

小事成就大事，细节成就完美



• 关注细节的习惯，决定了不同的人具有不同的命运
• 拥有海阔天空的心境和虚怀若谷的胸怀，自信达观地笑对人生

细节做事 宽心做人

做事时须重细节，做人时则须宽心
在细节中寻求事业成功，于宽心处看淡成败得失

XIJIE ZUOSHI KUANXIN ZUOREN

秦泉

— 主编 —

汕头大学出版社

ISBN 978-7-2628-2422-7

ISBN 978-7-2628-2422-7

ISBN 978-7-2628-2422-7

ISBN 978-7-2628-2422-7



细节做事 宽心做人

XIJIE ZUOSH

KUANXIN ZUOREN

秦泉 ◎ 主编

汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

细节做事 宽心做人 / 秦泉主编. -- 汕头: 汕头大学出版社, 2016.6

ISBN 978-7-5658-2422-7

I. ①细… II. ①秦… 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(2016)第 042826 号

细节做事 宽心做人

XIJIEZUOSHI KUANXINZUOREN

主 编: 秦 泉

责任编辑: 邹 峰

责任技编: 黄东生

装帧设计: 松雪图文 王 进

印刷监制: 高 峰 苏画眉

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路 243 号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 27.5

字 数: 705 千字

版 次: 2016 年 6 月第 1 版

印 次: 2016 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 59.00 元

ISBN 978-7-5658-2422-7

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室 邮政编码/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

前言

...

做人做事是亘古不变的主题,一个人做人做事的态度往往决定着他的命运。面对纷纷扰扰的人和事,究竟怎样做人、怎样做事,是每个人不得不关注的。在这本书里,我们提倡细节做事、宽心做人。

老子说过:“天下难事,必作于易;天下大事,必作于细。”一个人要想建功立业,就要从平平常常、实实在在的细节做起,正所谓“千里之行,始于足下”。决定人一生命运的往往是一些看似无关紧要的细节,而这些细节体现的恰恰是一个人的教养、人格、胸襟和能力。“小事成就大事,细节成就完美”,任何一件事,哪怕是天大的事,都是由一个个小细节组成的,只有做好每一处细节,才可能取得成功。对于追求成功的人来说,轰轰烈烈的成功时刻往往是短短的一瞬间,而默默地埋头于细节却贯穿于人生的整个过程。

我们处在一个快节奏的时代,面临着社会、工作、生活、家庭多重压力,不可避免地会碰到这样或那样的烦恼。有的人为事业中遇到的挫折而烦恼,有的人为生活家庭的不幸而烦恼,有的人为高朋满座的喧嚣而烦恼,有的人为忙忙碌碌的奔波而烦恼,有的人为生活工作的无聊而烦恼,有的人为市侩烦琐的礼仪而烦恼,有的人为隔阂冷漠的交际而烦恼,还有的人为希望落空而烦恼,或为恨而烦恼,为烦恼而烦恼。无论烦恼源于什么事、什么原因,不妨让我们用宽心的智慧为心灵松绑,使自己的心灵真正从烦恼的深渊中摆脱出来,获得安宁。只要心态调整好了,把心放宽了,想要做到宽心并没有你想象的那么难,更重要的是我们要想想宽心做人所带来的幸福和美好,就更加有信心放宽心胸,宽心做人。一个人有了海阔天空的心境和虚怀若谷的胸怀,就能自信达观地笑对人生的种种困难和逆境,并从中解脱出来,视世间的千般烦恼、万种忧愁如过眼烟云,不为功名利禄所缚,不为得失荣辱所累。

《细节做事 宽心做人》分为上下两篇。上篇围绕细节做事,从形象、礼仪、谈吐等诸多方面展开了全面而细致的分析,力图为读者展示细节决定人生的详细脉络;下篇围绕宽心做人,从调控情绪,学会自助、自救、自信、自强等方面帮助读者树立积极向上的心态。

记住别人的名字

优化细节,促进人际交往

不要过于看重自己

感情投资,收获多多

目录

✧ 上篇 ✧

第一章 成功有奥秘,细节是关键	2
细节之处见真章	2
细节体现能力	3
细节是一种责任	4
细节创造奇迹	7
成功源于细节	9
留心细节,一切皆有可能	10
不要迟疑,绝不拖延	11
抓住现在,把握人生	12
第二章 放眼高远 着手细节	14
关注细节,注定成功	14
细节至上,臻于成功	14
关注细节,知识转化为能力	15
注重细节,把事情做得有条不紊	17
规划人生不能忽略细节	18
细节让我们抓住特别之处	19
用细节征服别人	20
责任体现在细节之处	21
关注细节,走向成功	22
第三章 优化细节,促进人际交往	24
记住别人的名字	24
优化细节,促进人际交往	25
不要过于看重自己	26
感情投资,收获多多	27

低姿态与人交往	27
建立自己的人脉网络	28
细心揣摩,曲线成功	29
善于创造机会,开拓个人视野	30
细心为他人着想	31
拜访先预约,免得太仓促	32
要守时,也不要太早赶到	33
进入会客室的礼节	35
与主人畅谈,不要打搅邻里	35
道别时的细节	36
乐于倾听,获得信任	37
从对方说话内容判断对方的想法	38
第四章 委婉拒绝,风度尽在细节之中	39
为拒绝加上条件	39
将错就错	40
学会拒绝上司	41
理由充分,委婉拒绝	41
与故意挑衅的人针锋相对	42
充分占据心理优势	43
积极替对方出主意想办法	44
入情入理威慑对方	44
拒绝的技巧	45
善意的谎言	46
答非所问,警醒对方	46
顾左右而言他,转移注意力	47
从对方的利益出发	48
第五章 有效说服,细节之处显功夫	49
抓住对方关键人物	49
顺着对方的心思说话	50
无论怎样,听对方讲完	51
启发式问答,让对方做肯定回答	52
理解对方的想法,更利于沟通	53
看对人,说对话	54
婉转地指出对方的错误	55
掌握移花接木的技巧	56
避开别人忌讳的话题	56
用身份影响对方	57
声东击西,乘虚而入	58
红黑脸都要有	59

打一巴掌揉三揉	60
借力打力更容易成功	61
保持语言攻势	62
以逸代劳,避其锐气	63
不亢不卑,适时反击	64
做个有主见的人	65
具体情况,具体分析	66
第六章 把握机遇,留心细节	68
从细节入手,认真分析形势	68
靠细节表现自己	68
做最充分的准备,抓住机遇	69
从细节中赢得机遇	70
机遇来自勤奋	71
细心钻研,也能成功	72
拾起别人扔掉的机会	73
为自己创造机遇	75
拥有信心,促进成功	76
机遇之手在召唤	77
广撒网,细求证,终成功	77
细心研究失利原因,努力改变命运	78
专注于任何一个细节	79
坚持梦想,留心机遇	79
细心成就灵感	81
第七章 积累财富,源于细节	83
精打细算,理财重细节	83
心情不好时,花钱最没谱儿	84
砍价的技巧	85
把理财作为习惯	86
商家的圈套	88
注意细节少花钱	89
组合投资,规避风险	90
需求成就财富	91
追求细节,不乱花一分钱	92
细心发现,变废为宝	93
换一种方式,离成功更近	94
效益源于细节	96
理财中的细节	97
请注意,普通人也要理财	98
灵活掌握,细心经营	99

细心探路,步步为营	99
第八章 选择另一半,细节决定成功	101
打造细节,增加吸引力	101
懂得付出	102
走出误区,外貌不应是第一标准	103
用赞美温暖爱情	104
适时推进,尽早名正言顺	106
怎样让对方迷恋你	107
了解对方的优缺点	108
选择正确的机会和对象	110
拒绝求爱者最好委婉些	111
保持魅力的细节	112
细心观察,看清你爱的人	113
邀请女孩儿要干脆果断	114
男人表白的技巧	115
选择女友,更加需要细心	116
制造浪漫,俘获芳心	117
第九章 把握幸福,爱藏于细节	120
爱情的保鲜秘诀	120
以昵称称呼,甜蜜温馨	121
小别胜新婚确实有道理	122
热情是生命的原动力	123
给对方讲爱情故事	125
微笑是最好的通行证	126
记住重要节日	127
幽默是一朵怒放的玫瑰	128
谦逊更显睿智	130
婚姻是事业的基础	131
夫唱妇随,举案齐眉	132
认清自己的爱	133
要有自己的秘密	134
不要忽略爱的关心	136
主动为对方做事并给彼此适当空间	137
细节打造夫妻间的吸引力	139
工作有烦恼,家庭更重要	140
常与朋友保持沟通	142
认可他人的价值	145
羞涩的女人是一朵诱人的玫瑰	146
浪漫是家庭和谐的遮阴伞	146

善于制造愉快的谈话气氛	147
情人节的行动	149
第十章 步步高升,细节决定前途	151
新员工要注意的细节	151
秀出自己	152
争取机会,在老板面前脱颖而出	153
给自己做好宣传工作	155
如何提升自己	156
抓住细节,了解你的上司	157
给自己充电,不被职场落下	162
把握好培训的机会	165
重视能力,更要人品	167
汇报工作注意细节	168
遵守公司规定,展示严谨自我	170
不抱怨,调整好心态	172
学会任劳任怨	173
提高自己的能力	174
抓住机遇,获得晋升	176
避免晋升路上的“败招”	177
选拔人才,内部优先	179
办公室“四不要”	181
善待自己的工作,善待周围的人	182
第十一章 卓越管理,细处着手是关键	184
授权要谨慎	184
纪律严明	185
唤起岗位荣誉感	186
为别人多多考虑,体现人性化	186
学会知人善任	188
考查下属要注意细节	188
仔细考查继任者	189
言辞一定要得当	189
学会换位思考	190
不拉帮结派	191
适当地沟通	192
对下属批评要适度	192
平等是基础,清高则孤立	193
勇于负责,树立威信	194
表扬下属是门学问	195
批评下属,注意细节	197

平心静气,批评有度	198
温馨的话语鼓舞人心	199
用人不疑,疑人不用	201
避免争辩,避免树敌	202
量才而用,资源优化	203
增强感召力	204
让别人从心底里佩服你	205

✧ 下篇 ✧

第一章 心有多宽,路就多宽	208
把心放宽,机会自然来	208
豁达心宽福自来	209
拥有豁达的态度,才有宽松的生活	210
宽心才能心宽,心宽才能聚才	213
懂得宽心的人凡事从好处想	215
将心放宽	216
放宽心对待第一份工作	218
要做就做一个大写的“人”	219
心宽一些,嫉恨少一些	220
宽心让人更幸福	221
宽心是一种心境	222
大肚能容,容天下难容之事	225
第二章 融入环境,学会适应	227
生活并不总是公平的	227
适者才能生存	228
无法改变就要学会适应	230
做人要有点承受力	231
这并不是最棘手的问题	233
敢于正视自己的缺陷	234
学会慢慢地等待	236
消除多余的忧虑	237
任何磨砺都是有益的	239
从“过去”走出来	240
第三章 积极乐观,笑对人生	243
改变心情,生活更阳光	243
真正的快乐源于活得潇洒	244

快乐是人生最重要的事	245
在逆境中微笑	247
幸与不幸是由自己决定的	248
把微笑洒满人间	249
从生活中品味快乐	251
将苦楚掩埋在微笑之下	251
乐观的人,生活充满幸福的阳光	252
不要让生活的烦恼羁绊快乐的脚步	254
把情绪调到快乐频道	255
拥有快乐的童心	256
第四章 心平气和,从容面对	258
愤怒容易摧残自身的心灵	258
收起硝烟,拿出风度	259
与其抱怨不如改变	260
以坦荡胸襟面对生活的不平	261
沉默比发牢骚更有用	262
拥有一颗平和的心	263
不要让坏心情因小失大	264
什么事都不值得生气	266
愤怒的时候不要做任何决定	267
抱怨只会带来烦恼	268
坦然面对人生的风雨	270
不要因他人的愚弄而冲动	271
有话要好好说	272
压力越大,“气”越多	273
让幸福远离生气	274
第五章 珍惜已有,知足常乐	276
止于至善,知足常乐	276
懂得知足,幸福就在当下	277
珍惜已经拥有的,你才会幸福	279
珍惜活着的时间	280
不求做到最好,但求做得更好	281
幸福就在自己身边	283
与其艳羡别人,不如珍惜自己的生活	284
知足才能享受生活的快乐	284
索取越少,得到越多	285
知足的人能够快乐一生	287
守候心中的那份满足	289
温饱无虑便是幸事	290

不要盲目地追求物质享受	291
抛却贪婪,只看已拥有	292
第六章 人无完人,善待自己	294
你天生就是来成就自己的	294
打消自我怀疑的念头	295
信心是获取成功的内在力量	296
接纳自己,给自己一份信心	298
发现自己,不要妄自菲薄	301
最能依靠的人是你自己	302
逃避不能解决问题	304
自嘲是一种人生的艺术	306
宽容自己曾经的错	307
原谅自己,让自己更快乐	309
不要拿过去的错误惩罚自己	311
学会欣赏自己的不完美	311
运气更青睐于善待自己的人	313
别把自己闷死在牛角尖里	315
不必纠结那些不如意	316
扔掉你的自卑	317
不必因小差错而指责自己	318
工作中难免会有失误	319
第七章 学会放松,人生轻松	321
放松并快乐着	321
不要杞人忧天	322
把令你沮丧的事放下	324
别让自己活得太累	324
识破假想的压力	326
追求简单的生活	327
给自己的心灵洗个澡	329
松弛身心,减轻压力	329
最简单的快乐之道	330
选择适合自己的包袱	331
如何把压力变动力	332
别让压力压倒自己	333
第八章 随遇而安,豁达淡然	335
不管发生什么,用平静的心态对待生活	335
心无所往,不要被名利所困	336
宠辱不惊,让自己从容一点	340
别太精明,工于心计是最大的愚蠢	342

坦然一点,把自己看得笨拙些	344
丢掉烦琐,拥有更大的生存空间	345
摘下面具,保持自己的个性	348
淡然恬静,简单是一种生活态度	349
远离复杂,过自己想过的生活	350
平静是福,甘于平淡的生活	352
胜在不争,远离争名夺利的漩涡	354
自重自爱,不要趋炎附势	355
想开一点,不要闷闷不乐	357
随遇而安,让你在安宁中享受人生	358
忙得团团转不如顺其自然	359
无法左右人生,那就试着去接受	360
顺其自然,保持一颗平常心	361
第九章 学会舍得,懂得放弃	363
学会选择,懂得放弃	363
适可而止,知难而退	364
放弃是一种境界	365
学会认输	367
该放手时且放手	369
学会接受“失去”	371
两害相权取其轻	373
拿得起,放得下	376
人生应该有进有退	378
明智的放弃胜于盲目的执着	380
第十章 予人玫瑰,手留余香	381
左手付出爱,右手收获爱	381
给别人一颗心,收获一份情	382
拯救别人,就是拯救自己	382
要想得到帮助,就先帮助别人	383
自私只会让心灵的后花园更加荒芜	385
给人方便,自己方便	386
多为别人着想	387
利人者,人人利之	388
助人,最终受益的是自己	389
“兄弟”亲如一家	390
用感恩传递爱	391
第十一章 海纳百川,有容乃大	394
忘记该忘记的,铭记该铭记的	394
宽容能消融心中的寒冰	395

大度才能成就伟业	396
敢于为你的对手叫好	397
包容能成就自己的幸福	399
多一分宽容,少一个敌人	400
有容人之量,能用人之才	402
为人处世要有大气量	404
容人之过方显大度本色	406
包容的气度在于不生气	407
朋友不可能有求必应,别太勉强	408
不要计较别人的过错	409
站在别人的立场思考	410
换位思考才能良好沟通	411
第十二章 淡泊名利,无欲则刚	414
无欲无求得心安	414
贪婪是白骨精	415
享受平凡的生活	416
名利只是生命中的尘土	417
保持淡然的心境	418
淡泊名利才能活得从容	419
应以淡泊之心处世	420
将虚荣赶出你的内心	421
追逐平淡的幸福	422
不要让欲望蔓延	423
做个淡泊明志的人	424
对欲望不拒不贪	426

上篇

上篇

✧ 第一章 ✧

成功有奥秘,细节是关键

◎ 细节之处见真章 ◎

不论是在生活中还是工作中,要想做得更好,就必须要有—双细心观察的眼睛,要学会把握细节。一个人要想创造更大的价值,取得更大的成就,心思一定要缜密,从细节做起,从点滴做起,以认真负责的态度,细心地做好每一件小事,把握住每一个细节。

曾经有一个很不负责任的医生,做事情总是马马虎虎,粗心大意。有一次做完手术缝合伤口以后才发现,自己将一把剪刀遗落在了病人的身体内,当然,这名马马虎虎的医生后来受到了严肃的处理。那么,我们到底如何培养认真、细致、负责的习惯呢?这个问题也成为英国一所医学院的舍来恩教授所一直思考的问题。

在实验课中,舍来恩教授经常发现这样的情况:有很多学生都不注重观察问题的细节。舍来恩教授认为,作为一名医生,除了应该具有博大精深的专业知识、过硬的技术以外,还应当具备细致入微的观察能力,平时要多问问自己对必须理解、明确的现象是否看清楚了,是否想明白了。每一件小事都要做好,每一个细节问题都要观察到、处理好。否则,即使自己的技术技能再高超、再过硬,也会因为观察不仔细而做出错误的、不准确的判断。要知道,一名医生做出错误的、不准确的判断,其后果是不堪设想的。

一天,又轮到舍来恩教授上实验课。他端着一个透明的大杯子走进了实验教室,里面盛满了黄色的液体。同学们都好奇地看着老师手中的那个大杯子,不知道这节课和这个大杯子有什么关系,杯子里的液体又有什么作用。

舍来恩教授在同学们惊异的目光中走上了讲台,把杯子放在讲台的桌子上,平静地对同学们说:“这个大杯子里面盛的是尿液。作为一名挽救人生命的医生,一丝不苟、认真负责的专业精神是我们的基本素质。现在,你们看我做示范,然后大家都挨个儿过来试一试。”

说完,舍来恩教授将自己的一只手指伸进了大杯子里—蘸,然后居然放在自己的嘴里舔了一下。做完这个动作,他平静地看着一个个都惊呆了的学生,说道:“好的,现在呢,你们就要按照刚才我那样做,挨个儿来试试,谁也不能逃避。”大家皱着眉头,很犹豫、很难为

情地你看着我,我看着你,谁也不情愿这样做。

这个时候,有一个同学自告奋勇地走上讲台,非常激动地说道:“我愿意为医学献身,这小小的尿液又算得了什么呢!”说完这番话之后,他就将自己的食指伸进杯子里一蘸,然后再把这个手指放在自己的嘴里去舔,脸上露出了痛苦的神情。后面的同学们想,既然我们的老师都这样做了,还有一个同学也都这样做了,自己为何不能呢,也去试试吧。他们极力保持着镇静而从容的神情,鼓足勇气都试了一遍,结果一个个都像第一个同学那样,脸上露出了痛苦的神情,然后又都十分尴尬地回到了自己的座位上。

舍来恩教授看着学生一一上来,演示完这个动作,叹息着摇摇头,然后非常严肃地说道:“你们都是很有勇气、很有献身精神的孩子,但是,你们却忽视了一个非常重要的细节,正是这一个细节,使你们功亏一篑,使你们痛苦、难为情。你们都没有发现,我伸进这个大杯子里的是食指,可是我放进嘴里舔的却是中指啊。在今后的工作和生活中,你们一定要记住这个深刻的教训,从今以后一定要注意观察事物的细节。我们作为救死扶伤的医务工作者,一点点的疏忽都可能会造成病人的生命危险,所以容不得一点点的马虎啊。”舍来恩教授语重心长的话,引起学生一片雷鸣般的掌声。

的确是这样,细微之处见真章,于无声处听惊雷。其实,生活对于我们每一个人都是公平的,都是公正的。生活真的给我们每一个人相同的阳光、空气、花香和雨露,当然它也会隐藏一些重要的信息,美好的机遇往往就存在于这些毫不起眼儿的、微小的细节当中。这些蕴含成功机遇的细节等待那些细心之人来发现,这个时候就看你能不能比别人更细心了。

◎ 细节体现能力 ◎

人们常说:“能力决定高度。”要想达到生命的高度,取得一定的成功,就必须在生活中练就超强的能力,就一定要具有一双能够发现别人注意不到的细节的慧眼。而这慧眼的练就 need 经历一个长期的过程,需要生活的不断沉淀与积累,需要在生活中对于任何事物都有一份细致观察的心。因为对于一个普通人来讲,你无法在短时间内拥有智者那样敏锐的目光。所以,唯有不断积累、沉淀。

宋朝的时候,有一个非常有才华的大画家米芾。才华横溢的米芾和黄庭坚、苏轼、蔡京并称为“苏黄米蔡”。他爱收集古画,有时候为了得到心仪的作品,会采取各种手段和方式,很多时候其手段和方式实在是令人匪夷所思。他平时喜欢在汴梁城闲逛,只要发现有字画摊位或者店铺,他总是立即上前细细观赏,有的时候还会要求卖画者让他把画带回去看看。卖画者一来觉得他是当朝的名臣,二来也知道他在书画界的名气,所以总是很放心地把画交给他,让他带回家去。米芾真的是对书画爱不释手,总是连夜复制一幅极为类似的假画,第二天就将复制的假画还去,而真迹则留在自己的府上。由于他具有非常高超的临摹技巧,而且个人在书画上功力非常深厚,那假画的确可以乱真,所以在得到不少名人真迹的同时,他并没有被人看出破绽。

一日,当他又用复制的方法将自己临摹的一幅假画还给人家时,这家主人却说了一句:“米大人且莫跟小人开玩笑啊,请将真画还给我吧!”米芾不禁大惊,假装糊涂地问道:“您这是什么意思?”那人回答:“我的画上一个非常可爱的小牧童,那个可爱的小牧童的眼