



青少年

Adolescents hedge self-help encyclopedic knowledge

处世能力 培养

(第一册)

编著 徐宪江

本书从沟通、做事、交往、情绪等方面入手，
用通俗易懂的语言，把处世的智慧教给孩子，
让他们学会正确地处理复杂的人际关系，从而更好地适应未来的生活。

吉林出版集团有限责任公司

青少年

Ability to train young people doing things

处世能力 培养

编著 徐宪江

(第一册)

图书在版编目(CIP)数据

青少年处世能力培养 / 徐宪江编著. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2013.1

ISBN 978-7-5534-1271-9

I. ①青… II. ①徐… III. ①人际关系学—青年读物
②人际关系学—少年读物 IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第304860号

青少年处世能力培养

编 著：徐宪江

责任编辑：耿 宏 冯 雪

书装设计：张立娟

出版发行：吉林出版集团有限责任公司

电 话：0431-86012613

印 刷：北京一鑫印务有限责任公司

开 本：787mm×1092mm 1/16

字 数：1000千字

印 张：50

版 次：2013年3月第1版

印 次：2013年3月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5534-1271-9

定 价：295.00元（全四册）

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

前 言

有些人才华横溢、卓尔不凡,可是,他们政审不能受人重用,并且处处遭人排挤,受人冷落,一生都处在社会的底层,天天为生存而奔波;有些人英俊潇洒,可是他却没有朋友,没有人愿意在他关键或受困之时帮扶一下;有些人整天辛辛苦苦、忙忙碌碌,却不能把工作干好,把事情做得妥当,反而是事情越做越多,工作越做越差;还有一些人,虽然学历很高,但是在工作中为人总是遭挫。

为什么会这样?其中一个很重要的原因就在于他们不懂得如何表达自己,或是无法建立一个良好的人际关系;他们或内向,或自负,或木讷,或狂傲;他们不懂得如何与人沟通,不懂得如何与人建立联系,也不懂得如何靠人际关系来为自己获得帮助和成功。所以,他们无论拥有怎样的过人才华,任凭怎样的努力和忙碌,一生也都不能与成功为伍,与幸福为邻。

青少年该学着让自己变得成熟,无论内在还是外在都要逐渐地适应社会,然而,要想适应社会首先要练就为人处世的真本事。我们生活在一个瞬息万变、竞争激烈的社会。物竞天择、适者生存的自然法则,迫使我们为成功而奋斗,为人生而拼搏。要做到这些,就不得不和形形色色的人打交道,于是,为人处世也就成了人生的一大必备功课。

为人处世是一门涉及现实生活中各个方面的学问,单从任何一个方面入手研究,都不可能窥其全貌。要掌握这门学问,抓住其本质,就必须对现实生活加以提炼总结,得出一些具有普遍意义的规律来,我们才能有章可循,而不至于茫然无绪。为人处世很重要,这一点已被越来越多的人认识到,问题是如何才能提高为人处世的水平,让为人处世的能力,真正成为搭上人生顺风车的助力。

一言一行修炼做人基本功,一点一滴积累处世大智慧。只有掌握了处世的智慧与做事的方法,我们才能真正凝聚人脉、赢取人生。本书正是以此为出发点,讲述了青少年迫切需要认真去学的处事方法和哲学。

本书内容丰富,分为三十章,涵盖了平和处世不以物喜不以己悲、谨记宽厚待人不忘严于律己、灵活变通不惧困难见招拆招、忠贞和善共同处理家和万事兴、强身自立原则处事不戚戚于贫贱、宠辱不惊练就过硬处事素质、豁达从容享

受愉悦生活、以善待人赤子之心明可鉴、不骄不躁等待时机一鸣惊人、社交中你来我往的技巧、语言在人际交往中大显神威、战胜自己克服交往障碍、不同朋友应不同态度对待、把握尺度与上级和谐相处、刚柔并济与下属其乐融融、有条有理同事间和睦共进、方圆处事助你生活顺心如意、深谋远虑对敌出奇制胜、不偏激不躁动平静处世、避祸保身谨记居安思危、肢体语言显露真实心态、收敛光芒为打基础低调做人、借他人之势助己走向成功、领导有方众人做事热情高、以退为进锻造美满生活、创造财富为人生增光添彩、独辟蹊径领导标新二月花、积极工作让生活进入良性循环、关注形象广交朋友打通人脉和用心经营收获友谊之花等内容。

《青少年处世能力培养》具有实践性和理论性相统一、通俗性和深刻性相融合、案例运用和理论剖析相结合的特点,让人读有所乐,读有所得。本书归纳、总结出了待人处世与说话做事的一些重要原则,它涉及社会生活的各个领域,从方方面面阐述了如何练就出色的待人处世本领和说话做事的能力。其实用性与可读性是可意会和言传的。

本书语言生动流畅,通俗易懂,让您在轻松之中领悟人生的真谛,使您在人生的道路上取得成功;本书不仅可以让您茅塞顿开,还是一本难得的人生励志书,鼓舞您在漫漫人生路上,披荆斩棘,勇敢走过人生的风雨历程!

本书是献给青少年的一份礼物,旨在告诉青少年在处世方面的技巧,在善良、真诚、宽容的基础上,做事掌握分寸,谨言慎行,礼行天下,智慧灵活地待人接物。如果能做到这些,您定会少很多烦恼,也必定会对您的生活和工作有所帮助。相信您在看完本书后,处世能力会越来越好,说话做事的水平也将愈来愈高,人生的天地也必将愈来愈宽阔!

目 录

第一册

第一章 平和处世不以物喜不以己悲

宁静而志远心平而气和	1
注重人脉学会推销自己	3
心态包容控制不良情绪	4
德不外露万物自然亲附	5
生活贵在具备自然之美	7
与人方便就是与己方便	8
追求完美不为物欲左右	9
忠恕待人养品德远祸害	10
谨记量宽福厚器小禄薄	11
摒虚华大悟自在心静中	12
高风亮节郭子仪重谦虚	13
行到水穷处坐看云起时	15
心中有魔自然难成正果	16
平和坦然不汲汲于富贵	17
临危不乱时刻认准方向	19
留余给他人留路给自己	20
自恃孤傲引来杀身之祸	21
努力活不为过去而悲伤	22
在失败后也可取得胜利	23
正面看待环境中的消极	24
未来在黎明前是黑暗的	25
务必善待生命中的挫折	25

把失败当作成功的动力	26
从失败中学习生存智慧	27

第二章 谨记宽厚待人不忘严于律己

善缘广布做事顺畅无阻	29
以德服人谨记谦虚谨慎	30
宁人负我不愿我负他人	31
德行在人先利益居人后	32
处世为人做到有益于人	34
居官勤政爱民心忧天下	35
明山川真趣弃名利身外	36
少说多做低调谨言慎行	36
慎于独处才能身心安泰	37
福不强求多交友少树敌	38
热心助人不计嫌不记仇	40
小人为满欲望窃善济私	43
以德御才德才兼备	45
信人则尽诚疑人则已诈	47
知天命而后方可为正人	49
成大事不因财物怪他人	50
理解和沟通宽容对朋友	51
宽以待人虚心对待建议	52
容难容之事交可靠之人	53

第三章 灵活变通不惧困难见招拆招

惠施蓬草之心不知变通	55
灵活处世路越走越宽阔	56

审时度势应变见机之道	57	胸怀正气心中向往光明	93
常知足则仙能善用则生	58	交友需侠气做人需素心	94
人生忧勤勿过淡泊勿枯	59	恪尽职守不张扬不炫耀	96
做人应脱俗做事应随时	60	勇敢无畏地自立于人世	97
世事无常人生甜苦参半	61	在苦中磨砺在难中成长	98
懂得退让求得成功捷径	62	踏踏实实只为现在而活	99
生活凡事不必尽善尽美	63	堂堂正正讲诚信守原则	99
顺势而为自然游刃有余	64	懂得珍惜真心感受幸福	100
适可而止做事留有余地	65	理性思考避免感情用事	102
遇事不慌多从反面思考	66	仁义礼智信把握人本性	102
有计划有安排临危不乱	67	开朗宽容尊重他人意见	103
谨慎处世不可随心所欲	68	创造条件追逐心中目标	105
牙齿硬而损舌头柔而存	69	坚持不懈信念战胜困难	107
必要时机选择隐藏实力	70	独立思考才能独具魅力	108
巧言避祸沮卫正气保身	71	我就是我创造独一无二	109
山重水复变则柳暗花明	72	走自己的路让人们去说	111
第四章 忠贞和善共同出力家和万事兴		路都是人自己走出来的	112
夫妻相扶相助共度人生	74	确定是对的就坚持下去	114
勤俭持家注意量入为出	75	有自己主见不盲从权威	115
沟通理解构筑和睦家庭	76	相信自己喊出自己声音	116
德行为先夫妻间重品行	77	第六章 宠辱不惊练就过硬处世素质	
注重心灵建设保护婚姻	79	知进退不钻人生死胡同	119
调整自己创造家庭和睦	80	柔可以克刚让可以去贪	120
仁义心中存家和万事兴	82	让出一块地心宽一片天	121
求和谐家庭也要重礼貌	84	强弱虽有别进退亦有度	121
教子要有方学孝仁礼义	84	人生三乐但是一贪就错	123
对穷亲戚不冷落不轻视	86	不怕真小人就怕伪君子	124
自古有云远亲不如近邻	87	轻发无功勤苦方能见效	126
第五章 强身自立原则处世不戚戚于贫贱		随心而动做心灵的主人	127
装满宽容上路忘记仇恨	89	归于失败不可执拗俛事	128
身居逆境更要砥节砺行	90	良知真诚就能得到光明	130
处变不乱才能百折不挠	92	不要认为微小就不提防	131
		人在屋檐下要学会低头	133

审时度势然后趋利避祸	134
裴行俭用兵妙攻其不备	135
急流勇退莫等兔死狗烹	136
位高权重更要反省自己	138
明哲保身显出官场智慧	139
刚柔并济等待最佳时机	140
时间才知道真诚的宝贵	141
保持低调才能稳步前进	142
谦恭有礼戒除骄矜二字	143
从小事做起从细节做起	144
从基层开始从大众开始	145

第七章 豁达从容享受愉悦生活

亲君子远小人做事坦荡	147
做事做人都应有所节制	147
要学会在平淡中见神奇	149
以琴棋书画来修身养性	149
正心诚意认真致知格物	151
贪则虽富亦贫知足则富	153
生活取舍戒喧嚣与浮躁	154
品德放第一才学为第二	155
不失风雅穷困但不潦倒	157
超越天地万物不入名利	158
有豁达之心过洒脱人生	159
修正辩信勇法以至合理	160
人品最高处是人的本然	161
修身养性精神气节为先	162
养生妙方重视慈俭和静	165
修身必须做到勤俭刚明	166
安于自然变化怡然自得	167
逸安分平淡远祸以处世	168
乐然知天命全然不偏颇	169
心灵的大河流走了不悦	170
公私分明翩然两袖清风	171

白云野鹤随性自在人生	172
不以己悲困境亦是坦途	173

第八章 以善待人赤子之心明可鉴

结交朋友要有赤子之心	175
积善成德以求圣心备焉	176
养身心是做事的根本	178
花铺好色也要人为好事	178
得寸不进尺得陇不望蜀	180
茹纳容人做到气量宽厚	181
注重提素质建设好人缘	182
枪打出头鸟谦字放心中	183
真心交朋友互相可信赖	185
平等待人不以贫富交友	185
待友和善加强沟通交流	186
突出特点让别人记住你	187
注意礼貌不戳别人痛楚	188
言辞谨慎避免造成误解	189
倾诉烦恼拉近彼此距离	191
优雅镇定应付难堪局面	192
杜绝偏见尊重每一个人	193

第二册

自制力强坏情绪要控制	195
坚忍不拔做事有条有理	195
挨骂是取得进步的机会	196
不虚荣要面子更要里子	197

第九章 不骄不躁等待时机一鸣惊人

逆水行舟崛起在逆境中	199
藏巧于拙君子以屈为伸	200
睿智韬光养晦人贵藏辉	202
将相本无种男儿当自强	203

退后一步生活清淡一分	204
心事宜明反之才华须韞	206
污泥不染显示高洁品行	208
冷静超然看待世间万物	208
心开则事开心郁则事郁	210
先做到静才能把握住动	211
时机不到应该深藏才智	212
卧薪尝胆忍常人不能忍	213
渴望成功做事高瞻远瞩	214
勤能补拙创造成功条件	216
时刻充实自己等待机会	217
抓住机遇展露自身才华	219
认准方向不做无谓劳动	220
天行健君子以自强不息	221
不断奋斗能够获得成功	222
会有属于你的一次机会	223
每个人都有成功的机会	224

第十章 社交中你来我往的技巧

交朋友诚信二字不可忘	225
一团和气认真呵护友情	226
保持联系常常邀人做客	228
真心夸赞避免假意奉承	229
话不投机时要敞开心扉	231
投桃报李朋友互相帮助	232
送礼有规矩莫被人误解	233
绝妙送礼法接送不尴尬	235
拜神进对庙办事找对人	236
知己知彼言谈照顾对方	237
对他人帮助要记得答谢	238
彬彬有礼间接表达请求	241
预先估计做到心有准备	242
替人办事做到皆大欢喜	243
建立高层次的人际关系	244

心胸宽阔建立可靠人缘	245
朋友之间应该多多交流	246
初次见面套近乎促关系	247
批评常常有原则记心中	248
德行天下把爱播撒人间	249
友善待人显出人格素养	250
处世做人勿抱怨慎批评	252
殷勤有礼做事情麻烦少	252
关心他人助你广交朋友	253

第十一章 语言在人际交往中大显神威

不回避克服人际隐形墙	255
君子的言行要依照天理	256
游说需新意要出奇制胜	258
做人有分寸坦诚不粗率	259
用语言化解他人嫉妒心	260
学会不卑不亢利人利己	262
做人有心学会善解人意	263
运用语言魅力达成目的	264
工作有方多方了解沟通	265
同事之间注意和谐相处	266
宽容别人就是宽容自己	267
守原则婉拒不合理请求	268
幽默使人际关系更和谐	270
幽默时要看准交流对象	272
巧用幽默化干戈为玉帛	273
夫妻间幽默能做黏合剂	274
以理服人拙言胜于雄辩	275
面对歪理运用智慧应对	276
有刚有柔方可进退自如	278
谈判辩论也可软中带刺	279
批评不能伤害别人自尊	281
从对方接受的角度批评	282
批评讲方式别人好接受	283

让对方来理解你的难处	284
赞美是不可缺的催化剂	285
赞美可以迅速达成交易	287
赞扬满足对方的自豪感	288
赞美坦诚获得下属合作	290
鼓励表扬更易说服对方	291

第十二章 战胜自己克服交往障碍

打破孤独融入社交活动	294
安于愚拙诚恳对待自己	295
考察心志才能知其为人	296
成功离不开人情与世故	298
忍耐与冲动福祸两道门	299
仪态大方微笑与人交往	301
心胸开阔做到诚挚豁达	302
盲目猜忌结果害人害己	302
摒弃偏见克服先入为主	303
昂首挺胸看到自身闪光	305
不看轻自己勇敢去交往	306
读书行路开阔视野范围	307
振作信心抹除消极情绪	308
建立勇气在实践中锻炼	309
控制情绪提高情商水平	310
以心换心来寻找支持者	311
学会要把自己放低一些	313
要时刻尊敬自己的上司	314
学会换个角度来当老板	315
学会建立良好人际关系	316

第十三章 不同朋友应不同态度对待

善于选择朋友远离损友	320
防谗防奸尽力确保平安	321
说话委婉如同春风拂面	322
入世而有所为出世而无染	324

知人难莫过于以己观人	327
恩情刻石上怨念随风散	328
性情正直朋友坦诚相待	330
沉着冷静对待暴躁朋友	331
奸诈狡猾之人敬而远之	332
坚持自我不去搬弄是非	333
耐心真诚消除他人猜忌	334
适度赞美孤芳自赏之人	335
对寡言朋友要寻找共鸣	337
让独断专行者面对事实	338
面对落魄之友不离不弃	339

第十四章 把握尺度与上级和谐相处

和领导保持好和谐关系	342
工作时不掺杂个人感情	343
要积极向领导汇报工作	344
与上司产生矛盾要冷静	345
推功揽过隐忍自保之道	346
追求完美为工作而奋斗	348
搞好关系争取升职机会	349
亲疏得当把握交往的度	351
大智若愚不抢老板风头	352
留瑕疵给上司展现机会	353
关键时刻抓机会站出来	354
熟悉上司显露尊敬忍让	355
最好知道老板要干什么	356
无论如何对老板要尊重	357
认真工作是对老板负责	361

第十五章 刚柔并济与下属其乐融融

善于激励下属为己所用	363
信任下属不歧视不偏颇	364
将卓越人才培植成心腹	365
对下属提建议注重技巧	367

上司关心下属宽以待人	368
做好表率显示榜样力量	369
动之以情互相换位思考	371
说服下属注意因人而异	372
关系得体逆境中显勇气	374
亲关系对下属不吝给利	375
严格要求把关利人利己	376
主动出击积极联络感情	379
低姿态做人赢部属信服	380
体贴下属困难共度难关	381
恩威并施才能管理有方	382
强调团队精神通力合作	384

第三册

第十六章 有条有理同事间和睦共进

细节影响同事之间友谊	385
不要把期望值定得太高	387
办公室里关系话不可少	388
化解同事间的矛盾关系	389
同事打小报告果敢应对	391
背后常夸人要多裁关系	393
承认差异处世因人而异	394
理智对待同事间的排挤	397
理顺同事关系团结工作	398
提高自己学会与人合作	401
同事无理要求婉言拒绝	402
与同事交往四要四不要	404
彰显气度敢于化敌为友	405
施恩不图报赢得好朋友	406
有福要同享人脉更兴旺	409
生活找交集人脉更畅达	411
互动零距离赢竞争优势	413

搏击要宽容奠定好基础	415
信息要交流思想要沟通	417

第十七章 方圆处世助你生活顺心如意

做人有方圆助你成大业	419
圆中重预测方中立根本	420
外圆内方原则心中放	421
君子把握方圆处世之道	423
方圆有度处世相得益彰	424
坚忍不拔不失圆不丢刚	426
克服弱点不避吃眼前亏	427
一张一弛做人有舍有得	428
诚信待人是做人的基础	430
以不变应万变方圆真谛	431
圆中顶方中立亦方亦圆	432
生活中体现方圆的细节	433
聪明做人外要柔内要刚	434
信念强待人处世知轻重	435
绝处逢生迎来柳暗花明	436
人生波涛本身就是财富	437
宁爬楼梯也不放弃追求	438
吃得苦中苦方为人上人	439
忍耐中等待机会的降临	440
以忍为上方可百忍成金	441
小“忍”则能改变命运	442
“忍”字可以成就事业	443
以忍为上能够谋权复国	445
礼贤下士学会用长避短	446

第十八章 深谋远虑对敌出奇制胜

声东击西暗里与敌斗争	449
使出手段获取制胜权力	450
不循常理倏然逆向而动	451
制定规则是用来打破的	452

以一做百斗争要动脑子	453
利益共同体合作是必然	454
去妇人之仁除后顾之忧	455
不露声色对敌放出迷雾	456
众人面前显露自身弱势	457
委婉办事缓冲不良语气	458
学会用假象去迷惑敌人	459
语锋直转让敌人不翻身	460
马善被人骑人善被人欺	461
快速行动要快刀斩乱麻	462
武力才能解决黑恶势力	463
一走为上保存斗争实力	464
重点出击必能各个击破	465
寻找对方破绽后发制人	466

第十九章 不偏激不躁动平静处世

中庸之道万物和谐有序	468
君子做事贵在善于处幽	469
身处于局中心留在局外	471
不为利禄忧不怕仕途危	473
守正待时伏久才能飞高	473
反复磨炼才能得到真知	476
保持木石之心远离欲境	477
富贵多炎凉亲朋多妒忌	478
悬崖撒手做事适可而止	480
欲速则不达融洽过生活	481
中庸之道里平衡的智慧	484
天人合一提高自身修养	485
悟中庸齐家治国平天下	487
自然天性慎独忠恕宽容	488
相信自己培养浩然之气	490
准确定位平时低姿做人	492
豁达大度处世宠辱不惊	494
不谄媚交上不盛气欺下	495

没权利说话先埋头做事	496
不知足才能总保持前进	497

第二十章 避祸保身谨记居安思危

不贪权恋势进退知深浅	499
有危机感才能化危为安	500
心境孑然如月空而不著	501
善泳者溺玩火者必自焚	504
唯公则生明唯廉则生威	505
宽威则为安减恩则为怨	506
福祸相倚智者着意避祸	508
富贵权势如苇草不可贪	510
玩弄权势是为己掘坟墓	511
得意早回头失意莫伤心	512
富贵不忘本避祸抽身快	514
骄字最可怕悔字最可贵	515
身在官场懂得洁身自好	516
心地纯洁不让邪念入侵	517
过犹不及把握处世之度	519
恪守中庸身心泰然安和	521
韬光养晦浑然一身和气	523
玉韞珠藏才华厚积薄发	524
掌握主动身在内心在外	527
世道人心恶防奸佞小人	529
成就大业待人宽严得宜	530

第二十一章 肢体语言显露真实心态

注意自身体态合乎礼仪	532
神态是征服对手的力量	534
注意小动作看透人心理	534
学会体语给人心理暗示	536
体语让你总是胜人一筹	538
把握瞬间改变上司关系	540
由走路来了解你的职员	541

懂交流挨训也要会互动	542
尖塔式手姿自信且肯定	543
背握式手姿无畏而权威	544
观察下属行为了解心态	547
注意姿态避免官僚主义	547
下指示中显露自信程度	548
观察说话神态辨别谎言	549
头部姿势不同态度不同	553
行为有差别心态大不同	555
仔细研究脖子也会说话	558
腹部姿态也可显露心理	559
肢体是心理的忠实表现	561

第二十二章 收敛光芒为打基础低调做人

克制情绪做到冷静处世	563
无害人之心有防人之意	564
外冷而内热不急功近利	565
知退一步同时须让三分	566
处进要思退得手为图放	567
虚心促进步骄傲会落后	568
不喜形于色给敌人迷惑	569
持盈履满君子兢兢业业	570
有名不独享有过不推脱	571
逃避名声保得自身平安	571
放得功名便可提高境界	573
天道忌盈做事情不求满	575
以不知为道以何为宝	577
隐光辉不可太露其锋芒	579
隐心中所想莫让人看透	580
释疑避谗立大志低做人	581
试虚实假作真时真亦假	583

第二十三章 借他人之势助己走向成功

借势发挥利用周围条件	585
------------------	-----

富贵者更应该树立己身	586
避免自傲贵在痛改前非	587
修身品质要随时势而变	588

第四册

大丈夫要时刻顺应时势	591
他人之力可助你达所愿	592
因势利导不啻权宜之计	593
充分利用周边有利资源	595
借他人力量为自己办事	596
借他人名声为自己所用	597
家有贤妻自是命中有福	597
组建自己的“智囊团”	599
善于协作是成功的关键	601
角斗场也有成功的动力	602

第二十四章 领导有方众人做事热情高

肝胆相照宽容下属过错	604
重视细节更重精神状态	605
调兵遣将领导用人有方	606
治世者首先要修治内心	607
张弛有度处世软硬兼施	610
区别对待不同工作对象	611
严格管理下属心服口服	612
用人不疑信任下属办事	613
一砖一瓦盖成高楼大厦	614
礼多人不怪莫因小失大	616
行为细节影响个人前途	617
记住他人姓名赢得好感	617
重视礼节尊人者人尊之	619
千里之堤坝崩溃于蚁穴	620
以身作则比言语更有效	620
用行动履行自己的言谈	622

正视管理者自己的位置	624
制定好管理企业的纲要	625
巧妙处理制度人情关系	626
日本企业家的多谋善断	627
费尔的成功四项大决策	628
李维公司点“纱”成金	629
大荣百货公司顾客至上	631
吉列公司坚持不断进取	632
人事调整是一种大学问	633
量才用人可发挥积极性	635
时刻要把人放在第一位	636
从基层发现和选拔人才	639

第二十五章 以退为进锻造美满生活

忍让带走不必要的麻烦	642
无关原则之事不必强争	642
忍让有度捍卫自身权利	644
忍无可忍时就无须再忍	645
不可一味忍耐学会变通	646
忍耐中坚持创造出希望	647
忍让宽容与人和睦相处	649
明目标小不忍则乱大谋	650
踏实做事情老实过人生	651
受苦难梅花香自苦寒来	653
欲望产生烦恼无欲则刚	655
以柔克刚忍受不平待遇	657
成大事忍常人所不能忍	658
眼盯长远目标忍小为大	660
胸似大海谣言止于智者	662
忍阴招学会与小人相处	663
在忍耐中等待行动时机	664
得与失之间更需要忍耐	666
忍耐是生活的最高哲学	668

第二十六章 创造财富为人生增光添彩

积极生活做人生的富翁	671
小国寡民轻财物重心灵	673
要用财富的眼光看世界	674
学会投资理财钱财增值	676
义应该讲但钱也应该赚	677
学习知识获得财富之路	678
动脑子增强不可替代性	679
掌握发财技巧付出劳动	681
巧妙利用信息轻松赚钱	682
小公司其声也能赚大钱	683
懂得利用别人的钱办事	684
有了钱就不要让它闲着	685
自己把握机遇创造未来	687

第二十七章 独辟蹊径领异标新二月花

突破常规焕发创新意识	691
勿慕贵与富勿忧贱与贫	692
最好的财富在我们身边	692
不断创新成功就会降临	693
做生意一双慧眼生财富	694
创新思维支撑创造活动	695
思想超前方能无中生有	697
不懈努力积极创造机会	700
嗅觉敏锐才能抓住机遇	702
要节省成由勤俭败由奢	704
处世中多栽桃李少栽荆	705

第二十八章 积极工作让生活 进入良性循环

热爱工作干一行爱一行	707
认真做事提高办事效率	709

积极主动圆满完成任务	710	努力使人感到他的尊严	744
做事尽职尽责全心全意	712	和陌生人之间得体交流	745
绕开好高骛远的虚想法	714	千万莫逞一时口头之快	747
制定规划做事有条有理	716	牢记别动辄狮子大开口	748
工作无小事时刻要坚持	717	忠言利行但未必要逆耳	750
专业专注才能做大做强	720	记住别轻易滥用口头禅	751
专业精神决定发展前景	721	口才未必就能成就沟通	753
努力达到敬业最高标准	722		
事事用心把事情做在前	723	第三十章 用心经营收获友谊之花	
付诸行动不要害怕失败	724	友情常投资难时有人帮	756
行动速度决定工作成就	726	对朋友真心诚意讲感情	758
行动一定要在结果之前	727	要从心里对别人感兴趣	759
失败害怕勇敢行动的人	728	帮助他人升华心灵境界	759
重整山河不向失败低头	729	不做伤害他人心灵的事	760
困难是弹簧你强他就弱	730	让别人快乐给自己开心	762
挫折是人生精彩的磨砺	731	先送人情才能得到人情	763
第二十九章 关注形象广交朋友打通人脉		投资人缘收获巨大回报	764
重陶冶情操气质最重要	733	珍惜自己的好朋友圈子	765
工作中言谈穿着要得体	735	不做人际关系的边缘者	767
喜怒爱恨更能发现涵养	736	明智处世不贸然得罪人	769
微笑谈话才能拉近距离	736	要摸清对方情况再送礼	770
强调相同点找共同话题	737	恰当送礼才能避免尴尬	771
多关注他人留下好印象	738	平时多撒网用时奋力帮	773
指出小变化让人生好感	739	说到做到做不到不要说	774
称赞不易被发现的优点	740	中正平和做事兼听则明	775
亲切幽默做受欢迎之人	741	看到对方优点利人利己	776
持谦虚姿态摒弃优越感	742	与朋友互相信赖共奋斗	777
不轻视别人朋友放心上	743	珍惜成为你镜子的朋友	778
		予人好处做到恰如其分	779

第一章 平和处世不以物喜不以己悲

在生活中,如果念头少,伪装少,争得就少,心情自然就会舒畅,平常也不会有太多的忧虑烦恼。有些人聪明过了头,用尽心机,烦恼却接踵而至。而那些污秽贪婪的小人,心地狡诈行为奸伪,凡事只讲利害不顾道义,只图成功不思后果,这种人的行为更不足取。

仁人待人之所以宽厚,在于诚善,在于忘我,所以私欲少而烦恼少。我们生活中的待人之道确应有些肚量少为私心杂念打主意,不强求硬取不属于自己的东西。这样的话,烦恼从何而来?

宁静而志远心平而气和

当你剔除心中的各种物欲和焦虑时,你就生活于简单中。简单表示单一的目标、表示必须停止批评,尽力而为,绝非模仿别人或抹杀自我。记住梭罗的话:“我们的生命不应虚掷于琐碎之事。而应该尽量简单,尽量快乐。”

在日常的待人接物中,宁静的心境有助于我们始终保持谦和的态度、悦和的语气,既给人留下亲切的印象,也有助于问题更好地解决。在现代社会中,人际关系变得复杂化,个人能否保持宁静的心境,就事关全局。

有鉴于此,发达国家的一些公司,如美能达照相机公司为公司职员专门开设了静坐沉思室,每室仅有一桌一椅,上班的公司职员可随意进入,独自静坐,从而得以避开任何人、事和电话的干扰,使想象与创造力获得自由发挥。不少有助于公司管理与生产的方案措施,就这样不断萌生在静坐者的头脑中。

即使某些职员是在静坐沉思室里睡了个短暂的懒觉,他也不会受到指责,因为这有助于他恢复精力与体力,做好下一阶段的工作,更何况有些灵感创意还是诞生在宁静的梦乡之中的呢。在处世方面,经验丰富者往往教诲初涉人世者遇事要冷静处之,因为冷静能使人作出准确而又快捷的判断与反应,能挖掘个人心智的潜力。

所以,是否冷静,是智慧与愚蠢的分水岭,这不因时代的变迁而变化。

生活中曾有这样一个脾气急躁者，他因急躁而屡屡坏事，为了改掉自己工作中的急躁习性，他每天就用彩笔在自己的左手心上写上一个“静”字，逢到自己又将重犯急躁的毛病时，他就往手心多看几眼，默默告诫自己要冷静冷静再冷静。同时，在业余时间，他通过参加多种体育运动宣泄自己旺盛的精力。一段时间后，他的努力取得了成效，他不用再在手上写字了，因为自我克制已成为了他的自主意识的一部分，亲人与同事们觉得他更通情达理，平易近人，他也有了心静气平的良好感觉。

宁静的心境，足以使人把握更高远也更深刻的思想，使人从容处世，它并不仅是田园诗人与思想家的专利，也是成熟人生智慧的一个重要环节。

中国古代也不乏这样的例子。唐朝著名诗人王维在一次出游的途中，信步所至，走到大江前。此时，他没有匆忙去渡江，也没有匆匆走回归路，而是悠闲从容地坐在草地上，心情平淡地欣赏着天边的云起云落、云聚云散，品味着它们在时快时慢中变幻不定的图案。有了一种十分谐和宁静的心境，以至他吟出了这两句看似平淡却极寓禅意的千古名句：行到水穷处，坐看云起时。

看似平淡的诗句，却已活泼地表达出了诗人的心境与自然韵律的和谐合拍，当诗人出神入化地静观云聚云散时，物我已融为一体。他因静坐而

神飘云际，因静坐而得适意，从而领受了坐行住卧皆禅的精髓，表明了对顺其自然的人生观的推崇，心智不再被生活表层的种种繁杂所迷惑，从而保持了心绪的协调与宁静，这就是所谓的禅。

不难理解，历史上，诗人王维以“诗佛”而名传于世。这种场景，与洪应明在悠闲的白天，来到人迹罕至之处，聆听悠扬的鸟语；在寂静的深夜，仰看深邃无垠的夜空，耳目也就变得清澈而高远，有异曲同工之妙。王维、洪应明们都拥有一颗宁静致远之心，心绪也就得以释放，可以包容更多的事物，思维更敏锐，记忆更清晰，感受更细腻，认识也就更全面、更深刻：在自我认识的方面，静观有助于把握自我的真实本性，有助于萌生人生的惭愧意识，从而驱除痴心妄想，完善人生，得以达到修身养性的目的。

此种静观，最好在夜深人静时。在个人心智的把握上，我们不少人都有过如此的经验，或因外界嘈杂，或因内心烦躁，一些平日记好的内容，却怎么也不能回忆起来；境遇一变，或因外界清宁，或因内心宁静，过去时日所遗忘的内容，又涌上心头，恍在现前。可见，人在或静或躁的内外环境中，也就顿然有了或明或昏的差异。

在洪应明看来，作为人，我如果常能身闲心静，宁静致远，别人就难以用一时的荣辱得失来差遣我，别人也难以用一时的是非利害来蒙蔽我。在认