

· 传授你放飞心灵搞掂人生的良方 ·

玩转

人生的秘诀

人生最怕的是
“想玩而又不敢玩”

惟言 © 编著

中国纺织出版社



玩转

人生的秘诀

人生最怕的是
“想玩而不敢玩”

惟言◎ 编著

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

玩转人生的秘诀/惟言编著. —北京:中国纺织出版社, 2004. 1

ISBN 7-5064-2840-7/B·0064

I. 玩… II. 惟… III. 人生哲学-通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 108941 号

责任编辑:王学军 特约编辑:陈伊晨
责任印制:刘 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 电话:010-64160816
<http://www.c-textilep.com>
e-mail: faxing@c-textilep.com
北京宏飞印刷厂印刷 各地新华书店经销
2004 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
开本:889×1194 1/32 印张:10.5
字数:220 千字 印数:1—6000 定价:24.80 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

前 言

人生最怕的是“想玩而又不敢玩”。

玩转人生,不是游戏人生;玩转人生玩的是心态,转的是头脑。玩转人生提倡用最小的代价,轻松换取人生最大的回报。玩转人生的最高境界是什么呢?其实是一个每个人经过努力都能达到的目标,也就是“会求知、会共处、会做事、会做人”。

人们都在追求快乐,身上却常常背负着各种枷锁。名利之鞭的抽打,你争我夺的拼斗,心事重重的阴霾……总是使我们离快乐越来越远。其实,快乐很简单。她是一种顿悟之后的豁然,一种重负之后的轻松,一种雾散之后的阳光灿烂,更是一种人生的哲理与智慧。只有让心灵自由放飞,我们才能够拥有玩转人生的可能。

要想玩转人生,幽默风趣的谈吐也很重要。幽默风趣是一种人生智慧,体现着一个人积极乐观的处事方式和豁达的人生态度。幽默风趣的谈吐具有惠己悦人的神奇功效,在任何场合,幽默风趣的人总会赢得他人的好感,获得众多的支持和理解。

职场是许多人获得成就感的地方,但同时也使许多人受到挫折感。很多时候,我们心情的好坏,都是源于职场。怎样处理好职场复杂而又微妙的关系?——这是每一个上班族急切想知道答案的问题,同时也是本书将要谈及的话题。

问世间情为何物，直叫人们生死相许？得不到或失去了爱情，是制造情场悲剧的两个直接原因。得到爱情并天长地久地享受爱情，是我们每一个人的美好愿望。为了这个美好愿望的达成，我们有必要学习“情场心想事成”的秘诀。

千里难寻的是朋友，朋友多了路好走。将朋友的“朋”字拆开，是两个“月”字；朋友之间，你做我的月亮，我做你的月亮，互相吸引，互相照应，互相帮助。“友情遍地开花”将告诉你如何与朋友互为对方的“月亮”，让你的朋友不再是“千里难寻”。

门难进，脸难看，事难办。怎样进门？怎样看脸？怎样办事？是值得一个人一辈子思考与学习的人生必修“功课”。从一定意义上说，这个世界的一切“好东西”，如财富、地位、荣誉等与“幸福”有关的东西，似乎都是给能办事和会办事的人预备的。“办事手到擒来”将告诉你如何成为一个办事高手。

学习、理解与运用以上六个方面的各种技巧，你将会发现：玩转人生，其实并不难。当然，在最初的学习阶段，你可能不是那么游刃有余；但只要你坚持下去，逐渐把这些规则当成了一种习惯，能够自然而然地体现在待人处事上，这时你就具备了玩转人生的本领。

玩转人生是一种双赢人生，她使你领略人生大手笔的奥妙。玩转人生是一种历练人生，她令你活出生命的丰赡。

编 者

2003年11月

目 录

目 录

心灵自由放飞

按照自己的方式过快乐的日子.....	3
换心情就像换眼镜.....	3
先找优点,再看缺陷	4
矫正头脑之前先矫正身体.....	5
使用愉快的声调说话.....	6
使用正面积积极的字眼.....	8
不抱怨,只解决问题	9
最近比较烦——情绪在煮开水	10
心情最重要,别的死不了.....	11
三八快乐处方	12
天堂与地狱的区别	13
天使也爱莫能助	14
金圣叹的“快哉”	15
世上最富有的老先生	17
“五随”人生	18

从无聊中解脱	19
常做“心灵大扫除”	20
守住生活的阳光	21
只要你觉得好就行	22
重视自己,珍视自己	23
最好的东西就在你家里	24
你可以拒绝付出	28
西方版的“塞翁失马”	29
让骂我的人骂他自己	31
起码我能..... ..	32
我真的觉得很愉快	33
保持一颗童心	35
享受独处	36
别连小丑都不如	37
多甜的草莓	38
缺陷也能带来快乐	39
放弃也是一种美	40
多亏你的衣袋不是火药库	41
你是最棒的	42
快乐有如香水	44
开心的理由	45
渴望赞美的鱼	46
“不幸”的制造商	47
没时间忧虑	49

深水炸弹下的沉思	51
假装哲学	54
谁在迫害你	56
快乐是一种美德	57

谈吐幽默风趣

目

录

做个幽默人	61
你幽默,我大笑	61
幽默不是揶揄	63
用幽默来代替握手	64
青春永驻的秘诀	65
随时都可以笑	67
给自己一个好心情	68
穷有什么丢脸的	69
语不“幽人”誓不休	69
幽默的歌手从不失望	70
他独吞了	72
用大锤修录音机	73
母亲眼里的儿子	74
酒能治谢顶吗	75
不准说普通话	77
以毒攻毒	78
吹牛后的圆谎	79

做个幽默深呼吸	81
---------------	----

职场游刃有余

愉快的工作心情	85
为职业量体裁衣	87
热门行业的泡沫	90
工作与生活的平衡	91
工作就是你自己的雕像	92
用“汇报”拉近与领导的距离	93
适度地“自抬身价”	95
做会说话的“老黄牛”	96
让领导觉得你很重要	98
维护领导的权威	98
去向要明	100
不做“杨修”	101
既要讲奉献,也要讲索取	102
如何适应不同类型的领导	104
受领导批评不要大惊小怪	106
如何处理领导对你的误解	107
留一点空间给你的主管	110
群众关系要处好	112
知人知心,趋利避害	115
提防“知心朋友”卖了你	117

不在同事面前论人是非	118
宁可得罪十位君子,不能得罪一个小人	119
怎样处理与同事之间的不愉快	121
对女性的容貌与打扮:只赞不贬	124
独享荣耀将会独吞苦果	125
初入社会的人如何不被同事或领导利用	127
该出手时就出手	129
如果升官的不是你	131
怎样管理你过去的同事	134
有下属不服怎么办	135
如何与下属进行交谈	136
收服人心的技巧	137
如何对待能力不足的下属	138
与头痛型下属的交往原则	140
如何化解与下属之间的矛盾	146
批评不妨转个弯	149
如何对待年长者	150
勿吝于提携后进	152
谋求更大的发展	153
良禽择木而栖	155
跳槽之际在此时	157
退一进二,海阔天空	160
变个脸让心情下班	161

情场心想事成

不要怕,只要信	165
读懂女人心	166
女追男,隔层纸	169
聪明女孩巧恋爱	172
求爱有学问	174
如何拒绝别人的求爱	179
办公室恋爱是颗地雷	182
约会的7条规则	183
为女友巧解情绪套	188
不要胡乱结婚	189
不要随便同居	190
对爱情的12处硬伤	191
追求完美的你完美吗	193
保持本色	194
家庭不是自我牺牲	196
家的味道	197
不妨演点“戏”	199
照顾爱情,就像照顾热带鱼	200
亲爱的,我的世界只有你	202
毛手毛脚,传达情意	203
请听我谈情说爱	205

别让爱成为一种伤害	206
缺口的碗与垫脚的石	207
怎样对待沉默寡言的丈夫	209
怎样对待丈夫的喜新厌旧	211
怎样对待爱吃醋的妻子	212
怎样对待爱唠叨的妻子	215
怎样对待不善交际的爱人	216
吵架时不要伤害感情	218
再忍耐两分钟	222
妻子“红杏出墙”的征兆	223
丈夫在外“采花”的信号	224
如何面对爱人的外遇	226
舍得放手	227

友情遍地开花

益者三友,损者三友	233
巧建“朋友档案”	234
朋友要分等级	236
朋友试金石之一:打听	238
朋友试金石之二:时间	239
尽量找出别人的优点	241
莫逆之交有如宝石般稀少	242
好朋友不要有“糊涂账”	243

不要跟朋友比较	246
不要贪求相识满天下	247
不要问朋友为什么疏远自己	248
警惕踩中交恶地雷	249
对假朋友敬而远之	250
不要以为同事等同好友	251
小事糊涂一点	252
杜绝轻率态度	254
勿结交势利朋友	255
如何对待成了情敌的朋友	257
别把友情当爱情	260
友谊要有“度”	261
朋友也应有距离	263
如何避免误解	265
朋友之间忌送重礼	266
不要试图控制和依赖朋友	267
没有完美的朋友	270
维护朋友的形象	273
识英雄于微时	274

办事手到擒来

抓住对方的兴奋点	279
瞻前顾后	281

扮猪吃老虎	283
跳出两难选择	285
每临大事有静气	287
不屈不挠,以势取胜	289
审时度势,善于变通	291
巧妙提出办事请求	292
逢人短岁,遇货添钱	296
口渴以后再送水	297
激将办事法	299
软磨硬泡法	302
让亲戚帮你	305
让发达的朋友帮你	307
让老乡帮你	310
让同学帮你	311
让邻居帮你	313
让同事帮你	315
让领导帮你	317
别人托你办事时怎么办	318
帮人办事别死撑	320

心灵自由放飞

人们都在追求快乐,身上却常常背负着各种枷锁。成天名缰利绳缠身,快乐何在?成天你争我夺,快乐何在?成天心事重重,阴霾不开,快乐何在?成天鸡肠小肚,目光如豆,快乐何在?

其实,快乐很简单。她是一种顿悟之后的豁然,一种重负之后的轻松,一种雾散之后的阳光灿烂,更是一种人生的哲理与智慧。

按照自己的方式过快乐的日子

有一天，一个朋友慌慌张张地跑来对美国作家爱默生说：“预言家说，今晚，世界末日就要到了！”

爱默生望着他，平静地回答：“不管世界变成如何，我依旧照自己的方式过日子。”

爱默生的回答十分耐人寻味，是面对动荡不羁的人生最聪明的一种办法，如果大家都抱着这样的生活哲学过日子，便能得到真正的快乐。

爱默生的生活态度，说明在世上想要享受真正的生活，一定不要存得失之心，否则我们会被患得患失的焦虑所笼罩，感到人生净是狂风暴雨而无风和日丽的美好时光。

假使我们一旦觉得青春消逝，生活就了无生趣，那么，很可能在不享受到好日子以前，心灵便衰老了。

假使我们认为没有健康的身体便不能悠然过活，那么小小的痛苦便会让自己终日惶惶惑惑，不知所措。

所以，纵使得不到掌声，我们仍要快活过日子，体会到生命中无所不在的快乐；即使下一刻就要与自己心爱的人生离死别，也能以平常心看待。

换心情就像换眼镜

也许你想说，我也知道人生“要乐观积极一点”，这话说来容易，可是对于我这样天生悲观的人，而且这辈子一路走来，都始