任何借口 / 148

很多事情不必老板交代 / 151

职场中的团队精神 / 154

养成良好的节俭习惯 / 157

像老板一样为公司着想 / 160

第八章 好人品才会有良好的人际关系

为人处世中的言行，能体现一个人的人品。谦逊地与人交往的人，总是谨言慎行，任何时候都不会自我膨胀，自满自大，目中无人。这样的人往往能轻易受到别人的欢迎，得到别人的信任，他的人际关系也显得十分融洽。

满招损，谦受益 / 166

谦虚向下的学习心态 / 169

做人不可锋芒太露 / 171

平等待人，不要轻视别人 / 173

平易近人是人品的体现 / 176

做人要保持低调 / 178

做人要学会装糊涂 / 181

第九章 好人品才会有健康的好心态

人品能影响一个人的心态，只有具备良好的人品，才能有良好的心

态。人生无论做什么事，都要有一种平和的好心态。有了好心态，人的行为举止就会成熟稳重，不争不抢，不急不躁，对生活中所遇到的事情就会以一种坦然的态度去从容面对。这种行事风格和处世态度，往往也会给别人留下人品好的印象。

- 控制你的不良情绪 / 186
- 学会冷静，不要冲动 / 189
- 人品好的人不抱怨 / 191
- 凡事保持一颗平常心 / 194
- 学会安慰自己 / 197
- 甘于做好人生的配角 / 200
- 淡定从容地处世 / 203
- 待人处世以和为贵 / 205

第十章 好人品才会懂得吃亏的学问

吃亏之于人生，犹如磨石之于锋刃。任何一个有作为的人，都是在不断吃亏中成长和成熟起来，并从而变得更加聪慧和睿智。吃亏是一门学问。品行端正、行为善良的人，往往都是敢于吃亏，善于吃亏、乐于吃亏的人。他们懂得 吃亏 往往暗藏着人生的哲理和智慧。

- 做人不能太精明 / 210
- 吃亏未必不是福 / 212
- 吃小亏才能占大便宜 / 215
- 拿得起也要放得下 / 217
- 舍得舍得，有舍才有得 / 220
- 弓满易折，水满则溢 / 223

第十一章 好人品才会正确面对名利的诱惑

古往今来，多少人走不出名利的羁绊，摆脱不了名利的诱惑。好人品的人，能而不为，有而不重，拥有一种宁静淡泊的高雅和超脱心态。正确面对名利，就是要有这种淡泊之心。淡泊是一种修养，一种品质，一种境界，它不是不思进取，不是无所作为，不是没有追求，而是以一

一颗纯净的灵魂对待生活与人生的欲望和诱惑。

- 不要成为金钱的奴隶 / 228
- 控制自己的贪婪之心 / 230
- 壁立千仞，无欲则刚 / 233
- 不过于追求虚名 / 236
- 无论贫富，都要懂得知足 / 239
- 快乐与否不由贫富决定 / 241
- 不以物喜，不以己悲 / 244

第十二章 好人品才会具备一颗仁爱之心

人品好的人，给人的最大印象就是有一颗仁义和爱人的心。古代的圣人都很注重仁义，他们用仁义去教育人影响人，指导人们如何处事如何做人，人人做到这一点，就成了一个理想的社会；现代有品德的人都很注重友善，他们用友善去对待别人，感染别人的一言一行，人人都有了爱心，就形成了一个和谐的社会。

- 助人为乐是做人的根本 / 248
- 帮助别人要真诚 / 250
- 勿以善小而不为 / 253
- 见义勇为是一种可贵的品质 / 255
- 培养一颗爱人之心 / 258

第一章

好人品才会有好素质、好修养

有一个哲人说：有什么样的思想，就有什么样的行为；有什么样的行为，就有什么样的习惯；有什么样的习惯，就有什么样的性格；有什么样的性格，就有什么样的命运。一个人人品如何，通过他的素质修养鲜明地反映了出来。如果说性格决定命运，那么，人品则决定了一个人的素质和修养。





人品好的人注重外在形象

古罗马诗人奥维德有一句名言：“没有青草的原野，没有绿叶的农田，或没有头发的脑袋，这些总是丑陋的。”这句话说明了必要的形象对于一个人的重要性。

在很多人看来，一个人的外在形象，只是一个简单的穿衣、外表、长相、发型、化妆的组合概念。其实不然。一个人的外在形象和内在素质是相辅相成的，从根本上讲外在形象是内在素质的表现。

英国 BBC 电视台播放过这样一个节目，心理学家想证明，一个人对人生的态度反映在他的外在形象上。为此，他们进行了一个有趣的试验。

心理学家选择了伦敦一家偏僻的小咖啡厅，在里面安置了录像机。这个咖啡厅内仅有三张桌子，每张桌子旁都坐着一个“试验人物”。这三个人中，一个是心态乐观，热爱生活，身体健康的中年男子；一位是外表英俊、潇洒，但是性格忧郁、腼腆，缺乏自信，对人生悲观失望的小伙子；另一位是有学识的、秃头、只对知识感兴趣的中年男子。

心理学家让他们手拿同样的当天报纸，桌前摆放着咖啡，不理睬任何进来买咖啡的陌生人，以便观察陌生人会选择坐在哪个人身边。在限定的时间内，前后共有六个人进店。这六个人在选择位置时，都犹豫不决地环视了一下那三个人。其中有五位选择坐在了那个心态乐观，热爱生活的中年男子的桌旁，有两位还主动地与他打招呼、交谈。这对于矜持的英国人来说，并不常见。只有一位漂亮的年轻女性，在犹豫了一会儿之后，选择了坐在那个悲观的小伙子身边。她腼腆地、主动地与小伙子打了招呼。

在后来的采访中发现，这位乐观的中年人是个非常幸运的人，他喜欢看足球比赛，还酷爱买体育彩票，他的彩票常常中奖。而那个坐在悲观的小伙子身边的漂亮女性，和小伙子一样缺乏自信，或许还有别的原因让她选择了这个英俊的小伙子。而那个只喜欢知识的学者身边空无一人。

人是如此奇怪的动物，我们在无意识之中能够洞察别人的内心世界和他们对待生活的态度，并且会选择那些与我们价值观相同的人。反过来说，

那些我们自以为隐藏很深的内心世界，以为只有自己才能够知道的思想、人生观、价值观等，悄悄地通过我们的心灵光环在向外渗透。积极的心态会吸引积极的人，还会吸引财富。而消极的心态却会排斥财富和机遇，驱赶要接近你的人。

这个试验告诉我们，人的外在形象和内在世界之间是相辅相成的，我们常常可以从一个人的外表来判断他的思想和灵魂。人品是一个人的内在，也属于思想和灵魂的一部分，那么，我们如何通过个人的外在形象来展示自己良好的内在人品呢？

一、解决好形象的“焦点”问题

服饰、仪表是首先进入人们的眼帘的，特别是与人初次相识时，由于双方不了解，服饰和仪表在人们心目中占有很大分量。

穿衣要全体，这是最基本的要求。只要是适合自己体形，漂亮又有新意的衣服，就应当大胆穿着。服饰的个性，也能让人判出你的审美观和性格特征。服饰式样过时，人家会认为你刻板守旧，太过超前会让人觉得轻率固执、我行我素，这两种情况都地让人得出“此人不好接近”的结论，自然会影 响社交中的形象。

二、让你的言谈举止“放大”形象

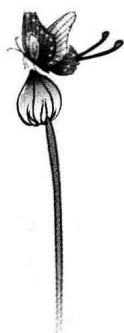
言谈举止是一个人精神面貌的体现，要开朗、热情，让人感觉随和亲切，平易近人，容易接触。

很多人在社交中总担心没有出众的言谈来打动大家，吸引别人的注意，以至于造成精神上的紧张，使表情、动作都变得十分僵硬，这都是自尊心太强造成的。因此，应放松心情，保持自己的既有特点，而不要故意矫揉造作。有的人在“亮相”时昂首阔步，气势逼人，在跟别人握手时要像钳子般有力，跟人谈话时死死盯住对方……这样故作姿态，不仅会令别人感觉难受，连你自己也觉得别扭。其实最好的办法是保持你原有的个性和特质。

言谈要有幽默感。在社交中，谈吐幽默的人往往取胜。没有幽默感的人在社交中往往会失败。在交际场合，幽默的语言极易迅速打开交际局面，使气氛轻松、活跃、融洽。在出现意见有分歧的难堪场面时，幽默、诙谐便可成为紧张情境中的缓冲剂，使朋友、同事摆脱窘境或消除敌意。此外，幽默、诙谐还用来含蓄地拒绝对方的要求，或进行一种善意的批评。平时应多积攒一些妙趣横生的幽默故事。

三、充分展示性别美

男士切忌流露出狭隘和嫉妒的心理，不要斤斤计较，更不要睚眦必报。



男人的性别美，是一种粗犷的美，内涵的美，真正的男子汉应该有性格，有棱角，有力度，有一种阳刚之气，而那些扭扭捏捏的奶油小生则让大多数人难以接受。而女性美普遍被人认可的形象一直是娴静的、温柔的、甜美的。女性容貌清秀，线条柔和，言谈举止中所散发出来的脉脉温情强烈动人。交际时，女性如能巧妙地利用自己的性别特点，表现得谦恭仁爱，热情温柔，一般总能激起男性的爱怜感和保护欲。女性自然的柔和所产生的社交力量，有时比“刚强”的力量要大得多。

聪明的女性总是自觉地突出自己的性别形象。如英国前首相撒切尔夫人有“铁娘子”之称，政坛作为不让须眉，但在家中仍是个好主妇，为家人做早餐，为女儿粉刷墙壁，对丈夫温存体贴，其温柔美得到了人们的交口称赞。

四、发挥“二号微笑”的魅力

舞蹈演员在舞台上表演轻松欢快的舞蹈时，要保持“二号微笑”。所谓“二号微笑”，就是“笑不露齿”，不出声，让人感到脸上挂着笑意即可，保持“二号微笑”，让人感觉心情轻松，又比较愉快。

在社交场合，轻轻微笑可以吸引别人的注意，也可使自己及他人心情轻松些，“笑咪咪”的人总是有其魅力的。

总之，一个人不管是在公共场所，还是在私人聚会，只要你与人进行交往，你在装着打扮、言谈举止等外在形象就会出现在他人的眼里，并留下深刻印象。可以说，一个人的外在形象的好坏，直接关系到他人对你内在人品评分的高低，故应引起足够的重视。

好人品才会有好人生

在高压、强竞争的现今社会，人与人之间的初次接触往往在一分钟之内决定。前30秒向人们展示你是谁，后30秒让别人决定是否接受你。在这短暂的1分钟里，很少有人能够洞察到你的内心和智慧，你的仪表形象决定一切。所以，好人品必须要有好形象。

人品好的人讲礼仪

生活中，为人处世、待人接物都要讲究礼貌礼仪。那些人们口中所说的人品好的人，在待人接物方面往往比常人更言行得体，恰到好处。为什么呢？因为他们懂得礼貌，懂得礼仪。

礼仪是在人际交往中，以一定的、约定俗成的程序方式来表现的律己敬人的过程，涉及穿着、交往、沟通、情商等内容。从个人修养的角度来看，礼仪可以说是一个人内在修养和素质的外在表现。从交际的角度来看，礼仪可以说是人际交往中适用的一种艺术、一种交际方式或交际方法，是人际交往中约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法。

中国自古就是礼仪之邦，礼仪对于我们炎黄子孙来说，更多的时候能体现出一个人的教养和品位。真正懂礼仪讲礼仪的人，绝不会只在某一个或者几个特定的场合才注重礼仪规范，这是因为那些感性的，又有些程式化的细节，早已在他们的心灵的历练中深入骨髓，浸入血液了。

所以无论何时何地，人们都应学会以最恰当的方式去待人接物。

一、尊老敬贤

我国自原始社会到封建社会，人际的政治伦理关系均以氏族、家庭的血缘关系为纽带，故此在家庭里面遵从祖上，在社会上尊敬长辈。

任何形态的社会，都需要尊敬老人。不仅因为老人阅历深，见闻广，经验多，劳动时间长，对社会贡献大，理应受到尊敬；同时，他们在体力和精神上较差，需要青年人的体贴、照顾和帮助。作为一个有礼貌的现代青年，对长者和老人，应该做到：路遇主动谦让，乘车主动让座，在商店、戏院等公共场所，应尽量考虑到为老人创造方便条件。

二、仪尚适宜

中华民族素来注重通过适合的形式，表达人们内心丰富的情感。遇到重大节日和发生重要事件，多有约定俗成的仪矩。如获得丰收，要欢歌庆贺；遭到灾祸，要祈求神灵保佑。久而久之，就形成许多节庆及礼仪形式，如春节、元宵、中秋、重阳等，几乎每个节日，都有特定的礼俗。



在当今的社会活动中，举行各种仪式仍然是不可缺少的。公司开张、儿女婚嫁，各种节庆活动，都有不同的仪式。年轻人在参与其中的同时，也要注意遵守其中的礼节规范。

三、礼貌待人

任何一个文明社会，任何一个文明民族，人们总是十分注重文明礼貌。因为礼貌是人类社会据以促进人际交往友好和谐的道德规范之一，是构建起与他人和睦相处的桥梁。它标志着一个社会的文明程序，反映一个民族的精神面貌。中华民族历来就非常重视遵循礼规，礼貌待人。其中许多耐人寻味的经验之谈，无论过去和现今，都给人以启迪。具体说来，主要有以下两点：

1. 与人为善

与人相处，为善当先。而这个“善”，应是出自内心的诚意，是诚于中而形于外，而不是巧言令色和徒具形式的繁文缛节。《礼记》说：“夫礼者，自卑而尊人。”如果表面上恭敬热情，而内心虚伪，或是仅仅内心尊敬，而毫无表情，都是不够的。应该表里一致，才能从根本上消除人与人之间的隔阂、摩擦，进而互敬互爱，友好相处。尊重他人，就要平等待人，不分贵贱等级，一视同仁。如果只对上层人士献其礼敬，以财势取人，以利益交人，其实是小人所为。

2. 礼尚往来

礼尚往来，是礼貌待人的一条重要准则。就是说，接受别人的好意，必须报以同样的礼敬。这样，人际交往才能平等友好地在一种良性循环中持续下去。因此，《礼记》说：“礼尚往来，往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”对于受恩者来说，应该滴水之恩，涌泉相报。

在古人眼中，没有比忘恩负义更伤仁德。孔子说：“以德报德，则民有所劝”；“以怨报德，则刑戮之民也。”可见，“以德报德”，有恩必报，是待人接物的基本道德修养。

当然，往来之礼，也该适度。送礼的本意，在于表达敬意答射之意，所谓礼轻意重，并非越多越好。正如《庄子·山木》篇说所说：“君子之交淡若水，小人之交甘若醴；君子淡以亲，小人甘以绝。彼无故以合者，则无故以离。”

四、容仪有整

一个人的仪表、仪态，是其修养、文明程度的表现。古人认为，举止庄重，进退有礼，执事谨敬，文质彬彬，不仅能够保持个人的尊严，还有助于进德修业。古代思想家曾经拿禽兽的皮毛与人的仪表仪态相比较，禽兽没有