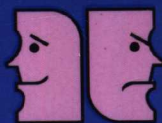


读懂朋友

只有做一个朋友
做别人的朋友也
惟有这样
你才能懂得友谊

蒋和占◎编

DOUDONGPENGYOU



只有做一个朋友 才能得到一个朋友
做别人的朋友也意味着做自己的朋友
惟有这样
你才能懂得友谊的真谛

蒋和占◎编著



朋友出现在你身边

朋友是

读懂朋友

只有做一个朋友 才能得到一个朋友
做别人的朋友也意味着做自己的朋友
惟有这样
你才能懂得友谊的真谛



蒋和占◎编著

中华工商联合出版社

责任编辑:王国瑞、郭敬梅

版式设计:王国瑞

封面设计:李栋

图书在版编目(CIP)数据

读懂朋友/蒋和占编著. - 北京:中华工商联合出版社,
2003.1

ISBN 7-80100-942-8

I. 读... II. 蒋... III. 人间交往-通俗读物
IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 105428 号

中华工商联合出版社 出版、发行

北京东城区东直门外新中街 11 号

邮编:100027 电话:64153909

北京卫顺印刷厂印刷

新华书店总经销

850×1168 毫米 1/32 12.25 印张 200 千字

2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷

印数:00001-10000 册

ISBN 7-80100-942-8/Z·222

定 价:19.80 元



前言

前言

谁也不会选择没有朋友的生活，可是朋友对我们又意味着什么呢？

拥有朋友的人，生活感到安心和平静，即使一生平平淡淡的人，在回忆自己的人生经历时，也会说朋友给了自己很多的快乐。朋友的重要性不言而喻，失去朋友，人们会感到自己的生活像是缺少一缕阳光，暗淡失色。

人们不愿意承担过多的责任，对于朋友却是例外，他们勇敢地支持朋友的冒险计划，并在他困难时给予强有力的帮助。并且承认，自己在危机中第一个可以求助的人是朋友。

朋友不是亲人，友谊不是自然产生的，人们同朋友之间的交往有着不同的需要，也对友谊有着不同的理解。法国哲学家伏尔泰说：“友谊是心灵的联姻，是两个有情感的和善良的人之间的契约。”而英国哲学家说：“得不到友谊的人将是终身可怜的孤独者。没有友情的社会则只是一片繁华的沙漠。”

在现代社会中，我们不能把所有的朋友混为一谈，他们有的只是关系友好的熟人，闲暇时聊聊天而已。有的只是一般朋友，他们有许多共同的爱好。而真正的朋友无论在什么情况下都不会离开你，他应该是你人生的骄傲，也是你生活

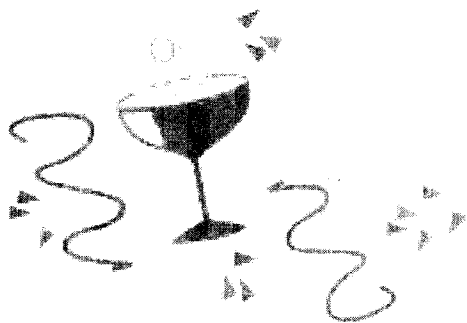


成功的标志。

那么，什么是友谊的真谛呢？怎样才能摆脱目前的寂寞困境去结交自己需要的朋友呢？本书为你做了详细的指点，既可以帮助你认识友谊，又可以帮助你获得友谊。

让我们共同享受美好的友谊吧！

获得朋友





目 录

第一章 友谊的真谛

1. 朋友出现在你最需要的时候 3
2. 友谊是朋友间感情的依托 7
3. 共同的目标是真正友谊的基础 10
4. 纯真的友谊，远离功利性 15
5. 忠诚是友谊的生命源泉 19
6. 善良是友谊的清洁剂 22
7. 热情使友谊充满活力 25
8. 友谊是心灵深处的感觉 29
9. 真情可以不受时空的限制 31
10. 朋友是第二个自己 35
11. 由淡转浓的友谊才可以天长地久 38



第二章 谁是你的朋友

1. 无论发达与逆境，都能与你真诚相待的人 45
2. 宽容你过失的人 49
3. 值得你效仿的人 51
4. 志趣相投的人 53
5. 能够把便利提供给你的人 56
6. 把友谊视为宝藏的人 58
7. 曾经伤害过你的人 61
8. 能指正你过失的人 65
9. 可以互相合作的朋友 69
10. 对你指手划脚的朋友 71
11. 能解决你难题的朋友 74
12. 分担你苦难的朋友 77
13. 肯为你付出生命的朋友 80
14. 与你有一段厚谊的老友 82
15. 病中相互照顾可以结为朋友 83
16. 战友间可以结成很坚固的友谊 86
17. 同学之间的友谊最难得 90
18. 竞争中的朋友 96
19. 将对手变成朋友 99



- 20. 懂得像大树那样安静、沉默的朋友 101
- 21. 住在远处的朋友 105

第三章 怎样结交你需要的朋友

- 1. 最重要的是找出你想要结交的朋友 111
- 2. 改变自己的生活，主动追求朋友 117
- 3. 共同的观点和经历会激发两个人交往的愿望 ... 121
- 4. 不要让时间成为你的障碍 126
- 5. 交友的最好方法是：了解朋友的需要 130
- 6. 做个真正的倾听者 135
- 7. 共享秘密 138
- 8. 共患难可以交到真朋友 143
- 9. 当朋友忧愁时你要给予关心 147
- 10. 抚慰朋友的悲苦与不幸 149
- 11. 原谅朋友 152
- 12. 交友应看大节 154
- 13. 要善于避开朋友的短处 158
- 14. 要主动找回失去的友谊 162
- 15. 友情的大厦需要细心维护 165
- 16. 破碎的友情可以间接修补 168



17. 不要对朋友掩饰自己的感情 171
18. 将你的友情表达给朋友 175
19. 真心赞美你的朋友 178
20. 朋友间需要尊重 183
21. 友谊需要合适的距离 186
22. 把握好与朋友交往的时间 189
23. 寒暄是很受朋友欢迎的 193
24. 微笑是友好信息的最有效传递 197
25. 掌握好向朋友道歉的技巧 201

第四章 性别与友谊

1. 男人，女人最好的朋友 207
2. 异性友谊带有性爱色彩 210
3. 男人需要女人做朋友 214
4. 在友谊与爱情之间划出一条明确的界限 217
5. 你的爱人可以成为你最亲密的朋友 220
6. 女人对友谊的渴望要比男人更深 225
7. 女人在交往中寻找共同点 228
8. 女人之间更具有竞争性 232
9. 女人对平衡更加苛求 236



- 10. 男人在交往中容易挥霍 238
- 11. 男人的友谊神话 241
- 12. 异性交友应注意亲密程度 245
- 13. 异性交往中女性切忌显出暧昧 248
- 14. 异性朋友更注重平等 251

第五章 朋友交往的误区

- 1. 不能限制朋友与他人的交往 257
- 2. 试图控制或依赖对方不可取 260
- 3. 过分苛求“公平” 266
- 4. 交往中应有度 270
- 5. 不要过于计较自己在朋友心中的位置 274
- 6. 不尊重朋友的秘密不是真朋友 277
- 7. 过度的热情 280
- 8. 不要令朋友难堪 283
- 9. 朋友之间不要送厚礼 285
- 10. 靠互相争夺得不到真正友谊 287
- 11. 在竞争中不把朋友当做对手 289
- 12. 用不光明的手段与朋友竞争 292
- 13. 说不出那个“不”字 296



14. 不该因一次背叛便怀疑所有友谊 299
15. 友谊中不该有报复心 302
16. 以首因效应或近因效应作依据 304
17. 过于追求完美的朋友 309
18. 交浅言深 311
19. 交朋友需经过慎重的选择 314
20. 不要对朋友过分地炫耀自己 318
21. 不为一个人而否定他所有的朋友 322
22. 朋友间争强好胜会使友谊产生危机 325

第六章 看透朋友的心

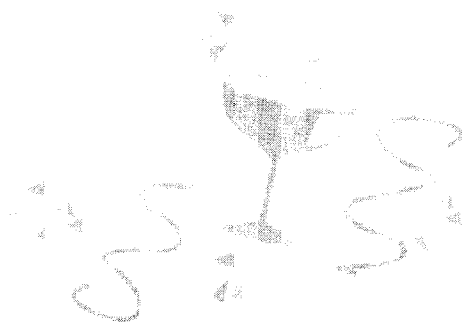
1. 言外之意不可不听 331
2. 看清朋友的忌妒 335
3. 谨防“犹大的吻” 338
4. 寻找不信任的标志 341
5. 谨防朋友对你的伤害 345

第七章 朋友与身心健康

1. 友谊可以根治你的孤独 351

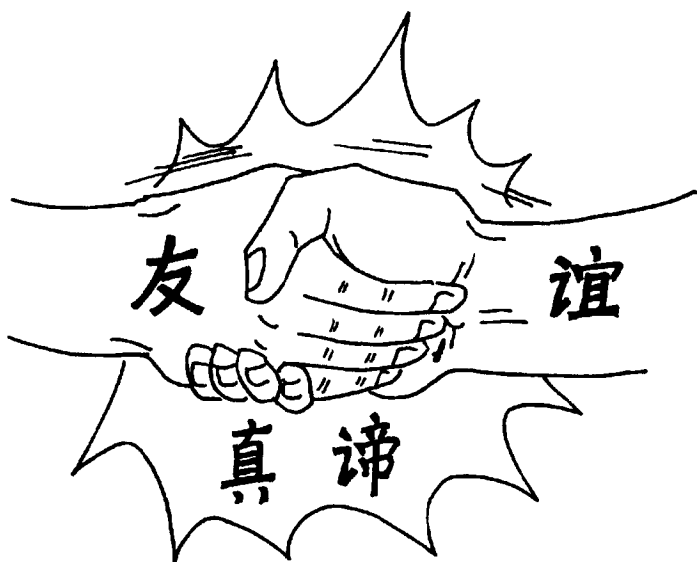


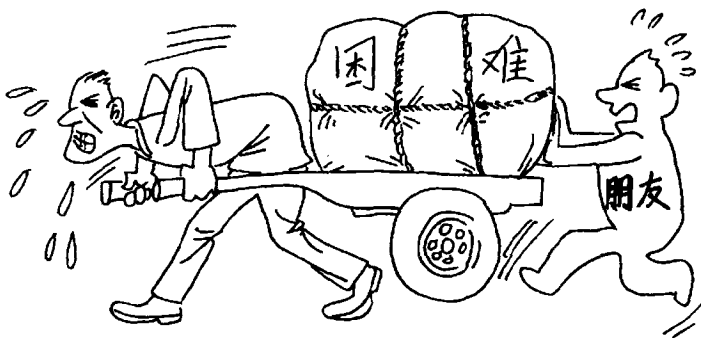
2. 果断绝交维护自己不受伤害 355
3. 用不伤感情的方式绝交 358
4. 把握向朋友求助的时机 362
5. 治愈自己的交往恐惧症 365
6. 脱离被朋友排斥的窘境 368
7. 友谊是分解忧愁的良方 372
8. 报复是一柄双刃剑 376
9. 学会摆脱失去朋友的痛苦 379
10. 寻找另一片晴空 381





第一章 友谊的真谛





1. 朋友出现在你最需要的时候

谁也不会选择没有朋友的生活，可是朋友对我们来说意味着什么呢？伊壁鸠鲁说：“在智慧提供给整个人生的一切幸福之中，以获得友谊为最重要。”

在西安半坡村原始村落遗址博物馆里，你可以清楚地看到原始人筑室而居，形成村落，深沟为界，死后群葬。置身于其中，你仿佛看到了，在丛林密布的原野上，一个原始人正在与一头凶猛的野兽进行着殊死搏斗，尽管他手持梭枪，勇猛异常，但仍处于下风，鲜血染红了毛茸茸的身体……很快，原始人近乎绝望了，他的力气已快用尽，而那头猛兽还没有被他制服，梭枪的尖已经秃得形同木棒，他发出嗷嗷的吼叫，就在他即将被猛兽扑倒在地的时候，另一个原始人应声赶到，用梭枪、石块等“武器”攻击猛兽，过了很长时间，猛兽的身上布满了伤痕，再没有发威的力气，最终轰然



倒地，成为了两个原始人的猎物。两个原始人兴高采烈地
在山洞里享受了他们靠合作得来的食物。

此后，他们狩猎便结伴而行，有策略地围追堵截，看到
猎物就一起攻击，狩得猎物，全体成员分而享之。

不善于表达的原始人在生存的过程中，知道了精诚合作
的重要性，不合群就意味着灭亡。

人非草木，孰能无情？人类祖先早期赖以生存的合群，
久而久之，便逐渐地游移出来，成为人类生活中不可缺少的
独立价值之一，成为人类的一种独立的精神需要。它，不是
别的，正是友谊。

我们生活在一个全新的现代化社会，友谊的内涵已变得
丰富深刻，但你也许会觉得，有时你的境遇如同那位即将被
猛兽扑倒的原始人的处境，此时，你如果得到了朋友的帮
助，你就会领略到友谊的真谛：朋友应该出现在你最需要的
时候。

经研究发现，几乎所有民族的原始友谊，都是在生存需
要的基础上产生的。

在达荷美人中，每个男子都应有 3 个称为“生死兄弟”
的朋友，他们的友谊首先意味着互相帮助，特别是物质帮
助，这种友谊被认为是无比神圣、牢不可破的。

克沃姆部落每个男子也有 3 个朋友，友谊关系要求他们
在各方面互相支持，甚至可以按朋友的要求去偷自家供奉的
神像，称朋友的父亲为自己的父亲，朋友需要的时候必须赶
到。

在所罗门群岛的波利尼西亚人当中，只有男人才缔结友



谊关系，它主要是完成经济方面的互助功能，必要时朋友之间应互相提供避难场所。

在科曼奇的印第安人中，结拜兄弟比亲兄弟还要亲密得多：有事先找朋友，然后才找亲属。拒绝帮助朋友或在战场上抛下朋友不管，都会使自己蒙受洗刷不掉的耻辱。而且，不仅同辈的人，不同辈的人之间也可以缔结友谊关系。如一方需要，另一方须向对方提供保护。

人们正是出于生存的需要，如物质上的帮助、精神上的抚慰、心灵上的相知等等才产生了对友谊的渴望，在你需要时出现的人，就会和你形成亲密的友谊关系。

在斯基福人那里，友谊是要用鲜血来验证的，它首先表现在战争中。人们成为朋友并不是在“平安无事”的时候，也不是因为他们“在一起长大或者是邻居”。他们追求的是勇士的友谊，缔结友谊时要庄严宣誓：结拜兄弟把手指切破，让自己的血流进碗中，把剑的锋刃伸进去蘸湿，然后将血一饮而尽，在这之后，无论什么都不会把他们分开了，斯基福人的友谊高于其他任何关系。在发生火灾时，他们先去救自己受伤的朋友，却撇下自己的妻儿不管。

现实生活中，每个人都有自己解决不了的困难，都希望有斯基福人式的朋友，因为这样不仅满足了自己的需要，而且也证明自己获得了真正的友谊。

鲁迅先生在《铸剑》中也描写了一位在紧要关头现身的黑衣人。

楚王要铸剑名师为自己铸剑。3年之后，铸就两柄锋利无比的剑。一雌一雄。铸剑师知道楚王必杀自己，于是只献