

RENSHENG GAOQIDIAN ZHUOYUE



RENSHENG SUZHI PEIYANG WENKU

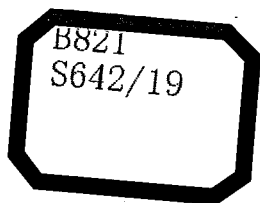
ZHANG KAI
CHENGGONG SHUANGYI



张开成功双翼

舒天 孙思忠 / 主编

河南大学出版社



人生高起点：

卓越人生素质培养文库

舒天 孙思忠 主编

张开成功双翼

姚秋华 编著

河南大学出版社

责任编辑：杨钧

图书在版编目 (CIP) 数据

人生高起点：卓越人生素质培养文库/舒天，孙思忠主编
——开封：河南大学出版社，2004.4

ISBN 7-81018-470-9

I. 人… II. ①舒… ②孙… III. 人生哲学—青少年读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 013765 号

人生高起点：卓越人生素质培养文库

出版：河南大学出版社

发行：各地新华书店

印刷：北京华创印务有限公司

开本：850×1168 32 开

印张：189 字数：3360 千字

版次：2005 年 12 月第 2 版

印次：2005 年 12 月第 1 次印刷

书号：ISBN 7-81018-470-9/G·188

定价：708.00 元（全 24 册）

编委会名单

主 编 舒 天 孙思忠

编 委 (以姓氏笔画为序)

万英慧 马江平 王 春 王帮英

天 戈 邓在虹 朱 泓 孙 浩

孙思忠 李培华 邱 冬 陈秋玲

张振忠 张伟华 张桂忠 扬宇澜

黄玉珍 舒 天 舒 畅 舒立天



PREFACE

前言

追求卓越是生命中最炽热的因子，渴望成功是人生最活跃的本能。因为，成功意味着生命的富足与健康，成功代表着人生的幸福与快乐。尽管生活从来不会让我们尽如人意，人生始终都是竞赛般的艰辛，但成功的梦想，从人生开始的那一刻，就在我们每个人的心里热得滚烫。

实现人生的成功，可以有无数种选择，可以有无数条路径，但都离不开人生的智慧。你可以勇敢地去追求，若是缺少了智慧，就只能是在空幻中作不切实际的劳作。你也可以不停地奋斗，若是没有智慧的支撑，就只能在无休止的烦恼中埋葬最初的热情。

人生的智慧在于对生命的思考，而成功的人生在于让智慧闪光。

成功人生的大智慧，是生活的哲理，是处世的艺术，是立身的学问，是生存的技巧，更是一把开启成功之门的金钥匙。

人生是个万花筒，每个人都以自己的方式，表现出独具个性的色彩与姿态。如果缺少了智慧，就会使自己的人生黯然失色。也许我们一次不理智的拖延，却错过了春天的季节；也许我们一次

不留神的冲动，却夭折了未成熟的果实；也许我们一次不聪明的放弃，却失去了与成功牵手的机会。因此，感悟成功人生的经验，激活自我的智慧能量，可以使我们的人生少走些弯路，少犯些错误，更快些与阳光拥抱，与成功交汇。

人生的智慧丰富多彩，成功的方法许许多多。如果你想把握住未来的人生，那末，善于学习、善于思索，就会裨益多多。这套《人生高起点：卓越人生素质培养文库》，将精彩的人生哲理、实用的人生途径、最有说服力的人生经验，尽收囊中，送给广大读者，目的就是启迪读者对人生的思索，引发读者对生活的感悟，让读者在智慧的海洋中，找到自己的成功之路。

青年时期，是人生的黄金时期。

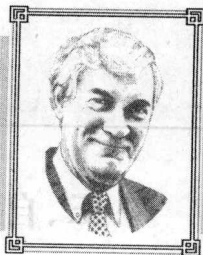
《人生高起点：卓越人生素质培养文库》，是专为青年读者量身订制的。它集中展示了当代成功人生智慧的精华，浓缩了专家学者近年来对生命价值和人生意义的主要研究成果，逐一介绍了适合青年读者的人生奋斗方向，概括了鲜活灵动的人生成功要义，创新地总结了卓越人生的成功方法。可以说是一部极具启迪意义和极富可读性的成功励志读物。编写这套文库的目的只有一个：希望每个人的生活有品味、高质量，希望每个人的生活如花儿般的幸福，如诗一样美丽。

人生不可缺少智慧，智慧创造新的人生。

愿以此书与广大青年读者朋友共勉。

目录

CONTENTS



(4E) 为人处世之道

(51) 一、做人为本,以德立身处世

(04) 为人处世之道

(12) 1. 加强修养,做人高风亮节 (2)

(22) 2. 克己利人,常怀仁爱之心 (5)

(30) 3. 一旦承诺,就决不食言 (10)

(38) 4. 大度能容他人难容之事 (13)

(46) 5. 无欲则刚,抵御人生诱惑 (17)

(54) 6. 努力忘记他人的过错 (19)

7. 坦然接受他人的批评 (20)

二、既方且圆,外柔风刚游刃有余

(08) 为人处世之道

(28) 1. 方圆并用,刚柔兼济不偏废 (24)

(38) 2. 圆中有方,做事不要忘原则 (26)

(46) 3. 忍小谋大,不逞匹夫之勇 (28)

(54) 4. 以迂为直,学会拐弯抹角 (30)

5. 以退为进,善于战略退却 (33)

6. 避实就虚,巧于圆滑处世 (34)

CONTENTS

三、自我砥砺,开发心中的宝藏

1. 培养积极向上的乐观心态 (38)
2. 点燃内心深处的自信之火 (42)
3. 善于激活自己的内在潜能 (46)
4. 全面打造自己的综合素质 (51)
5. 努力克服自己的性格缺陷 (55)
6. 勇于在困境中磨炼自己 (63)
7. 敢于在风险中“逮”住成功 (67)
8. 保持强烈的成功欲 (69)
9. 在困境中想像成功 (74)

四、好学不倦,知识让人更有力量

1. 开发自己的学习潜能 (80)
2. 用闲暇时间换来宝贵的知识 (85)
3. 善于运筹读书时间 (88)
4. 在实践中不断地自主学习 (91)
5. 做一个勤于思考的人 (95)

CONTENTS

(141) 第五章 张扬个性、塑造良好形象

五、张扬个性、塑造良好形象

(142) 1. 穿出风格, 着装协调得体

(142) 1. 穿出风格, 着装协调得体 (100)

(142) 2. 注重仪容修饰, 端庄整洁 (107)

(142) 3. 神情气沛, 塑造健美的形体 (109)

(142) 4. 文明潇洒, 举止有度且得当 (114)

(142) 5. 彬彬有礼, 尽展绅士风度 (117)

(142) 第六章 培养气质, 展示迷人的风度

六、培养气质, 展示迷人的风度

(142) 1. 以微笑彰显优雅气质

(142) 1. 以微笑彰显优雅气质 (122)

(142) 2. 学会幽默和取悦他人 (123)

(142) 3. 开朗大气, 展现多彩魅力 (127)

(142) 4. 战胜羞怯, 善于控制情绪 (130)

(142) 5. 让气质之美凸现女人的魅力 (133)

(142) 6. 以优雅的风度让女人更具神韵 (135)

(142) 7. 以娴雅的格调让女人分外迷人 (139)

(142) 第七章 竞争胜出, 打拼职场事业有成

七、竞争胜出, 打拼职场事业有成

(142) 1. 选择最能发挥自己潜能的职业

(142) 1. 选择最能发挥自己潜能的职业 (142)

CONTENTS

2. 以敬业精神获得与老板双赢 (144)
3. 拿工作业绩来说话 (146)
4. 勇于承担工作中的责任 (150)
5. 决不为不能执行任务而寻找借口 (154)
6. 灵活变通,游刃于职场 (158)
7. 抓住展现才华的机会 (162)
8. 学会适当地表现自己 (164)
9. 努力获得上司的赏识 (166)
10. 做上司的左臂右膀 (170)
11. 凭各方面的能力打造晋升实力 (173)
12. 主动争取,获得升迁的机会 (181)
13. 把工作当成人生的大事 (184)
14. 热爱自己的本职工作 (185)
15. 以最佳的精神状态投入工作 (188)
16. 自动自发地主动工作 (192)

八、广结善缘,赢得广阔的人脉资源

1. 多创造与人相识的机会 (196)
2. 利用工作之便多交朋友 (199)
3. 利用牵连关系扩展人际交往 (202)
4. 巧妙地结交社会各界名流 (206)

CONTENTS

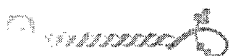
5. 以德报怨,冤家宜解不宜结 (209)

九、口才致胜:口吐莲花妙语成金

1. 讲话条理清晰,有条不紊..... (216)
2. 说话有的话矢,一语中的..... (218)
3. 精心遣词,悉心表达思想..... (220)
4. 学会驾驭说话的语气 (223)
5. 少说为佳,避免口不择言..... (227)

做人
为本，
以德
立身
处世





加强修养，做人高风亮节

具有良好修养的人，严肃而不孤僻，活泼而不放浪，稳重而不呆板，热情而不轻狂，沉着而不寡言，和气而不盲从。修养可使人成为完善的人。

中国传统的修养观还认为：“修身首先要正心。”修身的意思绝不仅限于外表的修饰，更重要的是内心的修养，即所谓的“欲修其身者，先正其心”。

当代男人，更应该深刻认识进行道德修养的必要，良好的道德品质不可能与生俱来，只有通过长期的修养才能形成。青年应该按照时代的要求，培养形成高尚的道德品质，如克己奉公、忠诚老实、谦虚恭谨、坚定勇敢、开拓进取、艰苦朴素、助人为乐、正直善良、文明礼貌、遵纪守法纪等等。

修养是实现道德规范的关键环节，必然具有历史的内容与多层次的结构。在奴隶社会，强调修养，是为了维护奴隶主的权威，形成奴隶对奴隶主的屈从和人身依附，以及对奴隶主的绝对忠诚。在封建社会，除了维护封建宗法等级外，还有围绕忠、孝、节、义、礼、智、信等一系列道德规范的信条，但其中亦包含了不少合理的因素。

孔子15岁开始，立志研究学问，修养道德，终于成为圣人。从孔子的例子看来，伟大的人格，是从不断地修





养得来的。

封建社会的道德观不免带有历史的局限，在科学昌明的今天，人们的道德观升华到新的境界，但“浩然之气”的修养却始终是人身修养的核心内容。

谁想成为一个有道德的、高尚的人，谁就必须自觉地进行道德修养，舍此别无他途。

向称“礼义之邦”的中华民族，历来就讲究道德修养，讲究高尚的情感和坚贞的节操。

在光辉灿烂的中国历史上，有多少高风亮节的英雄豪杰！“精忠报国”，体现了岳飞的高尚情操；“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”，体现了文天祥的浩然正气；“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”等格言佳句，更是为历代人民所反复传诵。

有一段赞美花的格言，其实正是对高尚情操之美的形象赞誉：“人们喜爱花，因为它无私地为美化人间而盛开；人们赞美花，是因为它无畏地为人间丰收而自落。”

政治家注重学习修养，文学家也注重学习修养，搞自然科学的人同样注重学习修养。

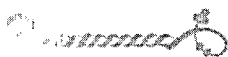
当今世界科学技术的发展日新月异，突飞猛进，若不加强学习修养，就会使人闭目塞听，夜郎自大，懒于思索，忘乎所以。不愿意钻研和深入学习，满足于微不足道的“知识”，都是智力贫乏的原因。这种贫乏通常用两个字来概括，那就是“愚蠢”。要医治“愚蠢”，变骄傲成谦虚，化自卑为进取，自觉主动地向知识的金字塔挺进，

一、做人之本，以德立身处世





张开成功双翼



在智慧的海洋上泛舟，塑造完美的人格，别无妙药秘方，只有加强学习修养。

历史上任何一次飞跃，都是以提高人的素质为先导的。人的素质主要靠修养，靠“后天习来”。它包括思想特性、智力特性和体质特性。这些成为人们能动地认识世界和改造世界的内在力量。

修养，要注入时代的新鲜内容。

修养，不是要我们成为畏首畏尾、谨小慎微的人。富于开拓精神，亦是修养的重要目标。

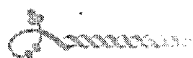
修养，并不是把每个人都塑造成同一个样式。人的才能和性格各有不同，每个人都可以根据自己的禀赋和长处，向好的一面尽量去培养和发展。所以，无论在什么情况下，我们都不要自暴自弃，应该好好地珍惜自己，好好地修养自己的身心。

修养，是使人成为人才的通途，它的目的是使个体的人具有人类中先进人物所共有的精、气、神。

修养，不是束缚，而是解放。

一位心理学家曾经进行过一项连续 30 年的实验，他挑选了 1000 名智力超常儿童进行跟踪实验。这些智力相近的优秀儿童，后来成就却相差很大，有的做出了举世瞩目的成就，有的则平庸无奇。

心理学家仔细研究了 20% 最有成就的对象和 20% 最无成就的对象，发现他们之间最大和最显著的差别，不在于智力，而在于意志、信念、进取心等非智力因素。



智慧与修养是一对孪生子。人的修养程度，决定自身的潜在智慧能否充分发挥，从而决定人在事业上的成败。男人应当加强修养，高风亮节。

2. 克己利人，常怀仁爱之心

每个人在社会上都不是孤立的，人们都愿意建立良好的人际关系。而仁爱则是实现人际关系和睦与融洽恒的媒介具体说来，仁爱之心包括三个方面。

(1) 推己及人解人意

推己及人，就是用自己的心思去推测别人的心思，设身处地替别人着想。

《论语·卫灵公》记载，孔子的学生子贡问孔子：“老师，有没有一个字，可以作为终身奉行的原则呢？”孔子回答说：“那大概就是‘恕’字吧。”为了使子贡具体明白“恕”的道理，孔子补充说：“己所不欲，勿施于人。”子贡按老师的教导去做。有一天，他对孔子说：“我不欲人之加诸我也，吾亦欲无加诸人。”意思是说：我不喜欢别人强加在我身上的，我也不要强加在别人身上。子贡的话，可以说是“己所不欲，勿施于人”的最恰当的解释。

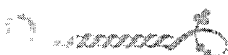
推己及人，显示了宽容体谅的道德情怀，数千年来，

做人之本，以德立身处世





张开成功双翼



它一直是中华民族的传统美德。我国古代之所以成为举世著称的文明礼仪之邦是与此分不开的。

今天，随着社会的不断进步和发展，人们的交往越来越密切，人际关系也越来越复杂。所以，在先人优良传统的基础上，继承和发扬推己及人的美德，搞好人际关系，就显得尤为重要了。

怎样才能做到推己及人呢？它要求我们以爱己之心来对待周围的人，无论做什么事，都要以自己的感受，去体会别人的感受，以自己的处境，去想像别人的处境；站在对方的位置上，将心比心，把别人当做自己对待，设身处地为对方着想。比如，你不喜欢别人伤害你的自尊心，你就不要伤害别人的自尊心；你不喜欢别人往你身上泼脏水，你就不要往别人身上泼脏水；你不希望被骗，你就不要骗人；你不愿意有声音干扰你的读书学习，别人读书写字时你的动作就要轻一些。如果你能够从别人的角度着想，你就不难找到妥善处理问题的方法，你就会成为一个通情达理的人，并能得到别人的理解。即使未能获得别人的理解，自己也是扪心无愧，因为自己是在堂堂正正地做人。

要做到推己及人，首先要做到“己所不欲，勿施于人”，然后进一步做到“己欲立而立人，己欲达而达人。”孔子对他的学生子贡说：“夫人者，己欲立而立人，己欲达而达人。”意思是说：一个有仁德的人，自己想要站得住，同时也帮助别人站得住。自己想要事事行得通，同时

