

•人生哲理智慧书系•

李津◎编著



SANFENZUOSHI QIFENZUOREN

三分做事 七分做人

——为人处世的深刻哲理，行走社会的黄金法则

做人是一门艺术，更是一门学问。一个人不管有多聪明，多能干，背景条件有多好，如果不懂得如何去做人，那么他最终的结局肯定是失败。

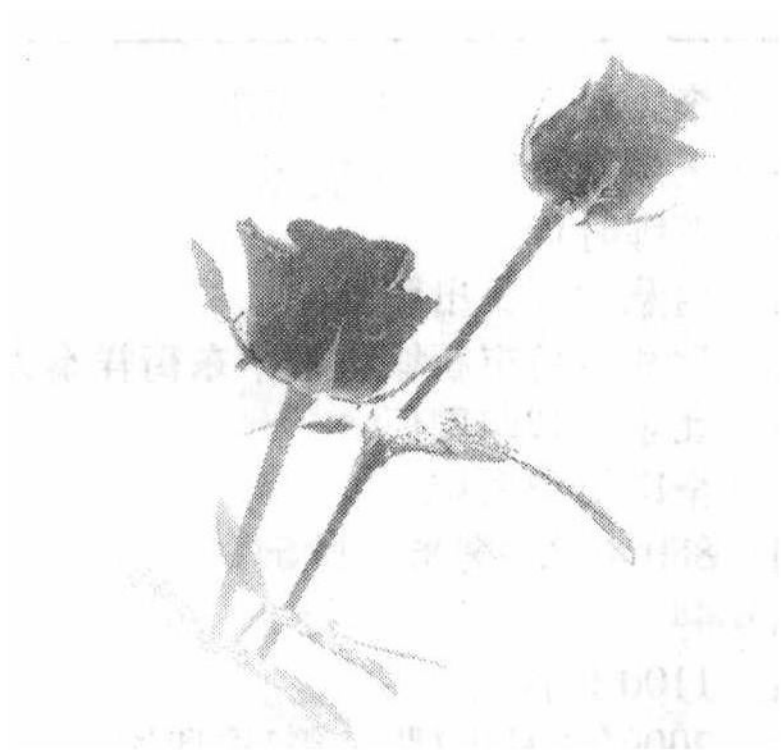
2009
最新版

内蒙古人民出版社

人生哲理智慧书系

三分做事，七分做人

李津 编著



内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

三分做事 七分做人/李津编著. —呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2009.7

(人生哲理智慧书系)

ISBN 978-7-204-10101-6

I. 三… II. 李… 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119462号

人生哲理智慧书系

作 者: 李 津

责任编辑: 王继雄

封面设计: 亚晖时代

出版发行: 内蒙古人民出版社

地 址: 呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦

印 刷: 北京才智印刷厂

经 销: 全国新华书店

开 本: 880×1230毫米 1/64.

印 张: 44

字 数: 1100千字

版 次: 2009年9月第1版 第1次印刷

印 数: 1-9000 (套)

书 号: ISBN 978-7-204-10101-6 / G-2998

定 价: 80.00元 (全8册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。

联系电话: (0471) 4971562 4971659

前言

做人做事是一门艺术，更是一门学问。为人处世的深刻哲理，行走社会的黄金法则。三分做事七分做人，做人要学习狐狸的聪明，做事要借鉴狮子的果断！很多人之所以一辈子都碌碌无为，那是因为他活了一辈子都没有弄明白该怎样去做人做事。

做人做事是相辅相成的两个方面，不可偏废。会做事，你才能胸有成竹，气定若闲，谈笑间办成你梦寐以求的好事。会做人，你才能赢得一世好名，才能赚得人气，建立人脉，为做事的成功积蓄更加雄厚的资本。

从表面上看，做人做事似乎很简单，有谁不会呢？其实不然，比如说你当一名教师，你的主观愿望是当好教师，但事实上却不受学生欢迎；你去做生意，你的主观愿望是赚大钱，可偏偏就

赔了本。抛开这些表层现象，去发掘问题的症结，你就会发现做人做事的确是一门很难掌握的学问。

每一个生活在现实社会中的人，都渴望着成功，而且很多有志之士为了心中的梦想，付出了很多，然而得到的却很少，这个问题不能不引起人们的深思：你不能说他们不够努力，不够勤劳，可为什么偏偏落得个一事无成的结局呢？这值得我们每一个人去认真思考。

光会做事，不会做人，即便你能获得暂时的成功，也享受不到成功带来的快乐。因为一个人际关系恶劣，对立面、反对派、积怨甚多的人，会招致众叛亲离，最后沦为孤家寡人。

光会做人，不会做事，只顾八面玲珑，四处讨好，结果是浪费了感情，浪费了精力。瞻前顾后，便无暇筹划大事，到头来还是过得索然无味，毫无成就。

人的一生无非要用自己的实际行动回答两个问题：一是如何做事；二是如何做人。人做好了，事半功倍。人没做好，事倍功半。所以说，决定人生成败的三分在做事，七分在做人。真正的成功者无不深谙既会做事、又会做人的奥妙真

谛，所以才能达到无住而不胜的高超境界。《三分做事，七分做人》这本书贵在向你传授“三分做事，七分做人”的攻心策略，并非单纯的做事技巧，亦非空洞的做人理念，而是将做人寓于做事之中，通过一件件具体的例子来阐述做人的道理。可以说，本书是一把开启事业与人生成功的钥匙，不仅带给你解读人心的意外惊喜，还教给你说话办事的实用技巧和为人处世的深刻道理。



目录 Contents

第一课 要想成事，先学做人

1. 允许别人比自己好 2
2. 虚怀若谷，人亦近之 6
3. 谦让为上，不要狂妄自大 12
4. 小不忍则乱大谋 14
5. 低调处世，淡泊名利 17
6. 养成良好的习惯 20
7. “和”字值千金，狂傲丢性命 25
8. 拥有感恩的心 30
9. 诚实不欺，赢得尊重 33
10. 不骄不躁，居高自省 36
11. 给人留面子，给自己留退路 41
12. 凡事要留有余地 49
13. 以诚待人，以信立身 55

第二课 圆融处世，积累人脉

1. 多位朋友，多份选择 64
2. 职场友谊需要尺度 66
3. 建立人际关系需要方法 73
4. 如何建立职场亲密同盟 78
5. 不疏远落魄的朋友 82
6. 求助贵人要讲究方式 84
7. 搞好关系要善套近乎 88
8. 创业者需要殷勤结交的几类人 91

第三课 低调做人，高标处事

1. 不出风头便不会被风摧折 96
2. 不露才不会轻易遭遇对手暗算 99
3. 别轻易暴露自己的“野心” 105
4. 收敛起自己的出格语言 110
5. 学做傻中精，不做精中傻 114
6. 高标是处世的驰步尺度 117
7. 放下自己高贵“架子” 121
8. 得意之时勿忘形 129

第四课 做人兼做事的技巧

1. 为人处世的基本技巧 134
2. 厚脸皮做人，硬头皮做事 137
3. 冷静面对不如意的人和事 141
4. 把握好做人做事的黄金分割点 145
5. 做人做事不能只凭一腔热血 149
6. 做事既要多谋，还要善断 151
7. 做人不要恃才傲物 155
8. 才大不可气粗，居高不可自傲 159
9. 学会主动推销自己 163
10. 如何看起来像个赢家 167

第五课 做人做事，左右逢源

1. 如何在谈话中展现你的人格魅力 ... 174
2. 你掌握赞美别人的原则了吗 181
3. 批评需要表扬的外衣来掩护 185
4. 与上司交流需要技巧 188
5. 求人办事心要诚 196
6. 如何拥有好的人缘 200
7. 经常向别人送顺水人情 209
8. 避免不必要的麻烦好办事 213

第六课 做人有方法，前途才能有发展

1. 与他人沟通交流收益会很大 218
2. 交友是一种艺术 221
3. 不可错过交际的好机会 224
4. 交际要善于观察，认得个性 227
5. 人缘层次越高越好 230
6. 牢记不能与之合作的三种人 233
7. 人际关系是有“舍”才有“得” ... 239
8. 用你的热情去感染对方 243
9. 如何让对方掏心窝子 246

第七课 会做人比仅仅能做事重要

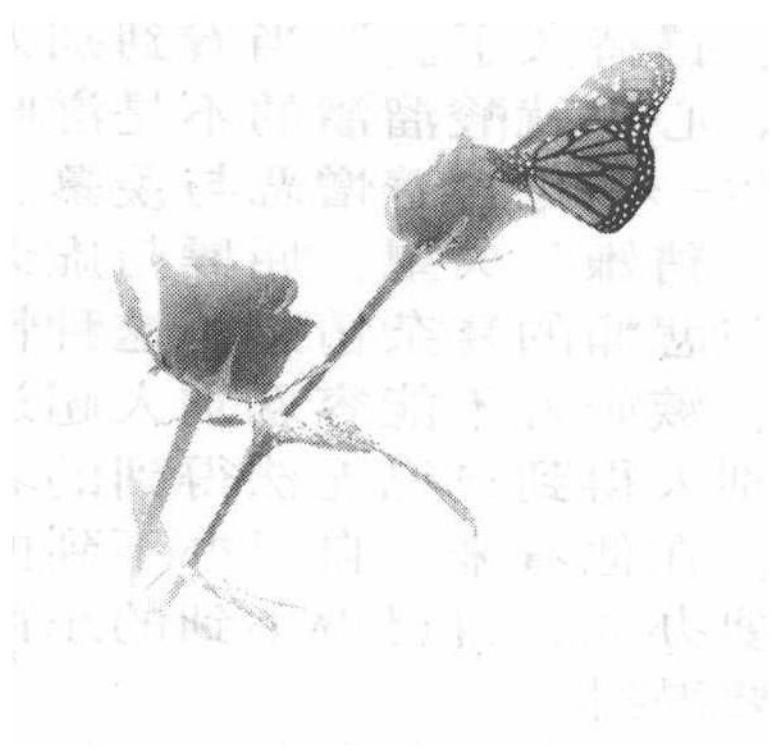
1. 摆正自己的位置，不做分外之事 ... 250
2. 评价一个人，做到全面观察，客观分析
..... 260
3. 了解对方的喜好，赢得对方好感 ... 265
4. 要摆脱妒忌，就帮助妒忌你的人 ... 270
5. 看到对方出丑，最好不露声色 275
6. 从感情入手，容易击败对方 278
7. 打动对方的心，去关心他的亲人 ... 283
8. 喜欢对方，对方才会喜欢你 288

第八课 做事要学会算计、运用手段

1. 主动自发地去做事 294
2. 对待事情要保持积极的心态 299
3. 每天比别人多做一些 304
4. 用心做事，凡事尽力而为 308
5. 专心致志，从事其业 311
6. 不要忽视工作中的小事 318
7. 抓住机会，快速行动 326

第一课

要想成事，先学做人





1. 允许别人比自己好

三
分
做
事

嫉妒是由于别人胜过自己而引起抵触的、消极的情绪体验。黑格尔曾说：“嫉妒是平庸的情调，对于卓越才能的反感。”嫉妒是一种心理缺陷。

七
分
做
人

在日常生活中，嫉妒的存在是很普遍的。英国科学家培根说：“在人类的一切情欲中，嫉妒之情恐怕要算作最顽强、最持久了。”当看到别人比自己强时，心里就酸溜溜的不是滋味，于是就产生一种包含着憎恶与羡慕、愤怒与怨恨、猜嫌与失望、屈辱与虚荣，以及伤心与悲痛的复杂情感，这种情感就是嫉妒。嫉妒者不能容忍别人超过自己，害怕别人得到自己无法得到的名誉、地位等。在他看来，自己办不到的事别人也不要办成，自己得不到的东西，别人也不要得到。

嫉妒程度有浅有深，程度较浅的嫉妒，往往深藏于人的潜意识中，不易觉

第一课 要想成事，先学做人





察。如自己与某同学是好朋友，他的学习成绩、能力等都较强，对自己的好朋友并不想加以攻击，但在内心总有一点酸楚。而程度较深的嫉妒，会自觉或不自觉地表现出来，如对能力超过自己的同学进行挑剔、造谣、诬陷等。

嫉妒是人本质上的缺点，英国哲学家培根曾说：“嫉妒这恶魔总是在暗暗地、悄悄地毁掉人间的好东西。”莎士比亚说：“您要留心嫉妒啊，那是一个绿眼的妖魔！谁做了它的牺牲品，谁就要受它玩弄。”首先，嫉妒心理影响身心健康，嫉妒心强的人容易患心身疾病。研究表明，嫉妒能造成人体内分泌紊乱，消化腺活动下降，肠胃功能失调，经常腰酸背痛和胃痛腹胀，夜间失眠，血压升高，脾气暴躁古怪，性格多疑，情绪低沉。久而久之，高血压、冠心病、神经衰弱、抑郁、胃及十二指肠溃疡等身心疾病就和嫉妒者如影相随了。现代身心医学研究还显示，脑和人体免疫系统有密切联系，嫉妒可使大脑皮层功能紊乱，引起人体免疫系统的胸腺、脾、淋巴腺和骨髓的功能下降，造



成人体内免疫细胞和免疫球蛋白生成减少，使机体抗感染的抵抗力下降。由此可见，嫉妒不仅使精神受到折磨，对身体也是一种摧残。其次，嫉妒心强影响学习。嫉妒心直接影响人的情绪，而不良的情绪会大大降低学习的效率。另外，嫉妒心强可能使我们结交不到知心朋友。嫉妒心强的人往往事事好胜，常想方设法阻止别人的发展，总想压倒别人。这可能使同学、朋友想躲开你，不愿与你交往。从而给自己造成一个不良的人际关系氛围，你会感到孤独、寂寞。

如何克服这一性格上的弱点呢？

(1) 培养豁达的人生态度，心胸开阔，要懂得“天外有天，人外有人”、“强中自有强中手”，这是客观规律。

(2) 转移注意力，给自己一个不嫉妒的理由。

当我们有很多事情要做时，我们就无暇去嫉妒别人。因此，积极参与各种有益的活动，努力学习，勤奋工作，使自己真正充实起来，那么，嫉妒的毒素就不会滋生、蔓延。为了缓解失败给自





己带来的心理上的不平衡感，可以找一些理由，使自己不再嫉妒别人。

(3) 看到自己的长处，化嫉妒为动力。

一个人在嫉妒别人时，总是注意到别人的优点，却不能注意自己比别人强的地方。其实任何人都有不如别人的地方，当别人在某些方面超过我们时，我们可以有意识地想一想自己比对方强的地方，这样就会使自己失衡的心理天秤重新恢复到平衡的状态。

总之，对别人产生了嫉妒并不可怕，关键要看你能不能正视嫉妒。不妨借嫉妒心理的强烈超意识去奋发努力，升华这种嫉妒之情，把嫉妒转化为成功的动力，化消极为积极，超越别人！





2. 虚怀若谷，人亦近之

三
分
做
事

七
分
做
人

第一课 要想成事，先学做人

老子把虚怀若谷者形容为：敦敦厚厚、朴朴素素、旷旷达达、空阔一片、自自然然、大智若愚的形象。它在我国思想界影响甚广。它是我国优秀的文化遗产，是中华民族宝贵的精神财富。

毛泽东主席在建国初期就告诫全党：“进城，夺取全国胜利，这只是万里长征走了第一步，今后路更长，工作更伟大，更艰苦。这一点现在就必须向党内讲明白，务必使同志们继续保持谦虚、谨慎、不骄、不躁的作风。”

建国几十年了，我们取得了举世瞩目的成绩，综合国力大大增强，人民生活水平大大提高，社会也得到了长足的发展。

提起谦虚、谨慎、不骄、不躁，我们不能不想到虚怀若谷这一成语。

虚怀若谷这一词在我国已有二千多年的历史了，最初出于《老子》第十五

