智慧做人术

95种完善人格，展示独特魅力的做人智慧

提升做人品位的**经典读物** 实用·精华版·SHIYONG JINGHUABAN 打造成功人生的**智慧秘笈**

ZHIHUI ZUORENSHU

- 成功者之所以成功，在于做人成功
- 失败者之所以失败，在于做人失败

闫锋 夏新义◎编著



北京工业大学出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

智慧做人术

——95种完善人格、展示独特魅力的做人智慧

闫　锋　夏新义
编　著

北京工业大学出版社

图书在版编目（CIP）数据

智慧做人术：95种完善人格、展示独特魅力的做人智慧 / 闫锋，夏新义编著. —北京：北京工业大学出版社，2012.3（重印）

ISBN 978-7-5639-2912-2

Ⅰ.①智… Ⅱ.①闫… ②夏… 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（2011）第231859号

智慧做人术——95种完善人格、展示独特魅力的做人智慧

编　　著：闫　锋　夏新义
责任编辑：江　舒
封面设计：天之赋设计室
出版发行：北京工业大学出版社
（北京市朝阳区平乐园100号　100124）
010-67391722（传真）　bgdcbs@sina.com
出 版 人：郝　勇
经销单位：全国各地新华书店
承印单位：大厂回族自治县正兴印务有限公司
开　　本：700 mm×1000 mm　1/16
印　　张：17.5
字　　数：252千字
版　　次：2012年1月第1版
印　　次：2012年3月第2次印刷
标准书号：ISBN 978-7-5639-2912-2
定　　价：32.80元

版权所有　翻印必究
（如发现印装质量问题，请寄本社发行部调换010-67391106）

前　言
FOREWORD

世间什么最难？做人最难。拼上三年两载工夫做成一两件事不难，做人却是一辈子的事，弄不好一辈子不会做人，不知道怎么做人。中国有句俗话：“世上难事千千万，最难还是做人难。”做人低调，别人说你太虚伪；做人热情，别人说你太张扬；做人老实，别人说你太懦弱；做人精明，别人说你太算计 ……

做人对人的成长和成功起着决定性的作用。做人是一种修养，人活一天就得做一天人、尽一天责，就得讲一天修养。做人不但是大难事，也是大艺术、大智慧。从普通平凡提升到不普通、不平凡，从不普通不平凡提升到超凡脱俗，再从超凡脱俗提升到鹤立鸡群，这就达到了“做人”的最高境界与最高艺术境界。

翻一翻成功人士的历史，做人的智慧便一目了然。清代的胡雪岩以双赢的做人准则成就了他“红顶商人”的美誉；香港首位“千亿富豪”李嘉诚依靠父亲留给他的“做人要有硬气”、“把吃亏留给自己”等做人资本，最终赚遍香港，赚遍世界；德兰修女依靠乐善好施的慈悲胸怀获得诺贝尔和平奖，受到全世界的敬仰。揭开金钱和财富的面纱，是更深层次的做人道理和准则。

做人要有智慧，有智慧才能在人生的海洋之中，劈波斩浪，自由翱翔。

智慧做人，就要为人处世保持低调，不要太张扬。有的人止于形，



以受其貌；有的人止于勇，而成其力；有的人止于心，只用其技；有的人达于理，而用其智。大音希声，大象无形。大智之人，不耽于形，不逐于力，不持于技。低调做人是一种淡淡生活、静静思考的境界，是一种意志坚强、执著进取的智慧。过于张扬的人，狂妄自大，得意忘形，率意而为，不会委曲求全，难免处处碰壁，走投无路。

智慧做人，要有好的心态，凡事要往好处想，乐于忘怀，开开心心。做人要淡定，不要斤斤计较，不要乱生气，不要太在意一时得失。做人要摆正心态，善待自己。成功与失败往往只在一瞬间，我们不必去刻意追求一时得失与成败，不要打肿脸充胖子，要丢下心灵的包袱，让自己始终保持惬意与轻松。

智慧做人，要宽容，要虚怀若谷，就是既有自己做人的“底线”，同时又有“海纳百川，有容乃大”的胸襟。做人要雪中送炭，不必锦上添花，因为前者是助人为乐的高尚，而后者则是处处为我的张扬。做一个智慧的人，要善于隐匿，“贵而不显，富而不炫”才能得到别人的敬佩和尊重，要学会以退为进，遇强则迂，遇弱则攻，能屈能伸才能游刃有余。

智慧做人，要懂得圆融，到什么山砍什么柴，见什么人下什么菜；做人要有心机，低头拉车还要抬头看路，凡事都要留一手；做人还要有手段，要悟玄机，要装糊涂。该违心时要违心，该装傻时要装傻，该拍的“马屁”一定要拍，学会察言观色，方能洞悉人性。

智慧做人，就必须了解谦虚诚信、大度宽容的为人之道，就必须掌握翻云覆雨、灵验奇妙的做人手段。只有这样，你才能在各种场合下应付自如，左右逢源。“世上无难事，只怕有心人。”只要你有心、用心、专心。其实，做人也不难。

你我皆凡人。事实上，我们最渴望、最需要的并不是高山一样的理论，我们最需要的仅仅是一个握在手心的实实在在的智慧之杖，它将助我们攀上生活之中一座又一座山峰，去撷取我们期盼的成功幸福的花环。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

CONTENTS

第一章　大音希声，大象无形——低调做人术

古人云：“木秀于林，风必摧之；人高于众，众必非之。”一个人不管取得了多大的成功，不管名有多显、位有多高、钱有多丰，面对纷繁复杂的社会，也应该保持做人的低调。有道是：地低成海，人低成王。低调是人生之路的润滑剂，是事业之路的助推器，放下架子真诚地去低调做人，必将描绘出人生的精彩画卷。低调做人不仅是一种境界，也是一种智慧。

- 1. 面对谣言不如保持沉默　/ 2
- 2. 有荣耀也不要自我吹嘘　/ 4
- 3. 低调的人容易成功　/ 6
- 4. 把自己的姿态放低些　/ 9
- 5. “难得糊涂”乃做人至理名言　/ 12
- 6. 以低调的姿态做人　/ 14
- 7. 有荣耀应与人共享　/ 17
- 8. 应当夹起“尾巴”做人　/ 19
- 9. 做人不要锋芒毕露　/ 21
- 10. 吃小亏能占大便宜　/ 25
- 11. 放下自己的优越感　/ 27
- 12. 越有地位越不可趾高气扬　/ 29
- 13. 成绩面前不得意忘形　/ 32



第二章　心气平和，荣辱不惊——淡定做人术

“荣辱不惊”深刻地道出了人生对事对物、对名对利应有的态度：得之不喜、失之不忧、宠辱不惊、去留无意。这样才能心境平和、淡定自然。生命是一种轮回，人生之旅，去日不远，来日不多，权与势，名与利都是过眼烟云，只有淡定才是人生的永恒。何必把个人的得与失看得太重，又何苦感叹世事的炎凉？遇事拿得起，放得下，想得开，淡泊为怀，知足且常乐矣。

- 14. 不要希图意外的惊喜　/ 36
- 15. 以淡泊的心态面对名利　/ 38
- 16. 做人应淡看虚名　/ 39
- 17. 功名可求不可贪　/ 42
- 18. 失败与成功面前要荣辱不惊　/ 44
- 19. 万事有得必有失　/ 46
- 20. “放下”是淡定做人的智慧　/ 49
- 21. 冷静淡定方能快乐生活　/ 52
- 22. 淡泊名利方能成大器　/ 54
- 23. 身处递境仍能内心清澄　/ 57
- 24. 平平淡淡才是真　/ 59
- 25. 把心态回归到零　/ 62

第三章　不败人生，忍者无敌——隐忍做人术

隐智藏锋，待时而动。隐忍，实为智者谋远之道，非无能懦夫可比；隐忍不是消极被动之选择，而是以退为进，为谋而行。忍并不意味着软弱，而是保留实力，寻找还击的机会。忍也并不是委曲求全，而是为了日后更大的反击暂时求得安稳。隐忍，是一种境界，是一门人生的学问。在纷繁的生活中，能够忍让是可贵的，忍让并不意味着退却不前或懦弱可欺，并不是面对误解、委屈甚至诽谤而无动于衷。忍让者总是以宁静平和的心绪去感化他人的浅薄行为，

以宽厚博大的胸怀去容纳他人的悖理举动，最终以无可争议的事业成功来警示世人。

- 26. 要善于使用屈伸术 / 66
- 27. 进退有度才能成就大业 / 69
- 28. 努力控制自己的情绪 / 71
- 29. 堪当大任者能适时忍让 / 75
- 30. 忍一时气成万世基业 / 77
- 31. 凡事都要有点忍耐精神 / 81
- 32. 一事当前忍为高 / 84
- 33. 失去心平气和的非理性因素 / 87
- 34. “忍”是人生的至高境界 / 91
- 35. 忍之原则 / 94
- 36. 学会冷却自己的情绪 / 95
- 37. 善于运用“忍气吞声” / 98

第四章 察言观色，灵活做人——圆融做人术

纵观中外，最能保全自己、发展自己和成就自己的人生之道便是圆融心法。古往今来，大凡成功者，都是那些做人有独到之处者。而所谓的独到之处就是“圆融做人”。小到一句难以开口的话，大到一件难办的事，圆融做人都会以非常规的方法巧妙应对。学会圆融，让自己比别人更能适应今天商业化的人际环境。

- 38. 到什么山唱什么歌 / 102
- 39. 该回头时就回头 / 104
- 40. 采用迂回战术麻痹对手 / 107
- 41. 圆融显示做人智慧 / 109
- 42. 包容待人就是与人为善 / 111
- 43. 说场面话是一种生存智慧 / 115
- 44. 忠言顺耳更利于行 / 118

45. 用宽广心胸包容对方的愤怒 / 121
46. 做人要深藏不露 / 123
47. 得理也要让三分 / 125
48. 圆融做人要学会察言观色 / 128
49. 对他人行善就是善待自己 / 130
50. 肚子里要藏得住话 / 133
51. 用宽容代替抱怨 / 135
52. 拍“马屁”要拍到点子上 / 137

第五章 乐于忘怀，开心做人——阳光做人术

现在我们的物质生活一天比一天美好，可人们的满足感越来越少了。酒桌上聚会多了，可有真情的朋友少了。办公条件越来越现代化了，可人们感觉越来越累了。因此，我们只有乐于忘怀，开心做人，我们才能时刻感到自己是幸福的。不能改变环境就适应环境，不能改变别人就改变自己，不能改变事情就改变对事情的态度，不能向上比较就向下比较。每个人要想有阳光心态，那就要善待周围的每个人。

53. 让好心情伴随你一生 / 142
54. 学会适应无法改变的事情 / 145
55. 打开一条积极的思路 / 147
56. 向乐观积极的人学习 / 149
57. 让忧愁转变为快乐 / 152
58. 丢掉你的坏情绪 / 154
59. 时常放松一下自己 / 156
60. 要看到自己幸福的一面 / 159
61. 要学会忘怀之道 / 161
62. 微笑具有神奇的魔力 / 163
63. 聪明的人懂得满足 / 166
64. 时刻保持一颗平常心 / 168
65. 以宽恕之道面对现实 / 170
66. 简单生活就是快乐人生 / 173

第六章 知行合一，有信而立——诚信做人术

诚信是一轮朗耀的明月，唯有与高处的皎洁对视，才能沉淀出对待生命的真正态度。诚信不是一种销售，不是一种高深空洞的理念，是实实在在的言出必行，是点点滴滴的细节。诚信不能拿来销售，不能拿来做概念！诚信是做人的根本，是人际关系的法宝，是事业成功的基础。做人要讲诚信，不能只在表面上下功夫。说话表情虽好，如果你的内心不诚，至多成为“巧言令色”罢了。唯有内心的真诚才能得到更多的尊重和信任。

- 67. 诚信是一种无形的资本 / 178
- 68. 真诚是人际关系的法宝 / 180
- 69. 一生不可有欺骗行为 / 184
- 70. 忠诚做事是一种人生享受 / 186
- 71. 说到做到才会得到信任 / 189
- 72. 用诚实赢得他人信任 / 192
- 73. 用诚信开放你的心灵 / 195
- 74. 没有信誉则寸步难行 / 198
- 75. 人品的第一要素是忠诚 / 201
- 76. “一诺千金”彰显人格魅力 / 205

第七章 坚持个性，彰显本色——本色做人术

“皇天不负有心人”。所谓“皇天”其实是我们自己精神和力量的化身。一个人生活在众人之中，有时不必考虑怎样去适应周围的每一个人。因为一个人不可能使所有的人都满意，就连人皆称为圣人的孔子也不可能做到。对此，我们应借古人常说的中庸之道作为做人的行为准则，要有自己的本色，有自己的生活准则。

- 77. 不要在意别人的“眼光” / 208
- 78. 没必要追随别人的脚步 / 210
- 79. 做事不可能面面俱到 / 214
- 80. 要有勇气打破常规 / 218

81. 不要成为别人的复制品 / 222
82. 生活需要直起腰板 / 225
83. 活出自己的风采 / 228
84. 关键时像雄狮那样独立 / 231
85. 坚守自己的生活准则 / 233

第八章 胸怀宽广，光明磊落——坦荡做人术

“坦荡做人，但求无愧于心”，那是一种积极的人生态度，也可以让本已沉重的人生走得轻快一些。在社会上，只要找到一个稍微适合自己的位置，坚持坦荡的做人原则，是我们可以完善自己的最佳方式。坦荡者无愧于心，这才是人生的最高境界！这样的人有利于获得事业的成功！这样的人有利于获得幸福的人生！

86. 坦荡让你越活越年轻 / 238
87. 坦荡做人方能无愧于心 / 239

第九章 正视磨难，永不畏惧——硬气做人术

不经风雨，长不成大树；不受百炼，难以成钢。最辉煌的胜利和最悲惨的失败不是掌握在别人手中，而是操纵在自己手里。做人硬气，才可能不随波逐流；才可能正视磨难，永不畏惧；才能不断学习，具有不达目的绝不罢休的精神。凡是天性刚强的人，必定有自强不息的力量。

88. 不能让失败击垮自己 / 244
89. 挫折是人格的试金石 / 246
90. 不为厄运的深渊所淹没 / 249
91. 让缺陷变成有利条件 / 252
92. 好身体难敌坏心态 / 254
93. 做人要能忍辱负重 / 257
94. 积极地面对逆境 / 260
95. 强者永远主宰自己的命运 / 263

需要全本请访问 www.ertongbook.com



第一章

大音希声，大象无形
——低调做人术

古人云：“木秀于林，风必摧之；人高于众，众必非之。”一个人不管取得了多大的成功，不管名有多显、位有多高、钱有多丰，面对纷繁复杂的社会，也应该保持做人的低调。有道是：地低成海，人低成王。低调是人生之路的润滑剂，是事业之路的助推器，放下架子真诚地去低调做人，必将描绘出人生的精彩画卷。低调做人不仅是一种境界，也是一种智慧。



1.

面对谣言不如保持沉默

俗话说："人无千日好，花无百日红"。生活中谁都难免要遇到他人的误解，遭到他人不公正的批评甚至辱骂。对此，我们要做到心如止水，不要因为他人一句不公正的批评或难听的辱骂，而失去理智。

英国伟大的戏剧家莎士比亚说："不要为了敌人而过度燃烧心中之火，不要烧焦自己的身体"。康德也有句很有哲理的名言："生气是拿别人的错误惩罚自己"。科学家研究发现，长期积怨不但会使自己的面孔僵硬而多皱，还会引起过度紧张和心脏病。因此不管是从自身的健康着想，抑或是从道德修养出发，都要忍辱克己、低调做人。

20世纪三四十年代，一直敏于行讷于言的巴金先生，也曾受到过无聊小报、社会小人的谣言攻击。巴金先生有一句斩钉截铁的话："我唯一的态度，就是不理！"因为受害者若起而反击，"小人"反倒高兴了，以为他们编造的谣言发生了作用。精通哲学、文学和历史学的胡适先生在《胡适来往书信选》致杨杏佛的信中写道："我受了十余年的骂，从来不怨恨骂我的人。有时他们骂的不中肯，我反替他们着急。有时他们骂的太过火，反损自己的人格，我更替他们不安。如果骂我而使骂者有益，便是我间接于他有恩了，我自然很情愿挨骂。"

巴金、胡适面对他人的辱骂所表现出的低调、幽默、宽容，不失为排除心理困扰的妙药良方。任何人都难免会遭到他人的误解、批评和辱骂。无论是卑鄙的、恶毒的还是残酷的，你千万不要因对方一句不公正的批评或难听的辱骂而失去理智。获胜的唯一战术，就是保持沉默，不和别人发生正面冲突，就连多余的解释也没有必要。因为在这种情况下，

相互争吵辱骂，既不会给任何一方带来快乐，也不会给任何一方带来胜利，只会带来更大的烦恼、更大的怨恨和更大的伤害。

退一步讲，在对骂中没有占上风的一方，当众出丑，只会带来过后对自己鲁莽行为的悔恨。占了上风的一方，虽然把对方骂得体无完肤，又能怎么样？只能加深双方的对立情绪，加深双方的怨恨，在旁观者的眼里也不过是好斗的公鸡罢了。

李云鹏在公司曾受到一位同事的辱骂，为此心中非常恼怒。在下班的路上，依然是满肚子的火气，琢磨着如何报复这位辱骂者。无意之间他走进路边的玩具店，看见几个小孩指着一个存钱用的瓷人评头论足。虽然他们对瓷人的夸张造型并不理解，可是瓷人坐在货架上对那些无知的指责无动于衷，面不改色地乐和着。李云鹏望着这个瓷人，顿时觉得自己滑稽可笑，连一个存钱用的瓷人都不如，受点委屈就满心怨气，还算什么男子汉大丈夫！这么一想，满肚子火气一下子烟消云散。还对这个过去不屑一顾的瓷人产生了好感，便掏钱买了一个。

天津卫有句话：“生气不如攒钱。”的确，人生短暂，把宝贵的精力、宝贵的时间放在生闲气上是不值得的。对于外界的打击辱骂，也许我们还达不到所谓“爱敌人”的修养程度，但至少应该爱惜自己，不要让他人来影响你的情绪和健康。

有人受了委屈，或受到他人的误解，总想立即解释清楚，通过解释去化解矛盾，洗刷自己的清白。其实这时最好不要去解释，最佳的办法还是保持低调和沉默。因为这时的解释是杯水车薪，是起不到任何作用的。比如，有人说他丢了钱包，你能解释清楚不是你偷的？有人背后议论你是“白痴”，是“骗子”，你听了能解释清楚你不是“白痴”，不是“骗子”？诸如此类的解释，只会越解释越对自己不利。

一个人要拥有大度、宽容的气度，面对谣言，沉默是金。鼓噪由他们鼓噪，低调的人总是会在乱中自取静、混沌中自清明。



2.

有荣耀也不要自我吹嘘

有些人总好炫耀自己现有的成绩以及曾经的辉煌，甚至把炫耀先人的业绩当做自己的光荣。资历深自然值得尊重，但老是挂在嘴上当歌唱，就会贬值了。有真本事也不要自卖自夸，让别人说出来的才是真正的荣耀。

美国南北战争时，北军格兰特将军和南军李将军率部交锋，经过一番空前激烈的血战后，南军一败涂地，溃不成军，李将军还被送到爱浦麦特城去受审，签订降约。无疑格兰特将军是最后的胜利者，但是他并没有对自己的成绩自吹自擂，而是表现得非常谦虚。他很谦恭地说："李将军是一位值得我们敬佩的人物。他虽然战败被擒，但态度仍旧镇定异常。像我这种矮个子，和他那六尺高的身材比较起来，真有些相形见绌。他仍是穿着全新的、完整的军服，腰间佩着政府奖赐他的名贵宝剑；而我却只穿了一套普通士兵穿的服装，只是衣服上比士兵多了一条代表中将官衔的条纹罢了。"

有本事要让别人去评价，不必自我吹嘘自我炫耀，因为你的成绩，你的成功，别人会比你看得更清楚。只有对自己的成就持有怀疑态度的人，才爱在大众面前强出头，以掩饰那些令人怀疑的地方。

再来看一则寓言故事：

在一片森林里，小喜鹊的窝，被斑鸠强占了。看着失去"家园"的喜鹊，斑鸠无比骄傲地说："你可知道谁是鸟中之王?"

已经被吓破了胆的小喜鹊说："您是鸟中之王!"斑鸠得意地飞走了。不久斑鸠又遇上了倒霉的小麻雀并狠心地啄光了它头上的毛，然后傲慢

地问小麻雀：“你可知道谁是鸟中之王?”

小麻雀没见过这个阵势，结结巴巴地说：“当然您……您是鸟中之王。”

斑鸠神气极了，从此它真的把自己当做鸟中之王了，耀武扬威地飞来飞去，见到一种鸟就向其炫耀自己的身份。迎面碰到了老鹰，它又问老鹰：“你可知道谁是鸟中之王?”然后得意扬扬地等待着回答。

可是，它没有听到老鹰说它是鸟中之王的回答，只看到老鹰扇了一下翅膀，它感到一股强风袭来，然后就重重地从空中跌落在草丛里。它听到老鹰在它头顶上恶狠狠地说：“这下你知道谁是鸟中之王了吧!”

斑鸠不知高低，自我吹嘘为鸟中之王，结果老鹰扇了一下翅膀就把斑鸠打出了原形，威风扫地。其实，真正实力雄厚的才是王者，光靠嘴上功夫是吹不出实力的。有本事要让别人去说，不能老王卖瓜自卖自夸，不知收敛、吹嘘自己的人，当真相被揭开时只会颜面无光、威风扫地。

一个真正成功的人是不喜欢自吹自擂的，因为群众的眼睛是雪亮的，如果你真有本事，又何须炫耀呢?

在广州第十三中学，有一位从初一到高三都在此校读书的女同学，她与人相处融洽，毫不显眼。直至高中毕业离校一年之后，有的同学才偶然得知，这位同学就是叶剑英的曾孙、叶选平的孙女。

在某杂志社有一位六十多岁的女员工。她工作勤恳，生病仍一早就来上班。她待人友善，对所有员工都和蔼可亲。她遵守纪律，有事请假一定正正规规地向“上司”说明理由，得到批准后才离开。她是一位战争年代十几岁就参军的老革命，在战火硝烟中冲杀过来，离休后不愿闲着，来杂志社干些抄抄写写的案头工作。

后来了解到，这位女员工有一个特别的身份：她是当时广东省省长朱森林的亲家——朱森林的女儿是她的儿媳妇。当她知道有人知道自己这一身份后，还是和过去没有两样，这更让大家对她刮目相看。



再就像1999年举行的那场世纪拳王大赛，虽然这场比赛被判为平局，但明眼人一看就知道是刘易斯获得了胜利，真正的拳王当是刘易斯，霍利菲尔德再怎样吹嘘也是没用的。

曾经有人说："愈是不喜欢接受别人赞誉的人，愈是表明他知道自己的成功是微不足道的。"假使一个人常常把一点微不足道的成绩当做一桩了不得的事情，那他无异于是在欺骗自己，就像那些被魔术欺骗了的观众一样。这样的人早晚将会走上失败之路，因为他早已没有自知之明了，一个没有自知之明的人做事就如同盲人摸象，又如何会取得成功呢?

没有本事就不要胡乱吹嘘，否则被人揭穿真相会颜面尽失。有真本事也不要挂在嘴上，自己说出来的总有"老王卖瓜，自卖自夸"的嫌疑。俗话说"群众的眼睛是雪亮的"，你有几斤几两，旁观的人心知肚明。因此，还是收敛一下嘴上功夫，用行动说话最好。

3.

低调的人容易成功

做人要低调，低调的人谦虚谨慎，低调的人心胸豁达，低调的人受人尊敬，所以，低调是人生之路的润滑剂，是事业之路的助推器，放下架子真诚地去低调做人，必将描绘出人生的精彩画卷。

东汉的邓太后就是一个用低调取得成功的人。她是东汉和帝的皇后，名叫邓绥。她出身高门，祖父是建立东汉的功臣，母亲还是汉光武帝皇后的侄女。她从小博学知书，善解人意，十二岁的时候，被选入汉和帝的后宫。但那时她的父亲去世，她要守丧，所以暂时没有入宫。这时入选的女子中有一位阴氏，貌美聪慧，深受汉和帝的宠爱，就被立为皇后。

三年之后，邓绥守丧期满进宫。她芳龄十六，性格娴静，身材修长，

需要全本请访问 www.ertongbook.com