

REN JI JIAO WANG DE ER SHI SAN TIAO SHA GUA DING LU

逸凡 编著

# 人际交往 的23条

## 傻瓜定律



天津人民出版社  
TIANJINRENMINCHUBANSHE

幸福人生系列丛书

# 人际交往的 23 条傻瓜定律

逸 凡 编著

天津人民出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

人际交往的 23 条傻瓜定律 / 逸凡编著. — 天津: 天津人民出版社, 2002. 8

(幸福人生系列丛书)

ISBN 7-201-04172-X

I. 人. . . II. 逸. . . III. 人间交往—通俗读物  
IV. C912. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 060485 号

### 人际交往的 23 条傻瓜定律

四川新华出版公司策划制作

总发行人: 王 庆

总策划人: 陈大利

总监制人: 文 龙

选题策划: 王 益

责任编辑: 赵 艺 封面设计: 益创文豪

天津人民出版社出版

出版人: 赵明东

(天津市张自忠路 189 号 邮政编码: 300020)

网址: <http://www.tjrm.com.cn>

电子信箱: [tjrmchbs@public.tpt.tj.cn](mailto:tjrmchbs@public.tpt.tj.cn)

四川新华印刷厂印刷

四川新华书店集团有限责任公司发行

\*

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷

880×1230 毫米 32 开本 8 印张

字数: 150 千字

定价: 16.00 元

世界上最伟大的真理，往往是最显而易见而又最易被人忽略的。如果你能够真正地在生活中运用它们，你就能够获得生命中最想得到的东西——无论它是一份工作、健康、人际关系，还是金钱、爱情……

# 目录

1. 机变定律：  
随机应变可以摆脱人际交往的困境 \1
2. 仁恕定律：  
不要把自己的意愿强加于人 \11
3. 谦让定律：  
谦虚是进退自如的处世品质 \19
4. 宽容定律：  
宽容创造人生奇迹 \27
5. 谎言定律：  
人际交往中需要真诚的谎言 \35
6. 坦然定律：  
不要苛求公平 \41

**7. 适应定律：**

善于与各种类型的人相处 \53

**8. 微笑定律：**

真诚的微笑是送与他人最好的礼物 \65

**9. 倾听定律：**

倾听是交往中最简捷有效的技巧 \79

**10. 赞美定律：**

赞美他人是人际交往的润滑剂 \91

**11. 品质定律：**

正直是社交成功的内在品质 \105

**12. 尊重定律：**

要使别人尊重自己,最根本的是尊重别人 \113

**13. 拒绝定律：**

恰当的拒绝也是社交成功的秘诀 \123

**14. 需求定律：**

从他人的需求出发,可以轻松改善人际关系 \139

**15. 距离定律：**

把握好社交的空间距离 \151

**16. 兴趣定律：**

真心对他人感兴趣 \159

**17. 口才定律：**

良好的口才是人际交往的通行证 \167

**18. 严己定律：**

与任何人都能相处的定律 \179

**19. 幽默定律：**

幽默为交往注入生机 \189

**20. 温和定律：**

永远不要指责他人 \203

**21. 相似定律：**

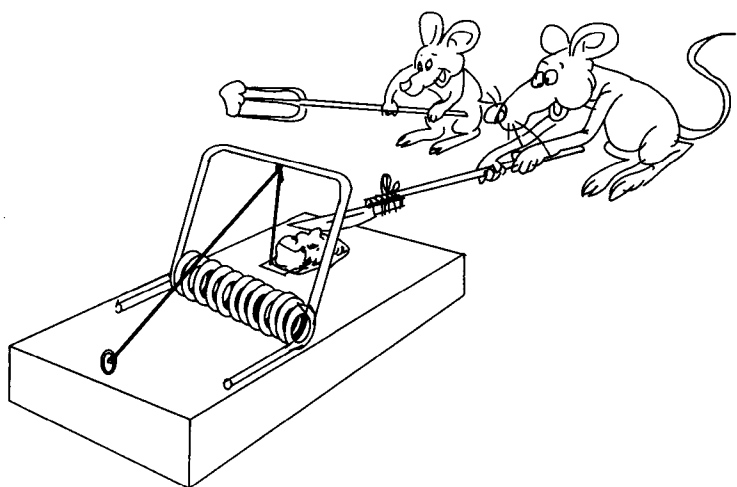
找出自己和别人相似之处 \217

**22. 礼仪定律：**

良好的社交礼仪带来意想不到的成功 \225

**23. 道歉定律：**

诚恳的道歉是交际中不可缺少的手段 \241



## **1.机变定律:**

**随机应变可以摆脱人际交往的困境**



## 人际交往的 23 条傻瓜定律

RENJIAOWANGDE23TIAOSHAGUADINGLU

我们知道，世界上的万事万物都在不断发展变化中。环境在变，时势在变，事态在变，生活在变，人类每一个个体都在变，随时随地都可能出现意料之外的事情。因此，要适应环境、时势的更迭，应付事态、生活的变化，就必须学会随机应变的人际交往规则。

荀子曾说：“举措应变而不穷。”能够随着时势、事态的变化而从容应变，是一个人立身处世、人际交往不可或缺的本领，尤其是现代社会飞速发展，生活千变万化，更需要人们学会应变，善于应变，精于应变。

**随机应变往往是指人际交往中对己不利时而采取的方法，目的是趋利避害，掌握主动。这条原则已被屡次证明十分有效。**

阮籍是魏晋时期的名士，本来身怀治世立业的大志，但是魏晋之际，天下动乱，很多像他这样的名士都遭到了迫害。为了避开祸患，阮籍不问世事，整日饮酒。当朝权贵多次以向他求教时事为名，想趁机害他，每次阮籍都因为装醉而幸免。

随机应变要求有反应灵敏的头脑，以对外界发生的一切及时作出适当的反应，“事后诸葛亮”无济于事。当你面对突发的事件，意想不到的提问，别人布置的陷阱，令人难堪的局面……你能够快速灵敏且不露声色地作出正确的反应吗？这是大的智慧，也是小计谋。对于每一个人来说如不能够随机应变、沉着冷静地

1.机变定律：

- 随机应变可以摆脱人际交往的困境



处理各种突发的变故，怎么能够获得良好的人际关系呢？

**事变的发生，往往如迅雷惊电一般，快得令人措手不及，如果不是平常就修养已久，很少有不茫然惊惶的，一点小事就会闹到不可收拾。**

英国著名政治家丘吉尔有一个习惯，一天中无论什么时候，只要一停止工作，就爬进热气腾腾的浴缸中去洗澡，然后裸着身体在浴室里来回踱步，以示休息。

第二次世界大战期间，丘吉尔来到华盛顿会见当时的美国总统富兰克林·罗斯福，要求美国共同抗击德国法西斯，并给予物资援助。丘吉尔受到热情接待，被安排住进白宫。

一天早晨，丘吉尔洗完澡，在白宫的浴室里光着身子踱步，有人敲浴室的门。

“进来吧，进来吧。”丘吉尔大声喊道，他以为是他一位亲密的侍从。

门一打开，出现在门口的是美国总统罗斯福。他看到丘吉尔一丝不挂，便转身想退出去。

“进来吧，总统先生，”丘吉尔伸出双臂，大声呼唤。“大不列颠首相是没有什么东西需要对美国总统隐瞒的。”说完两人哈哈大笑起来。

丘吉尔的真诚坦率和随机应变，使这次谈判获得了成功，英国得到美国的援助。



## 人际交往的 23 条傻瓜定律

RENJIAOWANGDE23TIAOSHAGUADINGLU

**随机应变不仅可以平息事态，保全自身，而且往往能变被动为主动，使事情向有利于自己的方面转化。**

晏子出使到楚国去。楚国的君臣想要笑一下晏子，显显楚国的威风。因晏子是个矮个子，就在大门旁边开了一个小洞，让晏子从这个小洞进城去。

晏子走到小洞前边，看了看，说：“这是狗洞，不是城门。出使狗国的人从狗洞进。今天，我是出使楚国，不是出使狗国。请问我是来到了狗国呀还是到了楚国？”楚人无话可对，只好打开城门，迎接晏子进去。

晏子见到楚王，楚王又说：“怎么，齐国就没有人了吗？”

晏子知道楚王是在讽刺他，就不动声色地回答说：“您这是什么话！单齐国首都临淄，就有七八千户人家。街上的行人要是都张开衣袖，就可以遮天蔽日，要是都甩一下汗水，就可以汇集成一场大雨，人挤得肩膀挨着肩膀，脚尖挤着脚跟。大王，您怎么说齐国没有人呢？”

楚王说：“既然有这么多人，为什么要派你这样的人来出使呢？”

晏子不慌不忙地回答：“噢！这您就知道了。我们齐国派遣使臣有个原则，就是对方是个上等国家，就派一个有本事、有德行的人去；要是对方是个下等国家，就派一个碌碌无能的人去。因为我是最没出息的人，所以才把我派到这儿来。”

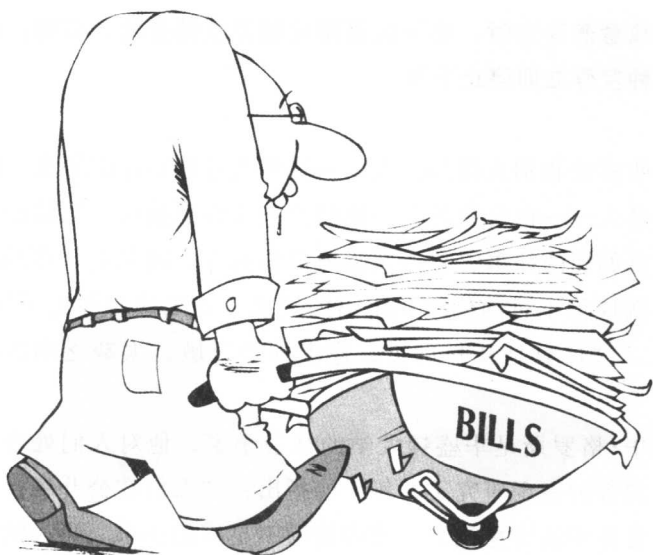
楚王连遭失败，仍不肯罢手，假意招待晏子饮酒。宾主正在欢饮，却见两个差吏捆绑着一个人来到面前。楚王故意问：“被

1. 机变定律：

- 随机应变可以摆脱人际交往的困境



随机应变不仅可以平息事态，保全自身，而且往往能变被动为主动，使事情向有利于自己的方面转化。





## 人际交往的 23 条傻瓜定律

RENJIAOWANGDE23TIAOSHAGUADINGLU

捆的人犯了什么罪？”官吏说：“他是齐国人，犯了盗窃罪。”楚王看着晏子说：“你们齐国人善于偷盗吗？”

晏子知道这是楚王要羞辱自己的花招，便回答道：“我听说：桔子树如果生在淮河以南，果实是桔子，但是生长在淮河以北，结出的果实就是又苦又涩。为什么呢？水土不同。老百姓生活在齐国并不偷盗，到了楚国就盗窃，莫非楚国的水土使百姓善于偷盗吗？”楚王笑道：“圣人是不能同他开玩笑的，我反而自讨没趣了。”

**有人故意羞辱你时，你可以采用比较激烈的方法。有时，你必须使这种羞辱立即停止下来。**

有一些喜欢和别人捣乱的人——这些人可能是你的朋友、同事或者是爱人——在公共场合，他们会把你突然搂住，然后提起一件你讳莫如深的往事，有恃无恐地出你的丑，或是公开你的隐私，或是阔谈你干过的傻事和闹出的笑话。如果这时你生了气，他就会说：“这只是开开玩笑，你太神经过敏，太缺乏幽默感了。”

爱德华·格罗斯是华盛顿大学的社会学家，他对人们处在尴尬境地时的各种表现研究了20年。他指出：“人们在公开场合被羞辱，通常并不认为是玩笑，或者是微不足道的小事。当人的感情受到伤害时，我们中的大多数人会十分愤怒，表现得张口结舌或者满脸羞红。但是我们可以有另一种比较聪明的解决办法，保持沉默，或者设法改变你的处境。”

### 1.机变定律：

- 随机应变可以摆脱人际交往的困境



佛罗里达大学的心理学家巴里·舒兰克说：“完全没有必要去追究一个人的所作所为是否别有用心。”相当可能的情况是他或她压根没有意识到你会受到伤害。当你向他指出失礼的言行后，这位呆头呆脑的冒犯者通常会向你致歉。

当然了，摆脱窘迫的处境需要随机应变。如果你的上司在你的同事面前三番五次地责备你时，你可以心平气和地严正指出：“我们是否可以私下谈这个问题？”

同样的，伤害你的人是配偶或亲密的朋友，你可以说明你觉得多么尴尬、为难甚至是痛苦，远比以同样的方法去回击对方要好得多。如果这人继续不分场合地使你窘迫不堪，你可明确指出：“我觉得以后很难再信赖你。”你还可以说：“你已经设法使我难堪了，你不介意告诉我这都是为了什么缘故吧？”或者说“你似乎心烦意乱，是不是我有什么事使你不高兴？”

但不管怎么做，避免动怒，千万别发火。如果失去了泰然自若的态度，让情绪控制了理智，你只能使对方占上风，使别人对你产生不满情绪。

相当多的时候，脱离尴尬境地的最好办法是急中生智和幽默感。爱德华·格罗斯曾讲了一个典型的故事，说的是两位作家之间的交锋。一位作家刚完成一本书，正沉浸在人们的赞美声中，另一个作家对她有些妒嫉，不顾别人的劝说跑去和她说：“我喜欢你的这本书，是谁替你写的？”

“我很高兴你喜欢，”她回敬道。“是谁替你读的？”

这个回答既柔中带刚，又不失风度，往往是最好不过的回击办法。



## 人际交往的 23 条傻瓜定律

RENJIAOWANGDE23TIAOSHAGUADINGLU

**有了良好的随机应变的能力你就可以在人际交往中视不同情况而采取不同的处世方法。这样才能既维持良好的人际关系，又能保护自己的正当利益。**

随机应变的第一个含义就是要求说话时眼观六路，耳听八方，即时就地选取语言材料，把根据交际目标要表达的意旨与说话时的场景、地点、时间、事物联系起来，给人一种亲切自然而又灵活机敏的感觉，增强说话的感染力和说服力。如烟台丝绸厂在同一意大利厂商洽谈合资办企业时，那位外商既看到获利的前景，很想大干一场；但又担心政策有变而举棋不定，正当他犹豫不决之时，厂长宴请他。当螃蟹端上餐桌时，这位厂长忽然灵机一动，指着盘中的螃蟹风趣地说，第一个吃螃蟹的人冒了很大的风险，但也得到了好处，既尝到蟹肉的鲜美，又得了“敢于吃蟹的勇士”美名。这几句趣语竟然使那位年逾花甲、既重利又重名的外商动了心，终于下决心与厂方签订了协议。

随机应变、反应灵活的第二个含义是能够在情况突然变化或陷入僵局的情况下，迅速拿出一个卓有成效的对策来。

1964年4月，在印度尼西亚雅加达召开的第二次亚洲会议筹备会上，印度代表提出要邀请前苏联参加。但前苏联是一个欧洲国家，因此印度的建议除了锡兰以外，没有得到其他国家的同意，并遭到了中国代表陈毅的坚决反对，整个大会陷入了分歧。这就势必导致首脑会议一开起来就在这个问题上争论不休，甚至导致会议破裂；而如果强制通过，也会断送万隆精神，损害亚洲

- 1.机变定律：  
• 随机应变可以摆脱人际交往的困境



团结，怎么办？这种情况下陈毅首先表明了顾全大局的想法，然后接着说：

“关于邀请苏联参加的问题的决议，可以这样写：有的国家主张邀请，有的国家反对；有的国家建议推迟到首脑会议上去讨论，有的国家反对提交首脑会议。因此，没有就这问题达成一致协议。”

陈毅的建议获得了会场上的热烈掌声。大会在最后的公报中采纳了陈毅的方案。

陈毅在面临会议因争执不下将不欢而散，危及亚洲国家团结的情况下，遇乱不惊，力挽狂澜。他的建议所以高明，正是在于他不但坚持了原则立场，而且针对当时既不能由主席裁决，也不能投票表决的实际情况，灵机一动，巧妙地运用了国际会议的惯例，使筹备会上的邀请前苏联问题和提交首脑会议讨论问题，因“没有达成一致”的原因而最终不能列入首脑会议议程，实施了反对前苏联参加亚洲会议的原则。



### 成功导航

1. 随机应变往往是指人际交往中对己不利时而采取的方法，目的是趋利避害，掌握主动。这条原则已被屡次证明十分有效。

2. 事变的发生，往往如迅雷惊电一般，快得令人措手不及，如果不是平常就修养已久，很少有不茫然惊惶的，一点小事就会闹到不可收拾。

3. 随机应变不仅可以平息事态，保全自身，而且往往能变被动为主动，使事情向有利于自己的方面转化。

4. 现实生活中我们更应该学会随机应变，因为生活中有许多令我们难堪窘迫的地方。

5. 有人故意羞辱你时，你可以采用比较激烈的方法。有时，你必须使这种羞辱立即停止下来。

6. 有了良好的随机应变的能力你就可以在人际交往中视不同情况而采取不同的处世方法。这样才能既维持良好的人际关系，又能保护自己的正当利益。