



悟透做人之道，通晓世界上这重要一课
把握处世分寸，享受人生的顺畅与如意

BIERANG BUHUI ZUOREN HAILENI

别让不会做人 害了你

你对人生有几分感悟，人生便赋予你几分收获

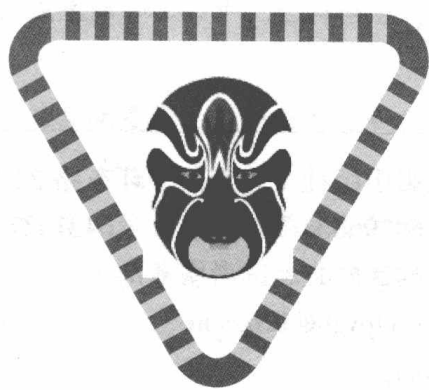


迟双明 © 编著

一个人不管有多聪明、多能干，背景条件有多好，都必须学会做人，
否则便是一个致命性的缺陷。

CFP 中国电影出版社

别让不会做人 害了你



迟双明 © 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

别让不会做人害了你 / 迟双明编著. — 北京: 中国电影出版社, 2017.2

ISBN 978-7-106-04582-1

I . ①别… II . ①迟… 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 (2016) 第 257351 号

责任编辑: 纵华跃

封面设计: 元明设计

版式设计: 范磊

责任校对: 蔡践

责任印制: 庞敬峰

别让不会做人害了你

迟双明 编著

出版发行: 中国电影出版社 (北京北三环东路 22 号) 邮编 100013

电话: 64296664 (总编室) 64216278 (发行部)

64296742 (读者服务部)

E-mail: cfpygb@126.com

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市祥达印刷包装有限公司

版 次: 2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月第 1 次印刷

规 格: 开本 / 710 × 1000 毫米 1/16

印张 / 15 字数 / 200 千字

书 号: ISBN 978-7-106-04582-1 / B. 0104

定 价: 32.80 元

前言

Preface

做人，表面上看来似乎是一件非常简单的事情，谁不会呢？可是，事实却并非如此。现实社会中，有的人无论到哪里都能够赢得别人的尊敬与喜爱，而有的人却处处遭到别人的厌弃和冷言冷语。如果你能够透过现象看到隐藏于后的本质，就会发现做人的确是一门大学问。

一个人最大的成功，也正是做人的成功。只有做人成功，才算得上是真正意义上的成功。一个人不管他具备多么好的条件，如果他不懂得如何做人的话，那么，在生活 and 工作中，他将会遇到各种各样的障碍，甚至是寸步难行。

这里所说的做人，其实就是指要处理好自己与他人以及社会之间的关系。

一个不会做人的人，是无法控制自己的脾气的人。他们往往因为一点小事就大动肝火，暴跳如雷，导致别人都不敢再与之接触。结果，他们的不冷静不仅伤害了别人，也伤害了自己。

一个不会做人的人，过于妄自尊大，目空一切。在他们看来，自己是这个世界上最聪明、能力最强的人，没有人能够超越自己。由于狂妄自大，他们听不进别人的意见，趾高气昂，好为人师……到最后，却害苦了自己。

一个不会做人的人，常常口无遮拦。他们不顾说话的场合、时间与对象，想到什么就说什么，结果得罪人了还不知道。

一个不会做人的人，总是宽以待己、苛以待人。别人犯了一点小错误、小毛病，他都要紧紧揪住不放，但是对于自己的缺点和错误却总是



视而不见。这样的人，谁会愿意与他相处呢？

一个不会做人的人，把利益看得高于一切。为了追逐利益，他们甚至不惜出卖朋友、过河拆桥、落井下石……这样的人，一开始追逐着利益而去，最后的结果却是空手而归，甚至落得众叛亲离的下场。

不会做人，人生处处不顺，而如果能够通晓做人的道理，就能够心想事成，走上顺遂的人生道路。因此，我们一定要掌握做人的道理，做一个低调、宽容、会妥协、懂得装糊涂、谙熟人情世故的人。

做人要低调，因为为人低调者，可以免去别人的嫉妒与忌恨，能够安心追求自己的理想，不被世俗所累；做人要学会装糊涂，纵观古今中外，那些能够真正享受人生、获得成功的人，大都是精通并能够自觉恪守和运用糊涂之道的人；做人要宽容，因为一个宽容、体谅别人的人，很少会被人情关系所牵绊；做人要妥协，与其与别人争执个不休，伤了彼此的和气，还不如退一步，赢得一份友谊呢；做人要学会自我保护，因为只有在与人为善的前提下，学会保护自己，才能够在这个世界上平安生活……

一个人的命运是由自己来掌握的，而命运究竟如何，则与是否会做人有很大关系。不会做人，即使拥有了很多成功的因素，他的命运也会充满坎坷；会做人，即使人生道路上充满了种种不利于己的因素，也会被他轻松扫除，拥有让人羡慕的人生。所以，人生在世，还是掌握一些做人的道理吧，千万不要让不会做人害了你！

本书先从反面论述了不会做人可能会给人生带来的危害，让人意识到掌握做人的道理的重要性。另外，又从正面论述了学会做人会给人生带来的好处，指导人们如何为人处世。理论翔实，事例生动，相信一定会在如何为人处世方面带给读者一定的启发。

别让不会做人害了你

成功与失败 } 决定性因素 → 你是否会做人
人际关系的亲疏 }

关键原因 → 懂得为人处世的艺术

做人 ↔ 学问

一个人最大的成功，是做人的成功。只有做人成功，才算得上是真正意义上的成功。如果不懂得如何做人的话，那么，在生活和工作中，必将会遇到各种各样的障碍，甚至是寸步难行。



成功者曾这样总结：“通晓做人的道理便能心想事成”；

失败者则这样归纳：“不会做人真害人一生”。

注意：善于控制自己的脾气，坦荡与低调做人。

目录

Contents



上篇

不会做人，人生之路充满荆棘

第一章 做人是一门大学问，不会做人毁一生

人生在世，千万别不会做人 / 4

做人最重要的是一个“心”字 / 7

不会为人处世，人生寸步难行 / 10

第二章 控制不住脾气的人，将会悔恨终生

愤怒是个炸药桶，能焚烧一切美好 / 16

没有人愿意与一个整天抱怨的人相处 / 19

把情绪都写在脸上，让别人怎么接近你 / 22

为小事大动肝火，难免会摔跟头 / 25

第三章 自以为是讨人厌，狂傲自大易招灾

不听别人的意见，早晚要吃亏 / 30

妄自尊大是失败祸根，毁人于无形 / 32



好为人师，反而会让人轻视你 / 35

做人太张扬，人生必定坎坷 / 38

骄傲自大遭人妒，不是为人之道 / 41

趾高气昂不能表现强势，反而会失掉威信 / 44

第四章

语言是一把双刃剑，口无遮拦伤人伤己

把话说得太满会让自己没有退路 / 48

无法替别人保守秘密，也就不能赢得别人的信任 / 51

交浅就不要言深，小心授人把柄 / 54

背后嚼舌根，失败之祸根 / 57

你的“率直”有时会害了你 / 61

在失意人面前谈论得意之事，容易遭人忌恨 / 64

第五章

戴上虚伪的面具，也就阻断了真诚的交流

做人最忌讳的就是阳奉阴违 / 70

没有人愿意帮助不守诚信的人 / 72

做人太虚伪，最终受害的是自己 / 74

第六章

对人太苛刻，等于把自己逼上绝境

没有人是完美的，苛责别人会让自己陷入困境 / 78

计较伤人心，量小失众友 / 81

对与你合不来的人，也不可采取敌对态度 / 84

可以批评，但过于严厉的批评会引起别人的不满 / 87

第七章

唯利是图之人，最终会无利可图

为了利益去攻击别人，最终会得不偿失 / 92



在竞争中“你死我活”，结果必然“两败俱伤” / 95

没有人愿意与自私冷漠的人交往 / 97

见利忘义太可耻，会让你无法在社会上立足 / 100

想独占利益，反而会损害自身原有利益 / 102

第八章 做人太势利，人生会很可悲

过河拆桥等于自断后路 / 106

落井下石会让对手对你怀恨在心 / 108

趋炎附势，最后反会害了自己 / 110

以相貌论人，容易交错人 / 113

轻视小人物，可能就错过了人生中的“贵人” / 116

下篇

学会做人，人生处处有春风

第九章 在现实中处世，在人情中做人

平时多联系，落魄时才会有人帮 / 122

无论和谁打交道，以礼相待总不会错 / 124

向处于困境中人伸出援助之手，他会更感激你 / 127

蛋糕分着吃更香，会分享的人更得人心 / 129

礼多人不怪，会送礼更会做人 / 132



第十章 揣着明白装痴傻，傻人自有傻人福

要做就做装傻的聪明人，千万别做装聪明的傻子 / 136

别当面纠人错误，小心别人反击 / 139

小事上糊涂，大事上一定要精明 / 141

不钻牛角尖，该变通时就变通 / 144

睁一只眼处世，闭一只眼交友 / 147

第十一章 离固执远一点，离幸福近一点

做人要能吃亏，吃亏即是占便宜 / 152

懂得委曲求全，才能在职场如鱼得水 / 155

不要争一时长短，好汉也要吃得眼前亏 / 158

别只顾自己的利益，合作才能共赢 / 160

破镜不能重圆，且行且珍惜 / 163

交朋友不要怕吃亏，会吃亏的人才能交到真朋友 / 166

第十二章 心里多一分宽容，人生少一分阻碍

以责人之心责己，以恕己之心恕人 / 170

冤冤相报何时了，只有宽恕才能制止报复 / 172

远亲不如近邻，相互理解才能友好相处 / 174

爱到极致是宽容，不如再给他一次机会 / 177

第十三章 锋芒毕露非好事，低调内敛真英雄

枪打出头鸟，要懂得掩藏自己 / 180

做人不要太完美，适当暴露自己的缺点 / 182

做人要平易近人，才能赢得民心 / 185



谦虚的人更能赢得别人的尊重 / 187

第十四章 舍是一种风度，得是一种智慧

得失并非绝对，失去有时是另一种得到 / 192

舍得小利，才能钓得大鱼 / 194

功成就要及时身退，小心“兔死狗烹” / 198

缘分来时要珍惜，缘分尽时莫强求 / 201

放得下才能拿得起，拿得起也要放得下 / 203

第十五章 知足之人心常惬，无求之人品自高

你背不起那么大的负荷，随时清空一下自己的心灵 / 206

多看自己拥有的，少看自己没有的 / 209

你不是人民币，别奢望让每个人都喜欢你 / 212

第十六章 处世少点书生气，做人多点提防心

害人之心不可有，防人之心不可无 / 216

宁得罪君子，不得罪小人 / 219

天下没有免费的午餐，小心落入别人的陷阱 / 222

欺软怕硬是人性弱点，不做“软柿子”才能从容生活 / 224

参考文献 / 227

上 篇

不会做人， 人生之路充满荆棘

- 第一章 做人是一门大学问，不会做人毁一生
- 第二章 控制不住脾气的人，将会悔恨终生
- 第三章 自以为是讨人厌，狂傲自大易招灾
- 第四章 语言是一把双刃剑，口无遮拦伤人伤己
- 第五章 戴上虚伪的面具，也就阻断了真诚的交流
- 第六章 对人太苛刻，等于把自己逼上绝境
- 第七章 唯利是图之人，最终会无利可图
- 第八章 做人太势利，人生会很可悲

第一章

做人是一门大学问， 不会做人毁一生

做事先做人，这是自古不变的道理。一个人不管多聪明，多能干，也不管有多好的背景条件，如果不懂得做人，那么，他的人生道路将会充满坎坷。



人生在世，千万别不会做人

路是脚踏出来的，历史是人写出来的。人的每一步行动都在书写自己的历史。

——吉鸿昌

俗话说：“世上难事千千万，最难还是做人难。”正因为如此，有人说，只有做人成功，才是真正意义上的成功，也只有做人成功才能算是人生的真正成功。

都说做人单纯一点好，的确，淡然一点，随性一点，生活有时候会更轻松、更惬意。但是，单纯并不意味着就要远离人情世故，也不是不食人间烟火。“人”这个字，一撇一捺，再简单不过，但是世界上的很多事情都是人做出来的，有人所在的地方，就有江湖，就免不了人情世故。所以，人生在世，千万别不会做人。

著名的星云大师有一位徒弟，这位弟子台大毕业之后，到夏威夷去读了硕士，毕业后又来到耶鲁读了博士。经过多年奋斗，他终于如愿以偿地得到了博士学位，心里自然非常高兴。

这位弟子学成归来，突然感觉自己失去了人生的目标，不知道该干什么了。于是，一天，他来到星云大师跟前，问道：“师父，我现在得到博



士学位了，以后要再学习什么呢？”

星云大师告诉他：“学习做人。”

在星云大师看来，学习做人是一辈子的事情，是没有办法毕业的。一个人，不管是为官经商，还是种地打工，各色人等，都必须不断从生活中学习和领悟做人的道理，并以之作为人生的指引，才能达到人生的目标。

做人是一门非常高深的学问，想要做一个成功的人确实很难，有时候一步踏错，就很可能为自己带来很多的困难甚至是磨难。比如，在工作单位里，适当隐藏自己的光芒，你会与同事相处融洽，而锋芒毕露却会为你招来别人的记恨；比如，你对某人某事某问题有看法，巧妙暗示会赢得别人的尊敬，而直接说出来很可能会得罪人；再比如，有人请求你帮忙做一件很难的事情，而委婉说“不”，不仅可以拒绝别人的不合理要求，还不至于伤害别人的颜面，而直接拒绝会损伤别人颜面，让别人恼恨你……生活中，我们随时随地都要面对这类的难题，要处理好这些问题并不是一件容易的事情，它考验的是一个人做人的智慧。

人类社会是由人情编织出来的一张网，每个人都不可能离开别人而生存，即使是在荒无人烟的小岛上生活了几十年的鲁滨孙，也没有彻底与外界隔绝，他穿的衣服、吃的食物、用的工具，哪一样不是他所来自的人类社会提供的呢？还有陪伴他的“星期五”，就更不用说了。没有人能够在这个世界上独活，只有学会如何与人打交道，你成全我，我成全你，才能在人情社会中安身立命，“我们”也才能更好地生活下去。

正所谓“我为人人，人人为我”，这是一种最理想的境界。“我为人人”，就是在往你的人脉银行里储蓄人情，当你需要帮助的时候，才能够有东西可以支取，从而“人人为我”。但是，有些人不懂



得这个道理，他们不以诚待人，为一点蝇头小利斤斤计较，一点小亏也吃不得；无法控制好自己的脾气，动不动就向人大发脾气；狂傲自大、口无遮拦；还长了一副势利眼，处处拜高踩低……这样的人，短时间内或许不会遇到什么危机，但是时间久了，终会在社会上无法立足。

一撇是扬，一捺是抑；一撇是阳，一捺是阴；一撇是进，一捺是退……做人的艺术，全在这一撇一捺中。一个看似简简单单的“人”，却包含着许多做人的大道理。要想做一个简单的人，就必须明白一撇一捺的道理。

要想做一个成功的“人”，成为受人欢迎与爱戴的人，要想在社会上如鱼得水，如沐春风，就要学着做一个懂宽容、会妥协、低调而又知足的人。试想，一个在你有权有势的时候，围着你团团转，但当你离职了无权无势了，却再也看不到他身影的人，怎么能得到别人的喜欢与信任？而一个人，当别人做错了事情，或伤害到你的时候，懂得站在别人的立场去思考问题，懂得原谅；当与人深陷利益纷争中时，并不只顾自己的利益，而是懂得妥协……这样的人，又怎不会获得别人的尊重，拥有一个好人缘？生活怎么能不风顺水顺？

生活中，每个人都必须要懂得一些做人的道理，在人情世故中奔波，这是无法改变的现实，我们逃避不了。为了能够在复杂的人性丛林中生存下来，并且生存得更好，我们只有让自己成熟起来。在日常生活中，如果我们能够留心观察，积极地从生活中去获得感悟，要懂得一些人情世故，掌握一些处世之道，并非是一件不可能的事情。

一个人生活得如何，与他会不会做人有很大关系。一个会做人，能够恰当处理人情世故的人，会少走很多弯路，少吃很多亏。