

走向成功丛书②

你为什么没有朋友

影响一生的交际法则

高 华 等 / 编著



气象出版社

你为什么没有朋友

——影响一生的交际法则

高 华 /等 编著

气象出版社

内容提要

俗话说千金难买是朋友,朋友多了路好走。可是,在现实生活中你是否出现过孤独无助,在困苦迷茫中想获得一份真诚的安慰与鼓励,可是偏偏却没有得到呢?如果没有朋友,你的一生是否缺少了什么?

本书从个人与朋友的关系、以及怎样赢得朋友等多角度入手,全面解析如何建立人际关系并走向成功。本书适合广大有志青年和渴望友谊、追求友谊并成就人生事业者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

你为什么没有朋友:影响一生的关系法则/高华等编著.北京:
气象出版社,2003.1

ISBN 7-5029-3493-6

I. 你… II. 高… III. 人际关系学-青年读物
IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 001864 号

Ni WeiShenMo MeiYou PengYou

你为什么没有朋友

——影响一生的交际法则

高 华 等 编著

责任编辑:李太宇 李传槐

封面设计:左庆丽

气象出版社出版发行

(北京市海淀区中关村南大街 46 号 邮编:100081)

*

北京金瀑印刷有限责任公司印刷

开本:850×1168 1/32 印张:8.25 字数:200千字

2003年1月第1版 2003年4月第2次印刷

印数:3001~8000

ISBN 7-5029-3493-6/B·0004

定价:16.00 元



高华 字茁栋，笔名岩羊。青年学者，长期从事个人成长战略分析，曾策划出版《为人》《定位自己》《李嘉诚平衡战略管理》《岩石意象画赏析》等作品。

北京金色人生科学研究所助理研究员，2000年6月加入“人生规划”课题组，参与编撰《金色人生书库》（由中国科学预测研究会秘书长管彦仲先生主编），其中《人生规划学——个人成长指导方案》一书即将出版。

目 录

第一章 了解自己记住他人

每一种事物都有其自身的规律,每一种游戏都有其独特的“玩法”,这就是规则。人与人之间接触也有了交际法则,这正如《二十二条商规》里所说的“违反这些规则,你将自冒风险”。因此,要熟悉法则就要先从自己和他人的关系入手。

- 关爱他人就是关爱自己 / 2 /
- 确认对方的价值 / 4 /
- 挖掘潜在能量 / 10 /
 - 了解自己的信赖度指标 / 10 /
 - 洞察对方是否可交 / 11 /
 - 怎样研究个性 / 13 /
 - 避免以貌取人 / 14 /
- 学会调节自己的情绪 / 16 /

让理智支配情绪 /16 /

放下架子 /17 /

忍人之所不能忍 /18 /

正确对待冷遇 /19 /

拒绝没有什么可怕的 /20 /

培养耐心 /22 /

□ 相信自己的社交能力 /23 /

相信你自己 /23 /

没有谁生下来就是天才 /24 /

做一个生活中的观察者 /25 /

训练记忆力 /26 /

第二章 为朋友提供帮助

“人以群分，物以类聚”，禁忌多多，切勿“聪明一世，糊涂一时”，要想别人接近你，拿你当朋友，就得亮出你的魅力与“价值”。

□ 为什么需要朋友 /28 /

朋友是个人社会位置的相对坐标 /30 /

朋友多了有依靠 /30 /

分享秘密 /32 /

情感的要求 /33 /

- 共同的兴趣和爱好 /34 /
- ❑ 己所不欲 勿施于人 /36 /
 - 不要让对方为难 /36 /
 - 只可说服,不可压服 /37 /
 - 求同存异 /39 /
 - 朋友不能考验 /40 /
 - 金钱往来要慎重 /42 /
- ❑ 交友之前先管自己 /43 /
 - 功利性目的 /44 /
 - 你希望得到什么 /45 /
 - 你能够为朋友做什么 /47 /
- ❑ 关注朋友的利益 /48 /
 - 朋友不只是一个人 /49 /
 - 好朋友的标准 /50 /
- ❑ 朋友影响你的一生 /51 /
 - 朋友什么样,您就什么样 /51 /
 - 重要的人生转折多发生在朋友中间 /53 /

第三章 不要显得比别人聪明

没有真正的傻人,如果你非要找到的话,那就只能是自己。

- ❑ 学会“装傻” /56 /
 - 花要半开,酒要半醉 /56 /
 - 形醉而神不醉 /57 /
 - “大愚”之中藏大智 /58 /
- ❑ 不要自以为是 /61 /
 - 宁为笨人 /61 /
 - 对别人真诚 /63 /
 - 不要告诉人家你更聪明 /64 /
- ❑ 聪明人为什么会自毁前程 /66 /
 - 聪明的顾客与愚蠢的店主 /67 /
 - 社交术 /68 /

第四章 没有人喜欢挑刺的人

俗话说:“见什么佛,烧什么香”,不要老是盯着别人的短处,那并不表示你比别人高明多少。

- ❑ 对别人建议要慎重 /71 /
- ❑ 影响他人的心弦 /76 /
 - 送人美名 /77 /
 - 批评他人之前先批评自己 /78 /

- 没有人喜欢接受命令 /80 /
- 让他人保全自己的面子 /80 /
- 让人乐于做你想做的事 /82 /
- ❑ 不要把事情做绝 /83 /
 - 理者至尊 /83 /
 - 给自己留个台阶下 /86 /
- ❑ 指责和批评是最愚蠢的方式 /88 /
- ❑ 善待每一个人 /92 /

第五章 建立自己的人情账户

小才逢缘不识源，中才识缘却不知活用。大才者，即使只是擦肩而过，就能成就一世缘。也就是说，务必珍惜每一个缘份。

- ❑ 关系备战规则 /96 /
 - 理顺关系网 /97 /
 - 储备感情为首要 /98 /
 - 以达成共识为中心 /99 /
- ❑ 珍惜友谊 /102 /
 - 结人情，留后路 /102 /
 - 给人好处别张扬 /104 /

天下没有一次性人情 /106 /

“口渴以后再送水” /107 /

❑ 关系在“打扰”中建立 /109 /

“名”正则“言”顺 /109 /

送礼的七种最佳“理由” /110 /

借人口中言,传我心头事 /112 /

不妨借个“羊”替罪 /114 /

❑ 人与情谊的和谐 /115 /

和单位工作有关的事 /115 /

直接涉及自身利益的事 /116 /

百年修得同船渡 /116 /

十年寒窗半世缘 /117 /

毕竟是邻居 /118 /

是亲三分同 /118 /

主动沾亲 /119 /

利用亲情 /120 /

千里难得是同乡 /121 /

❑ 把握分寸,游刃有余 /122 /

不要透支人情 /122 /

求朋友做事的三个误区 /124 /

不能一厢情愿 /126 /

向别人借钱的五条法则 /127 /

第六章 美好的生活 美好的“话”

“一人之言，重于九鼎之宝。三寸之舌，强于百万之师”。在西方，口才、美元、电脑被称为“三大战略武器”，善于演讲可以不战而胜。为什么同样的内容由于表达者不同而使听众有迥异的反应？说话是有技巧的。掌握了说话的技巧，就等于找到了成功的钥匙。

- 话有三说 巧者为妙 /130 /**

 - 会话中的你来我往 /131 /
 - 尊重对方的自尊心能收到意外的效果 /133 /
 - 迷人的秘诀 /136 /
 - 不要怕人心隔肚皮 /137 /
 - 话不投机半句多 /138 /
 - 身体语言的妙用 /139 /
 - 从容幽默 /141 /
 - 人生的话永远说不尽 /142 /
- 多问自己“这样说，行吗？” /143 /**
- 换一种说话方式 /145 /**

 - 来点幽默 /146 /
 - 妙语解脱窘境 /147 /
- 三寸之舌，可抵千军 /149 /**

万民临水火，一语解倒悬 /150 /

妙释老头子，帝威弹指无 /152 /

一言可兴邦，谈锋具健 /153 /

第七章 夸赞别人要真心

只要真心地恭敬别人，并不会使自己显得愚蠢和笨拙，而是会使自己看起来热情和优雅。

□ 恭维与生活 /156 /

夸赞是一种技巧 /157 /

莎士比亚的夸赞 /157 /

作为礼物的一种夸赞 /161 /

□ 夸赞要适当 /162 /

□ 夸要准，赞贵新 /164 /

夸赞是最好的“润滑剂” /166 /

善言适度 /167 /

第八章 交友先交心

交朋友的基本是互相了解、互相信任,达到这些的基础就是心灵相通的默契。

- 进行感情投资** /170 /
 “能辨风向才会使好舵” /170 /
 善于捕捉“弦外之音” /171 /
 脸上的表情,天上的云彩 /172 /
 透过“眼神”辨人心 /173 /
 用座位画一张“人心地图” /174 /
 从穿戴看透内心 /177 /
 黑脸开戏,红脸收场 /178 /
- 君子和而不同** /181 /
 凡事莫苛求 /183 /
 平等互利是交友的基本原则 /185 /
 理解才能心通 /189 /
 退一步海阔天空,忍一时风平浪静 /190 /
- 多结交比自己优秀的人** /192 /
- 交个永远的朋友** /198 /
 批评他人适可而止 /198 /

- 少管闲事,心平气和 /199 /
- 闲言碎语不可信 /199 /
- 施予应不求回报 /201 /
- 不能要求别人和自己一样 /202 /
- 眼不见,心不烦 /203 /
- 何时该伸出援手 /203 /
- 与“讨厌鬼”共处的哲学 /205 /
- 别人比我快乐怎么办 /205 /
- 再谈企图改变他人 /206 /

第九章 宽容超越一切

泰山不让土壤,故能成其高;海洋不择细流,故能就其深。人生在世,不可能事事如意,更何况人无完人,谁都有犯错误的时候,也都有意或无意伤害别人的时候,因此,最好学会宽容与忍让。

- ❑ 什么是真正的宽容 /208 /
 - 宽容改变了权威 /209 /
 - 宽容的威力 /209 /
- ❑ 克服自身的弱点 /212 /
 - 克服自卑 /212 /
 - 避免猜疑 /214 /
 - 战胜胆怯与恐惧 /215 /

克服沮丧 /217 /

克制冲动 /218 /

切忌吝啬 /219 /

❑ 奉献自己才能美化人生 /223 /

“吃亏就是占便宜” /223 /

❑ 像蟑螂一样活着 /226 /

勿轻易吐露失意事 /227 /

不必面面俱到 /230 /

第十章 拿得起放得下

无论我们走到何处，都必须发展出温暖的关系，靠自己的力量创造出温暖和友情。

❑ “你给我抓背，我给你搔痒” /234 /

自己拍拍自己的肩膀 /235 /

笑对每一次困难 /237 /

从大局出发 /238 /

推脱责任不如配合解决 /240 /

❑ 沉默如何成金 /242 /

第一章

了解自己记住他人

每一种事物都有其自身的规律，每一种游戏都有其独特的“玩法”，这就是规则。人与人之间接触也有了交际法则，这正如《二十二条商规》里所说的“违反这些规则，你将自冒风险”。因此，要熟悉法则就要先从自己和他人的关系入手。



关爱他人就是关爱自己

任何人都有自己的优点，只要由衷地关怀对方，才能明白对方的优点，而且也能坦诚接受他的优点。

德尔·卡内基在《怎样操纵人？》里有一段话：

“想受人敬重，不必特地阅读书本，只要向这方面的专家学习即可。若想结交好朋友，就应该先关心别人，才能引起关心自己……”

反过来看，也有人长吁短叹：

“为什么别人会讨厌我呢？”

其实，在叹息以前，不如自己反省：

“为什么我会讨厌别人呢？”

因此，不关心别人，别人当然不会关心你，结果，这种人生无异有如沙漠般的荒凉。

美国第二十五任总统罗斯福，很关心民众，故获得许多人的敬爱，曾经有一个有趣的故事。

有一天，一位黑奴的妻子问他：

“鹌鸟是什么鸟？”罗斯福总统立刻很亲切地告诉她，鹌鸟是很孝顺的鸟儿。不久，那位黑奴接到总统打来的电话说：“现在，窗外刚好有一只鹌鸟，你可以打开窗户看——”