

# 世事洞明皆学问，人情练达即文章

做人处世是一门比较玄妙的学问。有的人读得书并不多，人际关系却处理得很好，这是因为他懂得做人的学问。和人打交道，不伤害别人，与人方便，这也是给自己方便。

# 20

做人处世是一门比较玄妙的学问

## 几岁学会做人

# 30


## 几岁学会做事

做人做事的经验和技巧，是必须通过学习和锻炼而来

在事业上谋求成功，没有什么绝对的公式。但如果能依赖某些原则的话，能将成功的希望提高很多。

——李嘉诚

辛明◎编著

 新世界出版社  
NEW WORLD PRESS



# 20

## 几岁学会做人

# 30

## 几岁学会做事

辛明◎编著



## 图书在版编目 (CIP) 数据

20 几岁学会做人 30 几岁学会做事/辛明编著. —北京:  
新世界出版社, 2011. 4

ISBN 978-7-5104-1728-3

I. ①2... II. ①辛... 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 (2011) 第 041128 号

---

## 20 几岁学会做人 30 几岁学会做事

---

策划: 梁小玲

作者: 辛 明

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 兰旗设计

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

版权部电话: +86 10 6899 6306 [frank@nwp.com.cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16

字数: 318 千字 印张: 20

版次: 2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-1728-3

定价: 36.00 元

---



## 前言

修身养德，注重个人的品德修养，在我国有着深厚的历史渊源和文化传统，古人曾用“吾日三省吾身”、“德乃才之帅”、“人可一生不仕，不可一日无德”、“先修身而后求能”等名言警句，强调修身养德的重要性。这些原则，至今仍有现实意义。

有人说：人生是一场博弈。博弈，解释得通俗一点，就是指多种关系的动态平衡，在不同的利益主体的矛盾斗争中，结合相互付出的代价的心理预期，寻找到一个暂时的平衡点，以实现多种价值的综合平衡。这个平衡点是各方以最少的代价，获得的社会条件所允许的利益最大化。为了达到这一目的，仅仅会埋头做事是不够的，最关键的还是要学会做人。

只会做事不善于做人的人，在生活中往往要扮演吃亏的角色。累得要死，却得不到领导的赏识，同事的嘉许，提职和晋级更是常常与自己擦身而过；而会做人的人，尽管资历不深，业务不精，但是拥有一套灵活多变的处世手段，只要稍微动动脑筋，就可以潇洒自在地游走于各色人物之中，收获人脉，提升人气，经营人生。可谓“要雨得雨，要风得风”。这种现象不能不引起我们的重视和反思。

做人处世是一门比较玄妙的学问。有的人读得书并不多，人际关系却处理得很好，这是为什么呢？因为他懂得做人的学问。和人打交道，不伤害别人，与人方便，这也是给自己方便。一个人的关系，比一个人是否有博士学位还要重要。所谓“世事洞明皆学问，人情练达即文章”，就是这个道理。

李嘉诚说过这样一段话：“在 20 岁前，事业上的成果百分之百靠双手

勤劳换来；20岁至30岁之前，事业已有些小基础，那10年的成功，10%靠运气好，90%仍是由勤劳得来；之后，机会的比例也渐渐提高；到现在，运气已差不多要占三至四成了。不敢说一定没有命运，但假如一件事在天时、地利、人和等方面皆相背时，那肯定不会成功。若我们贸然去做，失败时便埋怨命运，这是不对的。”

他还说：“在事业上谋求成功，没有什么绝对的公式。但如果能依赖某些原则的话，能将成功的希望提高很多。”

一个人要生活和工作得很自在，又要过得好，不仅需要努力，也是需要讲求策略，需要一点方法和技巧的。大部分的人都因为不懂得在工作中采取正确的策略，以致造成终生追悔莫及的遗憾。说起来，做人做事的经验和技巧，是必须通过学习和锻炼而来。

20岁是事业发展的起点，是从学生转变为成人的过程中，如何起步，直接关系到今后的成败。而这一阶段的主要任务之一，就是学会做人。

30岁可以说是人生的分水岭。古人说：“三十而立。”对于多数人来说，30岁应该是人生、事业的一个崭新起点，相对于20来岁的人来说，褪去了浮躁，多了些沉稳；相对于40来岁的人来说，尚有活力，但稍缺火候。因此，在人生的这一阶段，把学会做事当作主要任务，才能把握更多的机会，赢得精彩、卓越的人生！



# 目录

## 第一章 学会做人应从基本的道德要求做起

俗话说：学问好不如做事好，做事好不如做人好。歌德指出：“无论你出身高贵或者低贱，都无关宏旨。但你必须有做人之道。”如果30岁以前你还没有建立起忠诚的美誉，这一缺点将要困扰你的一生。在今天的中国，不会做人就无法生存，就无法为做事提供好的环境，你还能做事吗？做人，要清清白白，规规矩矩；又要坦坦荡荡，潇潇洒洒。

首先应当努力做一个品格高尚的人 .....	3
要想让灵魂圣洁无暇就要用美德去占据它 .....	4
在实践中加强修养，学会做人 .....	6
现代年轻人必须要学会和遵守的做人原则 .....	7
用理智控制自己，学会自我约束 .....	9
防止在情绪冲动时做出使自己后悔的事情 .....	12
年轻人必须努力培养诚实的行为习惯 .....	15
年轻人应该奉行老实做人和踏实做事的准则 .....	17
年轻人要稳重低调、不张扬 .....	18
为人处世不可太敏感宜适当糊涂一些 .....	20
要学会宽怀大度、包容豁达 .....	21
独立自主地追逐自己的人生理想 .....	23
对自己的人生负责是人生的头等大事 .....	24
踏踏实实地去履行自己生活中的各种职责 .....	27

- 摆脱幼稚，追求人格上的成熟和稳定 ..... / 28
- 要通过自身的努力不断提高个人修养 ..... / 32

## 第二章 学会用更受人欢迎的方式说话办事，待人接物

本杰明·富兰克林说：“成功的第一要素，就是懂得如何搞好人际关系。”很多人之所以干事处处受阻，一辈子都碌碌无为，那是因为他活了一辈子都没有弄明白该怎样去做人，在生活中怎样才能最大限度地赢得别人的支持。一个人在社会上行走，要想达到无往不胜，首先得懂得处理好人际关系。

- 年轻人一定要考虑广结人脉，结好人脉 ..... / 39
- 提高自尊心和自信心，克服交往中的羞怯心理 ..... / 41
- 年轻人怎样才能拥有更多的朋友 ..... / 42
- 注意交往对象的选择，择善而从 ..... / 45
- 理性地对朋友进行甄选，择友而交 ..... / 47
- 年轻人要建立积极健康的交往心态 ..... / 49
- 努力满足对方成为重要人物的愿望 ..... / 51
- 在日常生活中要善于宽容和谅解 ..... / 53
- 控制住自己，从容地面对别人的指责 ..... / 54
- 有效地消除误会，减少人际间的矛盾 ..... / 56
- 说话一定要看好对象，有的放矢 ..... / 58
- 采取什么样的说话态度才会受人欢迎 ..... / 61
- 提高自我意识，不轻易被他人的观点所左右 ..... / 63
- 多关心别人，随处散播自己的爱心 ..... / 65

## 第三章 塑造魅力，提升自己的影响力

在实际生活中，我们常常发现这样的情况：许多能力平平，但相貌堂堂、风度翩翩、举止优雅的人，比起那些聪明而博学的人来，往往能够获得更多的幸运和更好的发展。魅力是一种力量，获得和拥有它，便有了感染、影响甚至驱动和驾驭



他人的力量，做起事来就容易左右逢源。一个聪明的年轻人，应该知道如何通过展现自己各方面的优点，来构成一个有魅力的氛围，从而为自己树立起良好的形象——虽然这是很难获得的一种能力。

年轻人要培养受人欢迎的个性魅力 .....	69
有了好的内在气质才会有良好的风度 .....	71
努力让外在形象为自己增添光彩 .....	73
用表情展示自己的良好风度和魅力 .....	75
采用得体的说话方式展示沉着稳重的人格魅力 .....	77
努力给别人留下良好的第一印象 .....	80
诚恳亲切，展示美好的交际风度 .....	82
在模仿别人的时候不要忘记展示自己的特色 .....	84
保持坚强的自信心，维护自身的尊严和权利 .....	86
改变消极态度，确立积极良好的自我形象感 .....	89
努力树立权威形象，培养领袖气质 .....	92
追求服饰美的年轻人一定要注意的问题 .....	95
职场年轻男人日常穿戴服饰的要领 .....	97
培养有助于成功办事的优良个性 .....	99

## 第四章 把握求职技巧，尽快顺利地就业

面对竞争日益激烈的就业市场，如何推销自我，找到自己的人生舞台？怎样才能不与机会擦肩而过？事实上，不是每个年轻人都能采取积极有效的行动和进行有针对性的职业准备。他们对职业必需的知识准备、能力准备、心理准备、技能准备等均显不足。这就难免在择业的过程中磕磕碰碰。只要学习一些求职的技巧，掌握一些实用的窍门，才能把握住每一个关键的环节，积极而成功地推销自我，更容易地找到理想的工作。

年轻人要做出行之有效的生涯设计 .....	105
改变传统求职观念，把握更多的机会 .....	107



知己知彼，选择适合自己的职业 .....	110
鼓足自信心，消除择业中的自卑感 .....	111
提高自己满足社会需要的基本能力 .....	113
充分利用各种人际关系以拓宽择业渠道 .....	115
为了成功地求职要讲求一定的技巧 .....	116
学习和了解一些电话礼仪和电话自荐的技巧 .....	119
精心准备一份能充分显示你的能力的简历 .....	121
在面试中充分展示自己的才华和个性 .....	125
得体地回答面试中的一些敏感话题 .....	127
注意面试中应避免的错误和不当言行 .....	130

## 第五章 你和同事及上司的关系决定了你的前途

在一个越来越强调人际交往和互动的现代社会里，仅仅凭自己的本事去开辟一个新的生活空间，或者仅仅做好本职工作，就想脱颖而出获得成功，似乎越来越不可能了。你能否好好发挥潜力，往往要视你的工作环境，以及你对这个环境的适应能力而定。为了更潇洒自如地纵横职场，一个人应该学会如何搞好与同事和上司之间的人际关系，以减轻自身的压力，排除办事的阻力。

要“埋头”工作，也要重视晋升的谋略 .....	137
关注细节，取得同事和上司的认同 .....	138
尽快加入单位的“老圈子”之中和他们打成一片 .....	141
为了亲近上司首先要放下架子 .....	143
向上司汇报工作应掌握的技巧 .....	146
恭维、称赞上司更要注重方式和方法 .....	148
既要阐明自己的不同见解又要避免冒犯上司 .....	149
通过得体行动提升自己在上司眼中的位置 .....	151
使职场中的交流顺利进行，圆满成功 .....	153
依靠实绩、交际和声誉在办公室取胜 .....	156



采用简单的技巧,使自己显得更精明能干 .....	159
要理智地进行抱怨,把握必要的分寸 .....	161
不要把与同事的讨论和争论变为争吵 .....	164
一些简单而有效的职场晋升法则 .....	165
如何直接争取得到上级的提拔 .....	168

## 第六章 改善思路,增强办事能力

要增强办事能力,必须从改善思路开始。思考可以使自己在做人、做事方面更成熟、更完善、更顺利。不管我们拥有多少知识,如果不思考,也只能是一堆无用的东西,知识也不能给我们以帮助,不能帮我们解决问题。思想是行动的先导。思想僵化、因循守旧,很难完成复杂的任务。敢于打破框框、善于开动脑筋、思维敏捷的人,才能把各种事情办理得既快又好。

肯于思考比一味地努力工作更重要 .....	173
要主动不断追求新观念、新思想 .....	174
在日常生活中如何提高预见能力 .....	176
培养判断和推理能力应注意的问题 .....	180
把创造构想能力当作办事技能的重要素质 .....	181
主动思考,保持头脑灵活 .....	183
愿意思考的人就容易找到解决难题的好办法 .....	185
在日常的认识思考中善于利用直觉 .....	188
注重事实,不要轻率下结论 .....	190
积极主动地去捕捉办事所需要的信息 .....	191
尽量把好主意转换成具体的实际方法 .....	193
克服不利于果断而正确地决策的障碍 .....	195
培养果断的性格,适时采取必要的行动 .....	197
提高把握机会的能力,实现人生的飞跃 .....	200

## 第七章 办事注重方法，提高办事的效率

弗兰西斯·培根说：“没有一个正确的方法，就如在黑夜中摸索行走。”巴甫洛夫指出：“好的方法将为人们展开更广阔的图景，使人们认识更深层次的规律，从而更有效地改造世界。”在解决某一问题的过程中，众多的方法中总是有一个最佳方法。方法不同，效果也迥然有异，采取最佳方法，往往能费时少，功效大，取得最优效果。

- 做任何事情都要有灵活性，懂得变通 ..... / 205
- 简便而正确的方法比执著的态度更重要 ..... / 206
- 真正的成功者靠的不是运气而是智慧 ..... / 209
- 要能清晰高效地思考问题，解决问题 ..... / 211
- 不受传统定见的束缚，探索解决问题的更多方法 ..... / 213
- 选择最有效地解决问题的方法的原则 ..... / 215
- 科学地解决生活中的问题的几点经验 ..... / 217
- 填写若干工作的清单，制订日程表 ..... / 221
- 果断决策，不要对自己的判断感到怀疑 ..... / 223
- 根据轻重缓急设定事情的优先顺序 ..... / 225
- 如何在日常提高工作和办事效率 ..... / 227
- 改变不良工作习惯，避免浪费时间 ..... / 230
- 在感到疲劳之前先休息以保障工作效率 ..... / 231
- 要努力把全部的精力集中在一件事上 ..... / 233
- 为了实现宏大的主目标先设定一些“次目标” ..... / 235
- 做人做事把握分寸，适当留有余地 ..... / 237

## 第八章 全力以赴，采取正确的办事态度

在生活中，逆境总是多于困境，烦恼总是多于愉快的。每个人都可能随时感受到来自方方面面的、大大小小的压力。而“事在人为”，掌握了高超的做人技巧，采取了正确的办事态度，即使面对各种困境，也能够积极扭转不利局面，广泛地利



用各种积极因素，顺利地达成自己的目的。

做事的成败取决于你所抱持的态度 .....	243
我们必须以足够的勇气去迎接和面对危机 .....	245
要相信自己能充分发挥效能，将眼前的事做好 .....	247
想做好任何事情都必须全力以赴 .....	249
从今天开始战胜拖延，认真地做事 .....	251
要打起精神，专心致志地去做事 .....	253
更细心些，不要成为“事故链”中的一环 .....	255
做一个办事有秩序、有条理的人 .....	257
做事不仅要追求速度更要注重效果 .....	259
尽量充分发挥自己的作用以把事情办好 .....	262
对生活中的各种磨难采取强者的态度 .....	264
消除心理上的障碍，树立克服困难的信心 .....	266
摆脱困境，让生命重燃火花 .....	267
敢于梦想，并努力把它变成现实 .....	269

## 第九章 学会求人，利用别人的力量办事

生活中的每个人都要面对各种大大小小的事：有的急，有的缓；有的难，有的易。有些事情仅仅依靠我们自己的力量去完成，是非常困难，甚至是可望不可及的。善于借助他人的力量、经验，争取他人的关注和帮助，才能更轻松地达到目的。求人办事是一种能力，更是一种处世艺术。掌握了这种艺术，你社交办事的路子就会越走越宽。

善于学习，主动向身边的人请教 .....	273
积极帮助别人，你的需求也会得到满足 .....	274
得体地利用好同事关系办事 .....	276
为顺利地办事先深入了解对方 .....	278
巧妙地使对方心甘情愿地帮你 .....	282
求人办事要舍得放下清高的架子 .....	283

## 20

几岁学会做人

## 30

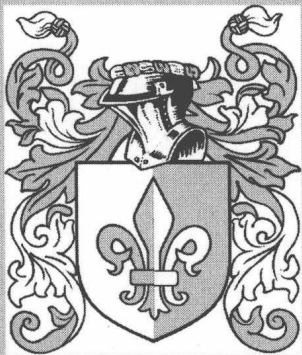
几岁学会做事

- 为顺利地求人办事应把握的技巧 ..... / 286
- 设法让已发达的朋友帮你办事 ..... / 290
- 巧妙地向上司心甘情愿地帮助你 ..... / 292
- 求人办事要有耐心，还要注重技巧 ..... / 296
- 软磨硬泡，不达目的誓不罢休 ..... / 298
- 求人办事的时候有些话一定不要说 ..... / 303



## 学会做人应从基本的道德要求做起

俗话说：学问好不如做事好，做事好不如做人好。歌德指出：“无论你出身高贵或者低贱，都无关宏旨。但你必须有做人之道。”如果30岁以前你还没有建立起忠诚的美誉，这一缺点将要困扰你的一生。在今天的中国，不会做人就无法生存，就无法为做事提供好的环境，你还能做事吗？做人，要清清白白，规规矩矩；又要坦坦荡荡，潇潇洒洒。







## 首先应当努力做一个品格高尚的人



法国著名思想家、文学家罗曼·罗兰说：“没有伟大的品格，就没有伟大的人，甚至也没有伟大的艺术家，伟大的行动者。”不管一个人有多少知识，有多少财富，如果不懂得做人的道理，最终就不会获得真正的成功和幸福。比如某些贪官，他们有知识、有财富、有地位，但就因为不懂得做人的道理，最终成为了阶下囚，失去了人身的自由。

做人是一门学问，更是一门艺术，它需要的不仅是满腔热情、远大的志向以及不畏艰辛的努力；更需要奋斗者具备说话办事、为人处世等多方面的必要素质。也就是说，不管一个人多聪明、多能干，条件有多好，如果不懂得做人做事的方法，光有一肚子大道理，空怀热切的期盼，或者只是揣着一厢情愿的想法，从来不考虑别人的需求，那么他最终的结局肯定是失败。

在很大程度上，只有做人成功，才是真正意义上的成功；做人成功，才能成为一个真正的人。

生活中常有一些人，虽然风度翩翩、仪表堂堂，但他们追求起物质利益不择手段，为了自己的个人利益可以损公肥私、求荣卖友，可以寡廉鲜耻；甚至吃喝嫖赌，无所不为，把自己的享受建立在别人的痛苦之上；还有一些人唯唯诺诺、见风使舵，为了攀上高枝，不惜以出卖人格为代价，不知人间有“羞耻”二字。这样的人也许在生活中能暂时获得一些世俗的利益，但终究会遭到世人的鄙视和唾弃，这能叫做成功吗？即使他们到了令人瞩目的位置，有一般人无法企及的生活水平，但由于他们的人格不值一提，在生活中也不会赢得足够的尊重。由此可见，要想获得人生的成功，必须是首先做一个真正的人。

在现代社会，如果你有运气，可以有权或者富有，可以在某一方面对



社会作出贡献，但不能把权力和财富的获得视为真正的成功；而应当努力做一个真正的人，做一个能战胜自己的人，做一个品格高尚的人——当然，也不能只考虑自己，还要注意做一个和谐的人。

做一个和谐的人，不是只为自己活着，而是社会的一员，是自然界的一员，是自始至终生活在群体、生活在大自然之中的。所以，一个积极向上的人，必须学会与人相处，与自然相处，做一个和谐的人。只有学会了与人相处，工作、学习、生活才能够事事顺手，时时顺心。

如果你一生无权且贫困，也大可不必为自己的低贱而灰心丧气，只要你能保持着自己的精神自由，不断在你生活的条件和环境下战胜自己，完善自己的人格，那么，你便会发现自己的人生也会十分充实，你也会成为一个生活中的成功者。

## 要想让灵魂圣洁无瑕就要用美德去占据它



一位哲学家带着一群学生去漫游世界。10年间，他们游历了所有的国家，拜访了所有有学问的人，现在他们回来了，个个满腹经纶。

在进城之前，哲学家在郊外的一片草地上坐了下来，说：“经过10年游历，你们都已是饱学之士。现在学业就要结束了，我们上最后一课吧！”

弟子们围着哲学家坐了下来。哲学家问：“现在我们坐在什么地方？”弟子们答：“现在我们坐在旷野里。”哲学家又问：“旷野里长着什么？”弟子们说：“杂草。”

哲学家说：“对，旷野里长满杂草。现在我想知道的是：如何除掉这些杂草？”

弟子们非常惊愕，他们都没有想到，一直在探讨人生奥妙的哲学家，最后一课问的竟是这么简单的一个问题。