

走向成熟

GOTO MATURE

GOTO MATURE

mature

gro

gROW



# 简化人生

ROW

杨宗元 著

中国青年出版社

# 简化人生

简化人生  
杨宗元/著

婚恋新语  
周晓燕/著

让自己增值  
韩姜 德纯/著

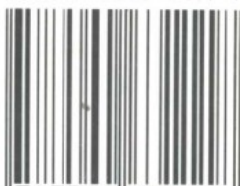
还会做得更好  
吴井泉 罗振亚/著

走  
向  
成  
熟

GO TO  
MATURE

W  
GRO  
UP

ISBN 7-5006-3111-1



9 787500 631118 >

ISBN7-5006-3111-1/C · 193 定价: 7.30元

# 简化人生



Z0031294

67618



(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

·简化人生/杨宗元著. —北京:中国青年出版社,1998.9  
(走向成熟丛书)

ISBN 7-5006-3111-1

I. 简… I. 杨… III. 人间关系 N. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 20084 号

\*  
中国青年出版社出版 发行

社址:北京东四 12 条 21 号 邮政编码:100708

运河印刷厂印刷 新华书店经销

\*  
787×1092 1/32 5.25 印张 2 插页 99 千字

1998 年 9 月北京第 1 版 1998 年 9 月北京第 1 次印刷

印数 1-6,000 册 定价 7.30 元

## 《走向成熟》丛书编委会

主 编 委	编	周晓燕				
	委	周晓燕	默	语	李晓丽	
		冈	宁	黎	子	宁
		依	曲	冯	韧	梁
		明	励		庆	

# 序 言

季 羨 林

周晓燕同志编好了一套《走向成熟丛书》，索序于我。我本来是不敢也不应该答应的。原因很简单。我现在已经到了望九之年，我把自己的青春时期抛在身后已经有六七十年了，怎敢再来指手划脚地谈论青年问题呢？

继而一想，又觉得应该写的。我虽不敢说“识途”，但毕竟是一匹“老马”，走过的桥比青年人走过的路还要长，路总会认一点的。在这样漫长的年代里，经验和教训总会有一点的。说我能完全了解今天的青年，那是不可能的。但自己毕竟是在大学中教书，有接触青年的机会。对青年还是多少有点了解的。我承认“代沟”，而且还写文章赞美过“代沟”。我同今天青年间的“代沟”，不知有多少代了。但是，我是相信“人同此心，心同此理”这句话的，我们之间总会有点共同语言的。既然有共同语言，又

何妨讲一讲呢？除非有个别青年承认自己是“新人类”。“新人类”同我们旧人类之间应该有质的不同，这一条沟是无法逾越的，对其余的人我们总可以谈一谈的。我要谈的可能也是一些老生常谈的问题，卑之无甚高论。但其中也有一些我个人独特的看法。总而言之，我不想对青年们提出一些高而又高，玄而又玄的说教，谁也做不到的说教。过去我们已经有过足够的教训了。那样做，结果只能是“可怜无补费精神”。

对于人生，我曾有过一些考虑。我认为，每个人的诞生都是被动的，没有哪一个人，除了佛祖释迦牟尼以外，能够预先制订计划，然后选人、选地、选时，再诞生。至于死，绝大部分也是被动的，在这方面，人们可能有点主动性，那就是自杀。可谁愿意无缘无故地自杀呢？这一点主动权最好还是别用。我们大概都不大可能相信轮回转生的。因此，在千百亿万年中，我们仅有这一次生命，其可贵概可以想见了。我们万万不可掉以轻心，坐失良机。我们一定要好好地十分严肃而又慎重地度过这一生。

但是，什么叫“好好地”“严肃而又慎重地”呢？我的意思就是不要虚度此生。我不大相信人性本善，我也不相信什么积累功德。但是，古人说：“人之所以异于禽兽者几希。”人类在生活实践中能逐渐培养成理智和良心，理智和良心就是“几希”之一。现在年轻人喜欢说：“实现

人生的价值。”这是一句好话，一句含意深远的话，一句有出息的话。比那些浑浑噩噩，糊里糊涂生又糊里糊涂死，要高明得多。

但是，实现人生的价值，必须走正道。做坏事，伤天害理，损人而不利己，这是地地道道地破坏人生的价值。正确的人生价值在能利人、能推动社会前进，而又不损害自己。个人的利益，如果想完全否定，是非常难的，只要无损于别人，无损于社会，也是无可厚非、可以容许的。每个人在实现自己的人生价值时，千万不要忘记，更不能损害别人实现自己的人生价值。曹操那一种：“宁要我负天下人，不要天下人负我”，是绝对要不得的。

此外，还有一个自由问题。有人说：“不自由，毋宁死！”可见自由之重要。大家都想争自由，这本是很自然的。但是，我发现，争自由的人们忘记了一个显而易见的事实：在宇宙中，天底下，绝对的自由是没有的。宇宙中的星球，不管是恒星，还是行星，都各按其位，运行也有规律。只有彗星有时闹点自由化。但也无伤大雅。否则，如果星球都绝对自由了，必然会互相撞击，宇宙必然大乱，我们的地球也难以单独存在下去的。在人类社会中，情况相同。如果每个人都要求有绝对的自由，人与人必然会互相冲撞，结果会使社会不成其为社会，天下大乱，谁也难以生存。因此，自由必有所限制，社会必须定出法



律,以约束限制人的行为。这样社会才可以存在,人人都可以生存。简单一句话:有点限制的自由才是真正的自由,绝对的自由是难以想象的。

上面讲的都是些空话,可又都是实话。具体的意见都见于周晓燕等同志的著作中,我不再啰嗦了。是为序。

1997.4.2

走向成熟  
GO TO  
**MATURE**

简化人生  
杨宗元 / 著

婚恋新语  
周晓燕 / 著

让自己增值  
韩姜 德纯 / 著

还会做得更好  
吴井泉 罗振亚 / 著



## 目 录

简化人生	( 1 )
1. 复杂与简单	( 1 )
2. 看不见的手	( 5 )
3. 人际交往中的病毒	( 8 )
4. 他人眼中的我	( 11 )
5. 测测自己的处世能力	( 15 )
塑造自我	( 20 )
1. 待人接物与自我形象	( 20 )
2. 了解自己的性格类型	( 23 )
3. 展现性格的魅力	( 27 )
4. 好人标准	( 30 )

5. 做人·····	(32)
<b>黄金定律</b> ·····	(35)
1. 己所不欲, 勿施于人·····	(35)
2. 让自己的世界充满爱·····	(38)
3. 为人谋而不忠乎·····	(40)
4. 诚信守约·····	(43)
5. 宽以待人, 有容乃大·····	(45)
6. 敬人者而后人恒敬之·····	(48)
7. 来而不往非礼也·····	(51)
<b>彬彬有礼</b> ·····	(54)
1. 众怒难犯·····	(54)
2. 并非繁文缛节·····	(58)
3. 送礼的礼节·····	(63)
4. 怎样选择礼物·····	(66)
<b>妙语连珠</b> ·····	(70)
1. 悦耳方能悦心·····	(70)
2. 愉快地交谈·····	(73)
3. 无话可说时·····	(76)
4. 一张嘴两只耳朵的含义·····	(79)
5. 让忠言“顺耳”·····	(82)

<b>方便法门</b> .....	(86)
1. 记住别人的名字.....	(86)
2. 倾国的微笑.....	(89)
3. 敞开你的心扉.....	(92)
4. 学会“奉承”他人.....	(95)
5. 不要放弃联系.....	(97)
<b>出奇制胜</b> .....	(101)
1. 给自己留下一片“孤独”的天空.....	(101)
2. Don't kiss me .....	(104)
3. 当断则断.....	(107)
4. 小不忍则乱大谋.....	(110)
5. 吃亏战略.....	(113)
6. 没有规矩的规矩.....	(116)
<b>迎刃而解</b> .....	(119)
1. 如何消除误会.....	(119)
2. 如何与你不喜欢的人相处.....	(122)
3. 如何化解反对的情绪.....	(125)
4. 如何摆脱窘境.....	(128)
5. 如何弥补友谊的裂痕.....	(132)
6. 如何对待吵架.....	(135)

渐入佳境.....	(139)
1. 走向合作.....	(139)
2. 知己知彼.....	(143)
3. “丑话”先说.....	(146)
4. 和为贵.....	(149)
5. 注重感情投资.....	(151)
6. 实现期望值.....	(153)
后记.....	周晓燕(158)

# 简化人生

在人与人之间的交往中,人们常常感叹:人际关系太复杂,如果能涉世之初就了解人际关系复杂在何处,在日后的人际交往中就可能会得心应手,事如所愿。唉!人生变得简单多美好。其实,人生并非传言那样复杂、可怕,简化人生,完全可以做到。

## 1. 复杂与简单

人们说人际关系复杂是有其道理的。人与人之间的关系多种多样,有夫妻、父子、亲戚、同事、同学等等,而且这种关系还可能交叉,既是亲戚,又是同学。个人在这种人与人之间的关系中承担的角色也是不同的。是儿子,也是父

亲,也是一些人的同事,还是一些人的同学;有的人把你当朋友,有人与你不远不近,也有人与你合不来;有时你朋友的朋友与你有关隙;有时与你关系一般的人的朋友倒是你的朋友;有时与自己有关隙的人变成了朋友,而朋友因某些因素,关系变坏了……那么,在这复杂的人际关系中,最为关键的因素是什么呢?掌握了这个最为关键的因素,处理复杂的人际关系也就变得简单了。

人际关系中最为关键的两个因素就是利益和情感。人们大多对人际交往中的情感因素持肯定的态度,认为基于深厚感情的交往是高尚的、纯洁的,常常会用“重感情”这样的评语。这种观点的形成与情感的内在规定性有着密切的关系。

情感是人对外界事物的感受,这种感受体现着外界事物与人的需要之间的关系。这里所说的需要并不是指生理需要,主要是社会性的需要,比如游览名山大川所体会到的美感,就是人在与外界交往中所体会到的情感体验。人们的需要得到满足时往往会产生肯定性的情感,如自豪、愉悦、爱等等,当这些肯定性的情感表现为对人或事物的关切、喜爱的心情时,又被称为感情。无论是情感还是感情都是与人的社会性需要相关联的,是人区别于动物的特征之一,没有感情、情感,也就与动物无异。在这个意义上,人们肯定人际交往中的情感因素。人际交往中的情感,同人与接触其他客观事物所形成的情感是不同的。人对自己家乡山水产生的情感是单向的,“我见青山多妩媚”,这是诗人的想象,客观景物对人的情感是没有反应的;但人与人之间的情感则不同,这种情感往往



是双向的。“执手相看泪眼，竟无语凝噎”，这是双方共同的情感体验。因而，人际交往中的情感因素也就显得格外重要，也格外复杂。

人际交往中的利益因素则不同，人们常常羞于言利，但在某种意义上讲，利益比情感更重要，它常常会在人际交往中行使否决权。一旦人与人之间的交往从根本上损害了某一方的利益，那么人与人之间的情感就有可能化为乌有。

英国著名哲学家霍布斯有一个耸人听闻的论断：人与人之间是“狼”，每一个人都为了自己的生存而与别人争夺，彼此之间处于战争状态。随着社会的发展，这种状态被人与人之间的“契约”，也就是法律所限制，但人与人之间在本质上仍旧摆脱不掉一个“狼”字。这种论断有些残酷，也有些片面，但它确实在某种程度上道出了人的本性的一个侧面。马克思在《德意志意识形态》中说：“人们为了能够‘创造历史’，必须能够生活。但是为了生活，首先就需要衣、食、住以及其他东西。”在这个意义上讲，人和动物一样，首先要使自己的自然生命得以延续，要满足自己的自然生理需要。所不同的是，人满足需要的方式与动物不同，无论是在远古还是在现代，任何人都无法依靠个体的力量来实现自己全部的生理需要，必须通过人与人之间的相互关系来实现。也就是说，人与人在交往之初就深深地打上了为了生存，为了利益的烙印。

如果仅仅是人际交往中包含着利益的内容，事情也还简单。人毕竟是人，不是动物，人类交往的内容并不全都是利益，而利益又恰恰使人联想到自己的自然属性，联想到自己身