

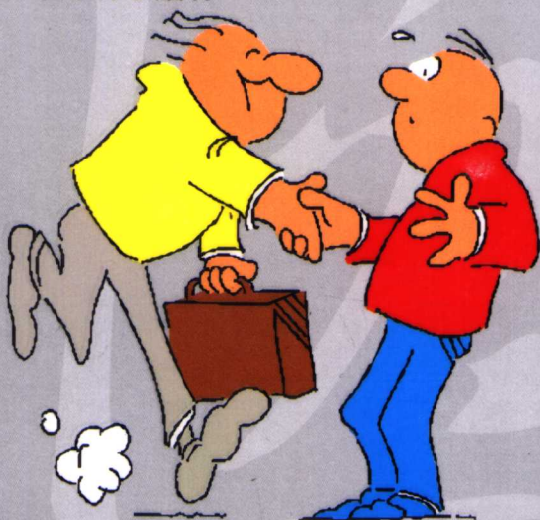
行走社会畅通无阻的大学问

ZuoRenYaoFangChuShiYaoYuan

能方能圆，刚柔并济，是一种柔韧的智慧，
是人性丛林中必须遵守的法则。
如果一个人能够真正领悟并运用好这一处世良方，
那么任何环境都不难适应，
再复杂的人际关系也不难面对和处理。

做人要方 处世要圆

东方智◎编著



当代世界出版社

社会心理学博士课程大学网

How to Deal with the Social Issues

作者：[美] 詹姆斯·H·卡尼根

译者：王德胜、王德胜、王德胜、王德胜、王德胜

ISBN: 7-309-04111-1

定价：¥28.00

做人要方 处世要圆



中国社会科学出版社

行走社会畅通无阻的大学问

ZuoRenYaoFangChuShiYaoYuan

能方能圆，刚柔并济，是一种柔韧的智慧，

是人性丛林中必须遵守的法则。

如果一个人能够真正领悟并运用好这一处世良方，

那么任何环境都不难适应，

再复杂的人际关系也不难面对和处理。

做人要方 处世要圆

东方智◎编著

当代世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

做人要方 处世要圆/东方智编著. —北京: 当代世界出版社, 2004.9

ISBN 7 - 80115 - 833 - 4

I. 做... II. 东... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 091584 号

编 著: 东方智

责任编辑: 张 勇

出版发行: 当代世界出版社

地 址: 北京市复兴路 4 号 (100860)

网 址: <http://www.worldpress.com.cn>

编务电话: (010) 83908400

发行电话: (010) 83908410 (传真)

(010) 83908408

(010) 83908409

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市兆成印刷有限责任公司

开 本: 880×1230 毫米 1/32

印 张: 11

字 数: 276 千字

版 次: 2004 年 10 月第 1 版

印 次: 2004 年 10 月第 1 次

印 数: 1 - 10000

书 号: ISBN 7 - 80115 - 833 - 4/B·62

定 价: 24.80 元

行
走
社
会
畅
通
无
阻
的
大
学
问

做人要方
处世要圆

行走社会畅通无阻的大学问

Zuo Ren Yao Fang Chu Shi Yao Yuan

做人要圆，处世要方，是一种高深的智慧。
做人性丛林中会圆通变的活例。
如果一个人能圆通真正圆通开圆通好活一些世道为
圆通性和环境都不难适应。
再复杂的人际关系也不难圆通和协调。

做人要方 处世要圆

东方智◎编著



当代世界出版社

责任编辑/张 勇



封面设计/李栋设计工作室→孙希前

初入社会的必修课 适合国人的生存智慧

如何运用圆通的方法，在举手投足间左右逢源，
这里面的学问深不可测。

参透其中玄机的人，在社会上纵横行走，
成就辉煌的人生；而不能把握方圆法则的人却只能孤芳自赏，
怀才不遇，
错失大量的人生机遇而后悔莫及。



前言

“做人要方，处世要圆”，这句话体现了中国人特有的聪明。它并非老于世故、老谋深算者的处世哲学，而是任何普通人都适用的生存智慧，其中的道理简单易懂，一点就通，一用就灵。

“方”，让人想到方方正正，有棱有角，说的是做人做事要有自己的主张和原则，不要被别人所左右，不要看别人的脸色过日子。“圆”，就是圆滑世故，成熟老练，说的是做人做事要讲究技巧，能够认清时务，灵活变通，使自己进退自如，游刃有余。

一个人立身处世，如果斤斤计较、处处与人摩擦，那么即使他本领再高强，也往往会使自己壮志难酬，事业无成。但是一个人如果八面玲珑，圆滑透顶，总是想让别人吃亏，自己占便宜，则必将众叛亲离。因此，做人处世，必须能屈能伸，可方可圆，外表大度圆融，内心见棱见角，二者相辅相成，缺一不可。

年轻人未经社会的打磨，总会呈现出棱棱角角，容易碰壁，为了减少前进中的阻力，为了集中精力去实现自己的理想和愿望，必要时，我们应该做出某种让步或妥协，即用“圆”的方法去取代“方”的精神，像舟行于江河，处处有风浪，有阻力，而一个人如果时时事事以“方”处之，竭尽全力与阻力相较量、相抵抗，甚至拼个你死我活，这样做的结果，一来精力难以承受，二来树敌太多，更不好过。

做人要方
处世要圆

如何运用圆通的方法，在举手投足间左右逢源，这里面的学问深不可测。参透其中玄机的人，在社会上纵横行走，成就辉煌的人生；而有的人却只能孤芳自赏，怀才不遇，错失大量的人生机遇而后悔莫及。

“方”与“圆”是一种柔韧的智慧，是君子生活在人性丛林中必须遵守的法则。如果一个人能够真正领悟并运用好这一处世良方，那么任何新环境都不难适应，再复杂的人际关系也不难料理。如果你把“方”与“圆”奉为人生的必修课，就能比别人少走许多弯路，少犯许多错误，早一天找到成功的路径。

做

人

要

方

处

世

要

圆



目 录

CONTENTS

第一章 能方能圆，适应人情世故

别人都站着，你别坐着	1
锋芒毕露究竟好不好	3
该违心时就要违	6
清高孤傲不可取	9
不要上第二次当	11
如何与上司交往	13
把同事想像成天使	16
凡事不可太计较	18
留一步，让三分	22
与人打交道，要有充分的耐心	24
怎样与不同性格的人相处	26
没有解不开的疙瘩	29

做

人

要

方

处

世

要

圆

第二章 人缘好先要心态好

糊涂一点好	32
-------------	----

退一步海阔天空	36
控制你的不满情绪	38
培养开朗的性格	40
打开枷锁，才能轻装上阵	43
改变偏激的性格	45
笑脸是最厉害的武器	47
修炼一副好心性	50
让人生充满快乐	52
处处表现对人的尊重	55
有一点“阿 Q 精神”	58

第三章 做人要保持适度的弹性

识时务者为俊杰	62
好马照吃回头草	63
冷静地面对不尽人意的人和事	65
与其改变环境，不如改变自己	67
犯错后要诚实认错	69
善于打破常规	72
不前不后最稳当	74
退一步，进三步	76
不要挡别人的财路	79
不要非做第一不可	80

第四章 以柔克刚的嘴上功夫

小心舌头惹是非	83
---------------	----

好汉不卖嘴	86
学会说善意的谎言	89
非争论不可时怎么办	91
不谈少谈得意事	94
掌握应变技巧	96
把快乐带给别人	98
改变令人讨厌的言谈习惯	100
送人一支“软钉子”	103
多想办法而少谈主张	106
沉默是金，合宜为重	108
吐露秘密必会授人以柄	111
多嘴容易暴露你的心迹	114
口才专家的忠告	116

做人要方

第五章 左右逢源的社交应酬

重视生活中的应酬	118
不轻易对人说“不”	120
场面话可说不可信	121
交际场中的人情	123
“贴”需要才气而非奴性	125
礼多人不怪	128
欢迎客人来访	129
人人为我，我为人人	131
花点心思“捧捧”别人	132
该喝的酒不能不喝	134
新新人类交际应酬规则	137

处世要圆

打造成功的人际关系网	140
------------------	-----

第六章 成全别人就是成全自己

做
人
要
方
处
世
要
圆

成全别人的好胜心	144
“捧”着领导帮你办事	146
编个谎话顺毛摸	148
晴天留人情，雨天好借伞	150
多和别人沟通意见	152
调动对方多说话	155
随时结交新朋友	157
运用心理战术化敌为友	160
没有舌头不碰牙	163
拳头不能轻易打出去	165
给对手一个微笑	166
分一些名利给别人	168
向对手投降，让他们去做英雄	170
帮助人也需要技巧	173
让人占一点便宜，你就会被人喜欢	175

第七章 自得其乐的生存境界

做人不可太脆弱	178
爱自己才能爱别人	180
做个自由人	182
轻松应对职场压力	186
为自己设计个好前程	188



头脑发热容易出错	191
控制你的情绪	193
心平气和万事通	197
心情郁闷时的对策	201
调节心理压力十五法	204
建立友情的生活	210
真心喜欢自己	213

第八章 洞察和领会人心的微妙

患难见真情	218
观人于微而知其著	221
隐退静观辨真相	224
看人的学问	227
怎样研究个性	229
洞察对方是否可交朋友	231
测知对方对自己的信赖度	232
不听酒后之词	234
直指人心的底牌	236
掌握别人的长处为己所用	238
看透对方心理的战术	241
用眼神去领会人情	245
注意老板的眼和手	248
生意人应是读心高手	253

做

人

要

方

处

世

要

圆

第九章 做好人，但不做烂好人

不为活给别人看	256
不要祈求别人的认同	259
不要活在别人的价值观里	261
了解自己的短处	264
做好人而不充好人	266
太过客套，被人看扁	268
能讨好未必受人欢迎	271
“性情豪爽”不等于“态度随便”	273
不在其位不谋其政	275
不要凭义气行事	277
不揽自己不想办的事情	278
不要胡乱许愿	281
该拒绝朋友的时候，就不必勉强自己	282

第十章 在人性丛林中闪转腾挪

防人之心不可无	285
成为一只不吃人的狼	288
从心理上避免他人的伤害	289
不要得罪上司或冲撞权贵	291
脸皮该厚就厚	294
不可一味地唯唯诺诺	296
撑起伞，避开是非之雨	299
成大事不能靠“哥们”	302

人总是有私心的，要避开他们的锋芒·····	304
别让钱财横在朋友之间·····	308
忍耐是一把保护伞·····	311

第十一章 灵活变通的职场智慧

看穿老板的花花肠子·····	314
与老板交谈中的忌讳·····	316
报喜报忧有讲究·····	319
怎样对待老板发脾气·····	325
学会适时变通·····	327
不必要求老板兑现所有诺言·····	329
不要刻意讨好·····	330
不在老板面前任意褒贬其他员工·····	331
摆脱无能上司的绝招·····	333
对恶上司只能忍、不能怨·····	335
盯住“黑名单”上的信号灯·····	336
你可以不让鲑鱼炒熟·····	338

第一章

能方能圆，适应人情世故

别人都站着，你别坐着

个性是个人之本。人有个性始有魅力。个性表现得越充分，个人魅力越大。个性的形成，既有先天的因素（生就的眉毛长就的相），也有后天的因素（学习、教育、训练）。但是，不恰当地张扬个性，对人并非有益，尤其是在社会众生中，其危害更深不可测。

社会是个什么地方？社会是一片是非之地，是虎狼出没的地方。人际关系微妙、复杂，社会灾险不可穷估。从根本上说，社会是消弭个性的。个性，即是与社会和他人为敌。试想，你行你素，你率性潇洒，人家怎么会痛快呢？对你的亲人、朋友或那些较宽容的人来说，也许他们还能接受你的这种个性和行为，但是对社会大众来说，你无疑犯众了。

在人群中富有个性，这样不好。你把你暴露在众目睽睽之中，赤裸裸地毫无遮掩，这无异把肉放在砧板上，让人家想怎么