

方与圆

最新版



一部揭示人生轨迹的精彩画卷



阮晓波 侯书森 编著

石油工业出版社

方圓乃處世之道。

方外有圓，圓內有方。能方能圓，方圓統一，

方圓恰到好處，乃人生之大智慧、大贏家，乃人生之大境界。
方與圓，窮盡天與地，左右成與敗，成就你和我。

方 与 圆

最新版



既晓波 设计

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

方与圆/阮晓波, 侯书森编著.
北京: 石油工业出版社, 2010. 2
ISBN 978 - 7 - 5021 - 7645 - 7

- I. 方…
II. ①阮…②侯…
III. 人生哲学 - 通俗读物
IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 021666 号

方与圆

阮晓波 侯书森 编著

出版发行: 石油工业出版社
(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)
网 址: www.petropub.com.cn
编 辑: (010) 64523643 发 行: (010) 64523603
经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京晨旭印刷厂

2010 年 2 月第 1 版 2010 年 2 月第 1 次印刷
710 × 1000 毫米 开本 1/16 印张 14.75
字数: 230 千字

定 价: 28.00 元
(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)
版权所有, 翻印必究



前言

方圆之道，自古至今，便被视为生命之大道，做人之大智，做事之大端。

对方与圆的辩证认识，揭示了人生为人处世的高超艺术，无论是做人还是做事。

方圆之道，是中华先哲留给我们的智慧财富和精神遗产。曾被祖先们反复证明，曾在历史上屡建奇功。

只是到了当代，人们似乎更加注重自我，更加追求放纵，更加乐意享受，使得方圆之道似乎离不少现代人渐行渐远，开始变得陌生起来。于是，生活中我们总能见到这些现象：有的人跑得很快却常常跌倒，有的人跌倒了却不能站起来；有的人得到了却很容易失去；有的人失去了却不知错在哪里；有的人成功了却常常感到失落，有的人失落了却无休止地抱怨整个世界……

当我们的思想快被物质的欲望所掏空时，也许古老的方圆哲学会让你不再空虚。当我们的人生将被无谓的任性颠覆时，也许前人的方圆智慧会帮你重新开始。因为，一旦你步入了方圆人生的轨道，你就会看到生活中更美丽的风景，你会找到生命中更多的精彩画卷。如果用一句最简单的话概括方圆人生的意义，那就是：做人要有底线，做事要会变通。因为，做人知方圆，天地任你行；做事善方圆，天下无难事。

古往今来，研究方圆之道的圣贤不计其数，所以，今天的我们才有幸能够学习到如此精妙的为人之道和处世智慧；运用方圆智慧的案例也数不



胜数，所以，今天的我们才能欣赏到那样精彩的历史故事和警世典故。以一种最通俗易懂的方式将古人的智慧与今天的生活结合起来，就有了方圆人生的新解与方圆艺术的再现。以一种最简明实用的形式把高深的思维与普通的人生连结起来，就有了这本耐人寻味、发人深省的人生励志读本《方与圆》。

本书首先阐述了方圆之道的基本要义与一般要求，层层递进地阐释了方圆交融、方圆并用、方圆互变的人生智慧，以使读者了解何为做人之方，何为处世之圆，何时运圆以守方，何事持方以融圆。然后，又分别从做人、处世、社交和办事的各个侧面，具体地介绍了方直立身、圆融做人、圆中见方、明圆暗方、求方顺圆的做人、处世技巧。全书理论联系实际，案例精彩纷呈，妙招层出不穷，既充满趣味又发人深省，是一本使人读来有益，学后受益的人生指南读物。

天方地圆，无限广阔。人在其中，微如芥子。然而，掌握了方圆之道的大智慧，天地就会变得很小，人生就会变得伟大。因为，此时的你已经真正看清了世界，真正读懂了自己。





目 录



方圆人生篇：方圆之道，人生之大道

一、方圆并济，人生的超凡大智慧..... (2)

1. 方，堂堂正正做人之本 (2)

2. 圆，左右逢源的处世之道 (4)

3. 方圆相济，人生的至高境界 (5)

4. 方圆处世，方可游刃有余 (6)

5. 既方且圆，美满人生的真谛 (7)

二、方正为本，坚持人生的大原则 (11)

1. 方正做人，遵循原则和规则 (11)

2. 圆中有方，始终不忘大原则 (12)

3. 正直诚实，方正做人的基础 (14)

4. 不要无原则、无主见地滥充好人 (15)

5. 必要时，做一回“恶人”也无妨 (16)

三、方中有圆，圆融方能安生 (18)

1. 做人让人三分，凡事留有余地 (18)

2. 能伸能屈，主角配角都能演 (20)



- ② 避招风雨，安身立命知进退 (22)
- 四、方圆交融，虚实相生显力量 (24)**
- ① 既要有原则，又要善妥协 (24)
- ② 刚柔互用，二者不可偏废 (25)
- ③ 看事要心活，想事要周全 (27)
- 五、圆中见方，把握好分寸是关键 (30)**
- ① 做事要认真，但不要过份较真 (30)
- ② 善良有分寸，不要过于客气和顺从 (32)
- ③ 诚义有尺度，坦诚而不轻率 (35)
- ④ 谦虚有分寸，真实而不虚伪 (38)
- ⑤ 退让有度，敢于保护自己的利益 (39)
- ⑥ 办事有分寸，不要随意应人所求 (41)

方圆做人篇：方圆有道，做人之大智

- 一、以圆待人，宽容的胸怀是成功者的素质 (46)**
- ① 让人为高，宽容是一种博大的胸怀 (46)
- ② 欲成大事者，就要待人以宽 (48)
- ③ 宽容大度是成功者的必备素质 (50)
- ④ 怀有宽容之心能够创造生命的美丽 (51)
- ⑤ 学会宽容，也就是学会了爱自己 (53)
- ⑥ 给人以台阶，不要轻易让人丢面子 (54)
- ⑦ 努力避免伤害他人的自尊心 (56)





二、内方外圆，示愚是一种大聪明	(60)
1. 藏锋露拙，乃是真正的智者	(60)
2. 藏巧于拙，暗隐自己的意图	(61)
3. 韬光养晦，示弱于人巧避祸	(63)
4. 隐优暴缺，在适当的时候学会示弱	(66)
5. 职场上不妨采取低姿态是一种大境界	(68)
三、明圆暗方，忍让是一种强者的心态	(71)
1. 忍小谋大，方圆人生忍为高	(71)
2. 忍让，成就大业的强者心态	(72)
3. 忍心头傲气，获得无限收益	(74)
4. 忍气制怒，烦事需要冷静处理	(75)
5. 忍对诱惑，远离沽名钓誉	(77)
6. 忍对冤屈，在磨难中成长	(79)
7. 忍者有度，忍无可忍不强忍	(81)
四、既方且圆，做人要真正的高明	(83)
1. 不要告诉人家你更聪明	(83)
2. 与精明人共事，绝对要低调	(85)
3. 即使对了也不要急于证明	(86)
4. 做人千万不要恃才傲物	(87)
5. 善于布局，掌握自己的命运	(89)
6. 道歉是高明者善于做人的小诀窍	(91)
五、方直立身，磨难不改其志	(94)
1. 自强不息，把人生不幸踏在脚下	(94)



- 2. 厄运压不垮意志坚强的人 (97)
- 3. 永远不向困难和挫折低头 (99)
- 4. 屡败屡战，不断地在挫折中奋起 (101)
- 5. 通过心理调适战胜自我、战胜环境 (103)
- 6. 当意外出现时，要像平时那样镇静 (104)

方圆处世篇：守规且融处世之大智

一、以方立世，处世不要太精明 (108)

- 1. 过于精明会搬起石头砸自己的脚 (108)
- 2. 机关算尽，聪明反被聪明误 (109)
- 3. 谎言只能一时奏效，绝不会长久 (111)
- 4. 伪诈之人最终骗的是自己 (112)
- 5. 以诈毁信，终将使自己一无所成 (114)
- 6. 惯用欺诈者，最终难逃失败厄运 (116)

二、方者须圆，处世不可太偏执 (118)

- 1. 审时度势，做人不要太死板 (118)
- 2. 教条地遵守原则，容易走极端 (120)
- 3. 率性而为，会导致人生挫折 (122)
- 4. 不要当面揭穿别人的错误 (124)
- 5. 别让无谓的争斗羁绊成功脚步 (127)

三、圆融变通，随机应变识时务 (130)

- 1. 水随器而圆，人随水则变通 (130)





2. 变通思维才能通向成功大道	(132)
3. 千万别让固有思维害了你	(134)
4. 随机应变, 不按规则出牌	(135)
5. 相时而动, 于变通中见机行事	(137)
6. 处变不惊, 临变莫动色	(139)
四、心圆志方, 生气不如长志气	(141)
1. 轻松生活, 不做爱生气的人	(141)
2. 不为一些小事而烦恼	(142)
3. 凡事多往好处想一想	(144)
五、守方顺圆, 进退有术事事成	(148)
1. 以退为进, 海阔天空	(148)
2. 先退后进, 隐退只为积蓄力量	(150)
3. 能进能退, 做事游刃有余	(152)

方圆社交篇: 活用人脉, 交往之大要

一、方圆并用, 交朋结友需要理性	(156)
1. 与人交往, 自尊而不自负	(156)
2. 疏通人际, 首先需要通晓人性	(158)
3. 广结善缘, 建立自己的人脉关系	(160)
4. 学会做“人我”的转换	(164)
5. 避免踏入人际交往的误区	(166)
二、刚柔并济, 与人相处需要用心	(169)



1. 善用方圆之术搞好与上司的关系	(169)
2. 适当为上司背一背“黑锅”	(171)
3. 灵活变通, 对同事的过错侧面点拨	(173)
4. 把竞争对手变成自己的得力助手	(176)
5. 是非面前, 学会平衡人际关系	(177)
三、直言圆说, 才能办好事	(180)
1. 谈吐自如, 掌握说话的诀窍	(180)
2. 多说有礼貌的话	(181)
3. 实话要巧说, 美言要善说	(182)
4. 不要轻易直言他人之过	(185)
5. 把批评的话揉到赞美中	(187)
6. 许诺的话要模糊弹性地说	(189)
7. 把劝人的话反着说出来	(191)
8. 把巴结的话说得不露声色	(194)
9. 离间的话不要太露锋芒	(196)
四、运圆守方, 办事要有心机	(198)
1. 广交善缘, 通出路子好办事	(198)
2. 巧办难事, 须善交有价值的人	(200)
3. 攀结关系, 利用乡情为己办事	(203)
4. 感情投资, 日积月累不断线	(205)
5. 巧施恭维, 善借异性帮你办事	(208)
五、方中见圆, 迂回办事有诀窍	(211)





1. 见机行事，灵活运用蘑菇战术	(211)
2. 欲擒故纵，迂回前进	(213)
3. 曲径通幽，直路不通绕道行	(214)
4. 先满足别人之后再提自己的要求	(216)
5. 不好办的事，不妨拖一拖	(218)
6. 面对拒绝，不必放在心上	(219)



方圆人生篇：

方圆之道，人生之大道



方与圆，代表着生命运动的两种形式。执着其一，生命就不再完美。

方与圆，体现着人生成功的两大要素，失去其一，人生就不再完整。

就像宇宙中所有既对立又统一的矛盾组合一样，方与圆的人生智慧，是在互补中为生活提供着能量，是在相融中为成功输送着动力。

方圆之道，乃是生命之大道。方圆人生，亦是自如之人生。



方圆并济，人生的超凡大智慧

方者，方方正正，做人有原则，圆者，圆融大度，处世灵活变通。人生总是处在方与圆的辩证运动之中，该方时则方，该圆时须圆。只有方圆相济，才是为人处世的最高境界。

——方圆人生箴言



1. 方，堂堂正正的做人之本

方，即正直，就是说做人要正直、高尚、诚实，行得直，走得端，襟怀坦荡光明磊落，这是从古至今始终倡导与恪守的做人之本。

做人要坦荡磊落，光明正大，这就是“方”的本质。由此而衍生出来的意义，就是正直、高尚、端方、诚实，等等。

我们从小所接受的家庭与学校的教育，都要求我们，做人要善良、正直，可当我们走上社会后，却发现世态炎凉，人情冷暖，儿时许多纯真的梦想开始在无情的现实中被击得粉碎，于是很多人产生了犹疑、彷徨，开始怀疑自己曾经所接受的教育，怀疑自己一直崇信的观念，怀疑方正做人，正直做人是不是有点太傻。

然而，人生的经验与智慧告诉我们，无论现实中发生了什么，“方”始终是做人之本，是堂堂正正做人的精神脊梁。因为这个世界上最受欢迎、最受爱戴的那些人物，无不具有“方”之灵魂。武侠英雄之所以备受欢迎，其中一个重要原因，在于其行为歌颂了一种疾恶如仇、光明正大的侠义精神。没有“方”之灵魂的人，做人做事都会有悖于社会伦理，只会遭到大众的唾弃，从而永远无法取得真正的成功。当然，人生立世应有所不为，也有所必为。身处复杂的社会，一个人仅仅依靠“方”是不够的，





还需要有“圆”的包裹和保护，需要在为人处世中掌握方圆共济的技巧，唯有如此才能无往不胜。

说到底，“方”，是一种高尚的品质，是一种伟岸的气节，是一种不沉溺于流俗的精神。

人的外在行为是内在本质的一种反映。内心没有的东西，外表就无法显露出来；内心有了，外在就自然而然地表现出来。人的心灵杰出，行为才可能杰出。人的内心美好，气质才会美好。人的气质、能力在很大程度上正是由人的内在品质所决定的。对人生而言，技巧只是方法和手段，而决定人生成败的却是品质。

伟人之所以成为伟人，他们与凡人并无多大差别，有差别的只是他们具备了伟人的品质，运用了超人的智慧。李白说：“天生我材必有用”。这个“材”，不只是才华，而是优秀的品质与智慧。一个具备优秀品质的人，无论在何种环境、条件下，都会最终超越他的同伴。环境、条件只能制约他成功的过程，但绝对无法阻止他最终取得成功。

一个人要干出一番事业，要获得生活快乐和人生的成功，最重要的，就是首先要具备优秀的品质。实际上，我们谁不向往品质优秀呢？人人都想气质美好，都想富有魅力，都想心理成熟，而这些在很大程度上都是由品质决定的，是由潜藏于我们内心深处的堂堂正正的做人原则所决定的。

方圆锦囊

参天大树，离开了“根”和“本”，就会轰然倒下。做人，如果放弃了“方正”的根本，那就必然一无所成。



2. 圆，左右逢源的处世之道

什么是圆？“圆”即圆融。就是说为人处世不能过于棱角分明，过于刚直，那样容易与人碰撞，伤己伤人，而要善于融通和灵活，再难也能八面玲珑，再险也可左右逢源。圆不是“圆滑”，而是根基于“方”而采取的处世方法和技巧，即左右逢源的处世之道。

处世要“圆”，但绝不能圆滑世故，更不能平庸无能。这种圆是圆通，是一种宽厚、融通，是大智若愚，是与人为善，是在居高临下、明察秋毫之后，心智的高度健全和成熟。不因洞察别人的弱点而咄咄逼人；不因自己比别人高明而盛气凌人；任何时候都不要因坚持自己的个性和主张让人感到压迫和惧怕；任何情况都不应随波逐流，迷失自我。在潜移默化中而不是让人感到强加于人中说服人，打动人，征服人。这需要极高的“圆”的素质，很高的“圆”的悟性和技巧，这就是方圆做人的至高境界。

我们不妨观察一下周围的一些人，那些成功的社会名流与企业家、工程师、律师、医生……他们的成功是否只因为他们具有一技之长呢？答案是否定的。这些人的成功往往在很大程度上是因为他们善于为人处世，会推销自己。也就是说，他们熟练地掌握了“圆”的艺术。正如家庭生活一样，幸福的家庭并不一定是妻子貌美如花，丈夫英俊潇洒，而在于双方彼此尊重体谅，关系融洽和谐。

比如你对邻居说：“我家有一盆花，你给我修剪一下。”对方一定不买你的账。但如果你换一种说法：“我发现你家的花修剪得特别漂亮，你在这方面造诣很高。哎，我家有一盆花，你能不能教教我，看怎么剪才漂亮？”听了你这样的一番话，对方一定就会高高兴兴地帮你剪花了。同样一件事情，处理的方法不同，导致的结果就截然不同。这就是智慧的作用，这就是“圆”的功效。

1924年，美国哈佛大学教授团在芝加哥某厂做“如何提高生产率”的





实验时，首次发现人际关系是提高工作效率的关键所在，由此提出行为科学理论。

自此以后，人们普遍认识到个人的事业成功、家庭幸福、生活快乐都与人际关系有着密切联系。

处世圆融，在人际交往中机变通融，就能使我们在人生的奋斗中如鱼得水，这是每个人在现实世界中拼搏、实现自己美好愿望的有力武器。所以，追求人生的成功，对于方圆之道，不可不知，不可不察，不可不用！

方圆锦囊

在待人接物中能不能灵活变通，圆融自如，直接关系到我们的事业成功与否，家庭幸福与否，生活快乐与否。

3. 方圆相济，人生的至高境界

“方”，方方正正，泾渭分明，做人做事有自己的主张和原则，不被人所左右。“圆”，圆融大度，灵活变通，做人做事灵活多变，八面玲珑，不轻易得罪人。只有方圆相济才是为人处世之最高境界。

从动、静的角度讲，圆为动、方为静。

古人认为，天圆地方，天动地静，并由此引申出圆动方静的含义。《易经》研究中的六十四卦，有“方图”和“圆图”，方图和圆图结合起来，就可以用来分析、解决时间和空间上的各种问题。

从整体与部分的角度讲，圆为整体，为事物的全部可能性、多样性；方为个体，为事物的某一方面、某一局部。所有的“方”结合起来，就构成了一个“圆”。

