

图书基本信息

书名：<<做人要有”心机“做事要有”手腕“ >>

13位ISBN编号：9787530852705

10位ISBN编号：7530852701

出版时间：2009-10

出版时间：天津科学技术出版社

作者：陆明

页数：347

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

治国要有方略，打仗要有计谋，下棋要有心计，而做人，则要有“心机”。

“心机”不完全等同于“心计”，“心机”是一种智慧，是一种谋略，而“心计”则是一种算计，是一种心眼。

做人有“心机”，是让你在为人处世的过程中，讲究方法，讲究策略，讲究变通之道，以便建立良好的人际关系，灵活机智地应对人情世故，游刃有余地到达成功的彼岸。

心机之一：乐于忘忧，吃得下，想得开人生在世，苦恼痛苦是在所难免的，人生苦短，如果再总是为不快而烦恼，那么，人生就会郁郁寡欢，难得快乐。

既然苦恼是不可避免的，何不看开一点，知足常乐，心怀感恩，拿得起放得下，多份热情少份冷漠，勇敢地追求自己想要的生活。

快乐地活在当下。

心机之二：与人为善，不要诡计，胸怀坦荡与人为善就是与己为善，给别人留面子就是给自己留面子。

做人要怀真诚之心，成人之美而不乘人之危，诚信待人，诚信立世，多为别人着想一点，不要常怀嫉妒之心，也不要总是戴着有色眼镜看人，以一颗宽容之心去对待别人，你也能收获同样的回报。

内容概要

人生之旅，暗流汹涌，变幻莫测；命运之途，荆棘丛生，陷阱密布。

在这一过程中，不光需要勇敢、坚强，更需要手段、技巧，需要高明的处世方略。

做人要有“心机”，是让你在为人处世的过程中，讲究方法，讲究策略，讲究变通之道，以便建立良好的人际关系，灵活机智地应对人情世故，游刃有余地到达成功的彼岸。

做事要有“手腕”，是要你在成大事的过程中，学会方圆通达之道，把成事的方法和技巧运用得淋漓尽致，才能达到卓越超群的境界。

书籍目录

上篇 心机 心机之一 乐于忘忧，吃得下，想得开 1. 保持好的情绪 2. 怀感恩之心，幸福常伴 3. 知足者常乐，善于知足 4. 再苦也要笑，开怀一笑 5. 卸下人生包袱，懂得放松 6. 快乐活在当下 7. 解开心“结” 8. 学会营造自我 心机之二 与人为善，不耍诡计，胸怀坦荡 1. 要处处为他人着想 2. 宽恕你的敌人 3. 宽容做人，宽容成事 4. 把诚信作为你的人生资本 5. 关爱他人 6. 用真诚感动他人 7. 嫉妒乃做人之大忌 8. 不戴有色眼镜看人 9. 以和为贵，互留台阶，互留面子 心机之三 火眼金睛，知人知心，见贤思齐 1. 人不可貌相，不以相貌取人 2. 三人行，必有我师 3. “他山之石，可以攻玉” 4. 择其善者而从之 5. 遇事三思，做自己的“伯乐” 6. 自己的人生需自己去驾驭 7. 朋友间不要“哥们儿义气” 8. 近朱者赤，近墨者黑 心机之四 进退自如，屈伸韬略，灵气做人 1. 见什么人说什么话 2. 见好就收，凡事留下回旋的余地 3. 懂得方圆处世，做人不要太绝 4. 做人不要太老实 5. 得意时，不要太张扬 6. 以退为进 7. 小不忍则乱大谋 8. 尊重你的竞争对手 9. 不走极端之忍 10. 忍是大智大勇大福 11. 敬君子，畏小人 12. 让人三分不为懦 13. 做老二，不要做老大 心机之五 礼尚往来，沟通人脉，互惠互利 1. 有“礼”走遍天下，无“礼”寸步难行 2. 以小“礼”换大“利” 3. 礼多人不怪 4. 千里送鹅毛，礼轻情意重 5. 授人玫瑰，手有余香 6. “礼”是人际交往的润滑剂 7. 要懂得送礼学 8. 送礼，关键是要会送 9. 好风凭借力，借梯能登天 10. 关键时刻，拉人一把 11. 微笑是最好的礼仪 12. 助人发财，自己沾光 心机之六 妙言巧语，如沐春风，笑傲江湖 1. 管好自己的舌头，不说不该说的话 2. 让自己的舌头打个弯 3. 学会说“不”，讲究艺术 4. 开玩笑要讲究一个“度” 5. 好话多说，恶言闭语 6. 闲谈时不搬弄是非 7. 委婉的拒绝艺术 8. 不做争辩中的胜利者 9. 用嘴去说动别人的腿 10. 成功人生，幽默机智 心机之七 勇于创新，培养立志，事在人为 1. 先立志，有志就有希望 2. 志当高远 3. 培养成功意识，立志为王 4. 专一，让劣势变成优势 5. 天道酬勤，勤能补拙 6. 敢为天下先 7. 早结网才能捕好鱼 8. 打破规则的创意 9. 人弃我取也能创奇迹 10. 逆向思维的攻守之道 心机之八 忍耐处世，游刃有余，才智人生 1. 忍耐处世 2. 学会深藏不露 3. 保持适当的距离 4. 聪明了一世，糊涂一下也无妨 5. 扬长避短 6. 以其人之道，还治其人之身 7. 多点防人之心 8. 学会低头 9. 不要忘了曾给予你帮助的人 10. 学会推销自己 11. 实现辉煌人生下篇 手腕

章节摘录

心机之一乐于忘忧，吃得下，想得开1. 保持好的情绪情绪影响健康情绪会影响人的健康，稳定的情绪是一个人事业成功所必要的条件。

这就是为何现在人们特别注意培养“情商”（EQ）的原因。

一个人能不能把握和控制住自己盼隋绪，这往往是决定一个人事业得失成败以至人生命运很重要的一点。

在现实生活中，我们的行为经常是伴随着情绪反应而产生的，有时我们会感到自己不能够控制自己的情绪，经常表现出冲动、急躁、焦虑甚至抑郁等现象。

苦恼和消极的情绪会给人以负面的影响，诱发各种各样的疾病，使原有的病情加重。

现代医学认为良好的情绪可以使机体生理机能处于最好的状态，并且使免疫抗病系统能够发挥到最大效应，抵抗疾病的袭击。

躯体本身就是良医，85%的疾病能够自我控制。

现代医学证明，如果一个人常在苦闷、压抑、生气的心情下紧张工作，或者说经常处在紧张的生活中，会降低机体的抵抗力。

如果机体的抵抗力太差的话，那么则会引起很多的疾病，加快人体的衰老进程。

由此可见，营造出一个好心情是十分重要的。

营造一个好心情不但要学会想得开、放得下，还要学会控制坏情绪。

情绪威力大美国著名投资家沃伦·巴菲特在谈到自己成功的原因时说，他的成功并不是因为他的高智商，更为重要的是因为他对理性的控制力。

对于一个病人来说，情绪的好坏直接关乎病情好转的程度，好的情绪有时候胜似良药。

有这样一个故事，在一所肺结核专科医院里面住了两个病人，A的肺结核特别轻微，经过一段时间的治疗已基本痊愈了；B的结核病特别严重，医生已经尽了最大的努力，但还是没能治好他的病，医院已经没有什么办法了，只有让B回到家里休养。

A和B两个病人是同时出院的，因为医院工作人员的马虎，出院的时候把两份病情通知单填写颠倒了。

病已基本痊愈的A接到的是病情还没有痊愈，所以接到的是一定要加强营养、注意休息的通知。

刚接到通知A便紧张起来，而且忧虑重重，认为从前医生对他隐瞒了病情，病是没有办法治好了。

结果在出院以后，病情一天天地加重了，而且有了恶化的趋势，没过多久就再次住进了医院。

但是病情严重的B看到出院通知上写着病情基本痊愈，心情顿时轻松了许多，回到家里常食用新鲜蔬菜和水果，而且经常散步，再加上心情舒畅而且精神愉快，一段时间后，B被认为不好治的且非常严重的肺结核竟然痊愈了。

看似有点不可思议，其实这不奇怪，这完全是人不同情绪导致的结果。

能够克制住自己的情绪也是一种人生的美德，既要能够抵挡住因为命运的冲击而产生的情绪波动，还要注意不能沦落为激情的奴隶。

“做自己情绪的奴隶比做暴君的奴隶更为不幸”，这是一位名人曾说过的一句话。

就拿《红楼梦》中的林黛玉来说吧，不仅有一身的才华，而且纯洁又真诚。

但自幼羸弱多病，多愁善感。

在“一年三百六十五日，风刀霜剑严相逼”的贾府，她又不会像薛宝钗那样曲意逢迎、八面玲珑，而是经常郁郁寡欢、茶饭不思、夜不能寐、泪水涟涟。

当她听说心上人贾宝玉与薛宝钗结婚时，一气而厥，悲愤而逝。

从情绪心理角度看，正是因为她内心的抑郁情绪造就了一场悲剧。

生活中令人愤怒的事情确实非常多，但并不是说每个人都会因事而怒，而且愤怒的程度也有一定的区别。

怒气的产生来源于一个人对外部世界不正确的评价、认识或者是解释，当然跟一个人的性格也有一定的关系，面对同样的一件事情，有一些人特别的坦然，有一些人却气得吹胡子瞪眼，甚至还有因此而命丧黄泉的。

有这样一则西方寓言：有两个饥渴的狮子，同时到达它们平日喝水的地方。

但是这两只狮子到了那里，谁都不肯退让，谁都想喝上第一口水。两个狮子都控制不住自己的情绪，冲突很快升级，终于大打出手。这两只狮子在争斗的过程当中，突然发现，有一群狼正围着它们，等着失败者跌倒。两只狮子忽然醒悟了，于是它们停止了没有必要的争斗，各自走开。两只狮子在看清楚了情况之后，各自通过控制情绪而保住了性命。学会控制情绪的发展大致说来，愤怒情绪的发展有九个阶梯，刚开始的时候只是脸部表情上的不愉快、气恼而且低声嘀咕，如果思维不对的话，愤怒就一定会加剧的，甚至浑身发颤而且双手都会哆嗦，还会失去自控，大怒并且暴怒，最后就会变成丧失理智的狂怒。就像是富兰克林所说的那样，愤怒是“起于愚昧，终于悔恨”。如果可以了解到愤怒情绪是逐步发展的，就可以测定自己和别人愤怒时的状况，并且能够及时地把怒气制止在萌芽状态。学会控制自己的情绪，在遇到较强的情绪刺激时，一定要对自己说，要冷静下来，迅速地分析一下事情的前因后果，然后再采取表达情绪或者是消除冲动的“缓兵之计”。要尽量使自己不要陷入冲动鲁莽和简单轻率的被动局面。当你被别人讽刺和嘲笑的时候，如果你马上暴怒并且反唇相讥，就特别容易引起双方争执不下，怒火越烧越旺，于事无补。可是，如果这个时候你能够提醒自己冷静一下，采取理智的对策，如用沉默为武器以示抗议或者是只用寥寥数语正面表达自己受到的伤害，并且能够指责对方无聊，这个时候对方反而会感到特别的尴尬。

用理智来控制情绪，不失为为人处世的明智之举。

2. 怀感恩之心，幸福常伴现实社会名利与世俗的横流，虚伪与欺骗无处不在，渐渐地淡化了人性原本存在着的善良，也让人们逐渐忘了如何去感恩。

当我们痛苦时，别人的安慰让我们走出了迷茫，可走出后又有多少人能学会感恩呢？我们在风雨历程里，别人曾为我们撑起一把伞，留下温暖，让我们迎来阳光，但又有多少人用心去记住那把为我们撑起过的伞呢？父母的养育、师长的教诲、朋友的关爱、大自然的慷慨赐予……生活在这个世界上，时时都接受着社会的“恩赐”。

而对于社会的恩惠，有些人麻木不仁，熟视无睹，似乎这一切都理所当然。

感恩之心已经在某些人心中淡化甚至消失了。

人不能缺少一颗感恩之心，感谢父母给予生命，感谢家人给予亲情，感谢朋友给予友谊，感谢生活给予快乐……对父母、家人、朋友、社会要常怀感恩之心，对于那些在自己身处困境的时候给予帮助的人，我们更应该怀有感恩之心、感激之情。

一个流浪汉流浪街头，因饥饿而晕倒，一位好心人给了他10元钱，那位流浪汉因那10元钱而重新站了起来。

他对那位好心人感激不尽，求好心人留下联系方式，以便有一天能回报他。

好心人对流浪汉说了一句话：我曾经也与你一样陷入此困境，也是一位好心人给了我10元钱让我走到了今天，那位好心人只对我说了一句话，就是学会用二颗感恩的心去对待别人。

所以，今天我对你所做的一切，也真心的希望明天你也能学会用一颗感恩的心去对待另一个需要帮助的人……助人者助人不求感恩与回报，但受助者应当常念他人滴水之恩，对善行报以善行。

要对父母心存感恩，常怀孝心，常有孝行；要对他人心存感恩，常怀仁爱之心，常存慈悲之念；要对事业心存感恩，常记忠于职守，常践爱岗敬业；要对生命、对生活、对大自然、对一切美好的事物心存感恩，使灵魂得到不断净化。

松下幸之助在他的自传中说道，我们要常怀感恩之心。

感恩，绝不是对父母之恩简·电的回报，它更是人们的一种责任意识、自立及自尊意识，更是一种精神境界的追求。

感恩，不仅仅是一种美德的要求，更是生命的一个基本要素。

一个老汉在烈日下赶路，狠毒的太阳像要把他烤焦。

老汉挥汗如雨。

路旁有一棵大树，撑起巨大的树冠。

老汉在树下休息，一阵风吹过，老汉惬意极了，冲着太阳大喊：“谢谢，太阳。

没有你我哪会感到如此清凉？”老汉舒服地睡着了。

一条大黄狗走过来，冲着他大叫。

老汉醒了，看一眼太阳，时间已不早，他爬起来对着大黄狗点一点头：“谢谢你，大黄狗。

谢谢你提醒我该赶路了。

”老汉又上路了。

他对这个世界充满了感激，心情快乐无比。

常怀一颗感恩的心作为上司，应该常怀感恩之心，即使员工只完成了分内的事情，也要真诚地表达自己的谢意。

每个员工对真心的感谢都会做出积极的回应。

员工将为向自己表达感激的上司更加努力地工作。

作为学生，应该常怀一颗感恩之心，以一颗感恩的心对待自己的老师，因为老师给了学生许多的教诲，让学生抛却愚昧，懂得思考。

学生应该怀着一颗感恩的心对待老师，只有学生以一颗感恩的心对待老师，才有可能以更好的学习态度对待学业。

作为孩子，应该常怀一颗感恩的心，以一颗感恩的心对待自己的父母，父母给予了自己生命，从小到大的过程中，父母需要倾注很多的心血，只有你以一颗感恩之心对待你的父母，你才会更加深切地体会到亲情的温暖，你才会对你的父母更为孝顺，同时你也会因感受到亲情而觉得自己是幸福的。

编辑推荐

《做人要有“心机” 做事要有“手腕” (精华版)》：做人要想成功，就必须要有心机，懂得以智取胜，做事要想顺利，就必须要有手腕，才能方圆通达。
心机是谋略、是智慧、是韬晦手腕是学问、是水平、是关键

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>