

方军◎编著



「三用」是对世事沧桑的感悟，是应对职场竞争的智慧，是破解生存危局的高招。不能总是期望有什么捷径可寻，人生的路上常常布满荆棘和陷阱，但你以「三用」为武器，便能无往而不赢。

只有生活的智者才能洞悉“用”字的玄机

一生三用

[用心、用智、用力]

人们总想拥有更多，却忽略了利用已有的东西。虽然每个人其心、其智、其力的内涵与形成各不相同，但只要能够做到用心、知智、用力，就能为自己开拓出一片生活的沃土。平凡的人会因这一个“用”字而变得卓越，洞悉“用”的玄机，谁都可以成为生活的智者。「三用」是对世事沧桑的感悟，是应对职场竞争的智慧，是破解生存危局的高招。不能总是期望有什么捷径可寻，人生的路上常常布满荆棘和陷阱，但你以「三用」为武器，便能无往而不赢。

中国华侨出版社

只有生活的智者才能洞悉“用”字的玄机

一生三用

「三用」是对世事沧桑的感悟、是对职场竞争的智慧，
是破解生存危机的良计，
不能总是期望有什么捷径可寻，
人生的路上常布满荆棘和陷阱，
但你以「三用」为武器，便能无往而不利。

方军◎编著



[用心、用智、用力]

人们总想拥有更多，却忽略了利用已有的用心、用智、用力，便能为自己开辟新路，从而可以屹立不倒。

道与术各不相同，但只要能够做到用心、用智、用力，便能无往而不利。

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一生三用/方军编著. —北京: 中国华侨出版社,
2006. 11

ISBN 7 - 80222 - 199 - 4

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 123257 号

一生三用

编 著/方 军

责任编辑/文 喆

封面设计/纸衣裳书装

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 20 字数 300 千字

印 刷/北京东方圣雅印刷有限公司

版 次/2006 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 1 次印刷

印 数/6000 册

书 号/ISBN 7 - 80222 - 199 - 4/G · 176

定 价/30.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 邮编 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

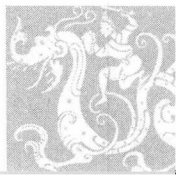
前言

何谓“三用”？即用心、用智、用力。

所谓用心，也就是讲一个人不能总期望天上掉馅饼，如果你想有十分的收获，就必须付出十分的努力才行。不能看到有人花 10 元的代价中了 500 万大奖，而放弃正常的工作，守株待兔般地梦想一觉醒来成为百万富翁。我们应该思考这样一个问题：一个人工作、生活中需要做的大多数事情都比较简单，至少在自己的能力范围之内，但为什么能够把普通的事情做得很出色的人寥寥无几呢？原因无他，不用心而已。要想使自己的人生有所收获，尤其需要在学习、工作、处世这三个方面付出十分的努力。只要用心，就没有什么做不好。

所谓用智，也就是讲一个人不能活得太机械、死板。困难需要用智慧去解决，人生的精彩需要用智慧去描绘，要学会以策略性的方式寻求最佳的生存状态。在人生的旅途中每一次选择都是改变方向的一个岔路口，信马由缰的生存方式是把自己的未来交给了所谓命运，其结果注定走进死胡同。

所谓用力，就是说一个人可以有性格刚柔之分，但做人不能永远是一碗温吞水，要拿出一点胆气和刚性，活出自己的个性。很多人把圆滑处世作为立足社会的法则，这样的人一味只求自保，缺了胆气、骨气。实际上，一个人要想活得顶天立地，活出自己的风采，是不能少了做人的“力度”的。





只有生活的智者才能洞悉「用」字的玄机



总之，“三用”是一种主动的生活态度，是对大多数人随波逐流、碌碌无为之现状的反正。人生策划的首要问题就是自己要向哪个方向走，即要达到一个什么样的人生目标。正确而到位的策划需要非同一般的智慧，既要洞悉世事，又要把握自己。用心也好，用智、用力也罢，都是要学会以智慧的力量策划自己，这是人生成功需要迈出的第一步。

人们总想拥有更多，却忽略了利用已有的东西。虽然每个人其心、其智、其力的内涵与形成各不相同，但只要能够做到用心、用智、用力，就能为自己开拓出一片生活的沃土。平凡的人会因这一个“用”字而变得卓越，洞悉“用”的玄机，谁都可以成为生活的智者。

“三用”是对世事沧桑的感悟，是应对职场竞争的智慧，是破解生存危局的高招。不能总是期望有什么捷径可寻，人生的路上常常布满荆棘和陷阱，但你以“三用”为武器，便能无往而不赢。

目录

contents

上篇 用心



十分的付出才能期望十分的收获

有什么事情是不用心就可以做好的吗?其实,一个人工作、生活中需要做的大多数事情都比较简单,至少在自己的能力范围之内,但为什么能够把这些事情做得很出色的人寥寥无几呢?原因无他,不用心而已。要想使自己的人生有十分的收获,尤其需要在学习、工作、处世这三个方面付出十分的努力。只要用心,就没有什么事情做不好。



目
录

第一章 用心学习：把学习当作人生中的大事来抓…………… (2)

很多人错误地认为,学习是学生的事情,与自己无关。有的人走上工作





只有生活的智者
才能洞悉「用」字的玄机



岗位之后，虽然偶尔在学习上也付出一点努力，但也仅仅为了应付一时之需，没有把学习提高到与个人价值和竞争力相关的层面上来认识，自然，这样的学习周谈“用心”二字。有句老话叫“活到老学到老”，对于有所追求的人来说，学习无时不在、无处不在；对学习的用心就是对自己人生的用心。

1. 不要为了满足自己的虚荣心而学习…………… (2)
2. 不放过任何学习机会…………… (4)
3. 一年的学习等于十年的奋斗…………… (5)
4. 最聪明的投资专家是谁…………… (7)
5. 终生学习终生受益…………… (9)
6. 学习什么时候开始都不晚…………… (11)
7. 懂得谦虚的人才能真正做到用心学习…………… (13)
8. 眼高手低是用心学习的大敌…………… (14)
9. 别把文凭等同于能力…………… (17)
10. 用心学习就要做到亲身体验…………… (19)
11. 增强你的学习消化功能…………… (21)
12. 学习以信息为钥匙打开机会之门…………… (25)
13. 只要用心，就能从简单中学到复杂…………… (27)
14. 珍惜学习时间…………… (30)
15. 提最好的问题，找最好的答案…………… (33)

第二章 用心工作：把工作作为提升生存境界的突破口 …… (35)

前几年流行这样一句话：今天工作不努力，明天努力找工作。这也从另一个角度道出了许多人对工作的态度：在一个工作岗位上时间稍久，便不再把工作当一回事。这是因为大多数人没有意识到，在你追求所谓事业成功的时候，却往往忽略了手头的工作。人无业不立，要想业有所立，应该先从用心干好最普通、最简单的工作开始。

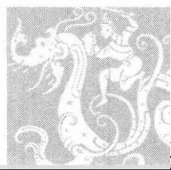
1. 用心提高自己的工作能力…………… (35)
2. 用心，就能在新岗位上脱颖而出…………… (38)

3. 以追求完美的心态完成工作	(40)
4. 再平凡的工作也不能小看	(42)
5. 尽善尽美地做好本职工作	(44)
6. 工作中要有主动尽责的精神	(47)
7. 守责敬业是成功的基本条件	(49)
8. 多做一点就能在竞争中胜出	(50)
9. 主动且出色地去完成工作	(53)
10. 永远不要满足于你的工作表现	(55)
11. 有进取心的人才能做到用心	(57)
12. 不用心工作就会被人看不起	(59)

第三章 用心交际：正确的为人处世之道才能结出好人缘 (61)

大多数人与人交往只是率性而为，说到“用心交际”，可能会觉得愕然：交际还需要用心吗？现代社会一个人的成功与否不仅在于个人能力，为人处世之道也十分重要。只有不断学习交际技巧，积累交际经验，修正为人处世的态度，才能结出好的人缘，才能为自己创造一个更加和谐和有推动力的生存环境。

1. 找到正确而有效率的沟通方式	(61)
2. 树立诚实守信的社交形象	(65)
3. 用心打造一个良好的外在形象	(68)
4. 培养彬彬有礼的儒雅之气	(74)
5. 尝试站在对方的立场考虑问题	(75)
6. 树立互惠双赢的人际关系观念	(77)
7. 做一个感情投资专家	(81)
8. 掌握好朋友间的距离	(84)
9. 做人低调才能走好入世路	(86)
10. 位置高的人更要学会与人平等共处	(88)
11. 不做无原则的忍让	(90)
12. 信奉“吃亏是福”	(92)
13. 与领导交往要恰当地表现自己	(93)





才
只
能
洞
悉
「
用
」
字
的
智
者
的
玄
机



14. 身为领导要体现出应有的风范…………… (95)
15. 与同事交往要有“度”…………… (98)

中 篇 用 智

以策略性的方式生存

生存也要讲策略。在人生的旅途中每一次选择都是改变方向的一个岔路口。信马由缰的生存方式是把自己的未来交给了所谓命运,其结果注定是走进死胡同。要学会运用智慧的力量,以策略性的方式,为自己寻求最佳的生存状态。

第四章 运用智慧的力量策划好自己…………… (104)

对自己的人生进行策划,是一种主动的生活态度,是对大多数人随波逐流、碌碌无为之现状的反证。人生策划的首要问题就是自己要向哪个方向走,即要达到一个什么样的人生目标。正确而到位的策划需要非同一般的智慧,既要洞悉世事,又要把握自己。学会以智慧的力量策划自己,是人生成功需要迈出的第一步。

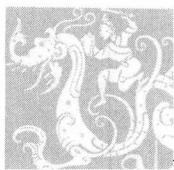
1. 没有好的方案,就没有好的结果…………… (104)
2. 志向要远大,目标要具体…………… (109)
3. 时刻清楚自己要干什么…………… (114)
4. 选择并调整自己的生活…………… (117)
5. 在正视现状的前提下策划自己…………… (120)

6. 相信自己才能做出最完美的自我策划·····	(123)
7. 做出适合自己的选择·····	(128)
8. 试着征服自己·····	(131)
9. 学会适应环境·····	(134)
10. 寻找适宜发展的环境 ·····	(137)
11. 敢于挑战才会有最好的人生策划 ·····	(140)
12. 策划自己就是努力把潜能变成动能 ·····	(143)
13. 策划以后要有行动 ·····	(147)

第五章 做事情要找到成事的最佳通道 ····· (150)

人总是要做事，但事情做得成做不成、做得好做不好则因人而异。有的人费尽心力，即使不把事情搞砸，也往往劳而无功；有的人则在谈笑之间把一切都安排得妥妥帖帖。这二者之间的区别就在于是否找到了一条做事成功的最佳通道。只有多动脑筋、找到方法，做事情才会做出效率、做出成就。

1. 找对方法做对事·····	(150)
2. 换个思路更容易成功·····	(152)
3. 做事之前要有正确的出击方向·····	(154)
4. 做事有成需要一个化腐朽为神奇的金手指·····	(156)
5. 反向思维往往让你反败为胜·····	(158)
6. 不要总围着常见的思路打转·····	(161)
7. 做个另辟蹊径的高手·····	(162)
8. 从不可能中找机会·····	(165)
9. 多个帮手等于多了一个成功的因素·····	(167)
10. 学会绕道而行、曲折前进 ·····	(170)
11. 先断后路再找出路 ·····	(172)
12. 一定要摆脱俗务的纠缠 ·····	(174)
13. 条条大路通罗马 ·····	(176)
14. “因事制宜”和“出奇制胜”相结合 ·····	(179)
15. 办事要顺应客观规律 ·····	(182)





只有生活
的智者
才能洞悉「用」字的玄机



第六章 在生存竞争中掌握好攻与守的节奏 (184)

竞争，在现代社会是每一个人都无法避免的。既然有竞争，就会有进攻与防守，也就是要想方设法打败对手和保护自己。在这里，攻与守的节奏一定要把握好，既不能一味攻，也不能一味守。从某种意义上说，每一个生存的小环境就是一个被微缩了的战场，只有以高超的竞争智慧协调攻守，才能把握局面。

1. 要知道何时该进何时该退 (184)
2. 越是高手越要学会适时而露 (186)
3. 竞争出招要动静结合 (188)
4. 虚实中的进退招法 (191)
5. 做条能大能小的龙 (192)
6. 对付不同的人要有不同的招术 (195)
7. 对重点对象要有绝招 (197)
8. 能借对手的力量是制人的高手 (200)
9. 后发制人是必不可少的一种应变策略 (202)
10. 多一点防备之心有益无害 (204)
11. 避免犯同样的错误才是最坚实的自保盾牌 (207)
12. 缝补好自己的每一处破绽 (209)
13. 将对自己不利之人拒之门外 (211)

下篇 用力

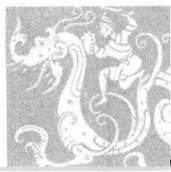
做人就是要活出自己的胆气和刚性

所谓用力,这里是指做人要做出“力度”,也就是说要有自己的个性和棱角,要活出一个有尊严的人应有的胆气和刚性。很多人把圆滑处世作为立足社会的法则,这样的人一味只求自保,缺了胆气、骨气。实际上,一个人要想活得顶天立地,活出自己的风采,就不能少了做人的“力度”。

第七章 锤炼自己性格的刚性 (214)

人人都面临着巨大的压力,职场中人面临着就业、择业的压力,独自创业者面临着创业的压力。在这种形势下,软弱、不思进取者终将被淘汰,惟有培养刚毅的性格方能适应这个时代。刚性是一种力量美和沧桑美,刚性是不屈不挠的精神和自信性格的体现。

1. 在逆境中锻造刚毅之美 (214)
2. 忍受压力而不气馁 (216)
3. 坚韧性格的人可以主宰自己的命运 (219)
4. 勇敢者生存 (221)
5. 不能缺少冒险精神 (225)
6. 努力让自己成为一个性格刚毅的人 (228)





只有
能洞悉「用」字的
智者的
玄机



7. 一个人有点野性未必是坏事…………… (230)
8. 坚持做个不盲从、敢坚持主见的人…………… (233)
9. 做个忠于自己、保持本色的人…………… (235)
10. 特立独行才能走出自己的路…………… (237)
11. 绝不忍气吞声的窝囊废…………… (239)
12. 决不做投降者…………… (240)
13. 意志坚强才能干成大事…………… (241)
14. 用骨气挫败狂妄的对手…………… (243)

第八章 与其生气不如争气…………… (245)

生活、工作中会遇到很多让人看不惯的事，有些事情会让你很生气，但生气是不能解决任何问题的。一个真正有刚性的人会拿出一股改天换地的劲头，努力让自己做得更好，用现实的成果为自己争一口气。

1. 以眼还眼、以牙还牙并不是在争气…………… (245)
2. 找出自己的劣势并改变它…………… (247)
3. 有能力是能争气的前提条件…………… (251)
4. 精通你的专业…………… (254)
5. 在对极限的逾越中争到一口气…………… (255)
6. 不要把一时的失败看作世界末日…………… (257)
7. 不要“骨气”也能争气…………… (259)
8. 困境只有先适应才能后利用…………… (260)
9. 把缺陷变成争气的本钱…………… (262)
10. 不断训练自己的竞争能力…………… (266)
11. 抬起头来气自足…………… (267)
12. 借鉴他人的错误…………… (270)

第九章 好心态是无往不胜的软力量…………… (273)

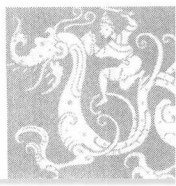
力量、胆气、刚性，这些极具男性化特点的词汇往往令人产生错觉：竞争取胜要靠霸气和蛮劲。其实，当今社会的较量早已超越了冷兵器时代

短兵相接时的概念，就像软绳能捆硬柴一样，软力量的威力更为巨大。一个人拥有良好的做人做事的心态，就等于拥有了这样一种无往而不胜的软力量。

1. 智商高不如心态好	(273)
2. 好心态让你更聪明	(276)
3. 改变心态就是在改变命运	(279)
4. 别让自卑心毁了你	(282)
5. 突破你的心态瓶颈	(284)
6. “执著”未必能得到成功	(286)
7. 别为了小事斤斤计较	(288)
8. 改变“不可能”的心态	(290)
9. 摆出一个胜利的姿态	(292)
10. 宽恕别人就是在宽恕自己	(294)
11. 学会分享而不是“吃独食”	(296)
12. 名利之心不能太盛	(299)
13. 用自嘲来平衡自己的心态	(301)
14. 培养积极心态的方法	(303)



目
录



上篇 用心



十分的付出才能期望十分的收获



有什么事情是不用心就可以做好的吗?其实,一个人工作、生活中需要做的大多数事情都比较简单,至少在自己的能力范围之内,但为什么能够把这些事情做得很出色的人寥寥无几呢?原因无他,不用心而已。要想使自己的人生有十分的收获,尤其需要在学习、工作、处世这三个方面付出十分的努力。只要用心,就没有什么事情做不好。



才只有生活的智者
才能洞悉「用」字的玄机



第一章 用心学习： 把学习当作人生中的大事来抓

很多人错误地认为，学习是学生的事，与自己无关。有的人走上工作岗位之后，虽然偶尔在学习上也付出一点努力，但也仅仅为了应付一时之需，没有把学习提高到与个人价值和竞争力相关的层面上来认识，自然，这样的学习罔谈“用心”二字。有句老话叫“活到老学到老”，对于有所追求的人来说，学习无时不在、无处不在；对学习的用心就是对自己人生的用心。

1. 不要为了满足自己的虚荣心而学习

孔子说：“学而优则仕。”似乎学习好了就该出来做事。进入仕途，为朝廷效力，这无可非议，但有多少人满腹经纶却不愿出来为官，甚至在官场上激流勇退者比比皆是。看来，学习并不只是为了满足人那点可怜的虚荣心，而是另有原因。如果你只是怀着做官的希冀去做学问，那么，你完全可以另辟蹊径，尤其是在现代社会的你。因为，学习的动机不纯、即使你满腹经纶也不会创造出什么丰功伟业。学习就该有正确的心理，不要因外力的诱惑而搞错了方向。

1936年夏，在清华大学的推荐下，中华文化教育基金委员会保送华罗庚赴英国剑桥大学学习。

宁静、美丽的剑桥，是世界闻名的大学之城，在剑桥的一座大厦里，有一把高背座椅，那是当年万有引力定律的发现者坐过的地方，如今坐着

声名赫赫的英国数学家哈代。当华罗庚来到剑桥时，碰巧哈代正去美国讲学，临行前留下话，表示华罗庚可以在两年内拿到博士学位，而一般人至少也需三年。可见哈代对华罗庚已是另眼相待了。对在剑桥的求学者来说，“博士”是梦寐以求的头衔，凭着这块名牌大学的金字招牌，回国后可以终生有靠。但是，想要通过博士论文答辩，必须交纳巨额学费，而且只能选择有限的课程学习，而华罗庚却渴望同时攻读七八门课程。经过一番慎重思索之后，华罗庚决定只以“旁听生”的身份进剑桥学习，当别人问他这样做的原因时，他回答：“我来剑桥是为了求学问，不是为了得学位的。”

剑桥当时有“世界数学中心”之称，在那里云集了各国的数学专家。华罗庚参加了一个有名的数论专家研究小组，主要研究堆垒素数论中的问题。在剑桥的两年时间里，华罗庚向华林问题、塔内问题、奇数的哥德巴赫猜想问题发起一连串进攻，接连发表了十几篇论文。在对塔内问题的研究中，还发明了一个重要定理，被人称之为“华氏定理”。这个问题著名数学家哈代过去也曾研究过，并且认为已无法继续攻进，他还把这个观点写进了一部即将出版的著作。当哈代从美国回到剑桥后，得知华罗庚的研究结果时，高兴地说：“太好了！你的发现很重要，这回我的著作非改不可了。”

在剑桥的最后一年，华罗庚的《论高斯不完整的三角和估计问题》发表，19世纪欧洲数学之王高斯提出的问题，被年轻的华罗庚彻底解决了。这篇论文轰动一时，华罗庚出色的成就赢得了各国数学大师的一片赞扬。

可见，华罗庚在他的学术领域之所以能取得这样的成就，心理因素占多大的比例？追求真正的知识而不是追求虚幻的名声，才能真正有所作为。尤其是在学术领域和艺术领域。如果你以外物之利为目标，即使在这两个领域取得了一定成就，最终也不会走的太远。就像你在放风筝，尽管你希望它飞得又高又远，但风筝始终被一条线缚着。因此，它的活动范围是有限的。

古今中外，许多人都很清楚这个道理。司马迁发奋著《史记》，钱学森冒死回国，为我国的航天事业鞠躬尽瘁。居里夫人不计名利将研究成果无偿奉献……他们的成功在于对真理的追求，对知识的热爱。因此，他们的成就是多少后人都难以企及的，他们的无私也是很多人难以理解的。所以，只有真正懂得知识的人才知道它的无价和珍贵。他们也愿意为之付出



上篇
十分
的付
出才
能期
望十
分的
收获

