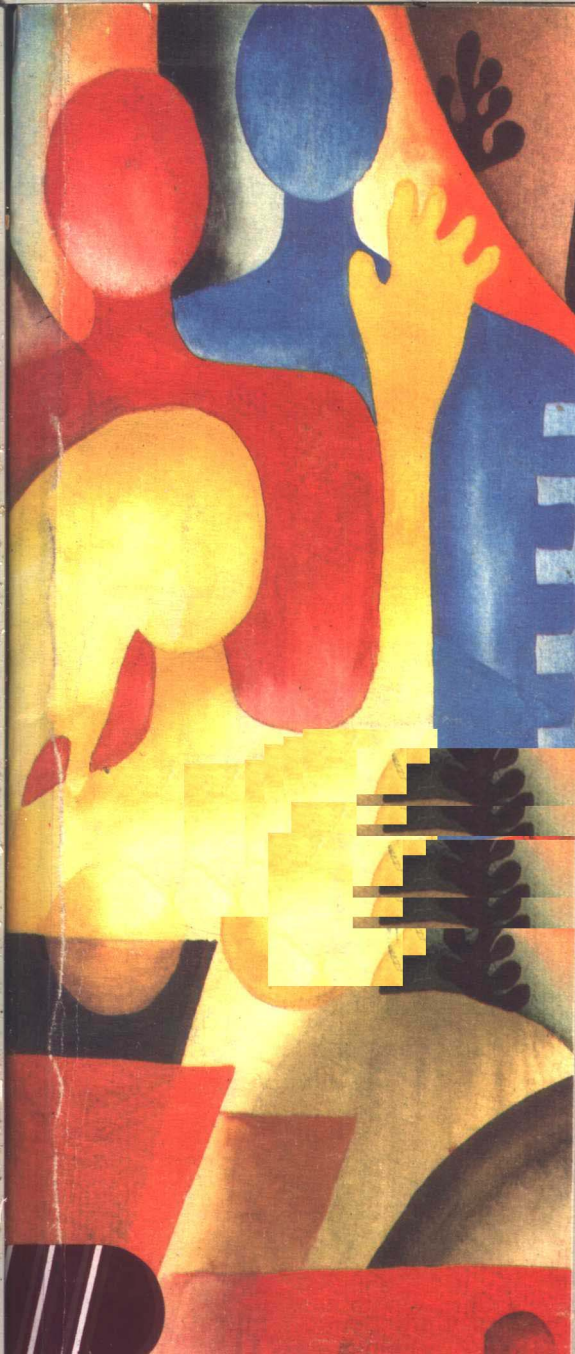




为人处世的艺术

牛牛
朴耕
著

牛耕 牛朴 著

为人处世的艺术

内蒙古人民出版社

一九八八·呼和浩特

为人处世的艺术

牛耕 牛朴 著

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街82号)

内蒙古新华书店经销 内蒙古新华印刷厂印刷

开本: 787×960 1/32 印张: 12.625 字数: 192千 插页: 3

1987年11月第一版 1988年7月第1次印刷

统一书号: 7089·487 印数: 1—18,270册

ISBN 7-204-00208-3/G·16 每册: 2.90元

目 录

前 言

欢乐篇

让我们生活充满欢乐·····	(7)
苦恼何其多·····	(11)
情感是什么·····	(15)
需要 动机 目的·····	(19)
不同的欢乐观·····	(23)
无私常欢乐·····	(27)
他人欢乐与自己欢乐·····	(32)
主宰自己的欢乐·····	(35)
长欢乐与短欢乐·····	(39)
精神愉快的条件·····	(43)
乐极莫生悲·····	(47)
学会使用“解忧电话”·····	(51)
学会自己解忧·····	(56)
架起理解的桥梁·····	(60)

理想篇

理想与现实.....	(67)
远虑与近忧.....	(72)
割断失望对你的纠缠.....	(76)
浪子回头金不换.....	(80)
男子汉问答.....	(84)
失足与千古恨.....	(89)
从现在开始.....	(93)
成功与环境.....	(97)
机遇和我.....	(101)
说威信.....	(105)
说胆识.....	(109)

修身篇

腹中天地阔 常有渡人船.....	(115)
需要赞许心理与主宰自己.....	(119)
寻求赞许并非一定就是陷阱.....	(123)
杞人何以忧天?	(127)
好心被当成驴肝肺的苦恼.....	(131)
良心受到责备的时候.....	(135)
健康的悔恨与不健康的悔恨.....	(139)
心境 环境.....	(143)

敢不敢 该不该.....	(146)
对要求公正的理解.....	(150)
得理让人.....	(155)
夹着尾巴做人，挺起胸膛干事.....	(159)
要什么样的个性.....	(164)
猩猩嗜酒的思索.....	(171)
宽待人 严律己.....	(167)
善于解剖自己.....	(175)
奉献，还是获取？.....	(179)
孝的理解.....	(183)

奋发篇

强迫自己.....	(189)
江山正改 本性宜移.....	(193)
少壮未努力，老大岂能徒伤悲.....	(197)
天命是没有的.....	(201)
莫道下岭便无难.....	(205)
最大的恶德——嫉妒.....	(209)
有东方嫉妒和西方嫉妒之分吗？.....	(213)

友谊篇

择友之道.....	(219)
-----------	---------

应该雪中送炭 还是锦上添花·····	(223)
迁怒——友谊之敌·····	(227)
勿记人之恶 勿忘人之美·····	(231)
好言一句三冬暖·····	(235)
发怒恶果多·····	(239)
玩笑的分寸·····	(244)
你是否曾使人难堪·····	(248)
怎样安慰悲伤中的朋友·····	(251)
朋友为你鸣不平·····	(255)
报复心理的产生和控制·····	(259)
自己的兴趣和他人的兴趣·····	(263)
你能记住别人的名字吗? ·····	(267)
从太阳和风的寓言谈起·····	(271)
尊重人表现在哪里? ·····	(275)
闲谈并非无用·····	(279)
当面指不足 背后说长处·····	(283)

爱情篇

夫妻不成友谊在·····	(289)
结婚未必是恋爱的坟墓·····	(293)
爹再娶娘再嫁你该咋办·····	(300)
马拉松离婚案的启示·····	(304)

帮助大龄未婚者解除苦恼·····	(308)
“醋意”的是非·····	(312)
浅谈贞洁心理·····	(316)
克服追前嫉妒心理·····	(319)

读书篇

使读书成为自己嗜好·····	(325)
读书的时间是挤出来的·····	(330)
读书宜选择·····	(336)
怎样对待书中的新观点·····	(343)
读书与三省·····	(347)

方法篇

事例的妙用·····	(355)
略谈利弊·····	(359)
大事争 小事让·····	(364)
比的心理杂说·····	(368)
赵括的教训·····	(372)
意见相左善运筹·····	(376)
顶牛与撒牛·····	(380)
深化认识的办法·····	(384)
演好你扮演的社会角色·····	(388)
学点处世学·····	(393)

前 言

当把这本书奉献到读者面前的时候，我要在这里向读者交一交心，谈谈写这本书的目的。

把人生比做旅途，有的人坎坷，有的人顺遂；有的人走着一一条荆棘丛生之路，有的人走的却是北京长安街的大道；有的人终生与幸福相伴，有的人却终生与痛苦不分。尤其是身处逆境的人，总想找出这种处境不同的答案。有人说，处境不好，前世注定。命中只有八合米，走遍天下不满升。佛教认为人是轮回转生的。现今的遭遇是由前世决定的。据说有人曾问一个得道的高僧：“我现在的生命既是上辈子转生，我上辈子是个什么样的人呢？既然下辈子又要转生，下辈子命运能否转得好一点呢？”这位高僧写了这样几句话：

欲知前世因，

人生受者是。

欲变后世果，

今生做者是。

现世是来世决定的，已无法改变，要改变来世，决于今生今世所为。这话本身就是矛盾的。今生的生活既决定于前世，无法改变，那末人也

无法改变前世的处境。只有听从命运摆布，个人是无法做出努力的。显然，这种回答不但荒谬，而且使人们无所作为。

其实，一个人的处境好坏，是由多种原因构成的。有的人主要是这方面的原因，有的人主要又是那方面的原因。有一个普遍的原因，就是掌握不掌握为人处世的艺术。掌握了这种艺术的人，办事得心应手，成功机会多，可以变忧愁为欢乐，变逆境为坦途，常与幸福相伴，反之，办事处处掣肘，本来可以成功的事，却以失败而告终，则常与忧伤为伍。正因为做人处世艺术有这样大的威力，我们才写了这本书。

一讲为人处世，有人便把它和虚伪、庸俗联系起来，仿佛高雅的人是不谈为人处世哲学的。的确，有一种庸俗的、低级的为人处世之道，为了达到个人目的，不惜损人利己、以邻为壑，这是我们要反对的。还有另外一种为人处世哲学，即为了在社会主义社会里，更谐和地生活和工作，使每一个人都能迸发出建设伟大祖国的积极性，这当然是应该提倡的。我在这本小册子里所阐述的就是这后一种为人处世的艺术。

几乎每一个人都会有为人处世的教训，每一个人都会遇到为人处世的具体问题，我在这本小册

子里不可能一一做出回答，只能就最普遍的问题，为人处世的方法问题做出说明。如果一个人饿了，可以给他面包，也可以告诉他取得面包的手段；如果一个人的锁打不开了，可以帮他把锁打开，也可以给他一把钥匙。我在这里所采用的不是前者而是后者——提供方法。

这里主要讲了下面一些问题：

——欢乐是幸福的伙伴，你应该欢乐，当苦恼向你袭来时，你应该怎么对待呢？

——谁都难免有失误，认识到失误就会产生悔恨，哪一种悔恨是积极的，哪一种悔恨是消极的？

——你有没有这样的缺点：易怒、迁怒于人。如果有，怎样才能克服它呢？

——你的朋友一定很多，朋友之间也难免有这样那样的矛盾，有了矛盾应该怎样处理，才能使朋友之间情谊日笃月深呢？

——如果爱神打开了你的心扉，你应该怎样对待？恋爱两种前途：结婚、断绝恋爱关系，遇到后一种情况应该怎样对待？

——你有没有嫉妒心理？如果有，怎样克服？

——你应当怎样对待父母、兄、弟、姐、

妹，你们之间也会有矛盾，你能处理好吗？

——少壮未努力已成事实，是悲伤还是发愤？

.....

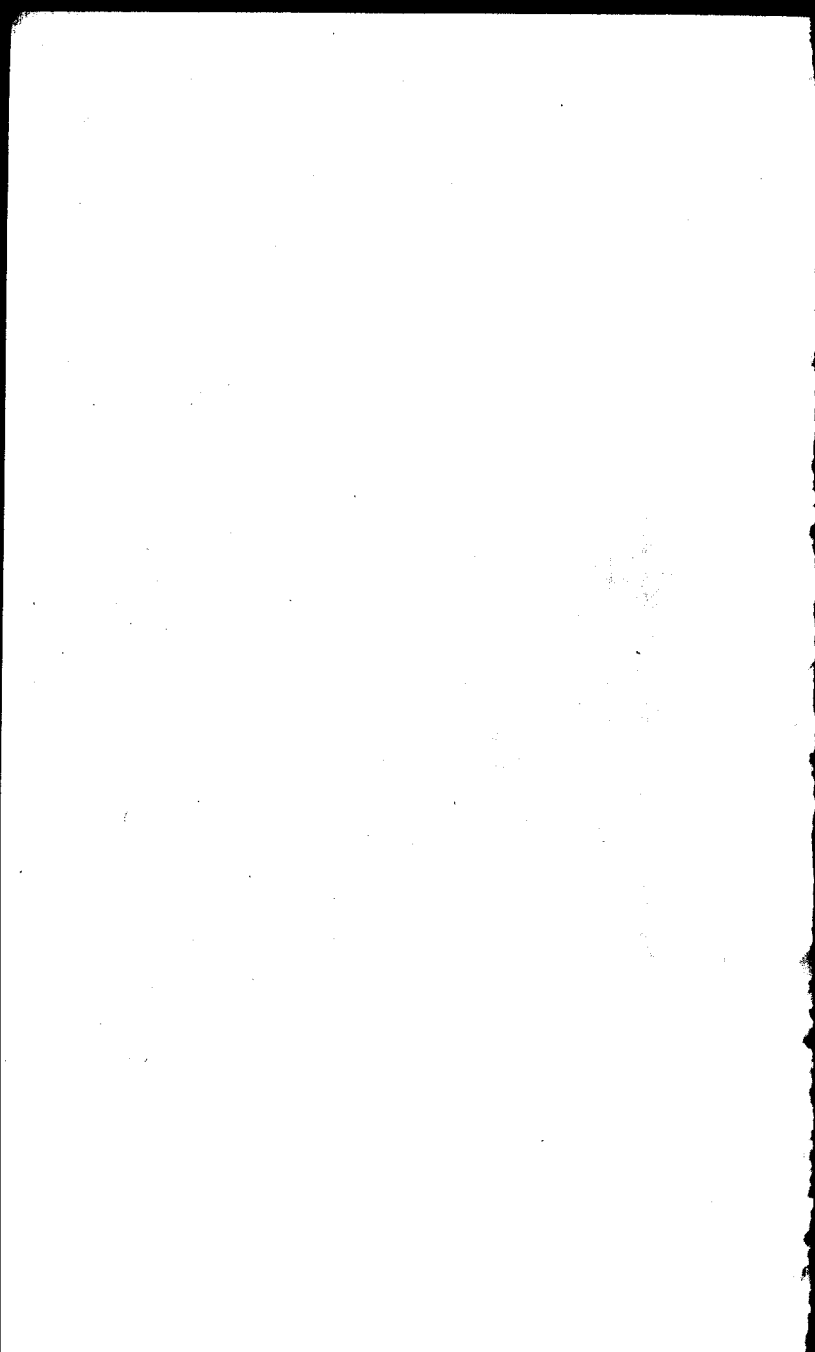
在写这本书时，我们除在知识性、趣味性、生动性上下工夫而外，力求采用谈心方式。不仅通俗易懂，也使人感到亲切。这个目的是否能够达到，还要读者评定。我们诚恳地希望能听到读者对这本书的评说。

作者

1987年于北京沙滩

欢乐篇





让我们生活充满欢乐

朋友，你有没有这样的亲身体会，当你的心情特别愉快的时候，你感到阳光明媚，惠风和畅，天空也格外的晴朗。

朋友，你有没有这样的心情，你感到格外高兴的时候，你更爱你的父母、兄弟、姐妹、同志，你感到他们的每一句话都动听。

朋友，你有没有体察过，在你心情愉快的时候，你的胃口也特别好，吃什么东西都感到香。

朋友，你有没有作过这样的对比，在你心情舒畅的时候，你头脑清晰，分析力强，最富有创造性。

朋友，你有没有觉察，在你高兴的时候，什么困难都不怕，对于你，似乎没有不能克服的困难，没有不能跨越的高山。

女作家冰心在《霞》这篇散文中说过：“生命不是只有快乐，也不是只有痛苦，快乐和痛苦是相生相成，互相衬托的。”一个人的生命并不很长，多则上百年，目前世界上还没有越过150岁

年龄的人。在这有限的时光里，让我们的生活过得愉快，的确是一个非常重要的课题。我很希望我们能回头望一望，已经走过的生命路程中，有多少时光充满了欢乐，又有多少时光是忧虑和苦恼。不妨再想得深一点，欢乐的日子是怎么出现的，为什么没有持续下去；苦恼的日子又是怎样到来的，苦恼的日子是怎样渡过的。这绝不是主张怀旧留恋过去，而是在这些回忆中寻求些有益的启示：今后要过欢乐的生活，最好不再有苦恼和忧愁。

精神愉快，心情舒畅对于人的身体健康的重要性，早被人们感受到了。西方有这样的格言：

“喜悦者常健康。”所罗门王有一句格言：心情舒畅乃是最好的药物，垂头丧气足以使人骨髓干裂。我国类似的谚语也很多：“乐观者长寿。”

“笑一笑，十年少，愁一愁，白了头。”战国时楚国大臣伍子胥，因为楚平王无道，全家被杀，他设法逃出虎口，苦于过不了文昭关，愁得他一夜须发皆白。这当然是传说轶闻，从科学的角度来看是根本不可能的，但愁苦过甚，有损人的身体健康却是实在的。

我们可以举出几乎人人都体验过的例子：如果你饿了，正准备饱餐一顿的时候，突然传来一

个对你最不幸的消息，吃饭的情绪马上就没有了，即使勉强吃上几口，也味同嚼蜡。人的情绪的变化会引起机体的变化，现在已经可以观察到或测验到。一个人如果发怒或震惊时，呼吸加快，心跳加速，血压升高，血糖增多，血液含氧量增加；哭泣时，眼部肌肉收缩；悲哀时，眼、嘴下垂；愤怒时，眼、嘴张大，毛发竖起；盛怒时，胸部挺起，横眉张目，紧握拳头；羞愧时，面红耳赤；震惊时，脸色苍白。焦虑，忧郁时，抑制胃肠蠕动和消化液的分泌。

精神是否愉快，心情是否舒畅不仅直接关系到人的身体健康，对人的生活、事业的影响也是非常之大的。一个长期精神愉快、心情舒畅的人，多半也是精力充沛、上进心特别强的人，他们有强烈的进取精神，有百折不挠的毅力，而且大多在事业上能取得成功。

其实，人生一世，有什么理由不过一个充满快乐的人生呢？我们可以向自然斗争，取得人们必要的物质生活资料；我们可以探索大自然的奥秘，给人类创造幸福的生活；我们有亲人、朋友、同志，为我们的共同理想一起奋斗。我们有千万条理由精神愉快、心情舒畅，也有千万条理由排除苦恼，抛弃忧愁。