

The Wisdom

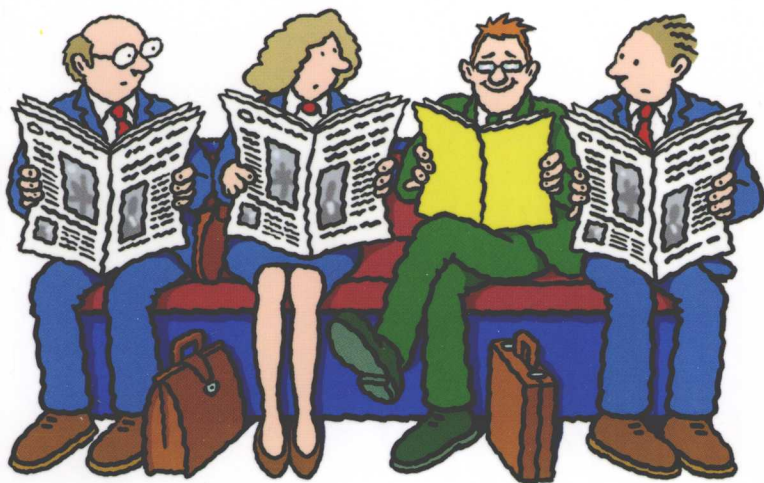


Of Doing Things

一本书读懂 处世智慧

贾伟◎编著

[本书具有较强的实用性和针对性，
帮助读者轻松掌握处世的智慧。]



成功的第一要素是懂得处世的智慧。

掌握处世的技巧，你将获得开启成功的金钥匙。

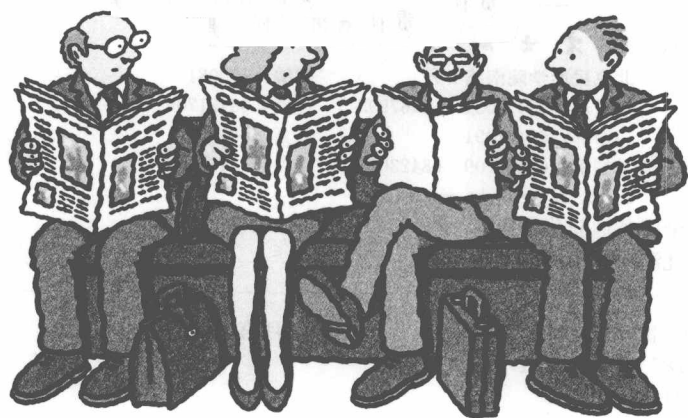
生智的杰作，自我的宝典，一本打动人心的智慧书。



地震出版社

一本书读懂 处世智慧

贾伟◎编著



地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一本书读懂处世智慧/贾伟编著. —北京:地震出版社,
2009.12

ISBN 978-7-5028-3644-3

I. 一… II. 贾… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 196879 号

地震版 XT200900220

一本书读懂处世智慧

贾 伟 编著

责任编辑:彩霞

责任校对:林时

出版发行:地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编:100081

发行部:68423031 68467993

传真:88421706

门市部:68467991

传真:68467991

总编室:68462709 68423029

传真:68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销:全国各地新华书店

印刷:九州财鑫印刷有限公司

版(印)次:2010年1月第一版 2010年1月第一次印刷

开本:787×1092 1/16

字数:346千字

印张:20

书号:ISBN 978-7-5028-3644-3/B(4263)

定价:39.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)



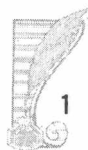
前言

你在事业上的成就和个人生活质量取决于处世的方式，取决于你能否与他人轻松地建立并维持友好、诚挚和长久和谐的关系。你为人处世越到位，你的工作成果和个人成就也会越突出，你的事业、生活中的乐趣也就越多。

良好的处世方式是机遇的源泉。笔者的一位朋友在乘火车时，和邻座的一个人聊天儿。这个人过去是律师，后来逐渐厌倦这一行，就辞职自己开办了一家公司，现在这家公司发展得非常红火，他们聊得很投机。到目的地后，他们彼此交换了名片，朋友顺便还要了那个人的家庭住址和电话。过了几个月后，朋友所在的单位倒闭，他也就失业了，找工作找了几个月仍无着落，他非常着急。有一天，他忽然想起了那位在火车上遇到的人，于是就给他打电话，说明了自己的情况，问他的公司有没有适合自己的岗位。虽然那个人的公司目前不缺人，但是给朋友介绍了另一家公司，让他去面试，就这样，他找到了新的工作。有人说：“30岁以前靠专业赚钱，30岁以后靠为人处世赚钱。”可见处世的重要性。

为人处世不要轻易与人争论，即使非争论不可的时候，也要注意场合，分清对象，与根本没有争论基础的人争论，是争论不出什么名堂的。在不同的场合，面对不同的对象，我们的言行举止一定要慎之又慎。好朋友在一起的时候，我们可以用幽默的口吻或者是开玩笑的口吻来指出对方的错误，既然彼此是好朋友，对方知道自己错了，就不会与你斤斤计较。但是，遇到好抬杠的人，或是不管有理无理就喜欢争论的人，我们最好适可而止，哪怕装一回愚笨，也不要与之争辩，因为这种人本身就是一个无理取闹、心胸狭隘的人，如果你过于指责他的话，他会口不择言，甚至诋毁、辱骂于你，这就远非是争论的范畴了。

会做人的人，在遇到争论的话题时总会选择沉默。即使自己的口才出类





拔萃，他们也不愿意与他人进行没有必要的争论。哪怕是在迫不得已被卷入争论中时，他们也会甘愿充当失败的一方。因为口舌上的胜利只能够带来片刻和瞬间的痛快，而主动认输却能够换得他人的好感，有效避免受他人的排斥和攻击。

退让是为人处世的一种精神境界，是积蓄力量的一种缓和的方法，是为了做大事才会退让。在现实生活中，我们也经常会遇到许多需要自己忍让的情况，不管是因人还是因事，面对自己不利的境况时，就要学会先退让一步，不要因一时的不冷静而走极端。

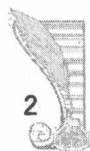
每一个伟大的成功者背后都有另外的成功者。没有人是依靠自己一个人就能达到事业的顶峰的，假如你决心成为出类拔萃的人，千万要懂得为人处世的重要。

心理专家告诉我们，我们每一个人都有一些需要打开的心结。这些心理盲点，如果及时调节，可能很快会恢复正常。基于现代人心理的需要，本书以生动贴切、具有代表性的故事，科学有条理地分析和讲述了用智慧开启美丽人生、与人交往要热情谦和、低调做人的远见卓识、懂得选择与放弃才能成就智慧人生、宽容和乐观使你的生活更加精彩、如何迈向事业成功的彼岸、做人做事要务实、勇敢地跨越处世的心理盲区、如何克服阻碍自我发展中的不足等方面的问题。这是一本心灵的对话书，你可以逐步褪去繁重的装束，可以放心地没有干扰地去审视自己，思考自己，不必在意他人的嘲笑，有的只是倾听和关注。

希望本书能够真正成为读者的良师益友，能够为读者的心理健康增添一份微薄之力，使大家能够走出心灵的困惑，迈向成功之路。

2009年初夏 北京

西直门文化部宿舍





目录

智慧一

用智慧开启美丽人生

作为心灵和思想的主人，心灵的四季更替完全是由我们自己来决定的，当心灵饱受折磨的时候，我们为什么不可以将一缕清爽的春风引入心田呢？如果心灵中充满着善良、高尚、友爱、诚实、和谐，那么，一切不良思想就会消失。乐观会驱逐悲观，希望会驱逐失望，快乐会驱逐沮丧。

1. 打开心灵枷锁，摆脱心灵的束缚 / 3
2. 放飞自己的心灵，让心情休假 / 5
3. 心中充满阳光，一切恶意的思想自然会烟消云散 / 7
4. 用美好的心灵开启幸福的生活 / 10
5. 赞美是人与人之间交往的润滑剂 / 13
6. 如何选择真正的朋友 / 16
7. 与朋友共同营造和谐的氛围 / 18
8. 确定人生目标，实现美丽人生 / 21
9. 完美主义不仅束缚了自己，也束缚了别人 / 24
10. 一个充满爱心的人会得到意想不到的收获 / 28
11. 别让自卑占据你的心灵 / 31
12. 良好的印象是打开交往大门的一把钥匙 / 34
13. 学会分享，实现共赢 / 37





智慧二

与人交往要热情谦和

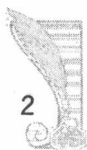
谦和是每个人必备的品格，具有这种品格的人，在待人接物时能温和有礼、平易近人、尊重他人，能虚心求教，善于倾听别人的意见和建议，取长补短。有自知之明，在成绩面前不居功自傲；在缺点和错误面前不文过饰非，能主动采取措施加以改正。

1. 谦虚谨慎是每个人必备的品德 / 43
2. 勇于承认错误反而能够保全自己 / 45
3. 批评要用委婉、隐蔽、暗喻的策略和方式 / 47
4. 既要拒绝对方，同时又不损害彼此的正常关系 / 49
5. 礼让常常能使彼此互让 / 51
6. 和声细语的交谈最受欢迎 / 53
7. 与人交谈的内容要经过“筛选” / 56
8. 微笑能让别人快乐，使自己幸福 / 59
9. 避免争论，赢得他人的好感 / 61
10. 炭火最暖，情谊最深 / 64
11. 热情可以转化为巨大的能量 / 66

智慧三

低调做人的远见卓识和深厚城府

低调做人是一种境界，一种风度，一种修养，一种去留无意的胸襟，一种荣辱不惊的情怀。甘于低调做人者，总能以平常心面对喧嚣的世界、纷扰的人群，在为人处世上从不表现出骄慢、卖弄和过分张扬的姿态来，而是把自己的举止言行融于常人当中，并始终把自己看做是社会上普普通通、平平常常的一员。这不仅是一种做人的标准，也是一门做人的艺术。





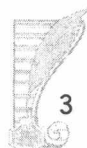
1. 做人有分寸，讲话要适当 / 71
2. 低调做人更容易获得别人的钦敬、认同 / 73
3. 懂得运用韬光养晦，厚积薄发 / 75
4. 居高自省、低调自察是人生的高境界 / 78
5. 受人冷嘲热讽时的应对技巧 / 80
6. 双赢是合作的舞台而不是竞技的场所 / 82
7. 低头做人被成功者奉为处世的圣经 / 85
8. 同行合作可以在互惠互利的基础上实现双赢 / 87
9. 要想“高人一筹”，先学“低人一等” / 89
10. 良好的人际关系是迈向成功的第一要素 / 91
11. 该低头时就低头是一种处世智慧 / 94
12. 宁得罪君子，不得罪小人 / 96

智慧四

懂得选择与放弃才能成就智慧人生

面对纷繁复杂的世界，懂得选择与放弃的人，会用乐观、豁达的心态去对待人生，他们每天都有快乐和愉悦的心情伴随左右。而不懂得适时选择与放弃的人，不仅最终未能达到目标，而且会常常陷于苦恼之中。

1. 大弃大得，小弃小得 / 101
2. 领导者要学会该放手时就放手 / 103
3. 只有学会放弃才能不断有所收获 / 105
4. 放弃贪婪，选择节俭 / 107
5. 得不到想要的，但可以得到真正所需的 / 109
6. 客观地选择自己喜欢的生活方式 / 111
7. 不要疏远失意的朋友 / 114
8. 选择正确的思考方法让你发挥出巨大的潜能 / 117
9. 良好的习惯是你永远的选择 / 119
10. 挫折面前永不言弃 / 122





11. 摆脱烦恼与忧愁 / 125

12. 选择学习知识便拥有未来 / 127

智慧五

宽容和乐观使你的生活更加精彩

宽容是一种坚强，而不是软弱。宽容要以退为进、积极地防御。宽容所体现出来的退让是有目的、有计划的，主动权掌握在自己的手中，无奈和迫不得已不能算宽容。乐观是一份自然，做自己想做的事，做好自己选择的事，自然地做人，自然地笑，自然地生活。乐观还是一种健康，不仅拥有健康的体魄，更要有种健康、平和的心态，懂得如何善待自己，如何给自己一份关爱。

1. 宽容是橡皮擦，可以擦去人们之间的相互伤害 / 131

2. 以客观的态度对待他人的怀疑 / 133

3. 宽容是一种坚强，而不是软弱 / 136

4. 忍是理智的抉择，也是成熟的表现 / 138

5. 冷静面对不尽如人意的事情 / 140

6. 能忍善忍，是战胜磨难的良方 / 143

7. 成为一个勇于承认错误的聪明人 / 145

8. 不要活得太累，学会感受生活的快乐 / 147

9. 在工作中寻找乐趣 / 151

10. 如何营造快乐的家庭生活 / 153

11. 让快乐围绕在你身边 / 156

智慧六

如何迈向事业成功的彼岸

一个人在事业上取得什么样的成绩，往往在于付出了怎样





的努力。在职场，你只有充满活力，努力工作，积极进取，追求上进，而虚度大好光阴会荒废你的一生。

1. 巧妙地与上司相处有助于事业的成功 / 161
2. 在下属面前树立良好的形象和声誉 / 164
3. 与同事愉快地合作 / 166
4. 拥有一技之长，更好地立足社会 / 168
5. 成功晋升靠实力，同样也靠技巧 / 171
6. 与领导交往最重要的技巧之一就是适时“糊涂” / 174
7. 职场中被人排挤的应对技巧 / 176
8. 放弃敷衍，选择敬业 / 179
9. 坦然面对职场中不如意的事情 / 182
10. 初入职场的年轻人怎样得到别人的认同 / 185
11. 得体地拒绝领导委托的事情 / 188
12. 上司永远是决策的下达者 / 191
13. 掌握面试的技巧 / 194
14. 在求职中成功地进行自我推销 / 197
15. 开发、培养、增强自己的创造能力 / 200
16. 有对手，人生才精彩 / 203

智慧七

做人做事要务实

社会是由形形色色的人组成，要想在社会上生存，就要学会在复杂多变的情况下保护自己，在人际交往中多一个心眼，少一点棱角，多一些圆融通达，在各种场合下都能够应付自如，左右逢源。

1. 既不盲目努力，也不安于现状 / 207
2. 驱散忧愁，泰然地应对生活中的一切变故 / 210
3. 爱护自己，善待自己 / 212
4. 揣摩对手才能事半功倍 / 214



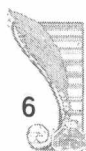
5. “装傻”看似愚笨，实则聪明 / 217
6. 同学之间的情谊值得保护和维系 / 220
7. 社交礼仪中的相互介绍 / 223
8. 学会在复杂多变的情况下保护自己 / 226
9. 巧妙拒绝，晓之以理 / 229
10. 怎样应对尖酸刻薄的话 / 232
11. 不要过分地亲近或疏远任何人 / 235
12. “假糊涂”可以把事情处理得十分圆满 / 237
13. 经历了一次妥协就打开了一道希望的大门 / 239

智慧八

勇敢地跨越处世的心理盲区

遇到失败或者不愉快的事情，我们一定要想办法去化解它。要化解坏心情，最好的办法就是以一种超然、客观的态度去对待现实。你越不主动解决问题，就越有可能出现问题。唯一的解决方法是深入你内心的禁区进行一番探查，找出原因，勇敢地跨越心理盲区。

1. 消除嫉妒，胸怀坦荡 / 245
2. 对人不要太苛求 / 248
3. 和同事交流要把握好分寸 / 251
4. 跨越束缚自己快乐的盲区 / 253
5. 学会掌控愤怒的情绪 / 255
6. 用尽心思，把握正确的交友动机 / 257
7. 与朋友交往应避免的心理误区 / 260
8. 与同事交往应避免的心理误区 / 263
9. 猜疑心理的表现及应对技巧 / 266
10. 谨防同事的“暗箭” / 269
11. 勇敢地面对挫折的挑战 / 271





智慧九

如何克服阻碍自我发展中的不足

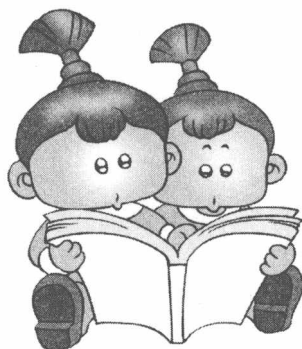
要学会总结经验，欣赏自己，肯定自己，暗示自己“我能行”，就能逐步摆脱“事事不如人，处处难为己”的困扰，就会感到生命有活力，从而保持奋发向上的劲头。

1. 努力改掉坏习惯 / 277
2. 学会与自己不喜欢的人相处 / 279
3. 正确对待情感生活 / 282
4. 遇事不可斤斤计较 / 285
5. 自信可以成就辉煌的人生 / 287
6. 如何摆脱失恋带来的痛苦 / 290
7. 在同事面前不宜以自我为中心 / 293
8. 避免择业中的误区 / 296
9. 心不诚则不灵，行则不通，事则不成 / 298
10. 喜欢背后议论他人不是正人君子的处世作风 / 301
11. 如何避免他人对自己的伤害 / 304



用智慧开启美丽人生

作为心灵和思想的主人，心灵的四季更替完全是由我们自己来决定的，当心灵饱受折磨的时候，我们为什么不可以将一缕清爽的春风引入心田呢？如果心灵中充满着善良、高尚、友爱、诚实、和谐，那么，一切不良思想就会消失。乐观会驱逐悲观，希望会驱逐失望，快乐会驱逐沮丧。





1

打开心灵枷锁，摆脱心灵的束缚

摆脱心灵的束缚，简单而充实地生活，让欢笑洒满你的每一天。笑对一切困难并战胜它们，才能走向成功之路。

精神上的枷锁有以下几种：一是面对失败，过于注重别人的看法。这的确是一种最普遍而且最具自我毁灭的心理状态。它会伤害你的创造力和人格，把你原有的能力破坏殆尽，使你停滞不前。为摆脱这种枷锁，你不妨想一想任何人都不会“先知先觉”，他们往往是“事后诸葛亮”。二是一旦失败，便将自己初始的动机统统地扼杀。你会不断重复着说：“早知如此，何必当初。”为了摆脱“注定会失败”的枷锁，你不妨想着“我将要成功”而不会失败。“我是一个胜利者”而非“一个失败者”。对每一位有志之士来说，他都必须对过去所犯的错误保持正确的看法，从而使他得以突破，再创佳绩。如果你能将自己的失败看成是很有价值的教育投资的话，那就毫无损失了。因此，你完全不必把“过去的错误”看得太重。其实那根本不能算作失败，只能算是受教育，它能教会你许多事情，使你更加成熟。三是害怕失去机会。许多失败者认为太晚了，事情已无法挽回，无法再创业了，因此逆来顺受地熬日子。

有时候，世间的事不是我们都能掌握主动权或只要努力就能做好的，有许多事我们只能尽到本分，仅此而已。所谓“谋事在人，成事在天”，明白了这一点，我们就不会因遭遇外界的压力和痛苦而使自己也变得郁郁寡欢或烦躁不安。对人世间的痛苦我们都会烦恼，这是正常的合乎情理的心理现象。但我们要尽量与痛苦保持适当的距离，只有这样，才是处理痛苦的妙方，也是让我们继续把事情做好的唯一方法。

你可以在遇到烦心的事时有意识地改变一下想法。比如在乘公共汽车时遇到交通堵塞，一般人会焦躁不安，但你可以想：“这正好使自己有机会看看街景，换换脑子。”如果朋友失约没有来找你，你也不必生闷气，你可以

