

别人不说， 你也要懂的 人生经验

没有时间亲身体验所有事情，

生活不会给你那么多“错了再改”的机会，很多事情，别人不说，你也必须要懂！

■ 杨毅华 邱光洪◎编著

人生经验
智慧锦囊

BieRen BuShuo
Ni Ye Yao Dong De
RenSheng JingYan

013055345

B821-49
773

别人不说， 你也要懂的 人生经验

没有时间亲身体验所有事情，
生活不会给你那么多“错了再改”的机会，很多事情，别人不说，你也必须要懂！

图书馆

■ 杨毅华 邱光洪◎编著

人生经验
智慧锦囊

B821-49
773



北航

C1663477

中国纺织出版社

013022342

内 容 提 要

一个人的成熟不在于你走过多少路，而在于你对人生有多少感悟和经验的积累。本书细致讲解了为人处世的经验与智慧，从职场、社交、情感、家庭等生活的方方面面，阐释实用的经验哲理。

本书就好似一位饱经沧桑、聪颖睿智的老者，将那些精华的人生经验娓娓道来，带你摆脱惯性思维的束缚，修炼强大的内心，少走人生的弯路，快速踏出人生的误区，激发内心的正能量。奉行这些经验和法则，让自己快速成长和成熟，成就精彩的人生。

图书在版编目（CIP）数据

别人不说，你也要懂的人生经验 / 杨毅华，邱光洪
编著. --北京：中国纺织出版社，2013.6
ISBN 978-7-5064-9677-3

I. ①别… II. ①杨… ②邱… 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（2013）第077523号

策划编辑：匡 科 责任编辑：曲小月 责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

邮购电话：010—64168110 传真：010—64168231

http: //www. c-textilep. com

E-mail: faxing@c-textilep.com

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年6月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：16.5

字数：229千字 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



对于初入社会的年轻人来说，前方的路充斥的似乎只有迷茫和不知所措。对于一些已经打拼多年却依然一无所获的人来说，更是满心的不甘和挫折，每个月拿着微薄的薪水，不知到何处去寻找幸福，不知怎样为前途打拼……

的确，大多数年轻人在学校里接受的教育，都是只要通过自己的努力和出众的能力就会被欣赏、被提拔。然而步入社会之后才发现，现实生活与自己的想法相差千里。那些天真的想法，可能都不适合现实的社会。那么你是否考虑过造成这种结果的原因是什么？其实，人立足于社会，有很多只可意会不可言传的规则，有很多别人不说，你也要懂的人生经验。

对于年轻人来说，社交是闯荡社会必须学习的一课。良好的社会关系对于年轻人的事业和生活都会有不小的帮助。年轻人要通过社交为自己多创造一些机会，要知道，如果你拒绝了社交，那么也就是拒绝了成功的机会。

在职场亦是如此，保持与上司私交良好，会对你的职场生活更加有利。想要和上司保持良好的关系，首先要勇于沟通，让上级及时了解你、信任你。其次，在私人关系方面也应该积极与上司建立联系。当然这并不是一件简单的事，要使这一切看起来都是顺其自然，水到渠成，而不可以强拉关系，否则，就会受到领导和同事们的排斥。

在人际交往、职场打拼、生活理念甚至于做事方法方面可能有很多你所不知道的经验和规则，因为你不知道这些，就很容易犯一些低级的错误，甚至在你看来一两个无伤大雅的小举动可能就是导致你做事失败的根本原因。所以，从步入社会的那天起，你就应该转变观念，改变自己，将那些天真的想法抛到脑后，学会通过事实思考，别因为自己的天真耽误了前程。



别人不说，你也要懂的人生经验

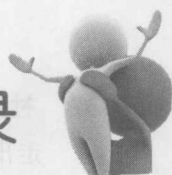
人情世故是复杂的，人生经验是繁多的，我们不能因为他人熟谙于此，并因此得利就对这些嗤之以鼻，不屑为之。我们应该遵循社会的某些规则，并打理好自己的人际关系，建立和谐的生活环境，这样才能真正在这个竞争惨烈的社会上立足。

本书正是旨在于此，通过对一些不轻易为人所知的人生经验的阐释，帮助读者从根本上改变一些观念和对社会的认识。并且本书还详细阐述了关于“财富”、关于“家庭”、关于“修养”等一系列“别人不说，我们也应该了解的人生经验”。如果你想改变自己的现状，如果你想知道这些人生经验都是什么，那么本书将是你最好的选择。

编著者

2013年3月

目录



—Part 1—

观念篇 用更清醒的头脑面对社会

第01章 褪去青涩，该让自己成熟一些了	002
社会之门已开，而你拥有什么	003
保持积极心态，没什么能够阻挡青春的你	006
懂得争取，不要现在需要什么就去争取什么	008
别让大脑石化，多想想你的未来	011
戒掉依赖，经济独立才是真的独立	013
女性要能够主宰自己	015
青春飞逝，学会珍惜最好的年华	017
不必复制他人，选择真正属于自己的路	019
第02章 没有目标的青春是在浪费人生	021
开始瞄准，认清现实不让自己磕磕碰碰	021
勇敢前行，对自己的决定负责	023
用优势定位，别把熟悉当成一种习惯	026
看清现实，年轻人请你理解生活	028
大千世界，多懂一些就多一分胜算	030



—Part 2—

交际篇 捅破人际关系那层窗户纸

第03章 社交留心，做交际圈里的“聪明孩子”	035
走出社交第一步，年轻就有很多机遇	035
别再任性孩子气，社交需要一颗包容的心	037
运用微笑，板着脸只会冷却人际关系	040
“夸人”是门学问，会赞美才能走进人心	042
把真心拿出来，友情是你的后盾	044
“醒目”起来，让更多人发现你	046
女性须知，虚荣会让你无法自拔	048
适应孤独，不要被寂寞侵蚀灵魂	051
第04章 借人之力，因为年轻更要懂得寻求帮助	055
请教前辈你会得到最实用的启发	055
势单力薄，有人扶持才能走得更远	057
广泛交友，适时扩大交际圈	059
结交贵人善友，才会有更多的机遇	061
运用智慧，让他人心甘情愿为你做事	063

—Part 3—

职场篇 职场不是你想得那么简单

第05章 摆正位置，对待领导尊重必不可少	067
领导心思，年轻人对待上司就这几招	067
走近领导，良好的私交助你的事业一臂之力	069
级级有主导，汇报提议千万别越级	071
赢得上司的信任，先要管好嘴巴	074
做好本职，上司的心你别乱猜	076
推功揽过，风头一定要让给领导	078
学会巧妙地引起领导的注意	080



展现忠诚，领导偏爱忠诚的员工	083
实实在在干活才能赢得领导器重	085
第 06 章 看清同事，“战友”与“对手”只是一步之遥	087
同事关系要懂得亲密有间	087
心眼别太直，小心“两面派”的同事	089
和同事开玩笑要谨慎	092
职场少点账，别和同事扯上金钱关系	094
莫论人非，同事间的聊天话题要有所禁忌	097
职场中不要小看任何人	098
学会团结同事，并要懂得保持适当距离	101
左右逢源，避免在职场中“参战”	103

—Part 4—

朋友篇 用点心开始编织“朋友网”

第 07 章 赢取人心，懂点人情世故更能站稳脚跟	109
你不给别人余地，自己就会无路可走	109
人情交往中不得不懂的“礼尚往来”	111
看清对方，不要对谁都说心里话	112
给双方一个舒服的相处距离	114
敢当配角，让对方感到备受重视	116
诚信为先，没有信任就别谈交往	118
善于分享，人心就会向你靠拢	120
第 08 章 结交朋友，朋友多了坐上成功的电梯	123
主动点，低调含蓄会被他人遗忘	123
不要树敌，年轻人需要融洽的氛围	125
宽容的心是结交朋友的“神丹”	127
别让朋友圈缩水，朋友不一定都志同道合	129



稳固朋友，聪明的年轻人懂得维护情义	132
一针一线，交朋友需要点滴积累	134
悉心交友，更要懂得精心用朋友	137
好奇要适度，别为那点“秘密”得不偿失	138
聪明的年轻人会用倾听赢得人心	141
修炼气场，年轻人也需要“身份”	143

- Part 5 -

财富篇 练就掘金本事并提升价值

第09章 财富眼光，别让属于你的“财”溜走	149
唯有改变思维方式才能赢得财富	149
站在巨人的肩膀上，借前辈的眼光	151
机遇就在你的身边，只是你还不够敏锐	154
没有机遇，也要学会创造机遇	156
风险和阻碍可能是财富、机遇的影子	159
冒险吧，年轻就是要敢想敢干	161
财富基础需要你不断积累智慧资本	163
第10章 认知财富，拼命赚钱但别摧残了身心	167
君子爱财，学会理解并管理金钱	167
别做金钱的奴隶，让财富更有价值	168
财富需要积累，节俭是一种智慧	170
珍视并正视财富，才会有更多财富	172
每一个创意思维都是财富的源泉	174
禁住诱惑，年轻女性需要冷静和理智	176
合理运用金钱，财富就会越滚越大	178



- Part 6 -

家庭篇 女人要做好家庭的掌舵人

第 11 章	新的历程，婚姻改变女人的一生	183
	爱的味道，女人让婚姻中的甜蜜感永存	183
	幸福的婚姻需要相互包容	185
	珍惜平淡，褪去激情还有很长的路要走	187
	女人要看对男人口味，对症下药	189
	浪漫良方，婚姻需要你制造的温馨	191
	留有空间，别让婚姻成了双方的包袱	193
	维护情感，婚姻需要智慧的经营	195
	适时“服软”，强势会让爱越来越少	197
	别说伤人的话，婚姻中的禁忌言辞	198
第 12 章	持家有方，幸福生活用心打理和营造	199
	幸福管家，家庭需要耐心呵护	199
	调适心态，彻底打消婆媳矛盾	202
	踏实下来，操持一个家没那么简单	204
	让日子更富足，家庭理财有道	207
	让家人吃好，健康才是幸福的本钱	209
	家庭规划，为了更幸福的目标努力	212

- Part 7 -

修养篇 每个成功者都有强大的内心力量

第 13 章	自信迎战，人不磨哪能“成器”	217
	迎接困难，渡过艰辛便是晴天	217
	别担心，谁都会遭遇到人生瓶颈期	219
	自信是力量之源，让青春充满活力	221
	过好现在，别被未知的事吓到	223
	敢做敢当，一味地向现实妥协只会一事无成	225

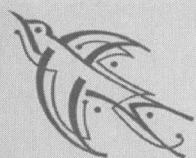


以退为进，吃点小亏迎来大福	227
强大内心，凡事都赢在心态好的人手中	229
快乐融化烦恼，微笑面对生活	231
专注，全力以赴让你的胜算更大	233
自信于心，摆阔气往往是脆弱的表现	235
第14章 魅力提升，重视细节为你赢得赏识	237
注意形象细节，给他人留下好印象	237
得体妆容可以提升女人的整体形象	239
细节彰显品位，别让他人觉得你很俗	241
随波逐流失去自我，跟风的人不受人青睐	244
提升气质，好气质是最华丽的外衣	246
礼仪细节面面俱到，用修养征服人心	248
涵养是综合素质，点滴之中就会显现	250
参考文献	253

Part 1

观念篇

用更清醒的头脑面对社会



第01章

褪去青涩，该让自己成熟一些了

社会之门已开，而你拥有什么

年轻人正经历着人生中最美好的时光，刚刚褪去青涩的外衣，对社会充满新鲜感，拥有旺盛的求知欲。可社会到底是什么样子？我们即将遇到怎样的机遇与挑战？同事和老板的心思我们又能读懂几分？遇到棘手的问题，我们怎样处理才能显得成熟老练？闯荡社会都需要哪些必备的能力？

其实对于年轻人来讲，闯荡社会并不是一件难事，但是在进入社会之前，我们必须对我们面前的社会有个大致的了解，我们才能在进入社会时具备一定的竞争实力。马上要步入社会的年轻人已经过了在学校里憧憬未来的年纪，我们应该对自己的未来有个现实的规划。这样，我们才能知道自己在哪些方面还有不足之处，我们要先让自己更加有实力，更加适应社会，才能在社会中收获属于我们的成功。

在社会中求生存是对我们的智商、情商、德商、胆商、财商等多方面的考验。除了在学校学到的一些能力外，我们在社会实践中还需要拥有哪些能力呢？

第一，要有能从大局上进行规划的能力。上学期间，我们的所有课程都是老师给我们安排好的，我们只需要按点去上课即可。当年轻人进入社会



后，安排你的学习生活都是由自己全权负责，是想继续深造，还是想到社会中去摸爬滚打；是想在一个看不到成效的工作岗位上继续努力，还是想跳槽到一个适合自己的工作环境。这其中的利弊关系，前后顺序，都要由自己掌握，要学会从全局的角度规划自己的未来。

小王和小李是高中时代的好朋友，他们在同一年考取了同一所大学，但他们的命运却大相径庭。小王学的是物理机械专业，本科毕业以后，觉得工作不好找，于是决定考研，考上研究生以后，他并没有待在机械领域，反而去了一家公司担任管理工作。虽然他对业内的业务很熟练，但因为他缺少管理经验，几年下来，他还是没有升职，薪水也仅仅维持在4000元左右。他谈女朋友要有一定的支出，在北京租一套房子也花费不少。一个月下来，基本上没有结余，到现在还没有办法买房结婚。三十多岁还在为基本的物质生活奔波，他觉得自己是一个典型的生活失败者，其实他最大的败笔，就是没有规划好自己的职业生涯。

而他的朋友小李，大学专科毕业以后，立刻找到一个职业规划师帮他规划自己的人生。他学的是酒店管理，酒店管理不需要很高的文凭，规划师建议他先找一家大酒店实习，一边实践自己学到的知识，一边攒一点钱，四年后到瑞士去学习酒店管理，学成后再利用自己学到的先进经验管理酒店。他听了规划师的话，到国外镀金回来，待遇的确不一样，国内的很多大酒店纷纷为他开出了优厚的待遇，他的日子过得轻松而闲适。

虽然他们都不能说有多大的成就，而且年轻的时候他们还站在同样的起点上，但在而立之年的时候，却是一个人还在为温饱操劳，一个人已经开始逐渐实现自己的理想了。这不能不说是一个巨大的差距。这个差距，恰恰是由于职业的规划所带来的。所以说，如果不能仔细地规划好我们的职业，那么，我们的人生就会出现偏差。

第二，要有会说话、会办事、会做人的能力。年轻人都知道在进入社会后说话、办事、做人在一定程度上决定了你今后的发展。要想处理好各种人事关系，就要明白社会和校园、家庭是不一样的。在家庭中，父母通常以儿女为中心；而到了社会上，大家都会有各自的利益，难免有利益相斥的时候，遇到这样的事我们应该怎样处理呢？社会更注重和别人合作的能力，在校园我们通常各自完成作业，即使有合作，也是不涉及利益关系的。因此，



友谊比较单纯。但走入社会，人们需要更广泛、更深入的合作，如果我们和别人的合作、竞争关系搞不好，为人处世失去了必要的分寸，把握不好相处的尺度，就极易陷入人际纷扰。

俗话说：“饭可以乱吃，话不能乱讲。”年轻人在说话之前要考虑到自己的立场、自己的地位、听话的人、说话的场合、说话的方式等一系列问题后，才能开口说话。也就是要占到天时地利，人才能和。会办事的人懂得分清事情的轻重缓急，办事前掂量好自己的身份、立场；办事时把握好火候、尺度；同时，弄清楚并遵守一些办事过程中所涉及的规则。那么，我们办事的技巧就会日臻成熟。在步入社会后，年轻人还要能够坚守好自己做人的原则，把自己修炼成一个能屈能伸、大智若愚、内方外圆的人。达到了这样一种境界，不但可以保护好自己，还能实现在复杂的社会环境中修身养性，成为一个受人尊敬的人。

闯荡社会，离不开说话、办事，社会总是垂青那些善于说话、巧于办事的人。巧说话，会办事，会做人，才能在社会上立足，甚至无往而不胜。

第三，要有能合理支配自己财务的能力。在学校除了学习财务专业的同学外，大部分年轻人没有接触过理财这一部分，更谈不上有理财的能力，但是在这个经济主宰一切的时代，只要掌握了理财的能力，就掌握了自己一半的命运，否则我们就会在社会越来越进步时，变得越来越贫穷。其实很多年轻人现在已经意识到理财的重要性，因为它是你保持正常人际交往非常重要的一项保障，所以，如果你还认为单纯地靠知识就能实现自己的梦想的话，那么，希望你能从井底跳出来，看看这个时刻都在进步的社会。

想要在社会拥有一席之地年轻人，除了从书本上学到的知识外，你还看到、想到、接触到哪些你没有的能力，就要抓紧时间去学习。让自己的能力越来越强，你才能游刃有余地行走于社会中。年轻人，闯荡社会，你准备好了吗？



保持积极心态，没什么能够阻挡青春的你

年轻人在日常的生活中不难发现，当你心情好的时候，你就会有一个积极面对生活的心态，那么，你所感受到的环境都是美好的，你所做的每一件事情都感觉得心应手；当你心情不好的时候，你对什么事情都提不起精神，你周围的环境也因此变得灰暗，在做事情的时候也会觉得每件都不顺利。所以，我们会发现，保持积极的心态，才会让你的生活更加顺利。

罗曼·W.皮尔最早提出了“态度决定一切”的说法。在生活中也是如此，你的生活态度决定了你的生活质量。如果你总是以悲观、消极的态度对待你的工作，得过且过，你的工作就不能够做得出色、漂亮。同样，如果你在生活中消极敷衍，你也会感到生活很无聊。只要你认认真真地过好自己的每一天，你就能够感觉到充实的喜悦，能够感觉到重生的幸福。且不说结果如何，你每一天的生活都会变得充实而快乐，当然这种充实肯定会给你带来能力的提高，而更好的能力、更积极的态度，则是一个人迈向成功的第一步。

年轻人对待生活要有高的志向，高的要求。只有这样，你才会有向目标前进的积极心态，才会把你的人生带入一个新的高度。因此，我们要以更积极的态度对待你的生活和工作，以更大的热情和激情来面对生活，生活才能够如你所愿。

林嘉在几年前一直过着颓靡的生活。她一天的行程就是早上10点钟起床，然后匆匆忙忙地去公司工作6个小时，中间一顿饭都不吃。下午5点钟，开始吃这一天的第一顿饭，然后约不同的人出去娱乐，玩到凌晨再回家。她每天只吃一餐，上班的大多数时间都顶着两只熊猫眼，因为工作很普通也很简单，她甚至可以在工作中偷偷地睡上半个小时。

她最常说过的一句话就是“人生苦短，及时行乐”。她最崇拜李白，像“酒仙”一样地生活着，直到她得了很严重的胃病。那场胃病最终也救活了她的生命。病好了以后，她像换了一个人似的，对生活变得非常积极。她每天清晨总是定时起床，定时进行体育锻炼。经过一段时间以后，潜藏在她体