

Honesty
Leads to Success

实实在在看自己 自省优劣

实实在在交朋友 情谊恒久

实实在在做事情 机会自来

孙静·编著

在
诚
实

福

言 在诚实

孙静·编著

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

赢在诚实/孙静编著. —天津:天津科学技术出版社, 2010.12

ISBN 978-7-5308-5425-9

I. ①赢… II. ①孙… III. ①品德教育—中国—通俗读物 IV. ① D648-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 217822 号

责任编辑:刘丽燕

责任印制:白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人:蔡 颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332398(事业部) 23332697(发行)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

河北省香河县宏润印刷有限公司印刷

开本 710×1000 1/16 印张 15 字数 222 000

2011 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定价:26.80 元



生存,是每个人都要面对的事情。正如 20 世纪初鲁迅先生指出的:先要生存,才能发展。和其他很多事情一样,生存也有其法则,也就是我们通常所说的“生存之道”。

大千世界,不同的人有不同的“生存之道”。活得舒服,活得精彩,是每个人最基本的人生追求。因为每个人对生存的不同理解,才产生了强与弱,精明与老实的差别。

面对大环境的变化,社会中的强者以突出优势占据了大部分的社会资源和较高的社会地位。作为老实人,又该如何改变自己的生存境况,让自己摆脱目前不容乐观的现状呢?

在人们眼里,老实人总吃亏,总是得不到机遇的青睐,甚至有些时候看起来老实人就是“傻子”的代名词。“做老实人,说老实话,办老实事”曾经是上一辈人传授给年轻一代的、耳熟能详的做人原则和信条。的确,做老实人,守本分讲规矩,不欺不诈,不偷不抢,处处以忍字为先,以道德原则为修身处世的方圆,是应该的。无论从哪一方面讲,老实人在社会中都是遵纪守法,黑白分明的,似乎是正义的化身,道德的代表和先行者,事业、感情全都很令人羡慕,应该生活得很好,他们应该成为最

受欢迎的人。

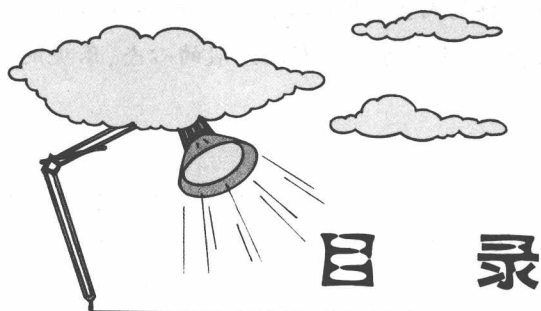
然而,在社会的发展和时代的变迁中我们发现,老实人的生存境遇已经发生了“翻天覆地”的变化。例如,老实人在社会上的地位和声势、名望、功业多是平庸,有的甚至连最基本的生存都成了问题。老实人成了“软弱、死板、迂腐、穷酸、固执、没本事”的代名词。这就是为什么现在我们要帮助老实人重塑自我的原因。

鲁迅先生说过:忠厚老实是无用的别名。在充满竞争,充满压力和信息化的今天,老实人应该怎样生存?现在提倡“和谐”,我们的社会还是提倡老实做人,实在做事,关键是如何做老实人,如何做一个受人欢迎又聪明的老实人。

老实人是这样一个群体,也许他们有许多缺陷,但是他们也有很多的优点。他们所保持的也许正是人们时下所缺的,不能认为是一无是处,也不应责备他们什么,只不过他们将这些东西弄得僵化了,不知道去克服缺陷,走出误区,和成功的人一样去成功。

本书为揭开老实人生存法则之奥秘而对其进行了多方面的分析和探讨,系统、科学、全面地向读者介绍和剖析了老实人生存境遇的方方面面,分别从做人、心态、性格、说话、交际、机遇、职场等方面,做了详细介绍。本书意在教会现实生活中的老实人,如何更好地做人做事,不断完善自己,改善自己的生存境遇。

在这个世界上没有人甘心一生平庸,怎样才能使自己脱颖而出呢?那就要先从改变自己开始,从阅读这本书开始,用全新的姿态面对自己的生活,改善自我,打造自我,实现自己的最终梦想。相信本书会让读者耳目一新。



第一章 老实做人,找准位置认清自己 (1)

请记住铭刻在希腊圣城德尔斐神殿上的著名箴言:“认识你自己!”中国古人也说“人贵有自知之明”。所以,老实人首先要找到自己的位置。我们提倡的诚实、谦虚、坦率、正直、肯干,都是老实人具备的优秀品质,但也让老实人受到了前所未有的挑战,他们不得不重新认识自己,找准位置,对人生作出正确的选择。

- 1.本色的我,选择自己的人生 (3)
- 2.老实是一种优点 (5)
- 3.做自己,老实人不要迷失自我 (7)
- 4.不要只知“低头拉车”,不知“抬头看路” (9)
- 5.老实做人,但不是窝窝囊囊做人 (11)
- 6.做事先做人,守住“诚实”的阵地 (13)
- 7.“老实人”也要“聪明”做 (16)
- 8.方圆做人,成就充实人生 (18)

第二章 黄金心态=老老实实做人 (21)

现代人们常说：“心态决定一切。”你的心态也决定着你的性格和成功。有什么样的心态，就有什么样的人生。老实人也是如此，老实人不应该是自卑、抱怨、悲观的代名词，他们完全可以拥有阳光般的心态，乐观的生存态度和傲人的成就。

- 1.打开心扉,展现真我风采 (23)
- 2.远离抱怨生活更精彩 (26)
- 3.调整心态,做情绪的主人 (28)
- 4.不悲观,老实不是弱者的标签 (30)
- 5.迎难而上,没有什么不可能 (32)
- 6.笑对挫折,常对自己说“没关系” (34)
- 7.知足常乐,拥有快乐又实在的生活 (36)
- 8.改变能改变的,接受不能改变的 (39)

第三章 赢在诚实:说得漂亮不如做得漂亮 (41)

人们常说,事实胜于雄辩。有时候,说得天花乱坠不见得能做成一件实事儿。很多老实人无法摆脱困境的原因就是多空想而少实干。正所谓“路虽远,行必至;事虽难,做必成”。只要立即行动,把每个想法付诸实践,老实人的成功就为时不远了。

- 1.不要没有目标,只顾低头往前走 (43)
- 2.制订计划,不能跟着感觉走 (46)
- 3.十次动嘴不如一次动腿 (49)
- 4.做事有轻重,不能眉毛胡子一把抓 (51)
- 5.拒绝拖延,就是在拒绝失败 (55)
- 6.瞄准目标,每天进步一点点 (57)
- 7.千里之行,要从“足下”开始 (59)
- 8.必要时刻,脑筋需要“转弯” (61)

第四章 老实本分有愁福,别让机遇悄悄溜走 (65)

机遇是什么?不是天上平白无故掉下来的钞票,而是自己长期努力的结果。有些老实本分的人际遇平平无所作为,于是抱怨得不到机遇的垂爱。等机遇真的飘然而至时,他又浑然不知。机遇稍纵即逝,你不懂得把握,不懂辨别,机遇只会离你而去。不懂珍惜机遇的人没有抱怨的权力。

- 1.老实做人不等于错失良机 (67)
- 2.不放弃捕捉黑暗中的“萤火虫” (69)
- 3.实实在在过日子一样遇到好机遇 (71)
- 4.头脑灵活,才不会坐失良机 (73)
- 5.坚持下去,不丢掉万分之一的可能 (75)
- 6.抓机遇,对自己狠一点 (77)
- 7.提高警惕,不要被人抢走了机会 (79)
- 8.别说没有机会,机遇就在你身边 (82)

第五章 说话实在也有巧言,赢得众人夸 (85)

俗话说:“逢人只说三分话”,即使是对真诚老实的人也不必毫无保留。应该视不同的场合采取不同的说话形式,对不同的人说话也要讲究不同的技巧和手段,受社会欢迎的人应该说话看场合,说话看人,见什么人就说什么话,社会总垂青善于说话的人。如果你想在事业上春风得意,想在社交上左右逢源,想在商场上如鱼得水,就要学好说话这门老实人一生的必修课。

- 1.心口如一才能正确表达自己 (87)
- 2.学会说话,不要心急口不择言 (89)
- 3.话留三分,“建议”也要绕个弯 (91)
- 4.寻找技巧,把拒绝说得惟妙惟肖 (93)
- 5.讲话要看场合,发言要有分寸 (96)

- 6.赞美的语言,人人都喜欢听 (98)
- 7.别人的羞辱,利用语言很好地反击 (100)
- 8.该委婉时且委婉 (102)
- 9.实话实说也有技巧 (105)
- 10.直言反驳别人的5种方法 (109)

第六章 灵活交际,老实巴交也懂关系 (115)

卡耐基曾说:“一个人事业上的成功,只有15%是来自他们专业技术,而另外的85%主要靠人际关系、处事技巧。”作为社会中一个角色,老实人也不能离开交际,不能跳离这张硕大无比的人际网络。老实人想要改善自己的生存境遇,就要依靠这张网,突破自己,广结人缘。

- 1.大胆突破,老实不等于不交际 (117)
- 2.广结人缘,懂得交际圈的生存法则 (120)
- 3.以德服人,让处世更加轻松 (122)
- 4.放下“面子”,拾起好“人缘” (124)
- 5.吃亏是福,吃点小亏也无妨 (126)
- 6.看准时机,多进行感情投资 (128)
- 7.做事就是做人,做人要靠关系 (131)
- 8.实在处世的“十六法则” (133)

第七章 老实工作,忙并快乐着 (137)

爱迪生说:“我的人生哲学是工作。”工作是生命中不可或缺的部分。歌德曾说:“我这一生基本上只是辛苦工作,可以说,我活了七十五岁,没有哪一个月过的是舒服生活,就好像推一块石头上山,石头不停地滚下来又推上去。”对于老实人,工作不能好高骛远,不切实际,而是要把心放下来,踏踏实实,只会幻想的人得不到真正的机会。

- 1.不要只埋头耕作,也要寻求结果 (139)
- 2.珍惜时间,工作不能得过且过 (142)

- 3.踏踏实实,是笨鸟就要先飞 (144)
- 4.保护劳动成果,以防别人窃取 (147)
- 5.尽职尽责,做好自己的本职工作 (149)
- 6.工作快乐着,养成良好工作习惯 (151)
- 7.勤奋工作的人不是末等公民 (154)
- 8.及时调整,不要一条道路走到黑 (156)

第八章 敢于冒险,老实不等于胆小 (159)

老实人说:“人的命天注定。”很多人总是坚守着“沉默是金”的信条,不敢冒一点风险,不敢越雷池一步。然而,对于一个具有冒险精神和创新能力的人来说,他的命运总是掌握在自己手里,既不属于上帝也不属于其他什么人。只要打破常规思维,不循规蹈矩,不墨守成规,才会不虚此生,改变自己的生存环境。

- 1.老实不等于墨守成规 (161)
- 2.突破经验,不按常理出牌不为过 (163)
- 3.打破常规思维,要敢于冒险 (165)
- 4.人要“出头”就不能怕“碰头” (167)
- 5.做事太“本分”,只会吃大亏 (169)
- 6.换个角度思考,道路会更宽敞 (171)
- 7.不落窠臼,走出“老实”的尴尬环境 (175)

第九章 实心眼与小人过招,一样赢得轻松 (179)

俗话说:“画龙画虎难画骨,知人知面不知心。”世间贵人难遇,小人却处处皆是,令人防不胜防。小人一有机会,便会给你制造麻烦。老实人不能“太老实”,要避开这些“暗礁”,减少他们对自己的干扰,才能享受自己的安稳生活。

- 1.画龙画虎难画骨,知人知面不知心 (181)

- 2. 小心行事, 看清“庐山真面目” (183)
- 3. 适当伪装, 做人不能太“老实” (186)
- 4. 老实做人, 但也要提防小人暗箭 (189)
- 5. 害人之心不可有, 防人之心不可无 (191)
- 6. 寻找贵人, 也不能忽略“辨”小人 (193)
- 7. 时刻牢记“防患于未然”的古训 (196)
- 8. 看穿小人伎俩, 灵活对付小人 (197)

第十章 赢在诚实的 10 条黄金法则 (201)

伟大文学家歌德说过:“谁要是游戏人生, 他就一事无成; 谁不能主宰自己, 永远是一个奴隶。”老实人要想活得好, 就必须正确认识自己, 相信自己, 克服自己的缺点, 从而真正主宰自己。这样, 才能完善自己, 提升自己, 成为勇攀高峰的强者。

- 1. 放下压力, 需要大胆张扬自己 (203)
- 2. 安全生存, 就要适度武装自己 (205)
- 3. 认识自己, 更要正确评价自己 (206)
- 4. 争取机会, 展现自我 (209)
- 5. 不自卑, 充分挖掘自己的潜能 (212)
- 6. 张开嘴巴, 要学会主动与人沟通 (215)
- 7. 必要时不妨“恶”一回 (217)
- 8. 一步一脚印, 勇做生活之峰的攀登者 (219)
- 9. 自我升值, 老实的“完美主义” (221)
- 10. 相信自己, 自信比什么都重要 (224)

第一章



老实做人,找准位置认清自己

请记住铭刻在希腊圣城德尔斐神殿上的著名箴言,“认识你自己!”中国古人也说“人贵有自知之明”。所以,老实人首先要找到自己的位置。我们提倡的诚实、谦虚、坦率、正直、肯干,都是老实人具备的优秀品质,但也让老实人受到了前所未有的挑战,他们不得不重新认识自己,找准位置,对人生作出正确的选择。



1

本色的我,选择自己的人生

每个人都是独一无二的存在,一个人一种色彩。想让自己的生活色彩丰富起来,就要保留自己最真实、最可爱的本色。

一个人要在社会上取得成功,首先要明确自己是一个什么样的人,找到适合自己存在的位置。其实,明确自己的位置就是要明确自己的人生目标,也是给自己在社会中定位。老实人更应该如此。

现实生活中,有人信心满满,有人自卑怜怜。是自己不如人,还是根本不了解自己的优势所在呢?我们经常能够看到,老实人在这样的疑问中迷惘。

他们经常感慨,不知道什么样的自己才是应该表现出来的,什么样的自己是不可以被别人知晓的。注意观察就不难发现,强者往往是忠于自己,能倾听自己灵魂声音的人。即使有的方面优势不明显,表现不惹眼,他们也明白并接受这个“自己”,认为这就是自己最真实的自然本性,没有什么好自卑的。

其实,每个人都是独一无二的存在,一个人一种色彩。之所以会有实力强弱之分,很大的原因在于对自己的认知差异。只有能自然表现自己的人才容易获得他人的认可。一个人若想让自己的生活色彩丰富起来,就要保留自己最真实、最可爱的方面。

有这样一个女人,她对自己的容貌极为不满,于是选择了整容。

第一次整容后,她很高兴地看着镜子里明显变化的容颜,可是没过多久,她又觉得自己容貌依然不够出众,便又走进整容医院。第二次、第三次……女人几乎在重复第一次的情况:刚开始满意,过一段时间便觉得不是被美容,而是被“毁”了容。在第八次整容后,她望着自己从前的照片,再看看镜中那张“面目全非”的脸,突然发现最初的自己竟是那样美丽。



于是,在接下来的两次整容中,她要求医生将她的脸朝原先的样子恢复。就这样,她饱尝了痛苦,远离了朋友,经历了很多次整容,历经6年,终于在最后一次手术后她恢复了从前的样子。她感慨万分:原来自己本来就是很美的。

追求自我的完美虽然是人的天性,但是如果过分追求,不但离完美越来越远,还可能丧失了真正的自我。原先的美丽、原先的自信、原先的快乐与满足都将离你而去,当你还未能从新的改变中发掘出任何价值时,收获的将是另一种痛苦。

这个经历可能很多人都会有所感触:早知今日又何必当初?上面事例就是想告诉我们,自己原来拥有的外貌、性格、学识……都是自己宝贵的人生财富。珍惜并加以使用才能有所收获,非理性地挥霍只会换来恶果。其实,你无须刻意去改变,因为本色的自己才是最美的自己。

当自己是自己的时候,获得的才会真正属于自己。一个人如果照搬别人的或者有意地模仿别人,那将永远是“跟屁虫”和“小丑”,而且在照搬和模仿别人的同时也失去独立的人格和思想,失去了自尊。还有一种为了讨好某人或者达到某种目的而去改变自己的人,这是比上面整容的女人更傻的人。他们的行为不但不会取得任何效果,反过来还会被对方嘲笑和轻视。因为他们为对方所做的事情在对方的眼里,可能根本无足轻重,甚至惹人讨厌。

如果一个人不能清楚了解自己的好,对自己的拥有毫不在乎,而一味附和别人,他就无论如何也不会获得成功。他任何时候都应该相信,自己拥有的就是最好的,正确运用这些而获得的收获就是最好的收获。所以,每个人只有牢牢抓住了自己原本拥有的,才可能获得更多。这就好比投资,自己原来拥有的是本金,本金是不会轻易缩水的,动摇了本金做任何投资都会畏首畏尾,很可能会造成最终的失败。因此,不要轻易和别人交换自己的人生资源,这是很轻率也很不负责任的行为。

永远不要怀疑这一点:你就是自己的主人,你就是自己的太阳。因为,只有本色的自己才是最美的自己。我们无须刻意地去改变,更无须违心地去欺骗,费力地去包装,我们要保持自己真实的面孔、真实的性格和真实的人生。

随着社会的发展,老实人似乎逐渐成了一个“弱势群体”。所以,老实人必须学会勾勒“自画像”,看清楚自己的样子、自己的性格和自己的所有,充分认识自我,这是十分重要的。



一个人只有对自己有了足够的了解,才知道自己的特长在哪里,缺点在哪里,适合从事什么工作,性格上的优缺点是什么等一系列的问题。也许明确答案不能一下子都有,但是至少能找到一个大概的方向,不至于像一只无头的苍蝇来回乱撞。“认识你自己吧!”只有这样才能找到自己的位置,成为强者。

2

老实是一种优点

古人云“人贵有自知之明”,这里的“明”不仅是清楚自己的短处,也清楚自己的长处。

托尔斯泰曾在自传中写道:“每当我照镜子的时候,一股自我嫌恶感便涌上心头,深深地困扰着我,为此我十分难过。我的长相是这么粗陋,一点也没有优雅的气质,尤其这灰而小的眼睛……”

当读者朋友看到这段文字的时候,也许会觉得奇怪,因为你不相信,这么伟大的人居然也会有自卑感。所幸,托尔斯泰战胜了自己,最终走向了成功。所以,人应正确评价自己,不拿自己的缺点与别人的优点相比,而应尽量发现自己的长处,将它化为自己前进的信心。

有一个老实人,从医科大学毕业后,到他父亲朋友的综合医院里当实习医师,不到半年他就有了这样的烦恼:“我做不下去了,我打不进同事的圈子。”“别的实习生比我优秀。”无论上班还是下班,他都有这样的感觉,结果他认为自己无法从事医生工作。

其实,茫茫人海中,你有时会有很大的冲劲,有时候会有失落的感觉,这两种感觉会把你的性格引向截然不同的两面。不只你一个人,任何人都会被这些性格上的问题困扰。令人讨厌的性格或不健全的心理,多是因为与人发生关联才有的,而人又不能离开人群独自生活,因此有这些苦恼是必然的。



这个时候，你也不必责备自己：“我是没有希望了，我比不上他人，反正我很笨。”就连大科学家野口英世、美国总统林肯，都曾经为自卑烦恼过，但他们都将自卑化做超越他人的动力，最后取得了成功。

社会中什么样的人都有，而自信的人最具神采，因为展现自己的优点也是一种勇气。如果你也像他们一样努力看到自己的长处，你一定也会走向成功。

现实生活中，很多人都抱怨命运不公，却不知道整天自卑的人是很难成功的。一定要去分析自己的性格适合去做什么样的事业，只有先看清了自己的性格，才能清楚自己脚下的路。

性格不是与生俱来的，而是后天塑造的。每一个成功的人，都难免经历一番“寒彻骨”，只有不断地磨炼自己的性格，不断地剖析和重塑着自己的性格，才能让成功的主动权留在自己的心中。只要清醒地认识自己，坚持自己的性格，你就掌握了一半的成功，也是自己生命的真正开始。

“生存优势”这个概念是说，一个人至少在某个重要领域里已经拥有了突出的才能，这是一个人开发他全部潜能的基础。这就提醒我们：我们已经进入了一个自我发现的时代，我们必须努力去发现和开发自己的全部能力。这也就是说，没有比使每个人都能充分发挥自己的能力更重要的事情了。自我发现和自我认识是一项没有终点的行为过程。

每个人都有弱点，也有优点，我们不能因为自己某方面的能力缺陷而怀疑自己的全部。不但要看到自己不如人的地方，还要看到自己的过人之处，这才是正确的自我评价。只有找到自己的优点，才能突破心理禁锢，走出“老实人”的怪圈。