

人生之鉴

张守学 张萍著

人生成就三分在于做事，七分在于做人。

做官是人生一时一段的事，做人才是一生一世的事。

心灵自由是生命的最高境界。

心灵和谐是战胜自我、超越自我的力量。

人生是一场永无休止的战斗，生命在挫折和磨难中茁壮。

无论做人、做事、做官都要有点精神，只要精神不倒，就有机会创造自己的精彩人生。

① 辽宁人民出版社

人生之鉴

张守学 张萍 / 著



辽宁人民出版社

©张守学 张萍 2010

图书在版编目(CIP)数据

人生之鉴/张守学, 张萍著. —沈阳: 辽宁人民出版社, 2010.11
ISBN 978-7-205-06912-4

I. ①人… II. ①张… ②张… 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(2010)第207245号

出版发行: 辽宁人民出版社

地址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

<http://www.lnpublish.com.cn>

印 刷: 沈阳新华印刷厂

幅面尺寸: 170mm×230mm

印 张: 15 $\frac{1}{2}$

插 页: 1

字 数: 160千字

印 刷: 1-2000

出版时间: 2010年11月第1版

印刷时间: 2010年11月第1次印刷

责任编辑: 艾明秋 娄 瓪

封面设计: 杨 勇 白 咏

板式设计: 王珏菲

责任校对: 彭力胜

书 号: ISBN 978-7-205-06912-4

定 价: 28.00元

前言

人来到这个世上，从父母的养育，老师的教育，组织的培育，到自己的社会实践，都是围绕着怎样做人、如何做事，说到底人生在世得让自己能活出个人样来。人生成败三分在于做事，七分在于做人。做人是以做事为前提的，做事是为了做人。做人的素质，是通过做事的质量来衡量的，人生的精彩源于做事的精彩。做大事、做好事、做成事，是做好人的标志。做一个好人不一定能做一名称职的官、百姓拥护的官，做一名好官，必须先学会做人。做官是人生一时一段的事，做人才是一生一世的事。那么，如何才能让自己的一生活得幸福而有价值呢？

人生要揣摩、磨砺自己做人的功夫、做事的本领、做官的能力。自己是人生命运的真正主宰者。实现人生的自我价值，必须找到人生万象中的自我，认识自己，征服自己，超越自己，完善自己。放大自己的优势，及时进行自我人生阶段性的调整，顺应自然，培养自己的非凡个性。适应客观形势的发展变化，审时度势，寻找成功的契机，把握机遇，果断出击，充分发挥自己的主观能动作用，进而才能为国家、为社会多做贡献。

人的心灵自由是生命的最高境界。心灵和谐是一种战



胜自我、超越自我的力量。如果让自己的内心充斥着太多的欲望和杂念，填塞了太多的沉重和负担，就无法享受到人间的快乐；不饱尝人生的滋味，就难做成事，做好人、做好官那就更难了。只有培养自己的正常心态，才能洞悉大千世界，把握成功的机会，激发更大的潜在力量。只有时刻反省自己，经常清理心灵上的尘垢，才能让心灵之灯永远明亮，富有生命的力量。只有读书学习，才能滋养自己，发育自己的精神，保持自己内心世界的纯洁，创造成功的人生。

人生是一场永无休止的战斗。生命在挫折和磨难中茁壮，生活是不能悔的一盘棋。成就自己的人生要有点精神，生命不息，奋斗不止，咬住人生的阶段目标，勇往直前，努力拼搏，就算没有白活一场。无论做人、做事、做官都要有点精神，只要精神不倒，就有机会创造自己的精彩人生。

人活着要低调点、含蓄点、含糊点、糊涂点，方能立世为人，成事为官。做人要有心机，做事要有心计。学会能方能圆，方圆合一，把握好人生的为人处世之道。学会自我平衡，攀登人生的更高境界。学会自我包容，铸造人生的纯洁灵魂。塑造自己的弹性人生，才能在社会中进退自如、游刃有余，掌握生活和工作的主动权，赢得广阔的生存空间，真正享受快乐惬意的人生。

人脉是做人、做事、做官的基础。人活着本身就是对时间的抗争，对命运的挑战。人生干什么工作都要了解人心，理解人心，理顺人心，取得人心，学会在茫茫的人海中聚集人脉，营造发展自我的良好社会人际关系。只要有人脉，无论所处境况如何，都能感受到世间的温暖，体验到人间的真情。人气旺，才能不断提升自我的竞争力，创造人生最大价值，直至成就辉煌的人生。

本书是我几十年来学习、工作、生活实践中的一锅烩菜，让读者品尝一下，也许会有所借鉴，及时发现、修正个人的某些盲点和偏差，提升自我为人处世的能力，从而把握自己的命运，谋求幸福的人生。

2009年8月25日于营口

目录

contents

前 言	1
第一章 人生的现实	1
1.人生要正确设计塑造自我	1
2.人生的做人之道	4
3.人生要把握好自己的方向	5
4.人生的自然规律	6
5.人的基本属性	6
6.人性的基本要求	6
7.人性的主要弱点	7
8.人生的责任	7
9.人生的天地	7
10.人生的情爱	9
11.人生的道路丰富多彩	11
12.人生行为被约束的因素	11
13.人生产生逆反心理的基本原因	12
14.人生的烦恼	12
15.人生影响成功的心理障碍	12



16.人生的坎坷	14
17.人生的不幸	14
18.人生四惑	14
19.人生拒之难	16
20.人生的位置	18
21.人生的浩气	18
22.人生的欲望	19
23.人生的追求	19
24.人生的需求	20
25.人生务必思考的问题	20
26.人生智慧的源泉	20
27.人生面对的社会	21
28.人生必戒的心灵之气	22
29.女人的义务	22
30.女人的特点	23
31.男人的特点	24
第二章 人生的自我	25
1.平凡低调的人生蕴藏着伟大和神奇	25
2.让自我的人生充满爱	27
3.找到人生万象中的自我	27
4.人生在世的自我价值	28
5.自己是人生命运的真正主宰者	29
6.自我挑战的人生	30
7.做人的准则	31
8.自我修炼立身做人	31
9.自作自受是人生的基本规律	32
10.超脱的自我心灵	32
11.人生要注意自我迷失	33

12. 人生得知道自己的极限	33
13. 人生要善待自己	34
14. 平衡是人生的最高境界	34
15. 自信是自我成功、实现理想的法宝	35
16. 人生的心灵之灯要时刻明亮	35
17. 胜者善于驾驭自己	35
18. 人贵自知	36
19. 人生最大的不幸是找不到自己的缺点	36
20. 人生必须自我摒弃的行为	37
21. 影响人生自我发展的行为	38
22. 行动是开启自己生命真谛的钥匙	38
23. 含糊里面通玄机	39
24. 修身重德是自我人生事业之基	39
25. 给别人留一点空间自己也能得到一片蓝天	40
26. 困难是自我晋升到更高层次的踏脚石	40
27. 平凡的自我处世哲学	41
28. 自己是幸福的缔造者	41
29. 毁灭的自我人生	41
30. 人生不做之人	42
第三章 人生的修养	43
1. 非凡的个性能筑造自己的辉煌人生	43
2. 人生精神生活追求的目标	43
3. 心灵流畅是生命的最高境界	44
4. 人的境界是在不断修炼与反复锤炼中形成的	44
5. 人生的素养	44
6. 谦虚能提高自己的身价	45
7. 高洁的处世	46
8. 宽容是领悟生命的真谛	46



9. 宽恕别人就是解放自己	47
10. 善是一切智慧的终结点	47
11. 顺境中修心永远成不了佛	48
12. 善于发现自己的不足才能知耻而后勇	48
13. 进退得失的尺度是人生成功的金钥匙	49
14. 建好自己人生的精神家园	50
15. 人生心灵成长之路	51
16. 人生观念的更新在于不断为自己充电	52
17. 勤勉的人生	52
18. 快乐度过人生需有自由之心	53
19. 不给面子的行为最易引起是非	53
20. 情绪比暴君更能杀人	54
21. 情感直接影响工作的效率和成果	54
22. 人生必备的美好之德	55
23. 为人之德	55
24. 以乐为生	56
25. 快乐在于自我感觉和追求	56
26. 人生有感恩之心，生活才能赋予自己最大回报	57
27. 人生最大的财富是立身处世之道	58
28. 人生的不可为	58
29. 人生都在苦与乐的反复煎熬中成长和度过	58
30. 人生要悟的哲理	59
31. 人类健康的四大基石	59
32. 人生最大的财富是身体健康	59
33. 人生的享乐	60
第四章 人生的奋斗	61
1. 成功者的基石	61
2. 人生奋斗应树立的思想	61

3.人生的升华	62
4.人生成功的秘诀	63
5.奋斗的人生	63
6.人生奋斗须用好自己心中的尺子	64
7.人贵藏辉方能解开天地所布的罗网	64
8.人生奋斗必练之功	65
9.放弃是人生的核心	65
10.智慧是人生闯荡世界最锋利的武器	66
11.清醒的人生	67
12.聪明之人	67
13.为人一生奋斗必做的事情	68
14.坦诚率真地做人	70
15.适时进退是人生顺应事物变化的诀窍	71
16.内心的安详是真正的快乐	71
17.影响人生奋斗的自身毛病	71
18.成功会格外偏爱有心计的人	72
19.人生的无畏	73
20.爱是成熟的顶点	73
21.主宰命运的强者是从风雨中走出来的	74
22.探险是生命运动的本质	74
23.人生奋斗必悟的真谛	75
24.把握好人生命运	75
25.自在流畅的自我	76
26.人生奋斗要有警觉	76
27.人生在世不受欺辱的技巧	77
28.女性在工作中的魅力武器	77
29.男人同异性工作的魅力武器	77
30.穷人精神上的枷锁	77



第五章 人生的交友	79
1. 人际交往是人类社会不凋的花	79
2. 朋友之交的准则	80
3. 人际交往应具备的素质	80
4. 人际交往之法	81
5. 朋友让我的世界不再孤独	82
6. 构建起人生的朋友圈，编织好自己的关系网	83
7. 朋友是人生一笔巨大的财富	83
8. 让朋友超越自己才能赢取朋友	84
9. 人际交往的自我情感	84
10. 微笑是对自己形象最好的包装	85
11. 信任是人生交友的圣地	85
12. 心里装着他人才能成为被人爱戴和敬仰的人	86
13. 注重塑造自我形象，提升交友的魅力	87
14. 诚信能放大交友的魅力	87
15. 成功者的资本	88
16. 人际交往中追逐的朋友	88
17. 克己为人	88
18. 交往中不要揭人家的短	89
19. 为人交友之德	90
20. 人际交往中捧场的玄妙	90
21. 交友知人最难的就是辨别真伪	90
22. 人际交往要警惕的人	91
23. 生活中初次见面不可轻信之人	92
24. 交往中注意威胁自己进步的人	93
25. 小人的特征	93
26. 小人的谰言伎俩	93
27. 小人的形象	94

28. 不可交友之人	95
29. 小人是善者的磨石	96
30. 俗人的种类	97
31. 嫉妒心是人际交往的大敌	98
32. 善于与不喜欢的人合作交友	98
33. 送礼的时机	99
34. 送礼的妙法	99
35. 礼物的选择	99
第六章 人生做事的规律	101
1. 办事的规律	101
2. 科学做事	102
3. 做事成功之法	102
4. 人生自在做事	103
5. 处理事情的标准	103
6. 用佛家一水四见观察处理事情	103
7. 破界是拯救一切的总法则	104
8. 和气是人生赢得成功的秘诀	105
9. 人生做事要与众不同	106
10. 适应不断变化的社会环境做事是强者	106
11. 人生做事把握的主线	107
12. 人的行为最佳效果是内外因素的有机复合	107
13. 人生要有自己的做事之道	107
14. 人生要用自己的才华和节操创造立世的根基	108
15. 超越得失的做事者最终成就大业	108
16. 注重打破常规办事	109
17. 把握做事的度	109
18. 做事要练好“实”字功	110
19. 为人做事的原则	110



	20. 人生做事应具备的性格	110
	21. 人生做事的成功要诀	111
	22. 做事应戒的作风	111
	23. 做事要“敢”字当头	112
	24. 人生理财的观念是能挣会花	112
	25. 追求和创造财富是人生必备的生存本领	113
	26. 财富是通往人生佳境的首要条件	113
	27. 人生做事不可轻信的话	114
	28. 人生辉煌之路的基本条件	114
第七章	人生做事的心计	115
	1. 恒心是达到人生目标的最近通道	115
	2. 深谋远虑地做事	116
	3. 人生成功做事要靠自己的灵性	116
	4. 成功者做事智高一筹	117
	5. 人生不行动不会成功	117
	6. 成功者的做事之道	118
	7. 用脑做事	118
	8. 抑制冲动才能调节做事的情绪	119
	9. 做事要有自己的方略	119
	10. 人生执著做事多烦恼	120
	11. 人生做事的陷阱	120
	12. 理智的处事之道	120
	13. 做事忙而不乱	121
	14. 识时务是成功者进行正确决策和选择的基础	121
	15. 坚韧是管理工作中解决困难的钥匙	121
	16. 做事的技巧	121
	17. 处理问题的基本方法	122
	18. 做事不烧之火	123

19. 时间是每个人生命存在价值的标志	123
20. 人生不做自己的奴隶	123
21. 做人做事的本色	124
22. 做事要抓住事物的特殊性	124
23. 做事要有亮点	125
24. 人生做事的基本功	125
25. 人生要把做事空间相应变大	125
26. 充分发挥自己主观能动性才能取得更大的成功	126
27. 人生做事必须处理好的关系	126
28. 做事的功夫	127
29. 古人治家之道	128
第八章 人生做事的机遇	130
1. 机遇的特点	130
2. 眼界决定了自己的机遇	131
3. 人生的机遇	131
4. 机遇多的人	131
5. 创造机遇的人	132
6. 环境孕育着机遇	132
7. 生活中蕴藏着机遇	132
8. 人生的机会之缘	133
9. 交往是机遇的源泉	133
10. 幸运不会因你的停滞而眷顾你	134
11. 用狼的生存智慧捕捉机遇	134
12. 人生踏实做事孕育着机遇	134
13. 成功者的机遇关键在于自我开发	135
14. 人生成功的奥妙	137
15. 人生做事的自我玄机	137
16. 人生做事的精神力量	137



	17. 豁达做事蕴藏着机遇	138
	18. 欲望是人生做事前进的动力	138
	19. “专”字为人生带来的机遇	139
	20. 善于在事物的矛盾中寻找自我发展机遇	139
	21. 成功男人的特点	140
第九章	人生做官的准则	141
	1. 领导工作的基本思想	141
	2. 领导的影响力	141
	3. 领导的根基是民众	143
	4. 领导要以民为本	144
	5. 领导的基本功	145
	6. 领导的机警	146
	7. 领导应具备的素质	148
	8. 领导的行为要不断地适应环境	148
	9. 领导的为人	149
	10. 领导的思维	149
	11. 领导的雄才大略	150
	12. 领导的魄力	150
	13. 领导工作的标准	151
	14. 领导日常工作的重心	152
	15. 领导做好工作应遵循的原则	152
	16. 领导魅力的源泉	152
	17. 领导要把握好自己的人生欲望	153
	18. 领导的自我升华	153
	19. 领导活动要警惕浮躁	154
	20. 领导之正	154
	21. 领导要不断增强自身的免疫力	155
	22. 领导要练好自身的内功	155

23.领导的玄机	156
24.领导易患的几种病	156
25.领导的立身之本	157
26.领导的敬畏感是阻止自己滑向野蛮无所顾忌的 坚实护栏	157
27.领导要时刻牢记权力是一把双刃剑	158
28.领导要在阳光下做事	158
29.领导要时刻保持自我清醒	159
30.领导高风亮节的品质	159
31.领导意图的理解途径	159
32.领导处理人际关系的度	160
33.领导的类型	160
第十章 为官之道	161
1.人生为官之道	161
2.领导干工作的能力	162
3.创新是领导的工作灵魂	162
4.领导工作的非凡眼界	162
5.领导要在适应中提升自己以势成事的能力	162
6.领导的高明在于善于集中众人智慧作出决策	163
7.领导调动上级积极性的艺术	163
8.领导之善	163
9.领导面对的现实	164
10.领导的协调艺术	164
11.领导工作方法的四部曲	165
12.领导理智处理问题是工作的基本之术	165
13.领导要学会用手指精神指导工作	166
14.领导要通畅信息渠道	166
15.领导化解矛盾的方法	167



16.领导管理的工具	167
17.领导工作“二八”神秘法则	167
18.领导应用之水	168
19.领导给人看病下药之方	168
20.领导送人情要恰到好处	168
21.领导的用鞭之法	169
22.领导树立典型的标准	169
23.领导官场上的韬晦之计	170
24.领导衡量政绩之法	172
25.领导赞美别人最看重的东西才能收到最好的 效果	172
26.领导与女士相处把握的问题	173
27.女领导的优势	173
28.领导的批评要有度	174
29.领导批评下属要给人家留面子	175
30.领导开展批评的技巧	176
31.领导对待上级批评的态度	176
32.领导的信誉是虏人心孚众望的绝妙武器	176
33.领导要感性地享受恭维，理性地对待恭维	177
34.领导的压力是激发个人潜能的动力	178
35.领导的应酬	179
36.领导会经营友情才能成就人生	179
37.领导心安才能睡得甜	180
38.领导要学会聚焦小事升华自己	180
39.领导在权力使用方面应思考的问题	181
40.领导退下来应保持的心态	181
第十一章 做官的语言艺术	182
1.领导讲话的艺术	182