

做人 不难

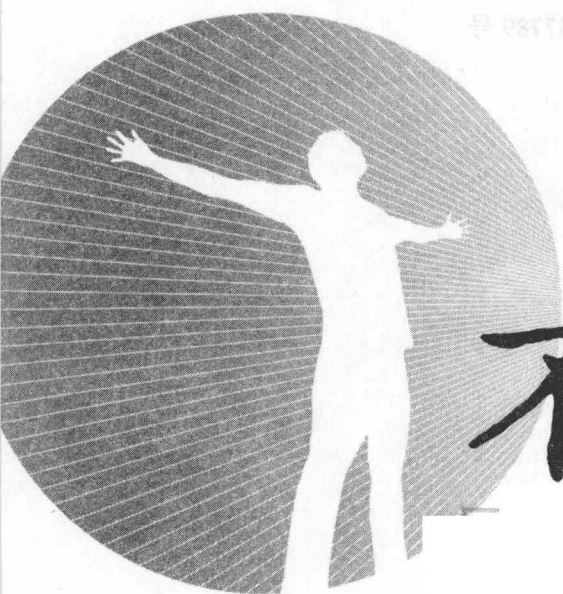
简单做人的智慧

生活原本很简单，做人也很简单。
做一个简单的人，过简单的生活，你就会有实实在在的幸福！

全新修订本

陈南 编著





做人 不难

简单做人的智慧

陈南 编著

图书在版编目(CIP)数据

做人不难:简单做人的智慧 / 陈南编著. —北京:
民主与建设出版社, 2009.4

ISBN 978-7-80112-906-2/G383

I. 做… II. 陈… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 037789 号

© 民主与建设出版社, 2009

责任编辑 赵振兰

封面设计 武未未

出版发行 民主与建设出版社

电 话 (010)85698040 85698062

社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里 208 号

邮 编 100020

印 刷 北京才智印刷厂

成品尺寸 170mm × 230mm

印 张 20

字 数 350 千字

版 次 2009 年 4 月第 1 版 2009 年 4 月第 2 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80112-906-2/G383

定 价 29.80 元

注:如有印、装质量问题,请与出版社联系

前言

一天，小蜗牛问妈妈：“为什么我们从生下来，就要背负这个又硬又重的壳呢？”

妈妈：“因为我们的身体没有骨骼的支撑，只能爬，但又爬不快。所以需要这个壳的保护！”

小蜗牛：“毛虫妹妹没有骨头，也爬不快，为什么她却不用背这个又硬又重的壳呢？”

妈妈：“因为毛虫妹妹能变成蝴蝶，天空会保护她啊。”

小蜗牛：“可是蚯蚓弟弟也没骨头爬不快，也不会变成蝴蝶他为什么不背这个又硬又重的壳呢？”

妈妈：“因为蚯蚓弟弟会钻土，大地会保护他啊。”

小蜗牛哭了起来：“我们好可怜，天空不保护，大地也不保护。”

蜗牛妈妈安慰他：“所以我们有壳啊！”

我们不靠天，也不靠地，我们靠自己。

像小蜗牛一样，在日常生活中总是有一些人，他们总觉得自己的生活得很累很累，别人很随意说的一句话，干的一件事，也许什么目的都没有，但由于他们过于复杂，总会胡思乱想，生怕别人有什么谋划会使自己吃亏。因此，这种人在为人处世的过程中，处处都要做得比别人更加神机妙算，更加取巧投机，他们做人就显得不诚实，不大方，甚至很造作。他们处处提防，时时警惕，小心翼翼过日子。

“天下本无事，庸人自扰之。”其实做人很简单，因为每个人都是独一无二的，都有自己的思想，有自己的大脑，不要想着去骗谁、利用谁，因为没有人愿意去做与他无关的事，也没有谁会被你利用。

真正的聪明人，是简单做人的人。简单是一种美，一种境界。置身其中，便会让你忘却工作的疲惫，生活的烦恼，人生的忧愁。少了扰心的杂念和私欲，也就没有了桩桩顾虑和种种考虑，没有了尔虞我诈和勾心斗角。这于生活、于人生，会减少许多的纷扰和纠缠，随之得到就是种种的轻松和愉快。

有时候，做人也让我们颇费思量，诚如哲人所言“做人的极致是平淡”，但真正能做到这一点的又有几人？生活中，有的人过得很精彩，因为他付出了精彩的代价，有的人过得很失败，因为他付出了失败的代价。卸载掉了复杂的思想负担，人就会如释重负，心灵便会长出翅膀，飞翔也就变的自由自在和无牵无挂。

过去已经成为历史，明天也还遥远，把握好今天才是最重要的！简单做人，让你每天过得精彩充实，每天做正确的事情，岁月累积，再回首时，你会发现自己站在人生的山顶，过得好与不好，要做什么样的人全在于我们自己，没有人能让你痛苦、伤心、失败，一切都是你自己的选择！

“人生就像一场旅行，不在乎目的地，在乎的是沿途的风景。”说得真好！当我们疲于奔向目的地、而失去了欣赏风景的心情，最后你所得到的还是当初你想要的吗？

返璞归真，让心灵变的纯朴、自然、厚道，才是做人的本真。用一个简单的微笑，一朵传情的玫瑰，一声暖人的问候，一次默契的配合，一次深情的拥抱来表达情怀，沟通心灵，诉说相知，表述衷肠，才是人生的自然。

本书中极富有哲理性和启迪性的故事或许能让你从烦琐的生活中解脱出来，让你忘却烦恼，让你重获新生，做一个简单的人，做一个成功的人！

是为序，以敬读者诸君。

2 做人不难

目 录

第一章 做人其实很简单 /1

简单是一种美，一种境界。置身其中，便会让你忘却工作的疲惫，生活的烦恼，人生的忧愁。这于生活、于人生，会减少许多的纷扰和纠缠，随之得到就是种种的轻松和愉快。卸掉了复杂的思想负担，人就会如释重负，心灵便会长出翅膀，飞翔也就变得自由自在，无牵无挂了。

微笑如花开放 /3

给自己准确定位 /5

最优秀的就是你自己 /7

不要成为找不到自我的人 /8

不给自己加包袱 /11

不要迷失在过去 /13

关好过去的门 /15

自我约束,做正确的事 /17

控制自己的欲望 /19

积极的心态让你更快乐 /21

简单生活就是快乐 /23

第二章 做个靠得住的人 /27

古人曾经说过：“君子一言，驷马难追。”要做一个靠得住得人就要讲诚信，诚信就是诚实守信，是做人的根本，是中华民族

的传统美德。人无信不立，良好的信誉能给自己的生活 and 事业带来意想不到的好处。诚实、守信是形成强大亲和力的基础，在某种程度上，会消除不利因素带来的障碍，使困境变为坦途。

将诚信当成做人的第一要诀 /29

诚信待人才是长久之计 /31

言出必行，言而有信 /33

诚实是做人的根本 /35

诚实是可靠的身份证 /38

诚实换来的是信任和尊重 /41

用诚恳赢得人心 /43

真诚是世间最宝贵的情感 /45

忠诚的人更有前途 /47

诚心待人，自证菩提 /49

第三章 爱是开启人生的曙光 /51

爱是人性光辉中最温暖、最美丽、最让人感动的一缕。人生不一定人人都很成功，不一定人人都能成为英雄豪杰，但一定要有仁爱之心。爱是和谐、美好之道，心中充满慈悲、善良，才能感动、温暖人间。

心中有爱，生活就充满阳光 /53

珍惜生命中的所有人 /55

爱是生命中最强劲的动力 /57

爱是黎明前最深沉的守候 /59

爱能编织幸福的家园 /61

没有爱的家只是一座房子 /63

爱心能创造奇迹 /65

爱的秘诀在于奉献	/67
百善孝为先	/69
父母是最可敬的佛	/71
生命之光照耀孩子成长	/74
爱可以战胜心灵的魔鬼	/76
善心如水	/78
将善心作为最好的投资	/80
学会为别人点一盏明灯	/82

第四章 方圆做人才能左右逢源 /85

方是做人的脊梁，圆则是做人的锦囊，方为刚，圆为柔；方是原则，圆为机变；方是以不变应万变，而圆则是以万变应不变。参透其中的道理就懂得了做人的最大智慧。古往今来，有成就者莫不精于此道。方圆做人，才能让我们立于不败之地。

读懂人情世故	/87
坦然面对失意	/89
做人成熟但不流于世故	/91
对己要方,对人要圆	/94
能忍者自安	/95
做人需审时度势	/97
学会随时调整自己	/100
不能忽视生活中细节	/102
做人不能太精明	/105
退一步海阔天空	/107
做人要能屈能伸	/109
老实不等于木讷	/112

做人不能太死板 /114

做人必须拿得起放得下 /116

第五章 心襟宽的人人缘广 /119

做人心胸不可太狭隘。为他人着想，是为自己铺路。对别人宽容不是懦弱，而是一种忍辱负重的大智大勇。人情就是财富，多栽花，少栽刺，时时储蓄人情。经营人际关系、经营人情，应该像经营金钱一样既要多多益善，又要取舍明白，在收支平衡的动态过程中要使自己的“人情账户”不断增长，这样才能使你在各个方面得心应手，如鱼得水。

心可包容天地 /121

成人之美，莫乘人之危 /123

为他人着想是做人的美德 /126

把烦恼关在门外 /129

莫入是非的漩涡 /131

多栽花，少栽刺 /132

早结网才能捕到鱼 /134

帮助他人也是帮助自己 /137

常怀感恩之心 /139

冷庙也要常烧香 /141

锦上添花不如雪中送炭 /144

为他人着想，给自己铺路 /146

送人玫瑰，手留余香 /148

公心对人，平心对事 /150

不要随便得罪人 /152

别人的朋友也是你的朋友 /154

第六章 好风凭借力 /157

人生活在社会的“大网”之中，关系网是人际关系的重要部分，“借”是核心。把握了“借力”这一核心，就把握了关系网的精髓，就有可能通过借力，完成从没钱、没背景、没经验向成功的转化。帆船出海，风筝上天，无不是“好风凭借力，送我上青云”。而人的成功，也需要借力。

结交比自己优秀的人 /159

善用外力得天下 /161

将人脉变为财脉 /164

靠他人把财富的蛋糕做大 /166

编织自己的人脉网络 /167

把陌生人变成朋友 /171

人生离不开贵人相助 /173

有才华，还须“识货”的伯乐 /175

主动寻找可借之力 /177

借力可缩短奋斗时间 /179

借力跨越困境 /181

跟着大师前行 /183

贵人就在我们身边 /185

把握住贵人给你的机遇 /187

借贵人之光照亮人生路 /189

第七章 不要跟自己过不去 /191

人到世间，不是为苦恼而来，所以不能天天板着面孔，整日

忧愁、悲伤、苦恼、失意，这样的人生没有乐趣。世上没有绝对幸福的人，只有不肯快乐的心，存好心，做好人，欢喜充心，愉悦映脸，乐观向上，这样就能站成一座丰碑，走出一道亮丽的风景。

- 为自己开一扇心窗 /193
- 悦纳自己，莫自暴自弃 /194
- 无须刻意追求完美 /196
- 把幸福握在手中 /198
- 开启乐观积极的人生 /200
- 珍惜眼前的日子 /202
- 心态永远保持快乐 /204
- 放下悲观去追逐光明 /206
- 用坚韧顽强战胜懦弱 /208
- 善于改变自己 /210
- 不要苛求所处的环境 /212
- 学会珍惜，善待生命 /214
- 命运在自己手中 /216
- 享受成功的过程 /218

第八章 学会选择，学会放弃 /221

人生就是选择和放弃的过程，每个人不仅要学会选择而且还要学会放弃。选择适合自己的，放弃那些不属于自己或不必要的东西；选择自己喜欢并擅长做的事，放弃那些不适合自己或不想做的事。这样，才能得到自己真正想要的。

- 做人更要懂得舍弃 /223

选择是很重要的一件事	/225
放下越多,得到越多	/227
人生就是选择和放弃的过程	/229
学会选择和放弃,掌握人生的主动	/231
正确选择,驾驭人生不沉船	/233
有风险也要选择	/235
所有的选择都不完美	/237
你必须选择做强者	/239
任何人都有选择权	/242
只拿自己想要的东西	/244
放弃未尝不是明智的选择	/246
放弃就是给心灵自由	/248
拿得起,放得下	/250
珍惜生命中的每一次选择	/252

第九章 低调做人才能韬光养晦 /255

低调做人是一种韬光养晦的策略,是一种品格、一种境界,是做人的最佳姿态;同时,它也是一种思想,一种深刻的做人哲学。低调做人是最老到的匍匐前进艺术;是最沉稳的中庸平和艺术。善于低调做人,不仅是体面生存和尊严立世的根本,也是赢得人生成功的关键之所在。

低调处世才能平安做人	/257
韬光养晦,相机而动	/259
做人尽量少张扬	/262
不妨长他人志气	/265
人在屋檐下一定要低头	/267

抱头藏尾,积聚实力 /270
亮出自己的弱点 /272
光芒不可太盛 /274
把得意事藏在心窝里 /276
莫让自大蒙蔽了自己 /278
自持自制,规则要清楚 /280
知足常乐,见好就收 /282

第十章 留一点余地给他人 /285

人生可以有方向,但并不仅仅只有一个目标,我们可以去努力,去拼搏,但努力、拼搏的意义绝不仅仅在于到达目的地,而是细细体味其中的快乐。有时,过分的渴望成功,会使我们跌得很重,我们会花费很长时间重新爬起来。给自己留一点余地,给自己一些鼓励,有时,奔跑并不比行走快。

多为别人付出一点 /287
不要总想着索取 /289
做人不要盛气凌人 /291
维护他人面子 /292
给他人留余地,给自己留路子 /294
淡忘旧日的怨恨 /296
宽恕他人的过错 /298
善待并尊重你的对手 /300
遇事要留有余地 /302

第一章

做人其实很简单

简单是一种美，一种境界。置身其中，便会让你忘却工作的疲惫，生活的烦恼，人生的忧愁。这于生活、于人生，会减少许多的纷扰和纠缠，随之得到就是种种的轻松和愉快。卸掉了复杂的思想负担，人就会如释重负，心灵便会长出翅膀，飞翔也就变得自由自在，无牵无挂了。

微笑如花开放

你的微笑不仅能给人温暖，给人力量，
而且还能给自己以生活的勇气和信心。

有位哲人曾说：“一个微笑就足以温暖一颗心。”还有人说过：“微笑是人类最美的表情。”所以为何不给生命一个微笑呢？

有一个流传很广的故事：

一位乘客登上了美国西南航空公司去加州的一架航班，要求空姐给他到一杯水吃药。空姐很有礼貌地对他说：“先生，飞机马上就要起飞了。为了您的安全，请您等一刻钟。等飞机进入平稳状态后，我会立刻把水给您送过来。”然而，15分钟早过去了，飞机早已进入了平稳飞行的状态，这位空姐却由于忙乱忘记了应该马上送水。直到乘客服务铃响了之后，她才回想起来对乘客的承诺。她小心翼翼地把水送到那位乘客的面前，面带微笑的说：“先生，实在对不起，由于我的疏忽延误了您的吃药时间，我感到非常抱歉。”这位乘客听后却不肯原谅她，指着手表说：“有你这样服务的吗？你看看，让我等了多久了？”因为太忙，空姐心里也感到委屈，但是无论她怎样解释，这位挑剔的乘客就是不肯原谅她无意之中的疏忽。

飞机在蔚蓝的天空中穿行，空姐为了弥补自己的过失，每次去客舱给乘客服务时，都会特意走到那位乘客的面前，面带微笑地询问他是否需要服务。但是，那位乘客却余怒未消，摆出一脸的不高兴，并不搭理空姐。马上就要到达目的地了，那位乘客要求空姐把留言本给他拿过去。空姐想着他可能要投诉，就面带微笑的说：“先生，请允许我再次向您表示真诚的歉意。我没有兑现我的服务承诺，无论您提

出什么意见，我都会欣然接受您的批评！”那位乘客什么也没说，只是在留言本上写了几行字。

飞机降落加州机场之后，空姐好奇地打开留言簿，那位乘客写道：“在整个过程中，你所表现出的真诚的歉意，深深地打动了我的心，特别是你的十二次微笑，使我最终决定把投诉信写成表扬信！你的服务品质很高，你是世界上最优秀的空姐！”不是投诉信，而是一封热情洋溢的表扬信！下面的落款更让空姐惊奇：美国西南航空公司总裁赫伯·凯勒尔。

是的，微笑如花。拥有微笑的人，就拥有着人生无尽的幸福和快乐的源泉。服务员用他的微笑征服了顾客，赢得了良好的声誉和高额的效益。主持人用自己的微笑征服了观众，赢得了观众的掌声和喝彩；宇航员杨利伟在走向太空之前的一个微笑，被永远地定格在记者的镜头中，定格在共和国的蓝天上，定格在中国航天的史册上。那一刻的微笑，变成了永恒。微笑是由纯真的心灵从宇宙空间中收获的芬香之花，其至纯至真不需要任何修饰，就足以感动世人，甚至使天地动容。

在现实生活中，如果能多一些微笑，就会多一些愉快、安详和融洽。蒙娜丽莎的微笑让世人猜测不透，有着无穷的魅力，同样，你的微笑也包含着丰富的内涵。当他人犯错误时，一个微笑是对他人的宽容；他人进步时，一个微笑是对他人的激励；他人遇到挫折时，一个微笑是对他人的理解……微笑是化解彼此隔阂，拉近彼此距离，沟通彼此心灵的良方。

亲爱的朋友，请不要吝啬你的微笑。真诚的微笑是心灵对外界的一种自然映照，它包含着温情，包含着理解，包含着赞许。微笑总是给人一种温暖，它使美好的情愫、愉快的思绪和善良的理解水乳般的交融在一起，所以微笑也经常被誉为“解语之花，忘忧之草”。因为，你的微笑不仅能给人温暖，给人力量，而且还能给自己以生活的勇气和信心，你付出了微笑，同样也会收获一份真诚的回报。

寻找微笑将有助于减少抑郁心态，放松心情并至少暂时远离生活的烦恼。美国心理神经免疫学专家指出，“笑能够帮助我们度过黑暗和困难的日子。我们应该注意观察生活中的某些时刻，以找到其中令自己开心的因素。”任何时候，微笑的魅

4 做人不难