

做人 做事 做自己

鸿图●编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

社会的急速发展,总会不可避免地带来各种问题。具体到每一个人,就是每天多了各种各样的烦恼:为人处世、人际交往总是觉得力不从心,感到成功的道路是越来越窄,奋斗到最后,自己也是身心疲惫。所以说,人生有三难:做人难,做事难,做自己也难。本书就是针对这三个方面的问题,通过大量的事实展开论述,力求给广大读者一个完美的解决方案,从而更加从容地应对人生的各种挑战,给未来开创一个更加开阔的局面。

图书在版编目(CIP)数据

做人 做事 做自己/鸿图编著. —北京:中国纺织出版社,
2011.6

ISBN 978-7-5064-7423-8

I. ①做… II. ①鸿… 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056357号

策划编辑:曲小月 江 飞 责任编辑:杨 盼 责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

http://www.c-textilep.com

E-mail:faxing@c-textilep.com

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年6月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:17

字数:194千字 定价:29.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



前言

PREFACE

做人、做事、做自己，是一门综合的学问，也是一个人人生顺畅和获取成功的重要素质。就现实情况而言，许多人失败并非由于才智平庸，也不是因为时运不济，而是由于在人生长跑中缺少一种正确的认识，使得自己最终无法触摸到成功的“终点线”。与其说他们是在与别人的竞争中失利，不如说他们输给了自己不成熟的处世和做事风格。

因此可以说，做人有做人的法则和技巧，做事有做事的规律和窍门。作为一个在现代社会里生存的人，只有熟练掌握这些法则、规律、技巧和窍门，才有机会步入成功者的行列。成功之道，在以德而不以术，以道而不以谋，以礼而不以权。成大事的人往往都懂得做人、做事、做自己的“金律”，并在追寻成功的道路上实现自己的价值。

做人是立足于社会的根本。做人是一门涉及现实生活各个方面的学问，有道是：“水至清则无鱼，人至察则无徒。”这说明了社会中的人和事充满了复杂性，为此，掌握方圆的做人之道便是从容处世的关键。当然，讲究方圆并不是要你变得狡诈奸猾、心机险恶，而是要求圆融无碍，有高度的灵活性，结合实际情况并寻求良好的处世方式，是为圆；同时，做人还要遵守一定的法度和规则，行得端，立得正，这样才能堂堂正正地立足于社会之中，是为方。

做事必须以踏实为根基。就做事来说，从古至今，每一位成功者无不深谙踏实做事的精髓。李时珍不畏艰险，一生清贫，终成《本草纲目》；鲁迅忧国忧民，刚正不阿，而终成一代文豪；居里夫人数十年如



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

一日,投身科研;袁隆平心静如水,致力于水稻事业,因此说:踏实做事,事业必成,因为踏实才能关注细节,才能专注热忱。

做自己就是要自己主宰自己,只有主宰自己,才能主宰人生,因此,就要树立人生的理想与目标。列夫·托尔斯泰说:“理想是指路灯,没有理想就没有坚定的方向;没有方向,就没有生活。”一个人的一生当中,不可避免地会遇到一些挫折、失败。如果没有对目标的向往,那么他就会产生无所谓的想法,进而很可能产生放弃的念头,而如果一个人有了自己的理想,那么这种期待就会给他带来力量,使他变得意志坚强,如此,他就会想方设法地去克服一切困难,从而最终达到成功。

本书对做人、做事、做自己的方式、方法进行了精要地生动阐述,相信对读者们的生活和工作具有很高的现实指导意义。

编著者

2011年4月



目录

CONTENTS

上篇 做人——外圆内方，平凡但不平庸

圆与方是中国文化中常见的一对概念。一般地说，“圆”有动态、整体、圆满、灵活性等含义，可引申为做人要无棱无角、圆融变通，懂得相机而动；“方”则相对地具有静态、部分、规则、原则性的含义，可引申为做人要持有端正之心，公平之意，沉稳而不轻浮，心地耿直而不曲意迎合。古人说：“智欲圆而行欲方。”就是说做人的智慧要圆融无碍，要有高度的灵活性，结合实际情况来寻求最佳的解决方式。如此才能更好地立足于社会之中。

一、学会低姿态就没有迈不过的坎儿 2

学会低姿态是一种智慧 2

孤傲不是英雄，清高不是荣耀 5

人在矮檐下，不妨学会低姿态 7



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

低姿态是一种成熟的标志	10
敢于降低姿态是大勇	11
拿低姿态来保护自己	13
保持弹性,适时弯曲	16
 二、人能百忍自无忧	19
以仁为本,懂得顺让之道	19
忍中有气量,也有力量	22
忍是一种策略	25
受辱之时,要勇于忍	27
忍一时风平浪静,退一步海阔天空	29
忍耐是一笔财富	31
沉得住气才能负得了重	34
忍下一口“气”,问题自然解决	37
既要会忍又能勃发	39
 三、低调做人,淡泊名利	44
低调做人是一种境界,也是一种风范	44
低调做人不是低人一等	47
低调做人不是与世无争	49
知足者常乐	52
降低一份欲望,得到一份幸福	56
名利之心要持之有度	59
看淡名利会活得更从容	61



四、做人要外圆内方，坚持自己的底线	65
外圆内方，无往不利	65
尽量不得罪人	68
学会妥协，善于取舍	70
既要拿得起，还须放得下	75
可以平凡，不能平庸	78
善于运用“顺脾气”的法则	81
在不触犯底线的情况下，学会爱自己的敌人	83
对耍赖的人当硬不当软	85

中篇 做事——踏踏实实，要做就做最好

人生中重要的不是生命的表象，而是生命的本质，所以需要
我们认真做人，踏实做事，稳扎稳打，走好脚下的每一步。其实，
对待一件事情，它的成功与否不光取决于我们的努力程度，还有
对待此事的态度。因此，只要怀着极大的热情，选择正确的做事
方法，踏踏实实地认真去做，最后的成功一定属于我们。

一、想要做事完美必须注意细节	88
关注小事才能做成大事	88
心细是一种成事策略	90
不要忽视细微的信息	92



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

小事不小	96
做好细节是取胜的关键	98
马虎轻率误大事	100
细节完美工作才能落实到位	105
 二、专注与热忱是成功做事的两大法宝	107
用专注为成功铺路	107
做一个执著的人	111
要锲而不舍地投入	113
学会专注地生活	116
让内心充满热情	118
快乐地工作	120
用耐心去等待成功	124
 三、做事要善于管理时间	126
珍惜今天	126
摆脱“还有明天”的陷阱	128
改掉拖延的恶习	132
快一步就可胜一步	135
把握好零碎的时间	139
谁偷了你的时间	141
学会说“不”	143
 四、注重方法才能更容易如愿以偿	146
随机应变灵活办事	146



改变僵化的思维	148
换一种思路走得更远	153
反其道而行之	156
思路指引道路	158
用“逆向思维”解决棘手问题	162
奇思妙想让你与众不同	166

下篇 做自己——内外兼修，自己是自己最大的财富

西方有一句名言：“如果我们走得太快，要停一停，等待灵魂跟上来。一个有品位的人不仅有美丽的外表，还有醇香浑厚的内涵，是众人眼中的一道风景线，经得起岁月的侵蚀，令人弥久不忘。”在大多数人眼里，年轻是最大的资本，因为年轻，可以无忧无虑、心安理得地享受生活。但现实问题是，现在的年轻人同样面临多种压力，同样需要内外兼修，不断提高自己，应对各种挑战。总之，内外兼修，才能从内到外，在信念和行动上体现出特有的精神气质。

一、做一个有理想与目标的自己

树立理想 明确目标	170
一个没有目标的人，如同一艘没有舵的船	174
不要偏离了灯塔指引的方向	176
制订目标必须坚持一定的原则	178



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

实现目标必须专注	181
善于给自己的目标分段	184
 二、心态会影响你的生命轨迹	188
信心是成功的动力	188
智商高不如心态好	191
良好的心态是打开心灵宝藏的大门	195
独立的心态是成功的靠山	197
不要被坏心情左右	200
失意时要懂得心宽	204
成功属于乐观者	205
 三、做意志坚定的自己	208
磨难对人生也是有益的	208
学会在逆境中保持韧性	210
让自己永远是胜利者	212
失败是通往高处的一级台阶	214
英雄可以被毁灭,但是不能被击败	217
贫不矢志,贱不失义	219
拒绝与自卑同行	222
自我激励能够战胜任何困难	225
 四、培养良好的性格	228
培养人见人爱的个性	228
要具有情绪控制的能力	231



切莫做“怨夫”与“怨妇”	236
幽默是一种人生的大境界	240
做一个谦逊的人	244
不要让嫉妒的阴云覆盖心扉	247
做人要懂得感恩	253
完善你自己	256
 参考文献	 260



上 篇



做人——外圆内方，平凡但不平庸

圆

与方是中国文化中常见的一对概念。一般地说，“圆”有动态、整体、圆满、灵活性等含义，可引申为做人要无棱无角、圆融变通，懂得相机而动；“方”则相对地具有静态、部分、规则、原则性的含义，可引申为做人要持有端正之心，公平之意，沉稳而不轻浮，心地耿直而不曲意迎合。古人说：“智欲圆而行欲方。”就是说做人的智慧要圆融无碍，要有高度的灵活性，结合实际情况来寻求最佳的解决方式。如此才能更好地立足于社会之中。



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

一、学会低姿态就没有迈不过的坎儿

有句俗语说：“人在屋檐下，不得不低头。”人生在世，不如意之事十有八九，遇到事情就要保持一个清醒的头脑。如果明知道此处限高，不低头是过不去的，但仍要强行挺胸抬头而过，那结局肯定不会好。为此可以说，低头是一种通达，是一种智慧，也是一种气度。

学会低姿态是一种智慧

人在屋檐下，不得不低头。就是说，人在力量不如别人的时候，或者在求人办事之时，不能不低头退让的。这句话，可以说洞察世事人情，非常有智慧。然而，仔细看这句话的后半句，我们会发现“不得不”一词里隐含着太多的勉强和无奈，这是一种消极的、不情愿的低头，既然是勉强和不情愿的，做起来就不免流露出一不满的情绪，这种不满如果让对方看到，很可能会影响办事的效果。因而，我们把这句俗语改成“人在屋檐下，一定要低头”，把“不得不”改成“一定要”，并不是在玩文字游戏，而是要求力量不如对方的人要积极主动



地低下头来，变消极为积极，变不情愿为心甘情愿。

所谓的“屋檐”，通俗点说，就是别人的势力范围，只要你人在这势力范围之中，依靠这势力生存，那么你就在别人的屋檐下了。这屋檐有的很高，任何人都可抬头站着；但高的屋檐不多，以人类容易排斥“非我族群”的天性来看，大部分的屋檐都是非常矮的。也就是说，进入别人的势力范围时，你会受到很多有意无意地排斥和限制，以及不知从何而来的欺压，除非你已经强大到不用靠别人来过日子的程度。即使如此，也不能保证你一直都可以如此自由自在，永远不用在别人“屋檐”下避避风雨。所以，就有必要调整在人屋檐下的心态了，只要是在别人的屋檐下，就“一定”要低下头，不用别人来提醒，也不用撞到屋檐了才低头。

“一定要低头”，起码有这样几个好处：你很主动地低下了头，不致成为明显的目标；不会因为头抬得太高而把“矮檐”撞坏。要知道，不管撞坏撞不坏，你总要受伤的，即使你的头是“铁”的，但老祖宗早就有“伤敌一千，自损八百”的古训；不会因为仰着脖子太酸，忍受不了而离开这个能够躲风避雨的“屋檐”。离开不是不可以，但是必须考虑要去哪里，要知道，一旦离开，再想回来就不那么容易了。在“屋檐”下待久了，就有可能成为屋内的一员，甚至还有可能把“屋内人”赶出来，自己当主人。

在历史上，各种斗争极其复杂，忍受暂时的屈辱，低头磨炼自己的意志，寻找合适的机会，是一个欲成大事者必不可少的心理素质。我国西汉历史时期的韩信忍胯下之辱正是这种“一定要低头”的最好体现：因为如果他不低头就把将自己置于和地痞、无赖同等的地步；而奋起还击，闹出人命吃官司不说，还很可能赔上一条小命。另一种“一定要低头”，属于更高的一个层次，就是有意识地主动消隐一个阶段，借这一阶段来了解各方面的情况，消除各方面的隐患，为将来的



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

“大举行动”做好前期的准备工作。隋朝的时候，隋炀帝十分残暴，各地农民起义风起云涌，隋朝的许多官员也纷纷倒戈，转向农民起义军，因此，隋炀帝的疑心很重，对朝中大臣，尤其是外藩重臣，更是易起疑心。唐国公李渊（即唐太祖）曾多次担任中央和地方官员，所到之处，李渊都有目的地交结当地的英雄豪杰，多方树立威信，因而声望很高，使得许多人都来归附地。同时，大家都替他担心，怕他遭到隋炀帝的猜忌。就在这时，隋炀帝下诏让李渊到他的行宫去晋见。李渊因病未能前往，隋炀帝很不高兴，多少有点猜疑之心。当时，李渊的外甥女王氏是隋炀帝的妃子，隋炀帝向她问起李渊未来朝见的原因，王氏回答说是因为病了，隋炀帝又问道：“会死吗？”王氏就把这个事情传给了李渊，李渊更加谨慎起来。他此时已经知道隋炀帝对自己起疑心了，但过早起事又力量不足，只好低头隐忍，等待时机。于是，他故意广纳贿赂，败坏自己的名声，整天沉湎于声色犬马之中，而且对此大肆张扬。隋炀帝听到这些，果然放松了对他的警惕。试想，如果当初李渊不主动低头，或者头低得稍微有点勉强，很可能就被正猜疑他的隋炀帝除掉了，哪里还会有后来的太原起兵和建立大唐帝国呢？

“一定要低头”的目的，是为了让自己与当时的环境有和谐的关系，把二者的磨擦降至最低，是为了保存自己的能量，以便走更长远的路，更为了把不利的环境转化成对你有利的力量，这是一种柔软，一种权衡变通，更是最高明的生存智慧。

“在人屋檐下”是我们经常遇到的情况，它可能会以很多不同的方式出现，当你看到了“矮檐”，请不要“不得不”，而要告诉自己：“一定要低头”！



孤傲不是英雄，清高不是荣耀

楚汉战争中，项羽仅仅因为一仗失利，便把江山社稷拱手让给了刘邦。项羽是历史上有名的军事家，却输在他那高高不可侵犯的军人自尊里。

在此之前，项羽曾生擒过刘邦一次，眼看当时的胜利者就是他了，百姓从此也可以安养生息。谁知项羽竟然钦佩起刘邦是一个了不起的战士，决意放刘邦一条生路，来日再战。

刘邦当然永远不能体谅项羽的仁德，即使谢过项将军，他要的仍是称霸天下，而不是感念项羽的不杀之恩，因此，刘邦还是发誓要打败项羽。

刘邦从来没有在战场上胜过项羽一回，但他从不羞愧，羞愧不是他的任务，他的任务是要重返家乡再召兵卒。没什么天大的事可让刘邦放弃夺取天下的目标，哪怕要让刘邦赢了一仗，仅此一仗，就是胜利。

项羽曾下令把成为他阶下囚多年的刘邦的父亲，绑在烧得热滚滚的油锅前。刘邦被威胁撤回自己所有的将士，否则将眼睁睁地看着自己的父亲被热油烫死。

此时刘邦扬鞭催马来到了队列前，大声喊道：“项将军，我们曾是歃血为盟的兄弟，我的父亲就是你的父亲。倘若你要煮我们的父亲，请给我留一杯肉汤。”

楚汉相争的结局我们都是知道的，战败的项羽因无颜见江东父老，自杀身亡。他的羞愧，成为日后的佳话与武士荣耀的象征。项羽



做人 做事 做自己

做人有道,做事有方,做自己有力量

为什么不能像刘邦一样图谋再起？为什么不能厚颜回乡再次招募兵马，再干一场？

楚汉之争，最终的胜利者就是那位中国历史上第一位登上天子之位的平民，也就是“厚脸皮”的刘邦。是这敢赢、敢输，怎么样都打不死的斗士，靠着韩信、萧何和张良这三位奇人，创建了统治中国长达4个世纪的大汉王朝。

对于今天的我们来说，残酷的市场竞争是不会留机会给羞于表达自我、展示自我的孤高的灵魂的。

中国人清高，羞于张扬，怕旁人议论，是一种民族性，是一种自以为的美德。

因为害羞，我们客气，往往把绝好的机会拱手让与别人。

有一名叫吉米的大学生在学校时是一名全校闻名的大才子，毕业后，他去了一家小有名气的文化公司工作。谁知在公司工作不到半年就被“炒了鱿鱼”。

这个公司每周都要召开一次讨论会，讨论公司的发展计划。每次开会很多人都争先恐后地表达自己的观点和想法，只有他总是悄无声息地坐在那里一言不发。他原本有很多好的想法和创意，但是他却羞于表达自己的想法，总是顾虑，怕自己的思路不合上级的口味，就这样，在沉默中他度过了一次又一次激烈的讨论会。有一天，他突然发现，人们都在会上谈论自己的观点，似乎已经把他遗忘在那里了。最后，他终于因自己的过分沉默而失去了这份工作。

很多人自尊心太强，羞于面对失败，往往在一次打击面前就一蹶不振，殊不知，每一个人成功的道路上都充满了失败和挫折。

林肯是美国历史上最伟大的总统之一。他在当选美国总统之前做过的事情几乎全是失败的：1818年，他的母亲去世；1831年经商失