

30 sui qian yao zhidao de  
108 jianghu yanli

30岁前要知道的

108



# 江湖阅历

这是一本让你从“愣头青”成为“老江湖”的教科书

卜 鹤 编著

这是一本每个年轻人  
都应该读的

“江湖宝典”



有人的地方就有江湖，人就是江湖。在江湖上闯荡，我们要靠的不仅仅是自己的知识和能力，更重要的是江湖阅历。

新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

# 前言

有云的地方，就有天下。有人的地方，就有江湖。

赵客漫胡缨，吴钩霜雪明。银鞍照白马，飒沓如流星。

十步杀一人，千里不留行。事了拂衣去，深藏身与名……

——李白

江湖，有刀光剑影，有荆棘丛生，有人心险恶，也有豪气干云。江湖，有世事无常，有一诺千金，虽险境重重，却精彩纷呈。

有人的地方就有江湖，江湖有时候很无情，深不见底，秘不可测。我们本是多情人，可江湖里却不需要多情，每个人都是刀客，因此我们常常受伤。江湖，无数人梦想置身其中，纵马驰四方，仗剑走天涯，凭一己之力独步武林，惩恶扬善，最终美人得抱，名利双收。无奈现实与梦想的巨大差距磨灭了许多人的壮志雄心。行走江湖，没有一身好功夫怎么行？

如何选择未来的道路，没有人给我们写好指示牌放在路口，一切需要自己去抉择。这种选择对于一个涉世未深的愣头青来说，这是十分困难的：面对纷繁的诱惑，不知道如何取舍；面对杂乱的问题，不知道怎样应对；面对复杂的人际关系，不知道如何处理……太多太多的困惑，太多太多的矛盾，一下子全冒了出来。

社会是如此的严酷，不讲情面，不管你是否已经做好踏入社会的准备，都得先迈开脚步，上路再说，至于在以后的日子里能不能在斗争中胜

出就全凭个人的本事了。

无论是生意场、官场、情场，都存在江湖。可以说，江湖贯穿了我们工作和生活的全部。

有江湖就有争斗，就有陷阱。尤其是20几岁的年轻人，进入社会的时间还不长、阅历浅，所以难免会走一些弯路、碰一些钉子、上一些当，也难免因为不懂某些规矩而得罪人、办错事。

卡耐基说：一个人的成功，专业知识只占15%，85%的社会知识和阅历才是关键。可是，等我们到了30岁，走过了弯路、撞过了南墙，最后再明白过来，那就有点晚了。因为，我们已经把自己最宝贵的青春蹉跎掉了，或者已经远远地落在了别人的后面。甚至于很多人，这一辈子也没明白过来，最终庸碌一生。

而本书，就是让那些愣头青们能在较短的时间内，“经历”那些对人生很关键的江湖阅历，让自己少走弯路，少中圈套，少碰墙壁，在自己的工作和生活中风顺水、步步登高，从而做到“笑傲江湖”！

没有不老的神话，只有不老的江湖……

# 目录

## 第一篇 30岁前要经历的江湖历程

对于刚出道的职场菜鸟来说，要面对各种各样的问题，经历各种磨难。在这个过程中，你可能失败、上当、被人利用，所以菜鸟们一定要学会一些生存法则，尽量少走弯路！

### 第1章 心比天高，命比纸薄——刚出道的年轻人如何涉足江湖

我到底适合做什么呢？怎么还没人通知我面试呢？看中的公司是否也会看中自己？竞争这么激烈，我在这个城市能站稳脚跟吗？……

江湖阅历1：小毛驴的犹豫——初涉江湖的择业心态/002

江湖阅历2：第一块“敲门砖”——求职简历的制作/005

江湖阅历3：不要“见光死”——成功面试的技巧/009

江湖阅历4：外表也重要——注意面试中的形象/011

江湖阅历5：核心问题不规避——面试中如何谈薪水/014

江湖阅历6：不要充当“冤大头”——提防求职中的陷阱/018

### 第2章 菜鸟的生存法则——初涉职场要掌握的江湖规矩

当年轻人走上工作岗位时，无论他在校园里曾经参加过多少社会实践、做过多少兼职、暑期工，真正进入社会开始工作之后都会发现，身份上质的改变是无法避免的。充满理想、有冲劲的职场新鲜人将会面临种种挑战——能否胜任工作、调解压力以及应对利益冲击……

- 江湖阅历7：一切从零开始——菜鸟应该具备的心态/021
- 江湖阅历8：端人碗，受人管——菜鸟如何面对上司/024
- 江湖阅历9：多做事，少抱怨——菜鸟的工作态度/027
- 江湖阅历10：木秀于林，风必摧之——做个受欢迎的菜鸟/029
- 江湖阅历11：攻心为上——菜鸟要走进同事的内心/032
- 江湖阅历12：水至清则无鱼——菜鸟要学会“明哲保身”/035
- 江湖阅历13：该出手，不含糊——菜鸟也要适时表现/038
- 江湖阅历14：没我不行——菜鸟要逐步使自己不可替代/040

### 第3章 吃着碗里，看着锅里——跳槽的江湖必杀技

“跳槽”是现在职场上最时髦的词汇之一，几乎职场上每个年轻人都会有跳槽的想法或经历。那么，跳槽是在选择什么？是因为职业发展(包括技能学习、上升空间、薪资待遇)受限，还是因为缺乏工作新鲜感或人事关系处理存在问题？

- 江湖阅历15：年轻人，你为什么要跳槽/043
- 江湖阅历16：跳槽，你想好了吗/045
- 江湖阅历17：要跳，就跳出一片新天地/047
- 江湖阅历18：跳槽陷阱，要提防/050
- 江湖阅历19：年轻人，不要跳槽“上瘾”/053
- 江湖阅历20：跳槽失败，怎么走出来/055

### 第4章 心不死，梦还在——考研的路上也有江湖

考研还是就业？这是困扰很多大学毕业生的问题。也许你现在也徘徊在人生选择的一个河岸，想要到达对岸，却不知该向左走还是向右走，为此困惑、迷茫，不知所措，就像哈姆雷特一样不断地追问自己：“To be, or not to be?”

- 江湖阅历21：向左走，向右走——毕业生考研还是工作/058
- 江湖阅历22：球不是这么踢的——考研不能这样/060
- 江湖阅历23：心若在，梦就在——工作了也能考研/063

江湖阅历24：两手都要抓——在职考研的困惑/065

### 第5章 千里为官，只是为官——公务员要懂得江湖“潜规则”

身处官场，可能需要大量的精力去处理人与人之间的关系。很多看起来微不足道的小事却会决定自己的前途，所以有些不该做的事情就不要做，以免节外生枝，影响同事之间的关系。那么在办公室里应该注意哪些处事“潜规则”呢？

江湖阅历25：千穿万穿，马屁不穿/068

江湖阅历26：细节决定成败/070

江湖阅历27：成也舌头，败也舌头/073

江湖阅历28：就这样赢得领导的赏识/075

江湖阅历29：变色龙与恐龙/077

江湖阅历30：官场中，话应该这么说/079

### 第6章 千里为财，只是为财——生意场上的江湖策略

生意场上，无论是腰缠万贯的大老板，还是小本经营的个体户，或是去拉单子的业务员，都是需要一些江湖智慧的。因为我们处在一个人情社会，想赚钱就必须耍好打理好各方面的关系。

江湖阅历31：与客户玩“无间道”/082

江湖阅历32：客户是需要“勾引”的/084

江湖阅历33：对客户，要见缝插针/087

江湖阅历34：肢体语言，会出卖客户的心/088

江湖阅历35：做一个谈价的太极高手/090

江湖阅历36：你唱红脸，我唱白脸/092

## 第二篇 30岁前要学会的江湖处世

美国有这样一项著名的调查，曾有人向2000多位雇主发放一个问卷，“请查阅贵公司最近解雇的三名员工的资料，然后回答解雇的理由是什

么”。结果无论什么地区、什么行业的雇主，三分之二的答复都是：“他们是因为不会与别人相处而被解雇的。”可见，学会处世对年轻人来说是多么重要！

## 第7章 打造“万人迷”——闯荡社交场上的江湖

美国前总统西奥多·罗斯福曾说过：“成功的第一要素是懂得如何搞好人际关系。”一个人事业的成功，只有20%来自于自己的努力，而80%则归因于与别人相处。

江湖阅历37：人脉就是钱脉/096

江湖阅历38：拉拢人心才能聚拢人脉/099

江湖阅历39：咱们是“自己人”/101

江湖阅历40：请记住别人的名字/103

江湖阅历41：距离产生美/105

江湖阅历42：出现尴尬，如此化解/106

## 第8章 肩膀齐，是弟兄——定位江湖中的“兄弟”

朋友可能做一辈子，也可能因为一点小摩擦而成了仇人。从小地方做起，越是看起来不重要的小细节，越会影响人们之间的友情。好好看看自己哪样没做到，别因为这些小地方，而让你损失一个好朋友！

江湖阅历43：无兄弟，是篮球/110

江湖阅历44：一起花钱，但别一起挣钱/112

江湖阅历45：交叉不交财，交财两不来/114

江湖阅历46：朋友借钱，怎么拒绝/116

江湖阅历47：人生只有一个半朋友/118

江湖阅历48：是兄弟，就不分彼此？/120

## 第9章 就这样捕捉爱情——浪迹情场中的江湖

上帝创造了男人，而后又创造了女人。因男人比女人早到一步，所以内心持着骄宠，持着一点狂妄，这就注定了男人好面子的本性。可是

女人也不示弱，虽说晚来一步，但是心存骄傲，一不如意就拿出娇小姐的本性。所以，在追求喜欢的人时，有很多技巧可以运用。

江湖阅历49：良好的搭讪是成功的一半/123

江湖阅历50：轻松搞定对方手机号码/126

江湖阅历51：爱情，先下手为强/129

江湖阅历52：男人要捧，女人要哄/131

江湖阅历53：不同类型的女孩，不同对待/133

江湖阅历54：失恋了，怎么走出来/135

### 第10章 寻找“零距离”——接近江湖中的陌生人

善于结交陌生人，能使我们扩大交往圈子，开放生活领域，拥有更多的朋友，使生活更加丰富起来。仔细想一下，我们的熟人朋友哪一个原来不是陌生人。只要有交往的意愿，就可以不断提高日常交际能力。

江湖阅历55：打开陌生人的心扉/138

江湖阅历56：注重首因效应/140

江湖阅历57：让陌生人愿意和你说话/142

江湖阅历58：逢人只说三分话，未可全抛一片心/144

江湖阅历59：抬手不打笑脸人/145

江湖阅历60：“互惠互利”，才能统一战线/148

## 第三篇 30岁前要掌握的江湖技能

俗话说“技多不压身”，“艺高人胆大”。掌握更多的江湖技能，对年轻人闯荡江湖是很有必要的。怎样说话，怎样倾听，怎样看穿别人，怎样自我控制，这些都是非常有效的江湖必杀技！

### 第11章 会做不如会说——江湖中如何运用语言技巧

很多职场人都会发出这样的慨叹：“我又不是没能力。我兢兢业业，恪尽职守，像老黄牛一样干的多，要求的少，可却从来得不到领导器重，

升职加薪的总是那些耍嘴皮子的人!”

江湖阅历61：干得漂亮，也要说得漂亮/152

江湖阅历62：没把握的话，不要乱说/154

江湖阅历63：说话要留有余地/156

江湖阅历64：有了过失，用语言挽回/158

江湖阅历65：见人说人话，见鬼说鬼话/160

江湖阅历66：到了哪座山，唱哪首歌/162

### 第12章 会说不如会听——江湖中如何辨听弦外之音

倾听是我们赢得人脉进而赢得成功的必要前提。古今中外，很多善于倾听的人，都借此拥有了非凡的人脉，从而为自己的事业发展获得了源源不断的推动力。

江湖阅历67：倾听，是一种素养/166

江湖阅历68：倾听也要有技巧/168

江湖阅历69：听话要“听音儿”/170

江湖阅历70：听人劝，吃饱饭/172

江湖阅历71：倾听，发掘客户需求/174

江湖阅历72：倾听，处理客户抱怨/176

### 第13章 练就一双火眼金睛——江湖中如何观色辨人心

江湖中，人心难测，当面笑脸背后一刀的大有人在。可是没有经验的人却很难识别出这些隐藏得很深的人，而这些恰恰又是非常重要的。所以，我们要具备观色辨人心的能力。

江湖阅历73：表情是心的晴雨表/179

江湖阅历74：眼神藏不住他的心/181

江湖阅历75：什么样的衣着，什么样的心理/183

江湖阅历76：坐座位，也能反映人的心理/185

江湖阅历77：想“见风使舵”，要看清风向/187

江湖阅历78：饭桌之上，各怀“鬼胎”/188

## 第14章 收放自如——江湖中要学会自我控制

很多人会因为一些事情而压不住火气，对别人大发雷霆，其实愤怒的情绪是不利于解决问题的。关键时刻，绝对不能让怒火左右自己，无论遇到什么令你愤怒的事情，都要控制好自己情绪。

江湖阅历79：重新认识自己/191

江湖阅历80：将愤怒化于无形/193

江湖阅历81：你担心的事，99%不会发生/195

江湖阅历82：今天，你郁闷了吗？/196

江湖阅历83：别人犯错，干吗惩罚自己？/198

江湖阅历84：你的压力大吗？/200

## 第四篇 30岁前要适应的江湖生活

江湖就是变幻莫测的，有时候改变它是很困难的。既然不能改变，那我们就主动去适应。其实，只要我们了解一些江湖内幕，我们就能知道如何应对“小人”，如何避开陷阱，如何自我保护，从而更好地适应江湖生活。

## 第15章 众人皆醉我独醒——识别江湖中的消费陷阱

时下的年轻人，很容易接受提前消费的观念。商场的各种促销战略让人眼花缭乱，感觉便宜，一时冲动就买了一堆实际不需要的东西。由于购物的不理性，一些人经常不到月末就把工资全用光了，不得不靠他人接济。一些人看重名牌，什么都买贵的，结果买了一堆不适合自己的东西……

江湖阅历85：促销，真的划算吗？/204

江湖阅历86：打折，真的便宜吗？/206

江湖阅历87：团购，你上瘾了吗？/207

江湖阅历88：刷卡，你心疼了吗？/209

江湖阅历89：吃饭，你中招了吗？ /211

江湖阅历90：广告，看“疗效”了吗？ /212

### 第16章 翻转手心看手背——打理江湖中的生活

俗话说“清官难断家务事”，越是家长里短的事情越不好处理。有多少在外边叱咤风云的人却和家人、朋友、邻居搞不好关系，因此，一定要掌握一些这方面的技巧。

江湖阅历91：与人相处要“糊涂” /215

江湖阅历92：巧妙卸掉“人情包袱” /217

江湖阅历93：邻里相处，忌讳多多 /219

江湖阅历94：珍惜身边的幸福 /221

江湖阅历95：不要和婆婆争“宠” /223

江湖阅历96：吵架，要有“建设性” /224

### 第17章 恶人自有恶人磨——应对江湖中的“小人”

在我们身边总有一些不甘寂寞、上蹿下跳的“小人”。该怎么和这些“小人”相处呢？有一句话叫“宁可得罪君子，也不得罪小人”，说的就是这个道理。小人会把你的一个微小失误无限放大，然后作为他在背后使绊儿的理由，所以怎么对付他们是要动一番脑筋的。

江湖阅历97：得罪君子，不得罪小人 /227

江湖阅历98：让小人“现出原形” /229

江湖阅历99：“诱导”小人拍马蹄子 /230

江湖阅历100：“友情”有时也是陷阱 /232

江湖阅历101：透视小人的谎言 /234

江湖阅历102：对付办公室里的各色“小人” /235

### 第18章 女人安全是第一——江湖中的女子防身术

职场女性，特别是长得漂亮的女孩子，容易成为别人垂涎的对象，或在明处，或在暗处。所以，掌握一套“女子防身术”是很必要的。让那些图谋不轨的上司、公交色狼等远离自己。

江湖阅历103：上司图谋不轨，你怎么办？ /238

江湖阅历104：遭遇公交色狼，你怎么办？ /240

江湖阅历105：单身美女，如何防身？ /242

江湖阅历106：独居的女性，怎样确保安全？ /243

江湖阅历107：漂亮的女人，也有困惑/245

江湖阅历108：年轻女孩，请远离已婚男人/247



## 第一篇

### 30岁前要经历的江湖历程

对于刚出道的菜鸟来说，要面对各种各样的问题，经历各种磨难。而在这个过程中，你很有可能会遭遇失败、上当，甚至会被人利用，因此菜鸟们一定要学会一些生存法则，尽量少走弯路！





## 第1章 心比天高，命比纸薄

### ——刚出道的年轻人如何涉足江湖

我到底更适合做什么呢？怎么还没有公司通知我面试呢？看中的公司是否也会看中自己？竞争这么激烈，我在这个城市能站稳脚跟吗？……

#### 江湖阅历1：小毛驴的犹豫——初涉江湖的择业心态

我到底更适合什么呢？怎么还没公司通知我面试呢？看中的公司是否也会看中自己？竞争这么激烈，我在这个城市能站稳脚跟吗？……

择业是人生的一次重要选择，无论是刚毕业的大学生，还是初到城市的打工仔，都要面临择业的问题，在择业过程中，心态必然是最重要的因素。而作为刚出道的年轻人，恰恰容易在心态方面把握不住，要么好高骛远，要么缺乏自信，要么急于求成……这些都是择业中的不良心态，而这些又会干扰你做出正确的决策。所以对于刚出道的年轻人来说，如何克服这些常见的不良心态，就显得尤为重要了。

#### 盲目攀高

哈佛大学校长德雷科·鲍克说：对于每一位求职者来说，他们都希望自己能找到一个既能发挥自己特长、待遇又很高的工作。然而在实际择业的过程中，这样两全其美的好事确实很难如愿。这其中的原因虽然很多，

但有一个很重要的原因就是求职者能否客观看待择业。

德雷科·鲍克指出，许多人在择业时，都会存在“小毛驴的犹豫”：一头小毛驴，在干枯的茫茫草原上好不容易找到了两堆草，却一再迟疑不知道吃哪一堆更好，结果活活饿死了。这就告诫我们：人的期望值不可太高，在选择中要痛下决心，绝不可以因左顾右盼而坐失良机。

很多年轻人就是这样，自我评价过高，在求职中不肯“屈就”，总想一下捡个大西瓜。而实际上却是志大才疏，眼高手低，大事做不来，小事不肯做。求职者在择业时挑肥拣瘦，这山望着那山高，往往到头来两手空空，一事无成。

因此，求职者在择业前，应把自己的专业特长与用人单位的实际需求结合起来，对照衡量后再去择业。要客观地评价和认识自己的优点和缺点，然后根据自己所学的专业，谨慎地进行分析，看看什么样的行业或单位既可以让自己学以致用，又可以很好地发挥自身特长，发展自己的兴趣和爱好，以便在工作中既得心应手，又可以充分发挥自己的个性。

### 缺乏自信

在择业问题上，自卑感强的年轻人主要的问题是，对自己的能力缺乏了解，缺乏自信心。所以，在看到人才市场竞争激烈时，涉世未深的年轻人产生自卑心理是很正常的。

那么，怎样消除自卑感呢？首先要相信自己。车尔尼雪夫斯基有句名言：“假如一个人总想着‘我办不到’，那他必然会办不到。”一个人的自信心并非与生俱有，而是在不断战胜困难的过程中逐步培养起来的。其实每个人的生活中都会碰到困难和挫折。正如有的人讲“上帝不会把所有幸运都送给别人，而把所有不幸带给你”。

要正确评价自己，纠正过低的自我评价，多找自己的长处，即使微不足道也不要忽略，这些本来就属于你的财富对于恢复你的自信心是十分必要的。人都有所长，我们可以利用自己的优势以长补短。比如有些人总感觉学历不如别人高，证书没有别人多。但是没关系，你踏实、勤

奋，耐得住枯燥的工作，其实有很多岗位需要你这样的人，而那些学历高、证书多的人却未必做得来。

#### 急于求成

由于年轻人想快速实现自己的抱负，或者负担重，或者个人条件不错、自我评价高，因而容易产生急躁的求职情绪。要克服急于求成的心理，首先必须认清竞争是当今社会的一大特点，而竞争的一个必然结果就是使就业难度增加，因此在一段时间内找不到合适的工作是情理之中的事。再者，做任何事情都要有一个过程，找工作也不例外，甚至需要更长的过程。因此，年轻人要为找工作做好打持久战的心理准备，切不可为了一时的失败或失落而丧失信心。

#### 焦虑不安

年轻人突然面对高强度的竞争很容易感到无所适从，产生危机感、迷茫感，甚至是恐惧感。有的年轻人面对用人单位严格的录用程序：笔试、口试、面试、心理测试，感到胆战心惊。尤其面对自己向往的高级职位、待遇好的单位，参加竞争的人越多，录用条件越严格，他们就越感到焦虑不安。

要克服焦虑的心理，就必须树立敢于竞争的新观念。年轻人求职的过程就是竞争的过程，即使你得到了比较理想的工作，如果没有竞争意识，不继续努力，也有可能丢掉这个工作。有竞争必定会有风险和失败，确立了竞争意识，不怕风险和挫折，焦虑的心理才会得到缓解或克服。客观地分析自己，合理地设计求职目标，尽量减少挫折，增强求职的勇气，也会减轻心理焦虑的程度。

#### 怕苦心理

现在的年轻人大多没有经过艰苦生活的磨炼，普遍缺乏艰苦奋斗的创业精神。包括很多大学生也存在着学工不爱工，学农不爱农的心理，在择业中死守北京、上海，以及沿海城市，而不愿意选择西部城市。很多年轻人都要求工作环境好，有发展前途，薪水又高，而且工作轻一点，

离家近一点，管理松一点，这是典型的贪图享受怕吃苦的表现。在怕苦心理的驱使下，大家能够选择的职业面很窄，就容易形成千军万马过独木桥的局面。

要克服怕苦心理，首先要从思想上认识到能吃苦是一个人最基本的的能力，不能吃苦就不会有事业的成功，即使是“三高”职位也同样需要吃苦。曾有过一些大学生，千方百计挤进了外企后，又很快跳槽了，其原因是受不了外企紧张的节奏和工作的高效率。另外还应认识到最艰苦的环境，也最容易锻炼人，最易成功。例如，大富翁、世界级企业家美国的哈默博士，他在23岁时已是百万富翁。二战后，他勇敢地进入百废待兴、千疮百孔的前苏联，在那里他住的是从未见过的污秽房间，与臭虫、老鼠为伴，没有洗澡间，没有水，没有面包。在这种艰苦的环境下他做了石棉、铅笔、毛皮、古董等多项生意，他的事业又取得了巨大的成功。

### 消极依赖

很多年轻人都有这种想法，等着老爸老妈、亲戚朋友给自己安排工作，或者花钱，或者托人。这是一种典型的消极依赖的求职心理，对年轻人的成长是非常不利的。不参与社会竞争，即便是暂时有了工作，将来也很难适应社会发展的需要。所以，要充分认识到自己才是求职的主体，要发挥自己本身的积极主动性，树立起强烈的主体意识。

只要有了正确的、积极的求职心态，就一定会找到适合自己的工作，哪怕暂时没有找到自己喜欢的，只要坚持下去也一定可以找准自己的方向。

### 江湖阅历2：第一块“敲门砖”——求职简历的制作

简历是职场中的人经常用的，找工作第一件事就是制作简历，这是给招聘单位的第一块“敲门砖”。简历写得好与坏，直接关系到应聘的成败。