

圆一通一为人一、圆一融一处二、一在一人生一旅一途一中一游一初一有一余

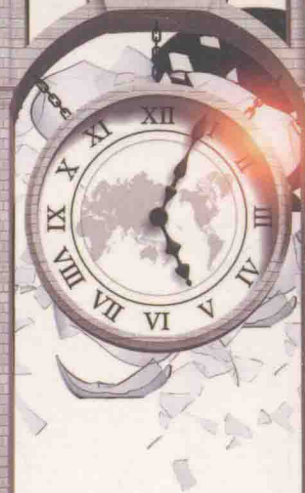
创新 CHUANGXIN

方与圆的 人生智慧

在方圆之间圆融处世而不失体面，是个人**智慧**和人格魅力体现。方中有圆，圆中有方，开启处世**艺术**之门，迎接精彩人生。

CHUANGXIN

吴迎节◎著



北方妇女儿童出版社



吴迎节 著

 吉林出版集团
 北方妇女儿童出版社

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

创新·方与圆的人生智慧 / 吴迎节著. — 长春:
北方妇女儿童出版社, 2017.10
(创新系列励志丛书)
ISBN 978-7-5585-1702-0

I. ①创… II. ①吴… 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(2017)第255886号

出版人 刘刚
封面设计 艺和天下
责任编辑 张晓峰
开本 880mm × 1230mm 1/32
印张 7.5
字数 230千字
印刷 三河市元兴印务有限公司
版次 2017年12月第1版
印次 2017年12月第1次印刷

出版 北方妇女儿童出版社
发行 北方妇女儿童出版社
地址 长春市人民大街4646号
邮编 130021
电话 编辑部: 0431-86037512
发行部: 0431-85640624

定价 29.80元

前言

天圆地方，无限广阔。人在其中，微如芥子。然而，掌握了方圆之道的大智慧，天地就会变得很小，人生就会变得伟大。因为，此时的你已经真正看清了世界，真正读懂了自己。

方是做人之本

我们从小在家庭、学校受的教育，都是做人要善良、正直，可当我们走上社会后却发现世态炎凉，人情冷暖，我们纯真的梦想开始在现实无情的墙壁前碰得粉碎，于是我们犹疑、彷徨，怀疑我们所接受的思想，怀疑做人之方是不是一种傻气。

实质上，“方”的确是做人之本，是堂堂正正做人的精神脊梁，这个世界上最受欢迎、最受爱戴的那些人物无不是具有“方”之灵魂。

人的外在是内在的一种反映。内心没有的东西，外表就无法显露；内心有了，外在自然而然就能表现出来。人的心灵杰出，行为才可能杰出；人的内心美好，气质才会美好。人的气质、能力在很大程度上正是由人的内在品质决定。

一个人要干出一番事业，要真正懂得为人处世，要取得生活快乐，最重要的，就是首先要具备优秀的品质。实际上我们谁不

向往品质优秀呢？我们都想气质美好，都想富有魅力，都想心理成熟，而这些在很大程度上却是由品质决定的。

但品质、气质、魅力都是抽象的，抽象的东西都有让人看不见、摸不着，无从下手改进的感觉。本书在这里将努力使其具体化，让你看得见、摸得着，知道该如何努力，如何做。我甚至抱有这样的期望，希望你看完本书后，品质、气质即刻就有改观。

圆是处世之道

一个人的成功主要依靠什么？你不妨观察一下周围的人。那些成功的经理、厂长，甚至专业性很强的工程师、律师、医生，他们的成功是否因为他们的专业技术都是最好的呢？答案是否定的。他们的成功往往在很大程度上是因为他们善于为人处世，会有效说话，推销自己。正如幸福的家庭并不一定是妻子貌美如花，丈夫英俊潇洒，幸福的家庭正在于双方彼此尊重体谅，关系融洽和谐。美国著名人际关系专家戴尔·卡耐基曾这样说：一个人的成功只有百分之十五是依靠专业技术，而百分之八十五却要依靠人际交往、有效说话等软科学本领。可我们的教育却过分偏重于前面的百分之十五，而对后面的百分之八十五几乎可以说是完全置之不理，实际上后面的百分之八十五对人而言更加重要。

目录

第一章 生活迢迢，方圆并济

第一节	用良好的习惯代替一时的冲动	1
第二节	知足常乐，看到事物好的一面	4
第三节	正视自己的生活	6
第四节	真正的尊贵	9
第五节	不拘一格勤受教	11
第六节	有一颗容易满足的心	14
第七节	要懂得适可而止	17
第八节	做一个浑身充满勇气的人	22

第二章 认识自我

第一节	你自身的价值取决于你自己	25
第二节	你是独一无二的	27
第三节	成为自己的主人	30
第四节	要服从自己内心的命令	32
第五节	你的价值取决于你的态度	35
第六节	做自己想做人	38
第七节	活出真性情	40

第三章 怎样突破方圆

第一节	外圆内方	43
第二节	人生在于奋斗	45
第三节	没有什么不可以改变	48
第四节	很多时候我们不够勇敢	50
第五节	勇敢地去你害怕的事	54
第六节	愈挫愈勇，永不言败	59
第七节	失败了更要昂首挺胸	62
第八节	关键时刻要站出来	68

第四章 发现自我长处

第一节	可以平凡，不能平庸	71
第二节	做人不要太老实	74
第三节	做人要机智灵活	78
第四节	经营自己的长处	81
第五节	平静地对待被别人冷落	85
第六节	相信自己并不比别人卑微	89
第七节	别让自己活得太累	92
第八节	改变世界不如先改变自己	95

第五章 方与圆中磨炼人生

第一节	勇于放弃	99
第二节	对自己寄予厚望	101
第三节	真心喜欢自己	104
第四节	你总有优秀的地方	107
第五节	如何实现自身价值	110
第六节	培养自己独特的气质	113
第七节	君子就要坦坦荡荡	116
第八节	无可无不可	119

第六章 寻找突破口的关键

第一节	机会要靠自己争取·····	121
第二节	要成功必须学会等待·····	123
第三节	机会总是藏在被忽略的地方·····	126
第四节	千锤百炼锻造自我·····	128
第五节	如何做真正的自己·····	131
第六节	挺起腰杆做人，耐住性子做事·····	133
第七节	不向败局妥协·····	136

第七章 不违方圆，凸显个性

第一节	生气不如争气·····	140
第二节	再卑微，也不要低声下气·····	142
第三节	不要做别人眼中的你·····	146
第四节	永远保持迷人的风度·····	150
第五节	善于利用魅力资本·····	152
第六节	以高姿态化解别人的嫉妒·····	156
第七节	坚持自我，保持本色·····	159
第八节	既要拿得起，还须放得下·····	163

第八章 你的人生你做主

第一节	要正确认识自己	167
第二节	展现独特的自我	169
第三节	保持清醒的头脑	171
第四节	做事可以失败，做人不能失败	173
第五节	永远不放弃是成事的保证	176
第六节	可以没头脑，不能没主见	180
第七节	笑给自己听	182
第八节	咬紧牙关挺过去	185

第九章 让你的人生更出彩

第一节	做个自由人	188
第二节	以自己的方式去生活	191
第三节	胆小不得将军做	193
第四节	追求成功，立即行动	197
第五节	为自己站起来	201
第六节	坚定信念不动摇	203
第七节	时刻积蓄奋战的力量	208

第十章 小心驶得万年船

第一节	放心投资自己的大脑·····	211
第二节	做一个能当机立断的人·····	214
第三节	该出手时绝不犹豫·····	217
第四节	尊重是相互的·····	219
第五节	做一个讲规则的人·····	222
第六节	坚持自己的原则·····	225
第七节	做诚实的自己·····	227



第一章 生活迢迢，方圆并济

· 第一节 用良好的习惯代替一时的冲动 ·

小时候，人们常会感情用事，而长大成人后就要用良好的习惯代替一时的冲动。如果我们必须受习惯支配的话，那就让好习惯支配，那些坏习惯必须戒除。我们要在新的田地里播种好的种子。

经过多次重复，一种看似复杂的行为就会变得轻而易举，实行起来，就会有无限的乐趣。有了乐趣，出于人之天性，我们就更乐于常去实行。于是，一种好习惯就诞生了。习惯是人们在不经意间积累起来的思想行为，它默然无声地生长、发芽、开花、结果。好习惯可以开出芬芳的花朵，长出香甜的果实；坏习惯或许会使花儿枯萎或使果实酸涩。一个人的习惯，在一定意义上反映着一个人的文化教养和精神追求。不同时代、不同民族、不同文化修养的人，在习惯上有很大的不同。

好习惯源于自我培养，我们一生中，脑部神经随时都在驱使我们做出相关的动作。这种动作在相同环境下不断重复，便使我

第一章

生活迢迢，方圆并济



们不自觉地产生了习惯。好的习惯人人都想拥有，最主要的问题不是一两次能够去做，而是坚持。对于一个独立的成人来说，习惯的形成大部分需要自己的努力。习惯对于人类生活的重要性超乎人们的想象。

习惯并不意味着僵化，它也可能意味着活力，更意味着秩序和节约。反射作用是自然而然的节省法，为脑神经提供了休息的机会，毕竟还有更重要的工作等着它去做。要养成习惯，假若不用科学的方法，而仅凭一时的意志，那只会使你感觉到累而生厌。习惯有赖于科学方法来支持。我们在习惯中淡忘曾有过的意志和幻想，又在习惯中实现其他的梦想。我们今天做的，就是昨天已经做的。习惯性的生活会使你感到有十足的精力和良好的生活空间。习惯成自然，自然成人生。在你的生活习惯中，你会使自己的性格、兴趣、爱好、理想都得到体现。

假如你要把一种行为养成自己的习惯，而这种行为对你又是如此的陌生，那么，请你记住：“多做几次就好！”习惯的养成，仅是动作的积累，脑神经指令的重复。这样的行动你做得越多，脑神经所受的刺激与记忆也就越深，你的反应也会更加的熟练，好的习惯便属于你。

但是，习惯也会成为你生活中的暴君。生活方式的不同，自然要求有不同的生活习惯与之相适应。假如说这两者之间发生了深刻的矛盾，我们便说这种习惯是一种坏习惯，是与我们的习惯宗旨相违背的。在这时，我们需要把它摒弃，用另外一种更健康、更有序、更有效的习惯来取而代之。

任何一个人都有自己后天所培养的习惯，而成为与其他人

有所不同的个体。可是，有时你必须审查自身所有的习惯是否有益。假若是好习惯，请坚持下去；假如发现你的习惯是不好的，一定要试着改变它。有时，一个坏的习惯一旦定型，它所产生的后果是难以想象的，习惯这种力量往往是巨大而无形的。当你感觉到它的坏处时，很可能想抵制却已经来不及了。

然而，一个好的习惯也可以产生巨大的力量。假如你反复地重复着一件有益的事，渐渐地你就会喜欢去做。这样一来，所有的困难都显得微不足道了。要知道，习惯的力量可以冲破困难的阻挠，帮助你走上成功的道路。当你播种一种行为，你就会收获一种习惯；当你播种一种习惯，你就会收获一种性格。

好的习惯主要依赖于人们的自我约束能力，或者说是依靠他人对自我欲望的否定。然而，坏的习惯却像杂草一般，随时随地都会生长，同时它也阻碍了美德之花的成长，使一片美丽的园地变成了杂草丛生的荒地。那些恶劣的习惯一朝播种，往往一生都难以清除。

人们在青年阶段，养成一种坏习惯很容易，养成一种好习惯也是很容易的；而且，就像恶习会在邪恶的行为中变得严重一样，良好的习惯也会在良好的行为中得到巩固与发展。

如果你运用好这一法则，连同积极心态一起应用，所产生的力量是巨大的，而这就是你思考、致富或实现任何你所希望的事情的根本驱动力。或许你并没有很好的天赋，但是，一旦你有了好的习惯，它一定会给你带来巨大的收益，很可能会超出你的想象。



· 第二节 知足常乐，看到事物好的一面 ·

凡事看中结果不一定是坏事，但要是只看想得到结果的那一面肯定不是件好事。曾经一个学油画的女孩告诉过我，搞绘画的人会让人觉得和平常人处世的态度不一样的原因是：他们从小在学习绘画的过程中养成了看所有事物都是多角度的，是客观的，不是以主观意愿只看事物自己要看的一面。

不一定非要像搞绘画的从多个角度看事物，但我们要学会不仅看到自己想要看的一面，也要看到每个事物的好的一面，有利于自己成长的一面。这样，人活着便不会消极。那些太忠于看中自己想要的结果一面的人，是最容易患得患失的人。倘若结果和预期的有所出入，就会整日愁眉不展，觉得生活了无生趣。

有时候，想做一件事，却迟迟未下定决心，其实就是担心努力过后看不到预期的结果，害怕是一场徒劳，与其这样不如不想、不做。实质上，不做永远不知道结果，做了虽然只有一个结果，但这个结果可以从很多角度去看它，不论怎样依旧会有所收获。学会看到事物好的一面，换一种说法应该是把握好积极进取和知足常乐这个平衡点。

“知足者常乐”这是人们通常说服别人或说服自己，求得心理平衡的道理，修身养性的原则之一。《老子》也说：“知足之足，常足矣”。大则忧国忧民，感时忧愤；小则忧家忧己，往往

都是忧多于喜，要说服别人或说服自己还就得这样想。人往高处走，水往低处流，谁不想生活、工作条件好些，精神安逸些？想归想，未必都能一一满足，在各种理想、愿望，甚至连小小的打算都未能成为现实的时候，你就要学会承认和接受现实，并且不消极、不失望，自己寻找心理平衡。

在这里比较法很管用，即和过去比，和自己比，而不要和高于自己、强于自己的他人比。比方你总觉得你的收获不如付出的多，那你就应该和付出比你更多，获得比你还少的人比，这样你心里就舒服了。当自己的学业经历多年长进不大时，你应该想想从前的你还没有现在这么有知识，进步不大毕竟有了进步。

“知足者常乐”多数情况不是指物质条件的获得，物欲的满足，不要无限制地追求那些不现实的，得不到的东西。正像卢梭所说的那样：“人啊，把你的生活限制于你的能力，你就不会再痛苦了”。一切理想都植根于现实这块肥沃的土壤中。人不可物欲太强烈，有了星星，还想要月亮，有了月亮还想要太阳，乃至于恨不得把整个宇宙都抱在怀里。不知足就必然贪心，贪心就容易生出许多恶行，不顾廉耻，甚至违法乱纪，贪污受贿，巧取豪夺，最终不但挖了社会墙脚，损害他人，也害了自己。“知足者常乐”这个原则在你忧愁烦恼之时，会让你找到心理平衡，克服种种不切实际的欲望，特别是物欲。安于现状，知足常乐，但切莫对美好的生活失去信心。

坎坷人生，忧喜参半，酸甜苦辣，五味俱全。也许正因为这样，生活才有滋味，活得才带劲。工农商学兵，三教九流，各色人等，各有各的忧喜。学生为学校是否理想而忧喜；工人为产品



积压而忧愁；农民为今年粮食收购不给“白条”而欣喜；文艺家为艺术的低谷而忧虑；教育者为桃李满天下而欣慰；炒金者为股票行情不定而揪心；家庭主妇因蔬菜涨价而叫苦不迭；平民为生计而奔波；总理为国事而操心。忧喜无时无刻不在搅扰着人们，“上帝”最公平，他把忧喜分给了每一个人，只是忧喜的内容和大小不同而已。

不知哪位哲人说过，在生活和工作中不是任何付出都会有回报的。确实如此，有时生活存在明显不公平，不光你自己觉得不公平，连周围的民意也认为不公平。这时候，千万不可激动，更不能一时冲动，干出无法收拾的傻事来。比如评级长薪，凭你的贡献，你的民意测验，这次的美事就理所当然属于你，但因为只有一个名额，有关方面出于平衡关系或其他考虑，就把美事给了另一个人。在这种情况下，千万要想得开，不能耿耿于怀，忧心忡忡，更不能失去理智。即使从养生之道出发也不必肝火太盛，潇洒地想，一次长薪不就几块钱吗？不能为几块钱闹气叫人看低了自己的人格，看小了自己的风度，自己宽自己的心，自己找乐。

人活着是为自己活着，不重虚名、不重钱财，如此岂不快哉！

· 第三节 正视自己的生活 ·

正视自己的生活才会不断对自己提出新的目标和方向。有