

千古不变的真理 经久不衰的铁律

做人凭“手段”不是教你学坏，而是告诉你：做人要懂得防人，用人，成全自己。人生很多时候就是战场，如果做人失败，就难以取得好的成就，成功就不会垂青于你。

成大事

ChengDaShiYingZai

赢在

ZuoRenPingShouDuan

做人凭手段



经典
珍藏版

做人与做事，是一个人在社会生活中两项最基本的活动，也是体现一个人社会化能力最重要的两个方面。做人，是一门艺术。在生活中，成功人士之所以在做人方面有成就，完全得益于他们知道了人生的奥妙，懂得做人的“手段”

马银文◎编著

中国商业出版社

马银文◎编著



成大事 赢在 做人凭手段

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成大事赢在做人凭手段/马银文编著. —北京: 中国商业出版社, 2009. 9

ISBN 978-7-5044-6650-1

I. 成… II. 马… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 172096 号

责任编辑: 郭 强

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

三河市灵山装订厂印刷

* * * * *

710×1000 毫米 16 开 20 印张 250 千字

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

定价: 32.00 元

* * * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

一个人的真正魅力，不在于他的容貌，也不在于他的穿衣打扮。一个人真正的魅力就是轰轰烈烈地干出一番大事业，让自己的名字即使不响彻大江南北，也要震动自己所处的领域。

的确，成大事是每个人心中的一种愿望，因为只有成大事才是人生成功的最好标志和说明。请看一看你的周围：有多少人为自己能做成大事而兴奋不已、拍手叫好？又有多少人为自己一事无成而垂头丧气、一蹶不振？不管是做成大事，还是一事无成，都是人生常见之理，不足为奇。关键是每个人都愿意被列入成大事者的阵容中，而厌恶沦落到一事无成者的境地。

对绝大多数人而言，缺少的并不是成大事的愿望，而是帮助自己成大事的做人手段，所以终究还是成不了大事。

做人是一门艺术，是一个说不完的话题。在生活中，那些成大事的人都是做人的高手，他们之所以在做人方面有成就，完全得益于他们知道了人生的奥妙，懂得做人的手段。

纵观古今，博览中外，我们不难发现，不论是政坛精英，还是商界巨子，不论是高官贤达，还是市井百姓，凡能成就一番大事业的人，都是做人有手段的人，也同样是一个成功的人。

所以，做人就要修身立德，在德上站得住脚；做人要讲规则，这样会让你的人格更完美；做人要懂技巧，这样才能做到待人圆融，办事妥帖；做人更要有本事，这是获得自下而上的竞争之本；做人还要有健康的体魄，这是你做人做事之根本。所以做人是德与智的综合考量，是体与能的



成大事

赢

在

做人凭手段

全面较量，是方与圆的完美统一。

做人要有“手段”，并不是为了达到某种目的而不择手段出“黑招”，也不是为了功成名就，而在别人背后使“暗器”。所谓的“手段”，就是做人要讲规则，熟谙与人相处的学问，“手段”是做人的一种策略，一种技巧，一种方法。

做人有手段是亘古不变的铁律！做人要想成功，就要学会掌握手段！

做人不能没有手段。没有手段，就等于缺少了最有力的武器，你就不知道一件事情该怎样做才最正确，怎样做才最有效，那么，你将永远与成功无缘。

如今，在竞争异常激烈的社会中，要想更好的生存与发展，就须学会做人之道。成功的机会是均等的，只要找到了做人的方式，掌握了做人的“手段”，你就会事业有成。请翻翻这本书吧，它以最优美的语言划出了最灿烂的智慧之光。也许它算不上人生路上的“灵丹妙药”，但它绝对是你生活中绝对不能少的“智慧大餐”！



CHENGDAISHI
YINGZAIJUREN
PINGSHOUJIAN

目 录

第一章 好心态，好人生 /1

成大事的人在该笑时能笑，在没办法的时候也能笑，甚至在走投无路时也能开怀大笑。这种人无疑是坚强的，快乐的，不可战胜的。

1. 善待自己，给自己一个笑脸 /3
2. 用“希望之灯”照亮你的前程 /7
3. 播下一种心态，收获一种命运 /11
4. 把乐观的情绪“传染”给周围的人 /14
5. 想开点，不要钻牛角尖 /18
6. 你的烦恼是自找的 /20
7. 少一些欲望，就多一点快乐 /24
8. 信念，是成功的起点 /28
9. 快乐可使人健康长寿 /31

第二章 挑战弱点，改变自己 /35

人人都有弱点，不能成大事者总是固守自己的弱点，一生都不会发生重大转变；能成大事者总是善于从自己的弱点上开刀，把自己变成一个能力超强的人。一个连自己的缺陷都不能纠正的人，只能是失败者！

1. 战胜自己就是战胜敌人 /37
2. 控制住自卑，敢于积极进取 /40
3. 懒惰是魔鬼给人们设置的陷阱 /44





4. 成功属于“有心”人 /47
5. 找到自己的“富矿区”，你就成功了一半 /50
6. 改变思路就有出路 /53
7. 走自己的路，让别人去说吧 /56
8. “萎靡不振”会使人陷于绝望的境地 /60
9. 认识自己，发展自己 /63
10. 相信自己一定能够成功 /67

第三章 控制好自己，别让情绪毁了你 /71

喜怒哀乐是人类情绪的外在表现形式，没有喜怒哀乐的人是不存在的。要成为一位成大事的人，就要把喜怒哀乐深藏在心里，使之不形于色。

1. 不急不躁，才能成就大事 /73
2. 自律，对自己严格一点儿 /80
3. 自制是成大事的一种“手段” /84
4. 贪图安逸，等于自毁长城 /88
5. 不要让怒气左右你 /91
6. 控制自己，驾驭心理上的烈马 /99
7. 喜怒不形于色 /104
8. 怒发冲冠，伤害的是你自己 /107

第四章 心动不如行动 /111

一位伟人告诉我们：坐而谈，不如起而行！失败者多数是“语言的巨人，行动的矮子”；成大事者每天都是靠行动来落实自己的人生计划的。

1. 不做就不会有结果 /113
2. 珍惜时间，善待今日 /117
3. 敢于行动才可能成功 /122

4. 时间是“挤”出来的 /126
5. “不犹豫”从而“不后悔” /130
6. 勤奋是成大事的最好“工具” /133
7. 立即行动，决不能拖延 /136
8. 鱼与熊掌，是可以兼得的 /139
9. 先做后说是一种良好的习惯 /142
10. 努力多一些，成功的机会就大一些 /145

第五章 狠抓机遇，扼住命运的咽喉 /149

成大事者的成功之处，就在于他能随时切准时代的脉搏，把握人生的机遇，因而“机遇”常伴他身边；平庸者，其失败之因，就是对之视而不见，听而不闻，并时常暗问自己：“机遇在哪里？”

1. 准备好了，才能抓住机会 /151
2. “关键时刻”决定成败 /155
3. 机遇：成大事的一条捷径 /158
4. 留心身边事，机遇自然来 /161
5. 抓住眼前的一切机会 /164
6. 没有机会，创造机会 /168
7. 机遇属于敢于挑战的人 /172
8. 大机会，大成功 /177
9. 机遇不会因挫折而失色 /180

第六章 细节决定人生成败 /183

一个人要干一番事业，必须从简单的事情做起，从细微处入手。细节看似细小、琐碎，但积少成多，最终能实现质的飞跃。一心渴望成功，追求成功，但成功却总是难以把握；甘于平淡，认真做好每个细节，成功则



会不期而至。

1. 把小事做成功，便是大事 /185
2. “小节”处更应检点 /188
3. 小握手，大学问 /192
4. 用“我们”代替“我” /194
5. 先做小事，赚小钱 /197
6. 不要忽视“小人物” /200
7. 大处着眼，小处着手 /202
8. 孝心——成大事的基础 /205
9. 分清主次，按重要性办事 /209
10. 微笑可以带来大成功 /212
11. 称呼，表情达意的重要手段 /215

第七章 隐忍求成，进退有度 /219

人生的进退，其中蕴涵了丰富的学问。急莽冒进者，成事不足，败事有余；能屈能伸，有进有退者，才能成就大业。退不是懦弱，而是做人的手段，是处世的艺术。

1. 示人以弱，以静制动 /221
2. 忍耐，忍耐，再忍耐 /224
3. 做人不要太“张扬” /227
4. 受点委屈，该忍就忍 /230
5. 好汉要吃眼前亏 /233
6. 退一步，海阔天空 /236
7. 忍让有“度”，恰到好处 /240
8. 暂时的退却是为了将来的进攻 /243
9. 小不忍，则乱大谋 /247



第八章 一眼就把人看透 /251

看透人心是一种技巧，明哲保身的高超技巧；也是一种法宝，躲过明枪暗箭的护身法宝。学会看人同样是保障一个人能否获得成功，进而取得一定社会地位所必须具备的基本素质和手段。

1. 人心不同，各如其面 /253
2. 眼睛——窥探心灵的窗口 /256
3. 不要被人的表面所迷惑 /259
4. 以衣识人：人靠衣装马靠鞍 /262
5. 言谈能体现一个人的内心世界 /266
6. 举手投足显个性 /270
7. 坐姿是心灵的暗示 /273
8. 走姿也会折射人的内心世界 /276
9. 识人的八大准则 /280

第九章 健康：成大事的最可靠资本 /283

一个人能否成大事并不取决于命运，而是取决于自己的健康。健康与金钱、权力、地位、事业相比，是最重要的东西，是我们成大事最可靠的资本。

1. 健康——成功的基石 /285
2. 运动是健康的重要“手段” /288
3. 养成良好的生活习惯，走自己的健康之路 /291
4. “吃”出健康来 /295
5. 释放压力，不能被压抑压垮 /298
6. 养护心理——让你的“心”更健康 /301
7. 做一个精神健康的人 /305
8. 好好活着，突破生命的极限 /308



第一章

好心态，好人生



成大事的人在该笑时能笑，在没办法的时候也能笑，甚至在走投无路时也能开怀大笑。这种人无疑是坚强的，快乐的，不可战胜的。



1. 善待自己，给自己一个笑脸

微笑是上帝赐给人的专利，是一种令人愉悦的表情。面对一个微笑着的人，你会感受到他的自信、友好，同时这种自信和友好也会感染你，使你油然而生出自信和友好来，从而很快和对方亲切起来。

微笑是一种含义深远的身体语言，微笑可以鼓励对方的信心，微笑可以融化人们之间的陌生和隔阂。当然，这种微笑必须是真诚的，发自内心的。

微笑是最好的交流工具。微笑是友好的标志，是融合的桥梁。微笑可以化干戈为玉帛，协调人与人之间的关系，更可以创造快乐的气氛。那些不懂得利用微笑价值的人，实在是很不幸。要知道，微笑是成大事者必备的做人手段。

无论在家里、办公室，还是在途中遇见朋友，只要你随身带上微笑，肯定会收到意想不到的良好效果。正如英国谚语所说：“一副好的面孔就是一封介绍信。”微笑，将为你打开通向友谊之门。如果我们想要发展良好的人际关系，建立积极的心态，那么就必须养成微笑的习惯。

人与人相处，微笑就是你美丽的外衣，你的笑容就是你如意的信差，能照亮所有看到它的人。上班时，请对大楼门口的电梯管理员微笑，对大楼门口的警卫微笑，对同事微笑，对上司微笑。

没有什么东西能比一个阳光灿烂的微笑更能打动人心的了。微笑具有神奇的魔力，蕴涵着震撼人心的力量，能够化解人与人之间的坚冰。微笑也是你身心健康和家庭幸福的标志。

微笑，永远是我们生活中的阳光雨露，它能让你魅力四射，闪现出美



丽的光芒。要学会自己微笑，它可以改变我们的命运和世界。记住一点：微笑不仅仅是为了别人，更是为了自己，面对生活，我们应该微笑。

无论你在什么地方，无论你在做什么，在人与人之间，简单的一个微笑是一种最为普及的语言，她能够消除人与人之间的隔阂。

人与人之间的最短距离是一个可以分享的微笑，即使是你一个人微笑，也可以使你和自己的心灵进行交流和抚慰。

一旦你学会了阳光般灿烂的微笑，你就会发现，你的生活从此变得更加轻松，而人们也喜欢享受你那阳光般灿烂的微笑。

善待自己，给自己一个笑脸，让阳光、快乐走进你敞开的心灵。

给自己一个笑脸，让自己拥有一份坦然；给自己一个笑脸，让自己勇敢地面对艰险。这是怎样的一种平和，怎样的一种豁达，怎样的一种鼓励啊！

每天清晨起床，对镜中的自己说：“今天将是美好的一天。”总是保持着笑容，你会变得比以前开朗，不再把事情看得太严重；无论何时、何地，总是积极地挑战明天；开始懂得与大家和睦相处，而不是明争暗斗；从心底去爱人，而不是做做表面文章……

漫漫人生，我们会遇到种种困难，甚至于举步维艰，甚至于悲观失望。征途茫茫，有时看不到一丝星光，有时走得并不潇洒浪漫。这时，给自己一个笑脸好吗？让来自于心底的那份执著，鼓舞着自己插上翅膀在蓝天翱翔；让来自于远方的呼唤，激励着自己带着生命闯过难关。

人生中总有那么多失败、挫折、痛苦和折磨。这个时候请不要闭锁你的心灵，请不要让自己的心灵布满阴云，请不要抛开生活中的一切美好的东西；敞开你的心灵，让阳光走进来，让欢乐走进来，让美好走进来。你会明白，失败、挫折、痛苦和折磨不是生活的全部，也不是生活的最终；失败、挫折、痛苦和折磨会使你成熟、坚强、豁达，它是人生中的宝贵财富。

那么，朋友，当不幸降临到你身边的时候，给自己一个笑脸，对自己说：“这一切都会过去，珍惜生活中的每一寸时光，善待自己吧！”

给自己一个笑脸，善待自己。人生只有一次，无可取代，为什么要因



身外之物而烦恼，无辜损伤了自己的细胞呢？当消极情绪出现时，要让自己的情绪转换成积极心态；当忧郁心情出现时，要立即想办法将自己的心情调适到开朗的地步。不论外在环境是否狂风暴雨，只要心中有阳光，人生就会永远充满希望。

百货店里，有个穷苦的妇人，带着一个约四岁的男孩在转圈子。走到一架快照摄影机旁，孩子拉着妈妈的手说：“妈妈，让我照一张相吧。”妈妈弯下腰，把孩子额前的头发拢在一旁，很慈祥地说：“不要照了，你的衣服太旧了。”孩子沉默了片刻，抬起头来说：“可是，妈妈，我会面带微笑的。”

如果你也像那个贫穷的小男孩一样，穿着破烂的衣服，一无所有，在生活的摄像机前，你能坦然而从容地微笑吗？

面对着亲人，你的一个微笑，能够使他们体会到，在这个世界上，还有另外一个人和他们心心相连；面对着朋友，你的微笑，能够使他们体会到世界上除了亲情，还有同样温暖的友情。对朋友，微笑是重要的，必不可少的。走遍世界，微笑是通用的护照；走遍全球，阳光雨露般的微笑是你畅行无阻的通行证。

不仅如此，笑，还是一种神奇的药方，能医治许多疾病，并具有强身健体的医疗功能。医学家告诉我们，精神病患者很少笑，一个人有疾病或者有其他烦恼，那他也不会从心底发出笑声。

美国加利福尼亚大学的诺曼·卡兹斯曾患胶原病。这是一种疑难杂症，康复的可能性仅为五百分之一，而他就成为了这个“一”。后来，他把当时的情况写在了《五百分之一的奇迹》这本书里：

“如果消极情绪引起肉体消极的化学反应的话，那么，可以推测，积极向上的情绪可以引起积极的化学反应。”

“可以推测，爱、希望、信仰、笑、信赖、对生的渴望等等，也具有医疗价值。”

卡兹斯认为，笑具有惊人的医疗效果：“我的体会是，如果能够从心底里发出笑声，并持续10分钟，会产生诸如镇痛剂一样的作用，至少可以解除疼痛两个小时，安安稳稳地睡觉。”



甜甜的微笑，不会花费你多大的代价，却能给你带来意想不到的巨大成功。

顶尖的推销大师，在日本被誉为“推销之神”的原一平，经过长期的苦练，他的笑已经到了炉火纯青的地步，而他笑的艺术，则被人赞誉为“价值百万美元的笑容”。

微笑是赢得客户支持率的关键之一，所以微笑是服务人员第一个重要的特质。永远拿出一张笑脸，这样会令对方感觉很好。

美国旅馆业大王希尔顿于1919年把父亲留给他的12000美元，连同自己挣来的几千美元投资出去，开始了他雄心勃勃的经营旅馆的生涯。

当他的资产奇迹般地增值到几千万美元的时候，他欣喜而自豪地把这一成就告诉了母亲。出乎意料的是，他的母亲淡然地说：“依我看，你和以前根本没有什么两样……事实上你必须把握比几千万美元更值钱的东西：除了对顾客诚实之外，还要想办法使来希尔顿旅馆的人住过了还想再来住。你要想出这样一种简单、容易、不花本钱而行之久远的办法去吸引顾客，这样你的旅馆才有前途。”

经过了长时间的迷惘和摸索，希尔顿找到了具备母亲说的“简单、容易、不花本钱而行之久远”四个条件的东西，那就是：微笑服务。

这一经营策略使希尔顿大获成功。他每天对服务员说的第一句话就是：“你对顾客微笑了没有？”即使是在最困难的经济萧条时期，他也经常提醒职工们记住：“万万不可把我们心里的愁云摆在脸上。无论旅馆本身遭受的困难如何，希尔顿旅馆服务员脸上的微笑永远是属于旅客的阳光。”就这样，他们度过了最艰难的经济萧条时期，迎来了希尔顿旅馆业的黄金时代。

《羊皮卷》箴言：“即使赠品只是一张纸，顾客也会高兴的。如果没有赠品，就赠送笑容。一点小小的赠品会取悦顾客，这是人情的微妙。因此，要一直维系好感，最稳当的方法就是微笑，再微笑。”



2. 用“希望之灯”照亮你的前程

日本池田大作《要活在巨大的希望当中》中指出，在走向人生这个征途中，最重要的既不是财产，也不是地位，而是在自己的胸中像火焰一样熊熊燃起的意念，即希望。因为那种毫不计较得失，为了巨大希望活下去的人，肯定会生出勇气，不以困难为事；肯定会激发出巨大的激情，开始闪烁出洞察现实的睿智之光。只有睿智之光与时俱增，终生怀有希望的人，才是具有最高信念的人，才能成为人生的胜利者。

有位医生素以医术高明享誉医务界，事业蒸蒸日上。但不幸的是，就在某一天，他被诊断为患有癌症。这对他不啻当头一棒。他一度情绪低落，最终他不但接受了这个事实，而且他的心态也为之一变，变得更宽容，更谦和，更懂得珍惜所拥有的一切。在勤奋工作之余，他从没有放弃与病魔搏斗。就这样，他已平安度过了好几个年头。有人惊讶于他的事迹，就问他，是什么神奇的力量在支撑着他。这位医生笑盈盈地答道：“是希望！几乎每天早晨，我都给自己一个希望，希望我能多救治一个病人，希望我的笑容能温暖每个人。”这位医生不但医术高明，做人的“手段”也很高。

在这个世界上，有许多事情是我们难以预料的。我们不能控制机遇，却可以掌握自己；我们无法预知未来，却可以把握现在；我们不知道自己的生命到底有多长，但我们却可以安排当天的生活；我们左右不了变化无常的天气，却可以调整自己的心情。只要活着，就有希望；只要每天给自己一个希望，我们的人生就一定不会失色。

人最怕的是绝望。绝望就像是癌症，它使人失去了面对现实、挣扎抗