

一生三

学

孙颢 / 编著

一部学而能用的为人处事指导书

中國華僑出版社

一生三

学

孙颢 / 编著

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一生三学/孙颢编著. —北京: 中国华侨出版社,
2010. 7 (2013. 5 重印)
ISBN 978 - 7 - 5113 - 0499 - 5

I. ①—… II. ①孙… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 116924 号

● 一生三学

编 著/孙 颢

责任编辑/李 晨

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 15 字数 220 千字

印 数/5001—8000

印 刷/北京龙跃印务有限公司

版 次/2013 年 5 月第 2 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 0499 - 5

定 价/29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前言



有句俗话说叫“活到老学到老”人们耳熟能详，说的是学习对于一个人的重要性以及学习的长期性。正因其俗，许多人抱着“姑且听之”的态度，并没把它真正当回事，更不用说细细揣摩其中的道理和对人生的意义了。

还有句俗话说叫“话俗理不俗”。道理浅显，却是不折不扣的真理。就拿学习来说，不管处于人生的哪一个阶段，处于事业的哪一个高度，都不能置学习于度外。只有通过学习才能不断充实自己，让自己迈出的每一步更加坚实。

当然，学习也没必要“一网打尽”，而是要有所侧重。就其对人生的重要性而言，有三方面的内容是不能不学、不能不“活到老学到老”的，即取舍、低调、忍让。

所谓取舍，就是知道该争取什么、舍弃什么，以及什么时候该争取、什么时候该放弃。一个人生活、事业中会遇到很多事情，在这些事情上一取一舍的不同选择，往往导致不同的人生方向。所以，取舍问题



是关乎人生发展高度的大问题，对于取舍的智慧不可不学习、修炼、提高。

俗话说地低成河、人低成王，不管你的目标有多高，身份有多高，都必须把低调作为自己的行为准则。因为唯有低调，才能赢得周围人的支持；唯有低调，才能避免自己成为别人攻击的目标，从而减少人生路上的障碍。无数惨痛的事实告诉我们：低调是达到高标的必要手段，低调是为人处世的定海神针。

人生中有许多不如意处：不公平者有之；欺人太甚者有之；局势不利、首尾难顾者有之；遭遇小人言行诟病者亦有之。凡此种种情形之下，最具智慧的应对策略不是拔剑而起、奋起力争，而是忍让为先、淡然处之。忍让是一种胸怀，这种胸怀让你平安渡过人生河流中的一个个险滩，顺利到达成功的彼岸。

学会取舍、低调和忍让，就是给自己准备了三张应对人生各种境遇的三张底牌，有了这三张底牌，就能活得从容而智慧，就是给自己的人生之船扬起了顺风帆。

千万不要把取舍、低调、忍让这三种智慧当作可有可无的无病呻吟，它们是垫脚石，是挡箭牌，更是开山斧。拥有它们，你就有了征战人生战场的最大资本。



目 录 Contents



学会取舍:怎样取舍决定怎样的人生

所谓取舍,就是知道该争取什么、舍弃什么,以及什么时候该争取、什么时候该放弃。一个人生活、事业中会遇到很多事情,在这些事情上一取一舍的不同选择,往往导致不同的人生方向。所以,取舍问题是关乎人生发展高度的大问题,对于取舍的智慧不可不学习、修炼、提高。

第一章 每一次取舍都是人生的一个拐点	2
1. 工作上要懂得如何取舍	2
2. 选择最合适的	4
3. 做鸡头还是做凤尾	7
4. 择你所爱,爱你所择	11
5. 苦难中的最佳选择	13
6. 成功在于智慧的选择	16
7. 男怕入错行,女怕嫁错郎	18



8. 选择朋友就是选择人生	21
9. 幸福婚姻的心态选择	24
10. 为你选择的目标付诸行动	27
11. 选择好的心态,才会有好的人生	29
12. 靠人与靠己的取舍	32

第二章 对得与失的态度决定取与舍的方式 36

1. 得失不必挂心上,乐观豁达就逍遥	36
2. 平平淡淡,从从容容才是真	38
3. 宠辱不惊,乐天知命	40
4. 有内涵的人才懂得妥协	43
5. 弯腰是为挺起做准备	44
6. 理性的回应才是高明的妥协	47
7. 四十不惑需要大智慧	49
8. 无谓的意气之争要不得	51

第三章 懂得说话办事的取舍之道 54

1. 重视对方的需要,捕捉对方的心理	54
2. 洞悉人性,就要投其所好	56
3. 利用他人的行为,来影响别人	58
4. 先尊重别人,再要求别人尊重自己	61
5. 你为别人着想,别人才会为你着想	64
6. 以沉默来显示宽广的胸襟和气度	67
7. 对欺软怕硬的人显示自己寸步不让的决心	69



8. 多听对方说,并尽量让对方多说	72
9. 利用“自己人效应”,将他变成自己人	74
10. 激起并满足对方的需求,你就会八面玲珑	76



学会低调:低调是为人处世的定海神针

俗话说地低成河、人低成王,不管你的目标有多高,身份有多高,都必须把低调作为自己的行为准则。因为唯有低调,才能赢得周围人的支持;唯有低调,才能避免自己成为别人攻击的目标,从而减少人生路上的障碍。无数惨痛的事实告诉我们:低调是达到高标的必要手段,低调是为人处世的定海神针。

第四章 有一种智慧叫低调做人

1. 低调做人万事顺	80
2. 咽下一口气问题自然解决	83
3. 律己宽人是积福修德的根源	85
4. 争一世而不争一时	87
5. 过自己真正想过的生活	88
6. 善待他人,就是善待自己	90
7. 表面的弱者是真正的强者	92
8. 过刚的易衰,柔和的长存	95
9. 虚怀若谷,谦虚做人	98
10. 标准降低得越低,身份抬得越高	100

第五章 糊涂是一种做人的高境界

1. 要深刻理解“难得糊涂”的精妙	103
-------------------------	-----



2. 太看重自己,就看不清自己	105
3. 记住该记住的,忘记该忘记的	108
4. 不要为已经发生过的事情困扰	110
5. 莫说他人短与长	113
6. 得饶人处且饶人	116
7. 骄矜的人无知,自知的人智慧	119
8. 不知道而硬装作知道是一种病态	122
9. 藏好自己的舌头	125
10. 对别人不要过于挑剔	129

第六章 低调是一种坦然淡定的心态 131

1. 没有人会是永远的赢家	131
2. 不是一切失去都只意味着缺憾	133
3. 管得住自己,才能成就大事业	136
4. 多一物多一心,少一物少一念	137
5. 走出生命中的“多纳尔关口”	140
6. 凡事不能不认真,也不能太认真	142
7. 适可而止,见好就收	145
8. 随缘自在,不为物役	149
9. 只有尊重生命,才能真正的参透人生	152
10. 改变态度,就能改变问题	155



人生中有许多不如意处：不公平者有之；欺人太甚者有之；局势不利、首尾难顾者有之；遭遇小人言行诟病者亦有之。凡此种种情形之下，最具智慧的应对策略不是拔剑而起、奋起力争，而是忍让为先、淡然处之。忍让是一种胸怀，这种胸怀让你平安渡过人生河流中的一个个险滩，顺利到达成功的彼岸。

第七章 做人就是要忍得下气吃得了亏 162

1. 能“忍”也是一种智慧 162
2. 好汉宁吃眼前亏 164
3. 既要会忍又要会挺 166
4. 能忍则能安 168
5. 忍中有气量，也有力量 170
6. 懂得屈伸之道 174
7. 忍一时风平浪静，退一步海阔天空 177
8. 受辱之时，要勇于忍 179
9. 凡事能忍是一生幸福的源泉 182

第八章 忍让是一种以退为进的策略 184

1. 退得巧才能进得妙 184
2. 临渊羡鱼，不如退而结网 186
3. 讲究做事的方法 188
4. 达观权变，进退适宜 191



5. 处变不惊,进退裕如	194
6. 后退有时亦是进步	196
7. 忍绝不是退让到底	198
8. 时机未到就要能忍	201
9. 厚积而薄发	202

第九章 有一颗从容淡定的心 205

1. 做到“闻过则喜,知过不讳”	205
2. 名利之心不能过盛	208
3. 放下是一种快乐	210
4. 淡泊胸怀,独善自身	213
5. 苦对追求笑对失落	216
6. 知足者常乐	218
7. 宁为真学士,不为假道学	222
8. 时间是名气的最好老师	224
9. 学会宽恕而不怨恨	227



上篇 学会取舍： 怎样取舍决定怎样的人生



所谓取舍,就是知道该争取什么、舍弃什么,以及什么时候该争取、什么时候该放弃。一个人生活、事业中会遇到很多事情,在这些事情上一取一舍的不同选择,往往导致不同的人生方向。所以,取舍问题是关乎人生发展高度的大问题,对于取舍的智慧不可不学习、修炼、提高。

第一章

每一次取舍都是人生的一个拐点

1. 工作上要懂得如何取舍

我们身边很多人每天都在忙忙碌碌，忙碌的结果就是：没有时间静下心来问问自己：什么才是最想要的东西？生命就在这样漫无目的的忙碌中匆匆流逝。所以，必要的时候让自己停下来，静下来，认真去思考。究竟什么样的生活才是你所孜孜以求的？这个目标不是盲目不切实际的，也不是人云亦云的。它，是你生命最原始的呼唤。因为，一个人要成功的话，一定要找到自己最想做的事，当然这也是他最擅长做的事，这样他就能够每天都信心百倍地去工作，也容易获得成功。

“做自己喜欢和善于做的事，上帝也会助你走向成功。”这是世界首富比尔·盖茨说过的一句话，是不是应该成为今后我们择业的指南呢？比尔·盖茨是计算机方面的天才，早在他还没有成名的时候，他对计算机就十分痴迷，并且是一个典型的工作狂，但这种“工作”完全是出于一种本能的爱好，这种爱好他在湖滨中学时期就已表现得淋漓尽致。

那时候，为了研究和电脑玩扑克的程序，他简直到了如饥似渴的程度。扑克和计算机消耗了他的大部分时间。像其他所专注的事情一样，盖茨玩扑克很认真，第一次他玩得糟透了，但他并不气馁，最后终于成了扑克高手，并研制成了这种计算机程序。在那段时间里，只要晚上不





玩扑克，盖茨就会出现在哈佛大学的艾肯计算机中心，因为那时使用计算机的人还不多。有时疲惫不堪的他，会趴在电脑上酣然入睡。盖茨的同学说，常在清晨发现盖茨在机房里熟睡。盖茨也许不是哈佛大学数学成绩最好的学生，但他在计算机方面的才能却无可匹敌。他的导师不仅为他的聪明才智感到惊奇，更为他那旺盛而充沛的精力而赞叹。

在阿尔布开克创业时期，除了谈生意、出差，盖茨就是在公司里通宵达旦地工作，常至深夜。有时，秘书会发现他竟然在办公室的地板上鼾声大作。天才加爱好、再加勤奋，成就了这位世界首富辉煌而幸福的人生历程。

有人说：在人生的所有幸福中，有一种幸福被人们所津津乐道并为人所羡慕，这种幸福并不是大多数人能拥有，只有少部分人才能很幸运，大多数人为了生计而奔波，不得不干他们所不喜欢的职业，这其实是很不幸的，而真正的幸福就是所从事的工作和自己的爱好相一致，就像易趣网的创史人邵易波所说：“一个人要成功的话，一定要找到自己最想做的工作，当然这也是他最能干的事，这样他就能每天都很有劲地去工作，也容易成功……”

邵易波少年得志，早在上高中时，他就在数学方面崭露头角，并在高二时跳级，直接进入美国哈佛大学，在哈佛大学的 MBA 毕业之后，他谢绝了美国各大咨询公司和金融投资银行的高薪聘请，回上海创办易趣网，任首席执行官。如今，易趣网已成为全球最大的中文网上交易平台。

谈及成功，邵易波说：“回国创业不是我的一时冲动，而是我想了很久才定下来的，最重要的是，感觉自己对这方面感兴趣，愿意在这方面发展……”

人与人之间是有差别的，每个人都有优势，都有擅长和不擅长的东西，关键是要对自己有所认识。有人问罗斯福总统夫人：“尊敬的夫人，



你能给那些渴求成功特别是那些年轻、刚刚走出校门的人一些建议吗？”

总统夫人谦虚地摇摇头，但她又接着说：“不过，先生，你的提问倒令我想起我年轻时的一件事：那时，我在本宁顿学院念书，想边学习边找一份工作做，最好能在电讯业找份工作，这样我还可以修几个学分。我父亲便帮我联系，约好了去见他的一位朋友，当时任美国无线电公司董事长的萨尔洛夫将军。”

“等我单独见到了萨尔洛夫将军时，他便直截了当地问我想找什么样的工作，具体哪一个工种？我想：他手下的公司任何工种都让我喜欢，无所谓选不选了。便对他说，随便哪份工作都行！”

“只见将军停下手中忙碌的工作，眼光注视着我，严肃地说，年轻人，世上没有一类工作叫‘随便’，人的一生要做你最想做的事！”

“将军的话让我面红耳赤。这句发人深省的话语，伴随我的一生。”

你要选择一条正确的航道，就要不断冷静地修正你的航向。只有学会冷静地思索，才能修正你的罗盘，你就会自动地做出反应，同你的目标、你的最高理想，处于同一条直线上。

所以，当你不断地努力工作时，你应时时地冷静下心来好好想一想，你所努力的方法及方向是不是你生命中最想要的？三百六十行，行行出状元。但其“状元之才”之所以能够浮出水面，为世人称颂，就是因为他选择了适合自己并且是自己想做的工作。

2. 选择最合适的

在有“中国鞋王”之称的奥康集团内部流传着这样一个故事：在2005年第一季度工作总结报告会上，轮到公司事业部某经理汇报，该经理兴致勃勃地讲道：“一季度原计划开店70家，最终开店110家，超





额完成任务。”总裁王振滔听着听着皱起了眉头：“这叫严重超标，是很不好的工作习惯。”原以为会得到表扬，换来的却是批评，事业部经理很委屈，他想不通，为什么这么好的成绩却遭到责备。经理正欲争辩，王振滔迅速接上刚才的话茬，语重心长地说：“你想想，你超标那么多，你的管理、物流和人员跟得上吗？如果不能保证质量，不仅不会形成有效的市场规模效益，反而打乱了原有的平衡，捡了芝麻丢了西瓜。盲目开店的结果只会是开一家，死一家，做了无用功。”

“这就好比一对夫妇原来只要一个孩子，可却生了三胞胎，对他们来说这绝对是件哭笑不得的事，家里一下子变成了5口人，人多是热闹了，但抚养不起啊。”善于打比方的王振滔循循善诱，“记住，合适才是最好的！”道理虽然简单，但这个注重合适的平衡之术确实让他的部下好好思量了一番。

合适的才是最好的，做什么事情都一样，多大的脚穿多大的鞋，小脚穿大鞋走起路来肯定不方便。找工作也是如此。

现代职业种类多得让人眼花缭乱，但并不是每个人都能胜任任何工作。有人看到别人做某种工作做得很好，就觉得自己同样可以做，但真的做了之后才发现根本不是那么回事。这就是由于职业差异和我们个体差异所造成的。

找到一份合适的工作如同买了一件称心如意的衣服，自己穿了合适，别人看了也觉得舒服。俗话说“量体裁衣”、“量力而行”。在适合自己的工作环境里工作，状态会很放松，无论做什么都觉得得心应手，也很容易出成绩。

选择合适自己的工作的另一个好处，就是可以使你的工作变得轻松有趣，与这个职业相关的知识会掌握的越来越多，专业水平也会不断提高，而且有可能成为同行中的佼佼者。相反，如果一个人选择了不适合自己的工作，很难想象他能在工作中做出成绩。



当我们在选择自己的工作时，都难免心潮澎湃，并且对未来充满了美好的期待，希望自己的工作既轻松又赚钱多，自己的公司像永不坠落的太阳一样兴旺发达，越来越强盛。最终可以享受着公司提供的高福利待遇，舒服而满意地度过自己的职场生涯。

然而享受优越的条件固然是好事，但并不是每一个人都能有这样的机会，受到大公司的青睐。更可能出现的结果是，自己的诸多方面——不论是工作经验还是能力专长——都与大公司的择人标准相距甚远。这时如果你仍然坚持把公司的知名度高低、规模大小、福利好坏、薪酬丰厚等等作为自己择业的第一原则的话，必然会在职场四处碰壁。

一份适合自己的工作，是一个人职业生涯乃至人生的真正开端，它关乎你步入社会成就事业的信心。一个好的开头会使你坚信自己的能力，会推动你一步步迈向成功；而一次糟糕的起跑，肯定会让你在跑道的开始阶段落在别人的后面，这会打击你的信心，对自己的能力产生怀疑，即使你后来居上，甚至超越了别人，那你付出的肯定比别人多得多，从投入产出的角度来衡量是得不偿失的。

所以对于工作，你一定要慎重选择。无数成功人士的经验表明，工作与公司大小或福利好坏无关，它必须要有利于你的学习和积累。因为一个人职业生涯的第一阶段是成长阶段，这个阶段的重点是学习和积累专业经验。只有通过不断地学习，才会不断完善自己，提高自己的业务能力，使自己变得羽翼丰满，彻底告别青涩职场新人的形象，只有这样你才会在将来的工作中，具备较强的工作能力和竞争能力，在激烈的市场竞争中始终处于有利的主动的位置，并做出优异的成绩，不至于因准备不足败下阵来。

选择一个对自己专业能力提升最有利的公司并在工作中努力学习，对于一个人来说是非常重要的。有些人认为大公司更能提供这种机会，而实际上大公司有大公司的好处，小公司也有小公司的优点。