

人生百科全书



文化
百科
丛书

陈中梅 主编



辽海出版社

人生百科全书



文化百科丛书

主编 陈中梅

辽海出版社



图书在版编目(CIP)数据

人生百科全书/陈中梅主编—沈阳:辽海出版社,2008.10
(文化百科丛书)

ISBN 978-7-5451-0282-6

I. 人… II. 陈 III. 生活—知识 IV. Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 156659 号

人生百科全书

责任编辑:段扬华 孙德军

责任校对:顾 季

出 版:辽海出版社出版发行

地 址:沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮政编码:110003

电 话:024—23284469 E-mail:dyh550912@163.com

印 刷:北京一鑫印务有限公司印刷

开 本:170×250 毫米 1/16

印 张:59.625

字 数:1300 千字

版 次:2009 年 3 月第 1 版

印 次:2009 年 3 月第 1 次印刷

定 价:298.00 元(全四册)

版权所有 翻印必究

目 录

剖析人生篇

第一章 探索人生	(1)
第二章 理解人生	(6)
第三章 善待人生	(14)
第四章 品味人生	(18)
第五章 人生喻理	(26)
第六章 人生悟语	(30)
第七章 活的意义	(41)
第八章 生活艺术	(49)
第九章 做人之道	(57)
第十章 奉献爱心	(66)
第十一章 追求幸福	(78)
第十二章 信 誉	(89)
第十三章 诚 实	(109)
第十四章 宽 容	(118)

幽默趣事篇

第一章 学会幽默的缘由	(138)
第一节 幽默能够有益交际	(138)

第二节 幽默能够愉悦身心·····	(150)
第三节 幽默能够促进健康·····	(157)
第二章 学会幽默的重要性·····	(159)
第一节 幽默的历史简述·····	(159)
第二节 幽默的概念界定·····	(164)
第三节 幽默的形式分类·····	(169)
第四节 幽默的内容类型·····	(175)
第三章 学会幽默的秘诀·····	(183)
第一节 在思维逻辑·····	(183)
第二节 在语言修辞的变易方面“作文章”·····	(206)

经 商 篇

卷一 砥身·····	237
“砥身”法(上篇)·····	237
“砥身”法(中篇)·····	243
“砥身”法(下篇)·····	249
卷二 逐时·····	257
“逐时”法(上篇)·····	257
“逐时”法(中篇)·····	261
“逐时”法(下篇)·····	266
卷三 任势·····	273
“任势”法(上篇)·····	273
“任势”法(下篇)·····	280
卷四 结营·····	285
“结营”法(上篇)·····	285
“结营”法(中篇)·····	289
“结营”法(下篇)·····	293
卷五 坚信·····	301
“坚信”法(上篇)·····	301
“坚信”法(中篇)·····	304
“坚信”法(下篇)·····	310
卷六 笃义·····	315
“笃义”法(上篇)·····	315
“笃义”法(下篇)·····	321

卷七 智仁	327
“智仁”法(上篇)	327
“智仁”法(中篇)	330
“智仁”法(下篇)	334

仕 途 篇

卷一 迅速赢得上司的芳心	339
1. 别人前揭短	339
2. 留心上司的兴趣	341
3. 甘当“迟钝”的乌龟	344
4. 好汉不吃眼前亏	346
5. 识时务者为俊杰	348
6. 好马也吃回头草	352
卷二 宰相肚里能撑船	354
1. 欲速则不达	354
2. 兼听则明,偏信则暗	355
3. 学会拐弯抹角	356
4. 多个敌人少条路	357
5. 从重主流	358
卷三 八面玲珑处同事	361
1. 不战而胜最高明	361
2. 明枪易躲,暗箭难防	363
3. 与不好应付的人打交道要尽快入题	364
4. 一视同仁	364
5. 商场没有永远的敌人	366
6. 做个好好先生	368
卷四 借你一双慧眼吧	372
1. 虚虚实实何是真	372
2. 以退为进	373
3. 白天鹅变成丑小鸭	374
4. 空手套白狼	376
5. 浑水摸鱼	377
6. 黄鼠狼给鸡拜年	379
7. 识破庐山真面目	380
8. 不与小人结仇	383

9. 该出手时就出手·····	385
10. 夜猫子进宅无好事·····	386
11. 以牙还牙,以毒攻毒·····	389
12. 江山易改,本性难移·····	391
13. 狗急跳墙·····	392
14. 打他个冷不防·····	393
卷五 识得庐山真面目·····	396
1. 上司就得摆架子·····	396
2. 发火是上司的领导技巧之一·····	397
3. 上司的苦恼更多·····	398
4. 领导更关心下属的态度·····	400
5. 办公桌上看领导·····	402
卷六 恩威并用·····	404
1. 笼络人心·····	404
2. 一本万利的感情投资·····	405
3. 天塌下来你顶着·····	409
4. 用人疑时疑也用·····	409
卷七 如何调教下属·····	413
1. 封官不要一步到位·····	413
2. 厚待你的下属·····	415
3. 一碗水要端平·····	417
4. 深藏不露·····	418
5. 巧用和亲术·····	420
卷八 如何让乌纱帽永不褪色·····	423
1. 做官不要太执著·····	423
2. 得其利而不受其害·····	425
3. 心存畏惧,自抑锋芒·····	426
4. 韬光养晦·····	427
5. 越无野心越升官·····	429
6. 祸从口出·····	430
卷九 多留个心眼·····	433
1. 新官上任夹尾巴·····	433
2. 部下无才便是德·····	434
3. 贬低别人才能显出自己·····	436
4. 引蛇出洞·····	438
5. 睡觉也睁一只眼·····	440
6. 安插耳目·····	442
7. 抽头退步·····	444

8. 多准备些冷板凳·····	446
9. 诛杀功臣·····	448
10. 蚌鹬相争,渔翁得利·····	450
11. 鸡蛋里挑骨头·····	452
12. 拖也是一种艺术·····	454
13. 大智若愚·····	456
卷十 求职的艺术·····	458
1. 有效地推销自己·····	458
2. 不要在一棵树上吊死·····	459
3. 角色互换·····	460
4. 正面进攻不如旁敲侧击·····	461
5. 以诈取胜·····	462
卷十一 最后的忠告·····	465
1. 不要当官·····	465
2. 同领导辩论是非常危险的·····	466
3. 不要小瞧“二把手”·····	468
4. 上司不可能是你的朋友·····	469
5. 不要加班·····	470
6. 朋友并不可信·····	472
7. 不要怀才不遇·····	473

夫 妻 篇

第一章 齐 家

第一节 齐家为生活之本·····	(475)
一、家庭的定义·····	(475)
二、家事的纷繁·····	(477)
三、家训与家规·····	(481)
第二节 婚姻为家庭之本·····	(484)
一、爱情心理·····	(484)
二、择偶宜慎·····	(488)
三、琴瑟和谐·····	(492)
四、切戒猜忌·····	(496)
五、正视危机·····	(499)

第三节 平等为相处之诀	(504)
一、毋分主属	(504)
二、求同存异	(506)
三、经济平等	(509)
四、理财有道	(512)
第四节 和睦为敬爱之源	(516)
一、妻贤夫旺	(516)
二、父慈子孝	(519)
三、婆媳互爱	(521)
四、姑嫂相亲	(525)
五、兄弟情重	(528)
第五节 齐家的再思考	(531)
一、陈世美潘金莲	(531)
二、卓文君现象	(537)
三、不重生女重生男	(540)
四、遗产丰厚未必佳	(543)
五、孝的现代意义	(547)

第二章 夫妻相处

第一节 夫妻之别	(552)
一、生理差别	(552)
二、心理差别	(553)
三、直觉上的差别	(556)
四、性差别	(557)
第二节 互相尊重	(557)
一、夫妻之爱	(557)
二、夫妻激情	(561)
三、理解妻子	(562)
四、爱情聋哑症	(564)
第三节 和睦相处	(566)
一、学会幽默	(566)
二、相互吸引	(568)
三、夫妻间的心理倾向	(571)
第四节 面对特殊情况的妻子	(573)
一、妻子怀孕了	(573)
二、妻子不能生育	(575)

三、妻子爱唠叨	(577)
四、妻子爱吃“醋”	(579)
五、妻子不会“过日子”	(582)
六、妻子不孝敬老人	(583)
七、妻子是个“女强人”	(585)
第五节 消除矛盾	(588)
一、遇事冷静	(588)
二、如何制怒	(590)
三、消除误解	(591)
第六节 美满婚姻	(593)
一、找回失落的爱	(593)
二、维持夫妻之爱	(594)
三、保护妻子	(598)

第三章 两情欢愉

第一节 丈夫必读	(600)
一、男性的生理特征	(600)
二、男性为何会勃起	(600)
三、为什么会产生梦遗	(601)
四、男性的手淫	(601)
五、早泄是怎么一回事	(601)
六、如何正确认识阳痿	(602)
第二节 妻子必读	(603)
一、女性的生理特征	(603)
二、什么是处女膜	(604)
三、月经不是“倒霉”	(605)
四、痛经的医治	(606)
五、女性的性冷淡	(607)
六、乳房的正确保护	(609)
七、常见的乳房疾病	(610)
第三节 新婚夫妻必读	(612)
一、婚前为何要体检	(612)
二、女性贞操的理解	(612)
三、做一个好丈夫	(613)
四、做一个好妻子	(613)
五、夫妻新婚之夜	(613)
六、如何使用避孕套	(615)

七、新婚性生活的卫生	(615)
八、怎样对待夫妻生活第一次失败	(616)
第四节 夫妻性生活保健	(617)
一、正常性生活有益于健康	(617)
二、夫妻严禁性放纵	(618)
三、夫妻性生活十忌	(619)
四、丈夫性观念的误区	(620)
五、妻子性观念的误区	(622)
六、月经干净两天后才可过性生活	(625)
七、丈夫性生活的障碍	(625)
八、请勿用尿道压迫法避孕	(627)
九、身体疲劳禁止性生活	(627)
十、男人应保持身体清洁	(628)
十一、性生活与尿道炎	(628)
十二、谨防房事中阴道损伤	(630)
第五节 夫妻性卫生咨询	(630)
一、房事意外是怎么回事	(630)
二、感冒病人能否过性生活	(631)
三、心脏早搏能否过性生活	(631)
四、洗涤外阴不宜用肥皂	(631)
五、认识女性外阴的无痛性肿块	(632)
六、女性阴毛稀少是病态吗	(632)
七、为何房事后头痛	(633)
八、为何乳头会溢液	(633)
九、夫妻性生活的次数有何规定	(634)
十、为何热水浴后不宜立即同房	(634)
十一、男性性器官卫生	(635)
十二、女人性器官卫生	(636)
十三、性生活后谁先睡	(636)
十四、淋病的危害与治疗	(637)
十五、男女不育有哪些因素	(637)
十六、女性生理期应注意哪些事项	(640)
十七、男性包皮为何易导致女方子宫癌	(641)
十八、女性为何会有性冷感	(642)
十九、如何克制性冲动	(645)
二十、什么是体外射精	(645)

育 子 篇

什么时候怀孕好·····	(646)
胎儿性别是如何决定的·····	(646)
可以对胎儿进行哪些方面的胎教·····	(647)
哪些病毒感染对胎儿有害·····	(647)
B超检查对胎儿有无伤害·····	(648)
学前小儿常自言自语正常吗·····	(648)
3~4岁小儿每天应吃多少饭·····	(648)
怎样提高幼儿语言表达能力·····	(649)
健康的新生儿出生天应该是什么样·····	(649)
新生儿“螳螂嘴”、“马牙”是怎么回事·····	(650)
新生儿听的能力如何·····	(650)
新生儿喜欢看什么·····	(651)
新生儿的味觉、嗅觉如何·····	(651)
新生儿的触觉灵敏吗·····	(652)
新生儿有哪些运动本领·····	(652)
新生儿的抓握反射说明什么·····	(653)
什么是新生儿最理想的食物·····	(653)
婴儿不吸乳怎么办·····	(654)
按时哺乳还是按需哺乳好·····	(655)
婴儿穿什么样式服装好·····	(656)
如何安排新生儿的居室·····	(656)
新生儿哭闹不安怎么办·····	(657)
新生儿鼻子不通气怎么办·····	(657)
在床边为小婴儿悬挂玩具时应注意些什么·····	(658)
你知道婴儿生长发育的特点吗·····	(659)
婴儿应在什么时间出牙 出牙时应注意些什么·····	(659)
婴儿为什么容易流口水·····	(660)
怎样评价婴儿的健康状况·····	(660)
婴儿肚子大是否有病·····	(661)
婴儿最爱听什么声音·····	(661)
怎样教婴儿有意识地称呼人·····	(662)
为什么婴儿总爱吮手指或脚趾·····	(662)
如何为婴儿选择玩具·····	(663)
如何应用鲜牛奶·····	(663)
钙在人体内有什么作用·····	(664)
断奶期应注意什么·····	(664)

怎样培养婴儿良好的卫生习惯·····	(665)
怎样预防佝偻病·····	(665)
婴儿睡着后出汗多是怎么回事·····	(666)
1~2岁幼儿体格发育的特点是什么·····	(667)
要想使独生子女不“独”应怎么办·····	(667)
小儿为什么不愿去幼儿园·····	(667)
幼儿的消化器官有什么特点·····	(668)
为什么要注意小儿钙的摄入·····	(668)
小儿应喝什么样的饮料·····	(669)
小儿饭量小需要看医生吗·····	(669)
“春捂秋冻”的说法对吗·····	(670)
小儿瘦都是有病吗·····	(670)
有的小儿为什么会出现“鸡胸”·····	(671)
怎样预防麻疹·····	(671)
风疹有哪些症状 是怎样传播的·····	(672)
水痘有哪些症状 何时能解除隔离·····	(672)
3~4岁小儿知道自己是男孩、是女孩了吗·····	(672)
3~4岁小儿懂得“好”与“坏”吗·····	(673)
小儿经常诉说腿痛是有病吗·····	(673)
小儿肚子里怎么会有蛔虫·····	(674)
蛔虫对小儿的生长发育有什么害处·····	(674)
怎样评价小儿的健康水平·····	(675)
5~6岁小儿在语言方面应掌握哪些词汇·····	(675)
有些小儿为什么说谎·····	(676)
怎样安排4~5岁小儿的饮食·····	(677)
小儿多吃烤羊肉有什么危害·····	(677)
小儿喝茶好不好·····	(678)
吃花生米与小儿的健康有什么关系·····	(678)
哪些食品对保护小儿视力有好处·····	(679)
儿童穿鞋有哪些卫生要求·····	(679)
5~6岁小儿得了脓疱疮怎么办·····	(680)
小儿牙齿长得不齐何时矫治为好·····	(680)
哪些原因会引起小儿口臭 应怎样处理·····	(681)
小儿经常牙龈出血是怎么回事·····	(681)
为什么有的小儿“耳屎”特别多 怎么办·····	(682)
孩子软硬不吃,怎么办·····	(682)
孩子向家长诉说老师不好,怎么办·····	(683)
孩子回家说接到异性求爱信,怎么办·····	(683)
孩子让人讨厌,怎么办·····	(684)
孩子的“小干部”被免去了,怎么办·····	(685)

孩子爱占小便宜,怎么办	(685)
孩子不会交朋友,怎么办	(686)
孩子有抵触情绪,怎么办	(686)
女孩子为容貌自卑,怎么办	(687)
孩子不懂得关心别人,怎么办	(687)
孩子缺乏上进心,怎么办	(688)
孩子脾气太大,怎么办	(689)
孩子性格孤僻,怎么办	(690)
父母离异孩子心理变异,怎么办	(690)
孩子心理承受能力太差,怎么办	(691)
怎样对待孩子活泼好动的天性	(692)
怎样正确地爱孩子	(692)
怎样对待孩子的好奇心	(693)
怎样对孩子进行“挫折教育”呢	(694)
怎样使孩子更漂亮	(695)
怎样培养孩子良好的情感	(696)
什么是家庭美育	(697)
孩子无理哭闹怎么办	(698)
怎样做好上小学孩子的身体保健	(699)
过度教育有哪些害处	(700)
为什么要让幼儿用筷子吃饭	(701)

男 人 篇

第一章 男人的心理	703
第二章 男人的个性	726
第三章 男人的情商	750
第四章 男人的灵感	761
第五章 男人的才学	776
第六章 男人的职业	787
第七章 男人的财商	818
第八章 男人的社交	824
第九章 男人的领袖	831
第十章 男人的身体	835
第十一章 男人的谋略	838

女 人 篇

第一章	新生活新方式女人应具有的品质	856
第二章	女人的气质比美丽更重要	878
第三章	工作着是美丽的	902
第四章	女过三十更应富有内在美	911
第五章	心与身的出轨	925

剖析人生篇

第一章 探索人生

一、人生有规律可循吗

人生，是一个十分古老又非常现实的问题。古今中外的思想家们从未停止过对人生的探究，尤其在世纪之交的当今，人和人生的问题成了人们关注的重要课题。正是在这样的背景下，一门新兴的人生科学问世了。

每个人的一生，从童年、少年、青年到中年、老年，其具体状况和经历是千差万别的；但其中又存在着一系列共同的和基本的矛盾及其运动变化规律。我们把握了这种规律，也就把握了人生主动权，把人生命运掌握在自己手上。比如，每个人活在世上，都必定会在人生实践的基础上形成自己的人生需要，并为实现这种需要而产生各自的人生追求。如果从人生追求的过程和结果看，则充满着成功与失败、喜剧与悲剧、幸福与不幸等等人生万象。其中的偶然性和曲折性似乎令人难以琢磨。有人因此而归结为由某种神秘的“命运”所主宰。其实不然，人生追求本身还是有其矛盾运动的规律可循的，其中包括：人生追求中的愿望与现实、物质追求与精神追求、目的与手段、义与利等种种矛盾运动规律。任何成功的、真正有价值的人生追求，都需要把自己的人生愿望和理想牢牢地建立在现实的根基上，并在理想的指导下脚踏实地地去改造现实，不断开创人生的新局面。例如，在物质追求和精神追求的关系上，以物质追求为基础，以精神追求为主导和灵魂，把积极合理的物质追求与健康高尚的精神追求统一起来，就是人生追求的规律所体现的内容之一。只有遵循这些规律，



才能使自己的人生追求符合社会现实的发展要求，保证自己的人生立于不败之地。

再从人生追求规律看人生价值规律。人生的一切追求，从深层看，都集中在人生价值的问题上。一个人的一生究竟怎样过才真正有价值？这决不是一个可以随意回答的问题，而是要服从于人生价值规律的。人是唯一寻求活着的意义的高等动物，又是唯一生存于社会关系之中的动物。“人人为我，我为人人”，既是人类社会的生动写照，又是人类社会的存在和发展中一条颠扑不破的真理。这就决定了一个人的人生价值必定同时表现为活着对自身的意义——即自我价值，以及活着对他人、集体和社会的意义——即社会价值。在两者的矛盾关系上，人生的社会价值居于主导的、支配的、核心的地位，人生的自我价值要通过社会价值来体现和确证，同时两者又相互联结，相互作用。人生价值除从横向反映个人与他人、集体、社会的关系外，还从纵向体现出价值实现的过程，即从潜在价值（“个”人的德才素质和能力）到现实价值（现已做出的业绩和贡献）再到理想价值（未来的更高价值）的矛盾运动。由此可见，个人的素质、能力、实践、劳动和创造是人生价值的决定性因素。你要展现自己人生的价值吗？那就必须不断提高自身的全面素质，并投身于现代化建设的伟大实践，只有这样，才能成就事业，作出贡献。

人生中的许多问题，都是既古老又现实的。新兴的人生科学将吸取古今中外对人生探索的积极思想成果，结合现代人生实践。阐明人生中的一系列重要问题，诸如人性、人的本质、人生心理、人生自由和人生的真善美等等。

二、人生意味着什么

德国的一位近代哲人莱布尼茨说过：“世上没有完全相同的两片叶子。”简单如叶子尚且如此，复杂如人生就更不用说了。

首先，人生是一个人不断处理各种矛盾的过程。世界充满了矛盾，人生更是充满了矛盾。人一生下来，就被抛进了矛盾中，婴儿的第一声啼哭，可以看作他对人世间矛盾的第一个反应以及试图处理人世间矛盾的第一个努力。以后，他会不断碰到新的更多的矛盾，比如，与父母的矛盾，与兄弟姐妹的矛盾，与小朋友的矛盾，与同学的矛盾，与老师的矛盾，与同事的矛盾，与爱人的矛盾，与子女的矛盾，想要的与不得不接受的矛盾，情与理的矛盾，工作与生活的矛盾，金钱与道德的矛盾，心与力的矛盾……直到离开。人世的前一刻，他仍为矛盾所缠绕。有的人就要死了，却仍想活下去，有的人还为自己的儿女牵肠挂肚，甚至为自己留在这世上的财富牵肠挂肚。

想要把人生中的各种矛盾都罗列出来，可以说是不可能的。不仅不同的人会碰到不同的具体矛盾，即使同一个人，随时随地都可能碰到新的矛盾。然而，我们可以看到，在人生的众多矛盾中，有两个矛盾是最基本的矛盾。

第一个是人生的愿望与现实的矛盾，理想与现实的矛盾可以说是其升华形式。人生在世，都会产生各种各样的愿望，并会想尽办法去实现自己的愿望。华裔日本女歌星翁倩玉唱她父亲写的一首歌“祈求”，整首歌都是愿望，愿人间更多亲情，