

YINGZAO XINGFU RENSHENG DE
8 TANG BIXIUKE

营造幸福人生的 8 堂必修课

—— 命运博弈秘籍

刘志伟 编著

这是一把为你打开成功之门的金钥匙

这是一部教你赢得美满人生的教科书



金盾出版社

营造幸福人生的8堂必修课

——命运博弈秘籍

刘志伟 编著



金盾出版社

— 内 容 提 要 —

这是一本专门讲述怎样营造幸福人生的大众通俗读物。书中针对人生的普遍经历和需要面对的一系列重大挑战,就求学、求职、婚恋、教子、理财、创业、社交、养生等八个方面的安身立命原则和待人处世方法,以及必须注意的问题,作了精辟的分析与具体的指导,以帮助广大读者营造幸福美满的人生。本书内容充实,语言精练,面向大众,通俗易懂,针对性、指导性、实用性强,是一本非常值得一读的人生教科书。

图书在版编目(CIP)数据

营造幸福人生的 8 堂必修课:命运博弈秘籍/刘志伟编著. --
北京:金盾出版社,2011. 6

ISBN 978-7-5082-6870-5

I. ①营… II. ①刘… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①
B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 028441 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京金盾印刷厂

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:10.75 字数:230 千字

2011 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:21.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

幸福美满的生活,是人类共同的理想和追求。怎样营造幸福的人生,是当今人们最关心、最现实的一大课题。

可以说,人的一生,就是为了社会不断进步、国家不断发展而努力奉献的一生,同时也是为了个人及家庭的幸福而奋斗不息的一生,充满各种挑战的一生。历来如此,永远如此。

然而,幸福不会从天而降。古往今来,无数人的经验和教训告诉我们:幸福只能靠智慧与勤劳去获取。要想过上幸福的生活,创造美好的人生,就必须懂得并学会如何安身立命,怎样待人处世,尤其是在人生的各个重要阶段及关键时刻,面临一系列挑战时,掌握正确的原则和方法,给予科学的应对和处理。只有这样,才能在人生的旅途中,少受挫折,少走弯路,一路平安,一生幸福。否则,就很难避免失败而陷于痛苦与烦恼。而要做到这一点,其中有很多道理和方法需要我们去感悟、去学习,并在日常工作、生活中时时处处加以正确的运用,从而一步一步地营造出一个幸福美满的人生。这也

正是我们编写这本书的动机与目的。

本书针对当今社会各界人士的普遍人生历程和需要面对的各种重大挑战,就求学、求职、婚恋、教子、理财、创业、社交、养生等八个方面的安身立命原则和待人处世方法,以及必须注意的各种问题,作了精辟的分析与具体的讲授,以指导帮助广大读者顺利地打开幸福之门,走上幸福之路。

本书内容翔实,观点精辟,面向大众,通俗易懂,具有很强的针对性、指导性和实用性,是一本非常值得认真一读的人生教科书。如果本书能对您的人生有所启示、有所教益,便是编者最大的欣慰。

编 者



第一章 获取知识的窍门

第一节 成为卓越人才的途径.....	(1)
涉猎文化课之外的学科.....	(1)
做自己命运的建筑师.....	(6)
第二节 获取知识的技巧之一——高效阅读	(12)
快速泛读、详读四步法.....	(12)
传统阅读的六大弊端	(13)
提高阅读效率的六大因素	(14)
第三节 获取知识的技巧之二——高效听讲	(14)
听讲的四个技巧	(14)
听讲中应克服的八个坏习惯	(16)
第四节 获取知识的技巧之三——高效解题	(17)
解题四步法	(17)





第五节 获取知识的技巧之四——高效复习	(19)
四轮复习法	(19)
第六节 获得知识的技巧之五——学习方法	(20)
智力因素+非智力因素=成功	(21)
学习三十六计	(23)

第二章 职场生存的妙招

第一节 择业窍门	(49)
选择职业的六项原则	(49)
了解人才市场的新冲击	(51)
第二节 应聘技巧	(52)
应聘者必备素质	(53)
面试方略	(54)
常用面试题	(56)
第三节 理想的工作	(58)
怎样面对第一份工作?	(58)
怎样才能提高自己的薪水和地位?	(59)
第四节 职场生存策略	(60)
做一个好下属应注意的十个方面	(61)
职场博弈	(63)
第五节 追求卓越	(65)
优秀者必备的素质	(65)
敬业者生存的法则	(66)
第六节 走向成功	(71)
成功的标准	(71)





成功者必备的八个条件	(72)
------------------	------

第三章 美满婚姻的基石

第一节 男人的生活模式	(74)
男人的五种生活模式	(75)
第二节 女人的生活模式	(79)
女人的四种生活模式	(79)
第三节 选择配偶	(82)
选择一个什么样的人生伴侣?	(82)
选择理想的配偶应避免的三个误区	(83)
第四节 亲密关系的基础	(84)
建立亲密关系的三个基本要素	(84)
亲密关系是如何形成的?	(85)
第五节 理想的婚姻	(88)
结婚前应考虑的八个问题	(88)
一个好丈夫应常常问自己的问题	(89)
一个好妻子应常常问自己的问题	(90)
美满婚姻生活十二法	(94)
第六节 婚姻的冲突和调适	(95)
引起婚姻冲突的最重要的七个原因	(95)
怎样才能有效地解决婚姻中的冲突呢?	(99)
婚姻心理问题调适的方法	(102)
第七节 和谐的性生活	(103)
和谐性生活必不可少的条件	(103)
第八节 家庭理财面面观	(109)





家庭理财的技巧.....	(109)
工薪家庭的理财方式.....	(111)
选择恰当的储蓄方式.....	(111)
消费贷款的窍门.....	(113)
家庭理财的六个盲点与对策.....	(114)
理财的法则和建议.....	(115)

第四章 望子成龙的良策

第一节 做好父母亲角色的准备.....	(117)
如何调整父母之道.....	(117)
第二节 养育子女的重点在育.....	(121)
教育子女的十条法则.....	(121)
第三节 教育子女的理财之道.....	(124)
为什么要在孩子小时候教给他们有关钱的知识?	(124)
增加你孩子理财知识的几种方法.....	(125)
教给孩子财务知识的几种演练方法.....	(126)
第四节 引导子女顺利度过成长期.....	(128)
怎样在这个世界上谋求立足之地?	(129)
怎样走出而立之年的困境?	(130)
第五节 把握好人生关键的十年.....	(133)
怎样避免生活中的两种悲剧?	(133)
第六节 精力的新来源.....	(135)
精力新来源的八个途径.....	(135)
献给年轻人的二十条忠告.....	(139)
重要的是给孩子留下精神财富.....	(145)





第五章 理财致富的技巧

第一节 观念决定成败	(147)
富人和穷人的区别	(148)
思考致富的十个步骤	(151)
排除影响你致富的十个障碍	(154)
第二节 成功的赚钱系统	(156)
金钱与财富的定义	(156)
怎样设计你的创富之路?	(157)
赚钱的灵感从哪里来?	(158)
怎样才能无险赚钱?	(159)
增强赚钱能力的一个有效方法	(162)
第三节 财务自由之路	(163)
理财的基本财务知识	(163)
获得财务自由的技巧	(165)
实现财务自由的步骤	(175)
第四节 获得财富的途径	(180)
接受必要的财商教育	(181)
致富前比金钱更重要的东西	(190)
第五节 一生的理财计划	(193)
怎样制订理财计划?	(193)
如何摆脱恐惧心理?	(194)
为什么要关注自己的事业?	(195)
人生各个年龄阶段的理财计划	(196)
第六节 赚大钱的秘密	(198)





成功商人必备的要素·····	(198)
经商的九大原则·····	(199)
做好买卖的十六条法则·····	(202)
商道另类学问·····	(212)
商务交易常用的六项“诡道”·····	(217)

第六章 投资创业的精髓

第一节 投资的策略 ·····	(225)
成为成功投资者的诀窍·····	(225)
正确投资的十个窍门·····	(229)
八种投资工具及投资方法·····	(232)
第二节 投资面面观 ·····	(237)
投资的五条策略·····	(238)
投资的六个等级·····	(240)
第三节 成功企业家具备的素质 ·····	(244)
企业家应具备的二十个条件·····	(244)
创业者应具备的心理模式和能力结构·····	(245)
创业者应遵循的十大原则·····	(249)
第四节 高明的领导技术 ·····	(250)
体现出领导力的十五条原则·····	(250)
领导者工作的十项法则·····	(251)
第五节 如何建立你的企业 ·····	(255)
完善系统的四种优势·····	(255)
赚钱行业的三个条件·····	(256)
企业运营的十二条策略·····	(257)





第六节 企业成功的基本条件	(271)
企业成功的十个基本条件.....	(271)
商业成功的十大原则.....	(273)
控制经费开支的六个要点.....	(275)
成功经营的十项原则.....	(275)

第七章 人际交往的秘诀

第一节 塑造人格魅力	(278)
人格魅力的六种表现.....	(278)
人格成熟的十种特征.....	(280)
第二节 如何建立人际关系网	(280)
建立关系网的技巧与规则.....	(280)
第三节 朋友与同事	(283)
朋友关系的三个效用.....	(283)
协调同事关系的技巧.....	(285)
第四节 男人与女人	(286)
如何与女人相处.....	(286)
如何与男人相处.....	(288)
第五节 求人与送礼	(290)
求人的技巧.....	(290)
送礼的学问.....	(292)
第六节 防范小人	(295)
小人的心理特征.....	(295)
防范小人的对策.....	(296)
第七节 处事妙方	(298)





处事妙法二十六种.....	(298)
第八节 沟通的技巧.....	(305)
沟通技巧的关键是主动和双向.....	(305)

第八章 休闲养生的大法

第一节 饮食调理.....	(308)
如何改进你的膳食.....	(308)
八种食品能养颜.....	(309)
人体健康与五味.....	(309)
血型与减肥食谱.....	(310)
第二节 性健康.....	(312)
良好性生活心理十则.....	(313)
性活力强健法与饮食营养.....	(314)
第三节 运动.....	(316)
积极参加体育锻炼的十个理由.....	(316)
体育锻炼的原则.....	(316)
养生十六宜.....	(317)
第四节 借天之功.....	(318)
三分吃药七分养的精髓.....	(318)
自我保健十法.....	(320)
第五节 心理自我调适.....	(321)
心理健康的标准与维护.....	(321)
第六节 利用时间的诀窍.....	(325)
充分利用时间的十种方法.....	(325)
后记.....	(328)



第一章

获取知识的窍门

知识的问题是个科学的问题，来不得半点的虚伪和骄傲。决定地需要的倒是其反面——诚实和谦逊的态度。

第一节 成为卓越人才的途径

对学识的不知足，是成名立业的基础。

☺ 涉猎文化课之外的学科

求学的用途是娱乐、装饰和增长才识。在娱乐上，学问的主要用途是修身养性、健康长寿；在装饰上，学问的用途是文采飞扬，善于辞令；在增长才识上，学问的用途是对于事物的判断和处理。一个人必须先学习基础文化知识。不论你是否能够上大学，你必须学完中学课程。这样才有能力在你自己感兴趣的领域里继续学习以求发展。





世界上有许多从政或者经商的成功人士,并不是都受到过系统教育,但他们有一个共同点就是不断学习,而且他们都涉猎过许多学科,譬如:哲学、逻辑学、心理学、经济学、法律、管理学等。一个人只有在具备文化基础上,又具备上述许多门学科的常识,才能在事业上蓬勃发展,才能快乐富有地过一生。

在这里,笔者想简单地介绍上述六门学科的概要。目的是启发读者丰富大脑的思维范畴。详细内容可以研究各学科专著。

哲学就是世界观的学问。世界观就是人对于生活在整个世界的根本观点和看法。哲学的根本问题是思维和存在、精神和物质的关系问题。它阐述了事物、现象的普遍联系及其联系的复杂性、多样性。为人们认识世界改造世界提供了科学的方法。事物、现象的复杂性、多样性可以以一个人工作在群体中为例说明。

假如你工作的团体由十个人组成。其中有男、有女,有老、有少,有性格内向的,有性格外向的。这就具备了事物的多样性。当你与这十个人相处时,就要因对象不同,采取的语言、行为方式也不同。这就是事物的复杂性。只有具备了这些科学的方法,才能恰当地应付面对的问题。

事物的普遍联系性可以生产一种产品为例加以说明。一种产品是由材料、设备、加工技术三方面要素构成。当产品出现了质量不合格的问题,就要从这三方面因素中查找原因。这很有可能是一方面因素,也很可能是多方面因素造成的产品质量不合格的问题,所以,就要仔细分析各个环节,找出根本原因才能解决问题。这就是事物的普遍联系性。

哲学中有一种关于事物矛盾的运动、发展、变化的一般规律的重要学说——辩证法。它是和形而上学相对立的世界观和方法论,认为事物处在不断运动、变化和发展之中,是由于事物内部的矛盾斗争所引起的。这一学说对于人们处理一切事物都具有重要的指导作用。





逻辑学包含着两大类,就是辩证逻辑和形式逻辑。汉语里“逻辑”一词有规律、规则理解之意。辩证逻辑是研究思维辩证法的科学,它要求人们必须把握、研究事物的总和,从事物本身矛盾的发展、运动、变化来观察它,把握它,只有这样,才能认识客观世界的本质。

对于形式逻辑,为什么称为形式逻辑?因为形式逻辑只研究思维的结构,而不研究思维的具体内容。它阐述了思维的基本规律以及一些认识客观现实的方法。

形式逻辑在实践中有两个方面的作用:一是有助于我们正确地认识客观世界,包括认识客观事物,了解他人的思想,揭露逻辑错误等;还有就是有助于我们准确地表达思想。

人们认识客观事物不能仅凭直接经验,直接经验很有用,但是局限性也很大,不够用。因此在认识客观事物时,必须会推论,必须会从已有的知识推论出新的认识。例如,居里夫人在从沥青矿里提炼出来铀以后,她发现提炼出铀以后的沥青仍有放射线放出。有放射线就有放射性元素,所以一定还有放射性元素。后来经反复实验,又发现了镭。居里夫人在这里就是凭借逻辑获得新收获的。

再举一个有助于清楚而准确地表达思想的例子:当你问一个新班的学生,谁是班长?一位同学回答说:“是那位男同学。”这个回答当然不清楚,因为班上男同学不止一位。又一位回答说:“是那个高个男同学。”这个回答也不准确。因为班上高个子男生也不止一位。又一位回答:“就是班上那位穿蓝色运动服,瘦高个子的男同学。”这样就清楚了。他提出了事物的所有属性,运用了表达思想的概念,判断、推理、论证的方法。

心理学是研究人的心理现象客观规律的科学。人的心理现象指认知、情感、意志等心理过程和能力、性格等心理特征。它的内容是:研究人在实践中通过认识活动所形成的意识的倾向性,以及





它们在人身上所具有的个性特点。人们的社会存在决定他们的意识,人性中具有的优点和弱点决定了人们对事物的不同看法。

人性中常见的优点是:勤奋、毅力、博爱、自信、自尊、自强等。

人性中常见的弱点是:贪婪、虚荣、狡诈、自卑、自私、自负等。

只有你了解了这些人性中的优点和弱点之后,才能够把握好与人打交道的艺术,也才能够处事坦然,生活得游刃有余。

人与人在心理上有许多不同之处。原因是多方面的。譬如,性别差异,年龄不同,出身不同,社会经历不同,文化水平不同,经济条件不同,政治背景不同等。由于人与人存在着种种不同的生活环境,就造就了人与人不同的心理素质。不同心理素质的人对同一事物就会有不同的感知,不同的情感,不同的意志,不同的对待方式,所以,这就需要在人际交往中因人而异地采取适当的解决问题的方式方法,以避免矛盾的产生。

经济学是关于财富的性质和增长的科学,在日常生活中它指导我们如何谋生、如何快乐地生活。它阐述了如何利用和配置稀缺资源进行生产以及如何把社会产品分配给社会成员供他们消费的问题。经济学的作用在于人们生产什么、生产多少、怎样生产,为谁生产等提供决策指导,它还告诉我们市场组织和价格机制如何运作。对于我们个人生活中常遇到的问题,譬如:就业机会,工资高低,为什么一升汽油比一升水贵,以及通货膨胀对个人有什么影响等,都会有一定的参考价值。

提倡人人都学点经济学,并不是希望人人都成为职业的经济学家,也不是因为经济学告诉了我们致富的点金术,而是因为现代社会中人人都应该像经济学家一样思考。像经济学家一样思考,就是要学会用经济学提供的方法、工具、概念和理论来分析现实问题,并作出正确的决策。

为什么提倡一个想成就事业的人必须学习法律,也包括一些地方法规,管理条例呢?原因有两个:一个是我们生活在人类社会

