

快意人生

ZHEYANGZUORENNENG

这样做人能 左右逢源

ZUOYOUFENGYUAN



聪明人快意做人的准则



汪 兵 / 编著

汇聚日常生活的点点滴滴 不可不知的快意人生准则

做人对人的成长和成功起着决定性的作用。做人不但是大难事，也是大艺术。从普通平凡提升到不普通、不平凡，从不普通、不平凡提升到超凡脱俗，再从超凡脱俗提升到鹤立鸡群、独特独造，这就达到了“做人”的最高标准、最高艺术境界。



陕西旅游出版社

快意人生

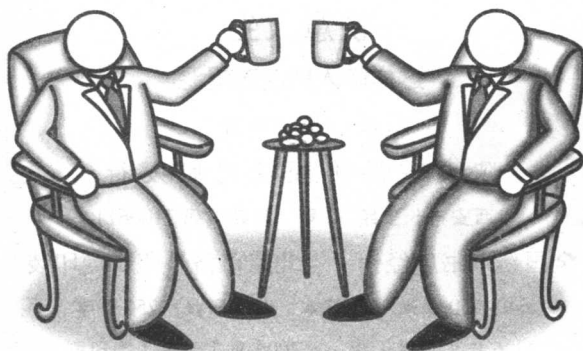
ZHEYANGZUORENNENG

这样做人能 左右逢源

ZUOYOUFENGYUAN



聪明人快意做人的准则



汪 兵 / 编著

汇聚日常生活的点点滴滴 不可不知的快意人生准则

 陕西旅游出版社

责任编辑:严元龙

封面设计:翟树成

快意人生

这样做人能左右逢源

汪 兵 编著

陕西旅游出版社出版发行

(西安市长安路32号 邮政编码710061)

全国新华书店经销 北京市洛平印刷厂印装

640×960毫米 16开本 21.5印张 250千字

2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

印数:1-8000册

ISBN 7-5418-1871-2/G·612

全四册总定价:94.00元



ZHEYANGZUORENNENG
ZUOYOUNFENGYUAN



聪明人快意
做人的
准则

- 衡量一个人的品质，要看他在知道永远也不会被人发现的情况下做些什么。

——麦克莱如是说

- 只有使他看清他自己是一个什么样的人，人才能变得更好。

——契诃夫如是说

- 一个人只要以一颗善良的心主动去帮助别人，坚信善待他人就是善待自己的公关哲学，那么，他就是一个成功的人，就是一个受欢迎的人。

——本书如是说



前言

QIANYAN

读书时,我们铭记老师和父母的教诲,废寝忘食、如饥似渴地啃书本、做作业,以期待将来有一技之长,便于在社会上立足。可是,当我们面对纷繁复杂的社会却感到无所适从、怅然若失时,才蓦然发觉知识、能力只是一种“硬件”,还有一种“软件”在学校的课堂上是无法学到的,那就是做人。

做人对人的成长和成功起着决定性的作用。人是“做”出来的,做人是一种修养。人活一天就得做一天人,尽一天责,就得讲一天修养。只要一息尚存,修养就一刻也不能放松。做人不但是大难事,也是大艺术。从普通平凡的人提升到不普通、不平凡的人,从不普通不平凡提升到超凡脱俗,再从超凡脱俗提升到鹤立鸡群,独特独造,这就达到了“做人”的最高标准,最高艺术境界。

按现代的眼光来看,只有将能力通过正确的途径转化为财富才算是真正的成功。固然,在生活中谁都离不开金钱,否则,做人就直不起腰杆,做事会捉襟见肘,说话人微言轻。其实,也不尽然。请翻一翻成功人士的历史,看看他们是怎样成就自己、成就事业的。略举几例便会一目了然。

例一:清代的胡雪岩,为人仁厚,做事精明,一把算盘两面打,一面为自己打算,一面为对方打算,不是双赢的生意他坚决不做。这种做人的准则终于成就了他“红顶商人”的美誉。

例二：香港首位“千亿富豪”李嘉诚，他常挂在嘴边的一句话是：“未学经商先学做人”。在岁月的磨练中，李嘉诚始终把父亲李云经的遗训和熏陶当作经商的资本，这些遗训如：“贫穷志不移”、“做人需要有骨气”、“求人不如求己”、“不义而富且贵，于我如浮云”、“把便宜让给别人，把吃亏留给自己”、“穷则独善其身，达则兼济天下”、“吃得苦中苦，方为人上人”等等。

李嘉诚正是依靠父亲留给他的这些做人资本，最终赚遍香港，赚遍全世界。

例三：德兰，一位默默无闻的修女，她不知多少次在污秽、肮脏的街道拥抱那些患皮肤病、传染病，甚至周身流脓的垂死病人，把他们带回自己的住处，照顾他们，安葬他们，让他们得到她的帮助。

德兰修女在一次演讲中说：“我们都不是伟大的人，但我们可以用伟大的爱来做生活中每一件平凡的事。”依靠这种乐善好施的慈悲心，德兰修女被授予诺贝尔和平奖，受到全世界的敬仰。

揭开金钱和财富的面纱，呈现在我们面前的，是更深层次的做人道理和准则。一个人只要以一颗善良的心主动去帮助别人，以同情心来宽容地对待身边的人，坚信善待他人就是善待自己的公关哲学，那么，他就是一个成功的人，就是一个受欢迎的人，处处左右逢源。

本书《这样做人能左右逢源》站在现实的角度，将目光投注到身边的世界，全面揭示做人的密码，剖析聪明人做人的准则，语言洗炼，内容丰富，事理结合，立意新颖，相信读者一定会从中受益，把书中的技巧和方法运用到生活中，将获得心灵的净化和升华。

欲安身必须先立命，命立而后身安。品格是生命的灵魂。能够思维的生命是人，依品格规范思维的生命是人上人。书中谬误之处，但愿敬爱的读者批评指正。

目 录

MULU

前 言

自律自制第一

遵守做人的规则	1
自我控制是做人的根本	2
不给自己找借口	4
做人不要失去纯正之心	6
人心是万物的主宰	8
经常进行自我反省	9
一切惟心造	12
诚实之人不可欺	14
改过迁善	17

这
样
做
人
能
左
右
逢
源

心存感激第二

每天为别人做一件善事	21
生命的意义在爱人	23
仁者爱人	25
保持一颗感恩的心	31
感谢生活的馈赠	33
用恩德回报怨恨	35
活在责任和义务里	37

将心比心第三

做人为什么要将心比心	41
时时想到他人是一种文明	43

站在对方的立场想问题	45
不把自己的意志强加于人	48
满足他人的需要	49
善待别人	51
把便宜留给别人	53
让我们尽量去理解别人	55
积极主动地适应对方	57
给别人保留面子	59
将心比心需要爱的呵护	60
将心比心能减少矛盾	62
打动人心的是将心比心的话语	64
将心比心并没有想像中的那样难	66

欣赏对手第四

非要和对手拼个鱼死网破吗	69
多为对手鼓掌叫好	71
欣赏对手能赢得人心	73
人性是欣赏对手的催化剂	74
所有的时候都要重视对手	76
找个能力强的人做对手	78
找个优秀的对手做搭档	79
放下互相仇视的眼光	81

检点言行第五

富兰克林的启示	85
做人尽量保持谦逊	87
人生道路上谦让三分	88
取舍进退有礼有节	91
生活中最重要的是礼貌	94
保持一个完整的人格	95
正直的品格给人清新的头脑	98

洁身自好,不随意放纵自己	100
追求宁静的心境	101

掌控情绪第六

探寻情绪的来源	109
成功者善于控制情绪	111
聪明人做人的忌讳	113
与怒气对话	115
清扫情绪垃圾	119
勿被情绪摆布	122
加强情绪锻炼	124

宽宏大量第七

有容乃大	127
为什么宰相肚里能撑船	129
心量的大小决定成就的大小	131
心能容纳万事万物	132
拿得起放得下	134
虚己无我的观念	136
以虚无征服别人	138
无可无不可的胸怀	140
宽能容人,厚能载物	143
抛弃个人固执见解	146
你的宽容是别人的渴望	148
宽恕伤害过自己的人	150
宽容和忍让开始痛苦,结果甜蜜	152
让人一步,收获更大	153
永远感激别人的宽容	155
为恶者必灭	157
有仇不报是君子	159
给“敌人”一点宽容	161

慷慨助人第八

成人之美	165
伸出你的援助之手	167
尽最大可能帮助别人	169
帮助别人的人会获得帮助	171
帮助别人的人机会更大	173
帮助人也要有大的勇气	175
要雪中送炭,不要锦上添花	177
解人于倒悬之中	178
帮助人时要顾及他的自尊	179

幽默感第九

幽默,你是什么	181
幽默的丰富层面	183
幽默属于乐观者	186
幽默的人有一颗平常心	189
慢慢把怒气消除掉	190
对成绩和荣誉淡然处之	192
幽默是吹出来的	193
歪打正着的轻喜剧	195
随意可成就幽默	196
推陈出新来自模拟幽默	197
理儿不歪,笑话不来	199
假戏真做,幽人一默	201
假装糊涂,创造幽默	202
歪解包袱,滑稽幽默	204

和谐人脉第十

做人为什么要追求人际关系的和谐	207
-----------------------	-----

与人交往是一门大学问	209
多和别人沟通	211
交际也是一种责任	213
怎样活跃交际气氛	215
调整好交际的距离	217
不和人做无谓的争辩	219
试着与你不喜欢的人交往	221

结交知己第十一

朋友像梅干,像美酒	223
结交各式各样的朋友	225
交志同道合之友	227
以侠义之心相交	229
朋友之间应说真话	230
保守朋友的秘密	232
没有忠诚,友谊就不会长久	233
朋友也分等级	235
哥们义气害人害己	237
君子之交淡如水	239
朋友间的默契	240
尊重朋友的自尊心	243

这
样
做
人
能
左
右
逢
源

能屈能伸第十二

以理服人,先屈后伸	247
嫉妒他人就是委屈自己	249
称赞别人伸展了自己	252
从“装得像”中求伸	255
傲而不伸非君子	257
随风而屈,“回头”无险	260
糊涂中屈,糊涂中伸	262
勤俭是伸之德	265

柔是屈,刚是伸	268
不屈不挠是好汉	271
“俊杰”善屈伸	273

可方可圆第十三

志气和志向	277
成大事既在才能,也在志向	279
非常的自信成就非常的事业	282
发挥真性情	284
深入认识自己	287
培养男子汉的气概	291
承担大的人气概足	294
为人处世要方圆并用	296

顺其自然第十四

持中的艺术	299
中 和	302
世事如棋局局新	304
以达观的态度看世界	307
事情不可以做过头	310
人类因为缺陷而永恒	313
一半一半,也能成就	316
活出人的品质	319
做个惜福的人	321
知足是上帝赐予的幸福	323
用平淡克服贪婪	326
对金钱、名誉、地位要保持理性	329
功成身退的人是智者	332

自制自律第一

所有一切我们能够加以控制的情感都是合法的，
所有一切反过来控制我们的欲念就是犯罪。

——卢梭

只受感情支配的人无异于精神的幼儿。

——池田大作

这样做人能左右逢源

遵守做人的规则

无规则难成方圆。比赛因为有了规则的约束，胜负的判定才会显得公平；交通因为有了规则的约束，马路上人车才会各行其道；买卖因为有了规则的约束，交易双方才会合作愉快。做人也有规则，遵守做人的规则，人才能更好地自律自制，才能实现完整的人格，才能实现对人生价值的追求。

有位林先生准备带着他的家人到海边旅游。前一天晚上，他召集孩子们说：“明天到海边去玩，我们先订一些注意事项，和分配工作的规则。”14岁的儿子安安嘟着嘴说：“爸爸真讨厌，一天到晚订什么规则，连到海边玩水，也要来这一套。”林

先生的家庭会议,在儿女反对声浪中狼狈地结束。

第二天早上,全家人到了海边,当时有不少人在冲浪。孩子们到车子里拿泳衣,想要下海畅游一番。他们翻遍了行李箱,找不到泳衣。他们生气地对爸爸说:“你怎么忘了交代我们带泳衣出门呢?害我们不能尽兴的玩水。”悠闲地躺在沙滩上晒太阳的林先生慢条斯理地回答说:“我昨天的家庭会议,就是要提醒大家必备的东西,是你们拒绝我订注意事项,不喜欢我约束你们。”

从社会的各个方面来看,人人都必须遵循生活的规则。比如,在家庭里如果妈妈不定时煮饭,爸爸不肯安分工作,孩子不愿上学读书,家庭一定杂乱无章,毫无秩序可言。小至家庭,大到一个公司、一个国家,都必须共同遵守法规,彼此分工协作,守住分际,像机器上的大小零件组合,才能轮转不休。

给自己定出计划以及纪律,严格要求自己,看似委屈了自己,强迫自己放弃很多生活的乐趣,不能够随意地生活。但大家心里都明白:眼前的这种严格自律,正是养成良好习惯,克服种种惰性,从而享受高质量生活的前提。

以下是做人的经验之谈:

- (1)放弃一些平时深深迷恋的事情;
- (2)保持清醒的头脑,按理智判断行事;
- (3)做情绪的主人,抑制感情的冲动;
- (4)戒骄戒躁,发挥优势和长处;
- (5)自我约束,专心致志是通向成功的必经之路。

自我控制是做人的根本

莎士比亚说,自我控制是人类与纯粹动物的根本区别,不

能进行自我控制,就不会有真正的人。

自我控制是做人的根本。如果一个人任由冲动和激情支配,那么从这一刻开始,他也就完全放弃了做人的义务,后果将是危险的。所以就做人而言,自律很重要。

一家大百货公司受理顾客提出抱怨的柜台前许多女士大排长龙,争着向柜台后的那位年轻女郎诉说她们所遭遇的困难,以及这家公司不对的地方。在这些投诉的妇女中,有的十分愤怒且不讲理,有的甚至讲出很难听的话,柜台后的这位年轻女士一一接待了这些人,丝毫未表现出任何嫌恶。她脸上带着微笑,指导她们前往合适的部门,她的态度优雅而镇静。

站在这位女士背后的是另一个年轻女士,她在一些纸条上写下一些字,然后把纸条交给站在前面的那位女士。这些纸条很简要地记下妇女们抱怨的内容,但省略了这些妇女原有的尖酸而愤怒的语气。

原来,站在柜台后面、面带微笑聆听顾客抱怨的年轻女士耳朵失聪。她的助手通过纸条把所有必要的事实告诉她。

这家公司的经理对他的人事安排是这样解释的,他之所以挑选一名耳朵失聪的女士担任公司中最艰难而又最重要的一项工作,主要是因为他一直找不到其他具有足够自制力的人来担任这项工作。旁观者发现,柜台后面那位年轻女士脸上亲切的微笑,对这些愤怒的妇女们产生了良好的影响。她们来到她面前时,个个愤怒暴躁,但当她们离开时,个个温顺柔和,有些人离开时,脸上甚至露出羞怯的神情,因为这位年轻女士的“自制”使她们对自己的行为感到惭愧。

我们不能不佩服上述这位经理的巧妙安排,但让人感动的还是那位耳朵失聪的姑娘,我们这些健全人也要像她那样,戴上一副“心理耳罩”,有时候可以用来遮住自己的双耳。当不

愿听到的那些无聊谈话时可以把两个耳朵“闭上”，以免在听到之后徒增憎恨与愤怒。

生命十分短暂，有很多建设性的工作等待我们去做，因此，我们不必对说出我们所不喜欢听到的话语的每个人去进行“反击”。

不给自己找借口

自我控制、自我约束也就是要求我们按理智判断行事，克服追求一时情绪满足的本能愿望。一个真正具有自我约束的人，即使在情绪非常激动时，也能够做到这一点。

自由并非来自“做自己高兴做的事”，或者采取一种不顾一切的态度。自己要战胜自己的情绪，证明自己有控制自己命运的能力，必须学会自控。如果任凭情绪支配自己的行动，那便使自己成了情绪的奴隶。一个人，没有比被自己的情绪所奴役更不自由的了。

我们每个人都在努力做使自己生活更有意义的事，并且在向着未来的目标奋进。但是，生活在现实的世界中，我们绝不应该采取仅使今天感到愉快的态度而丝毫不顾及明天可能发生的后果。我们的情绪大都容易倾向于获得暂时的满足，所以我们要善于做好自我约束。但是须注意的是，那些提供大量暂时的满足的事，通常就是对我们长期的健康、快乐和成功最有害的事情。因此，在追求一种有意义的生活时，我们应当努力预测自己所从事的事情对将来可能产生的后果。

不可否认，人是有欲望和需求的，如果对欲望和需求不加以约束和克制，欲望就会自我膨胀。权力欲、名利欲、占有欲、贪欲，所有这些都是人生活在社会中，受到社会环境的影响产

生的,也最能对人的情绪产生影响。道家所提倡的“清心寡欲”是对待欲望的一种方式,而还有一种方式,就是不加克制地任由欲望膨胀,其结果当然只会增加伤害的。

除了欲望,人还有惰性心理以及消极心态,这些都将影响到你的情绪。所有的成功者无不懂得自律。自律是修身立志成大事者必须具备的能力和条件。

从本质上讲,自律就是你被迫行动前,有勇气自动去做你必须做的事情。自律往往和你不愿做或懒于去做,但却不得不做的事情相联系。“律”既然为规范,当然是因为有的行为会超出这个规范。比如,刷牙洗脸是每天必须要做的事情,但是在有一天你回到家筋疲力尽,如果你倒头就睡,是在放纵自己的行为;如果你克服身体上的疲惫,坚持进行洗漱,这是你自律的表现。人们往往会遇到一些让自己讨厌或使行动受阻挠的事情,而在这种情况下,你就应该克服它对情绪的干扰,接受考验。

自律表现为两种:一是去做应该做而不愿或不想做的事情;二不做不能做、不应做而自己想做的事情。做到了这两点,问心无愧,坦坦荡荡,情绪也会变得光明而积极。

用了同样的努力,有人成功了,有人则失败了。他们可能都知道成功的途径,但他们之间有一个主要的不同,在于成功者总是约束自己,去做正确的事情,而不成功的人总是容忍让自己的感情占上风。正如有人所说:“我的预见很少出错,但我却常常做错事。”要具备自我约束的能力,必须不断地分析自己的行动可能带来的长期的最大利益的决定而行动,必须抑制人的感情的冲动。感情冲动地行事,是一种失去控制的危险生活。然而,我们却依旧凭感情冲动行事。例如:当一大群人朝着一个方向行走,而你的理智或常识告诉你那是一个错误的