

电视剧《手机》之所以受到追捧，是因为其凸显了老百姓
日常生活中的种种生存智慧和处世文化。

《手机》中的 生存哲学

SHOUJI
ZHEXUE

白智慧◎编著

借鉴精英的
生存智慧

提升个人的
生活质量

揭示社会的
深刻现实

沉淀你我的
生活百味

一部全面揭秘《手机》中所蕴涵的种种生存智慧的处世哲学读本

男女婚恋要看《手机》，事业发展要看《手机》，与人相处要看《手机》，社会生活更要
看《手机》……本书将与你一起看《手机》，赏《手机》，
品味《手机》中的生存哲学。

最新
精华版

北京工业大学出版社

《手机》中的 生存哲学

白智慧◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

《手机》中的生存哲学/白智慧编著.—北京:北京工业大学出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5639-2531-5

I. ①手… II. ①白… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 191930 号

《手机》中的生存哲学

编 著: 白智慧

责任编辑: 郑 华 弓贝宁

封面设计: 创品牌工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 北京世纪雨田印刷有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 787 mm×1092 mm 1/16

印 张: 15.5

字 数: 220 千字

版 次: 2010 年 11 月第 1 版

印 次: 2010 年 11 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2531-5

定 价: 26.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换



目 录

Contents

生存哲学一：女人之美，在于理解男人，淑德为先

【剧情重现】	01
【深度阅读】	02
女子应既有才又有德	02
男人需要女人的尊重和肯定	04
不要试图给男人提供帮助，你要擅长向他求助	05
女人不可以“弱”为美	06
【经典语录】	09

生存哲学二：男人也有美丽的谎言

【剧情重现】	10
【深度阅读】	11
丈夫应该学会“哄”妻子	11
称赞职业女性的巧妙智慧	14
强调女强人上司的女性魅力	15
一切随性，尽情演绎男人风采	16
【经典语录】	18



生存哲学三：别想对老婆瞒天过海

【剧情重现】	19
【深度阅读】	20
纸终究包不住火	20
洁身自好，远离桃色新闻	24
提高认识，抵御诱惑	27
【经典语录】	29

生存哲学四：不要把“忙”当成口头禅

【剧情重现】	31
【深度阅读】	32
家庭，始终应摆在第一位	32
时刻注意尊重妻子	35
多一些宽容，多一些幸福	40
尽量少对朋友说“我很忙”	43
【经典语录】	46

生存哲学五：幸福生活自掌握，预防婚变有妙招

【剧情重现】	47
【深度阅读】	48
学会放男人一马	48
收放有度的吵架哲学	51



爱情保鲜有秘诀	53
【经典语录】	56

生存哲学六：婚姻必须保持最基本的信任

【剧情重现】	57
【深度阅读】	58
不要轻易去怀疑丈夫	58
要对自己的伴侣有信心	60
及时沟通，恩爱生活善调节	62
【经典语录】	66

生存哲学七：做“牧羊犬”，不当总受伤的老实人

【剧情重现】	67
【深度阅读】	68
处世要有软硬两手	68
绝不忍气吞声	70
不做童话中的羊，要做现实中的狼	72
保持深沉，要善于隐藏自己	73
【经典语录】	77

生存哲学八：对那些主动示好的人不要太大意

【剧情重现】	78
【深度阅读】	79



《手机》中的生存哲学

SHOUJI ZHONG DE SHENG CUN ZHE XUE

对你说“我是好人”的人未必是好人	79
说“我不会骗人”的人最会骗人	80
对对方不厌其烦一直重复的事情要当心	81
【经典语录】	82

生存哲学九：交友、应酬有学问

【剧情重现】	83
【深度阅读】	84
尽可能地为对方着想	84
同事间的应酬有学问	88
对手要从宽认定，朋友要从严录取	89
【经典语录】	92

生存哲学十：震慑对方，柔中还需有刚

【剧情重现】	93
【深度阅读】	94
领导不能总是当老好人	94
使能干的下属对你有所敬畏	96
长自己胆气，灭对手威风	99
先声夺人，在心理上占据优势	102
有时柔和更有效	103
【经典语录】	105



生存哲学十一：不做打断领导讲话的“愣头青”

【剧情重现】	106
【深度阅读】	107
说“不过”想要反驳时改说“的确如此”	107
仔细倾听，压制住想要发言的冲动	109
切勿当众顶撞领导	110
维护领导的尊严	112
【经典语录】	117

生存哲学十二：人人爱听赞美话

【剧情重现】	118
【深度阅读】	120
赞美他人的四大要诀	120
称赞与奉承双管齐下	123
如何赞美初次见面的人	124
赞美是生活的润滑剂	126
【经典语录】	129

生存哲学十三：借风造势，借力成事

【剧情重现】	130
【深度阅读】	131
“老虎”是什么	131



《手机》中的生存哲学

SHOUJI ZHONG DE SHENG CUN ZHE XUE

背靠大树好乘凉	133
快速成功秘诀：名人的眼球效应	135
借“贵人”打个背景光	137
【经典语录】	139

生存哲学十四：面子关系到自尊，需小心照顾

【剧情重现】	140
【深度阅读】	141
要“长脸”而不要“揭短”	141
对对方重视的事情表示兴趣	144
维护上司的面子就是维护自己的前程	145
把功劳让给上司	146
留面子也要因人而异	148
【经典语录】	151

生存哲学十五：做人要务虚，做事要务实

【剧情重现】	152
【深度阅读】	153
以宽容的心境看待一切	153
善意对待别人的批评和敌意	155
做事要全力以赴	157
做人要懂得机巧应变	160
【经典语录】	161



生存哲学十六：先动脑子，后办事

【剧情重现】	162
【深度阅读】	164
移花接木，虚实结合	164
有思路才会有出路	166
让别人为你挣钱	171
没钱投资就用智力投资	172
【经典语录】	174

生存哲学十七：说话要着调，办事要靠谱

【剧情重现】	175
【深度阅读】	176
行而不言，处低瞻高	176
说到做到，不放空炮	179
做得比别人希望你做的更多	180
说话办事留有余地	183
【经典语录】	185

生存哲学十八：下定决心便要持之以恒

【剧情重现】	187
【深度阅读】	188
要自信，没有什么是做不到的	188



决心+毅力=成功	190
神情专注，主动行动	193
全力以赴，成功是一步步走出来的	194
【经典语录】	196

生存哲学十九：把便宜让给别人

【剧情重现】	197
【深度阅读】	198
愿意吃小亏，敢于吃小亏	198
单方面地给予，让对方感觉歉疚	199
求人办事有技巧	200
种善果，结善缘	202
【经典语录】	204

生存哲学二十：手机要“消毒”，说话要善后

【剧情重现】	205
【深度阅读】	207
检点自己的言行	207
话不可说得太满	208
冤家宜解不宜结	209
用自嘲来对付窘境	212
【经典语录】	215



生存哲学二十一：多听少说常点头

【剧情重现】	216
【深度阅读】	217
逢人且说三分话，未可全抛一片心	217
大巧若拙，大辩若讷	219
做一个善于让对方开口说话的人	221
【经典语录】	222

生存哲学二十二：不断学习才能不断进步

【剧情重现】	223
【深度阅读】	224
活到老，学到老	224
不想“挨打”就要学习	225
要学习还不够，还要善于学习	227
【经典语录】	230



生存哲学一：女人之美，在于理解男人，淑德为先

【剧情重现】

小鸟依人的女人最美，不絮絮叨叨的女人最美，理解丈夫，对丈夫无伤大雅的错误睁只眼闭只眼的女人最美……于文娟就是这种女人，还有后来的沈雪。

洗衣、做饭、打扫卫生、收拾房间，严守一基本不掺和，于文娟从来没有半句的怨言。严守一下班回到家后，总能马上尝到于文娟亲手做的可口的饭菜。对严守一屡屡的“精神出轨”问题，于文娟从不大吵大闹、摔盘子砸碗。

做一个好妻子很难，做一个名人的妻子则更难。严守一接触的青春靓丽的女性多了去了，然而严守一的心里，始终放不下于文娟，原因也正在于此。

后来因为误会，严守一和妻子于文娟分手了。但在严守一的心中，从来就无法割舍对于文娟的牵挂。可以说，正是于文娟的贤淑宽忍才让严守一魂牵梦绕。

还有那个叫沈雪的台词课培训老师，也以她的“傻”劲儿征服了严守一。其实，这个“傻”，并不是那种痴痴呆呆二百五似的傻，而是温柔、贤淑，关心体贴理解丈夫，细致入微地操持家务，是秀外慧中。

老奶奶也非常喜欢像于文娟这种类型的女人，而对像李燕这种神经过敏、“聪明绝顶”、喜欢在他人面前说三道四的女人就非常反感。严守一也对李燕这种“什么话都敢说”的女人头疼不已，他的很多不想告诉于文娟或沈雪的秘密，都是李燕通过采用“煽阴风”的方式传达给她



们的，活脱脱一个现代版的王熙凤。

应该说，沈雪这个女人最可爱的地方就是“真实”——朴素、持家、“有一说一”。特别是李燕教她学于文娟的做事方法，以通过老奶奶的“考试”，沈雪就做得很到位，老太太虽然嘴上对严守一说无权干涉他的选择，其实还是从内心里喜欢沈雪的，否则老奶奶不会同意他们的婚事。从这方面来说，沈雪不但真实，还能将这个真实发挥到极致。

严守一最终没能和沈雪走到一起，也可能与她没能一直宽容大度有关。大概是从小在亲戚面前不受重视，沈雪很想在亲戚面前挣回面子。她不顾严守一的感受，处处要严守一配合自己，她性格中任性、以自我为中心的一面至此暴露无遗。对严守一产生猜忌，单方面擅自定下订婚时间，对严守一的收入过分关注，这一切都让严守一与沈雪渐行渐远。

【深度阅读】

女子应既有才又有德

封建社会有所谓“女子无才便是德”的言论，这种观念在现代人的心中早已不复存在。不过，由于长期以来这个世界基本上是由男性主导的，因而在某些人身上这种“大男子”主义的倾向依然十分明显，所以男人特别是那些自认为很成功的男人，很不愿意女性比自己有才，因为这会让他们的自尊心受不了。

然而，现实中有很多优秀的女性，她们非常有才华，并且其才气丝毫不逊于优秀男性，但她们当中有相当多的人恋爱并不顺利，许多的“优质女”不得不降格以求，嫁给不如自己有才的男人。

为什么会出现这种情况呢？因为大多数的男人希望自己能“驾驭”女人，“男人靠征服世界来征服女人”嘛。如果女人太优秀了，男人就信心不足了。

作为一个优秀的女人，你的贤淑、温婉、宽容等这些美德会更加吸



引异性，为你加分。

在我们生活周围，经常也可碰到这样的女人。尽管她们有很强的能力，但是在自尊心极强的男人面前，她们往往会收敛起自己的才华，在男人面前尽量表现出温柔贤淑的一面。尽量把自己说得可怜兮兮，从而装扮成一个柔之又柔、弱之又弱、哀之又哀的女人，以期激发男人天生的好奇心、同情心与充当“护花使者”的虚荣心，这可以说是吸引男人的妙招。

在朋友眼里，乔纳和苏珊是郎才女貌很般配的一对。乔纳大学毕业三年，事业有成，苏珊更是不可多得的“上得厅堂，下得厨房”的才女，不仅烧得一手好菜，精于家务，在工作上也丝毫不逊，是公司的骨干。

乔纳身边经常有美女围绕，但当她们得知乔纳有一个德才兼备、“文武双全”的女友苏珊时，都纷纷知难而退。即使有人敢同苏珊一较高下，最终也都会败下阵来，因为在乔纳眼中，没人会比苏珊强。而对于这点，苏珊也并不谦虚，她的确是乔纳心目中最厉害的角色。

但是，没有想到的是，就是这样郎才女貌，被人当做榜样偶像的一对，却被意外地拆散了。是什么样的强大“狠”角色拆散了他们呢？朋友纷纷猜测着。结果却出人意料，夺走了苏珊男友的并不是什么能力出众的女强人。相反，打动乔纳的，让他义无反顾地跟苏珊分手的女孩偏偏是一个弱女子。

苏珊怎么都不能相信她会输在这样一个弱女子手中，更不明白那个女孩什么地方比自己强，让乔纳那么绝情地选择离开。分手那天，苏珊依然倔犟，尽管心中难过万分，有种肝肠寸断的感觉，但表面上她依然故作坚强。

“我能知道为什么吗？”苏珊想要知道自己败给那个女孩的原因。

“你是个坚强、厉害的女孩。在我认识的所有女人当中，没人能胜得过你，正因为如此，我也相信我离开你，你也依然能过得很好，你不需要别人来照顾。她则不同，如果没有我，我想她会过不下去的！”乔纳的语气中带着一点点歉意，但却十分坚决。



《手机》

SHOUJI ZHONG DE SHENG CUN ZHIXUE

苏珊镇定地回头不去看乔纳，听到乔纳关门的声音，眼泪再也止不住了。

乔纳口中的“她”是他同事的前女友，苏珊见过的，那天在公司门前，“她”由于忍受不了男友提出分手的打击晕倒而被乔纳看到，乔纳还好心地把“她”带回家请苏珊安慰。对于“她”，苏珊没有敌意，也没有忌妒，因为在她眼里“她”不过是个弱女子。然而就是这样的弱女子，抢走了自己固若金汤的感情。

尽管现代社会强调男女平等，但也不必为此把自己锻炼成七项全能般的女强人。太强的女人会伤害男人的自尊心，而柔弱可怜的女人能够激起男人的保护欲。也就是说柔弱“可怜”的女人更容易让男人感到存在的意义，让男人发挥应有的责任，让男人拥有展现魅力的机会，让男人拥有成就感。

贤淑的女人知道在适当的情况下，女人就应该发挥她内在的气质——柔弱似水的一面，做一个普普通通的女人。这样，好男人才不会被吓跑。

温婉的女人懂得隐藏自己的锋芒，这样才能够让男人在自己身边显得更加伟岸高大，给了男人面子，也就给了自己面子。就算这样的女人拥有洞察世事的火眼金睛，她也会对男人的错误装傻放过。

总之，就算心思细腻，就算才华过人，有时也需要收起自己的精明强干，立刻变身成为一个楚楚可怜、娇小动人的“乖女孩”，这可以说是吸引男人的一大妙招。



男人需要女人的尊重和肯定

一般的男人对事业或工作，都有着强烈的自信和自尊心。如果你和他志趣相同，或者是从事同一个行业，你似乎还高他一筹，那么千万记住，不要得意忘形地在他面前自吹自擂。一旦他的自尊心受到伤害，那么下一个受伤的一定是你了。

即使某件特别的事情上，你有十足的把握认为男人将从你的建议中受益良多，你也必须慎重，切不可自作聪明，主动提供建议。即使他



主动征求你的意见，你仍然要格外小心。当一个女人显得无所不能时，就会使男人敬而远之。

男人同样不喜欢听到女人援引别人的意见，用他人或者专家的观点支持她自己的观点，这种做法会立刻将他惹恼。如果他根本没有问你，而你却引经据典，对他说某某专家早就如何如何说过，那么你的这种做法比直接给他提建议还令他难以接受。

如果一个女人能令一个男人感觉在她面前他更加自信，更有能力，这个女人就越能吸引他，让他着迷。为了增加男人感受自己魅力的机会，如果男人的建议有某方面的合理性，那么你一定要表现出乐于接受的样子，只要男人认为他对女人有所帮助，他就会颇感自豪，同时也会加倍迷恋你。

此时，你不妨做出一副受益匪浅的样子，让他畅所欲言地陈述意见，适时地点一下头，让他感到一种女性的温存与体贴，这样一来你留给他的印象会非常好。谦恭制胜，这也是俘虏男性的一大绝招。

当你向他征求意见时，你的反应非常重要，如果你不赞成或不喜欢他的建议，你必须注意，一定要给他留足面子。男人至少要得到这样的信息：你对他的努力帮助心存感激。

你可以用下面的几句评论给他留足面子：

“这是个好主意。我从未想到要这么做。谢谢你，你的建议非常有帮助。”

“这个主意听起来很特别。谢谢你，它让我想到接下来该怎么做了。”

“噢，我以前从没这样看待这件事情。这对我真的很有帮助，谢谢你。”

“这是极其重要的一点，我怎么就没想到呢？”

“你的建议确实很有道理，我把困难告诉你真是太明智了。谢谢你。”

不要试图给男人提供帮助，你要擅长向他求助

男人越是成功地帮助了女人，他就会有成就感，同时，男女之间的感情也会加深。然而，有些女人却以为如果自己能够帮助男人，他一