

<<一本书读懂处世智慧>>

图书基本信息

书名：<<一本书读懂处世智慧>>

13位ISBN编号：9787502836443

10位ISBN编号：7502836446

出版时间：2010-1

出版时间：地震出版社

作者：贾伟

页数：306

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>

## <<一本书读懂处世智慧>>

### 内容概要

心理专家告诉我们，我们每一个人都有一些需要打开的心结。

这些心理盲点，如果及时调节，可能很快会恢复正常。

基于现代人心理的需要，《一本书读懂处世智慧》以生动贴切、具有代表性的故事，科学有条理地分析和讲述了用智慧开启美丽人生、与人交往要热情谦和、低调做人的远见卓识、懂得选择与放弃才能成就智慧人生、宽容和乐观使你的生活更加精彩、如何迈向事业成功的彼岸、做人做事要务实、勇敢地跨越处世的心理盲区、如何克服阻碍自我发展中的不足等方面的问题。

这是一本心灵的对话书，你可以逐步褪去繁重的装束，可以放心地没有干扰地去审视自己，思考自己，不必在意他人的嘲笑，有的只是倾听和关注。

希望《一本书读懂处世智慧》能够真正成为读者的良师益友，能够为读者的心理健康增添一份微薄之力，使大家能够走出心灵的困惑，迈向成功之路。

<<一本书读懂处世智慧>>

作者简介

贾伟，法学硕士，近年在中共中央《求是》杂志等期刊、报纸、图书论文集上发表理论文章多篇。  
著有《自己改变自己》、《善待心灵》、《人生的资本全集》等。  
现供职于中国交响乐团，从事党建、音乐方面的研究。

## &lt;&lt;一本书读懂处世智慧&gt;&gt;

## 书籍目录

智慧一 用智慧开启美丽人生1.打开心灵枷锁，摆脱心灵的束缚2.放飞自己的心灵，让心情休假3.心中充满阳光，一切恶意的思想自然会烟消云散4.用美好的心灵开启幸福的生活5.赞美是人与人之间交往的润滑剂6.如何选择真正的朋友7.与朋友共同营造和谐的氛围8.确定人生目标，实现美丽人生9.完美主义不仅束缚了自己，也束缚了别人10.一个充满爱心的人会得到意想不到的收获11.别让自卑占据你的心灵12.良好的印象是打开交往大门的一把钥匙13.学会分享，实现共赢智慧二 与人交往要热情谦和1.谦虚谨慎是每个人必备的品德2.勇于承认错误反而能够保全自己3.批评要用委婉、隐蔽、暗喻的策略和方式4.既要拒绝对方，同时又不损害彼此的正常关系5.礼让常常能使彼此互让6.和声细语的交谈最受欢迎7.与人交谈的内容要经过“筛选”8.微笑能让别人快乐，使自己幸福9.避免争论，赢得他人的好感10.炭火最暖，情谊最深11.热情可以转化为巨大的能量智慧三 低调做人的远见卓识和深厚城府1.做人有分寸，讲话要适当2.低调做人更容易获得别人的钦敬、认同3.懂得运用韬光养晦，厚积薄发4.居高自省、低调自察是人生的高境界5.受人冷嘲热讽时的应对技巧6.双赢是合作的舞台而不是竞技的场所7.低头做人被成功者奉为处世的圣经8.同行合作可以在互惠互利的基础上实现双赢9.要想“高人一筹”，先学“低人一等”10.良好的人际关系是迈向成功的第一要素11.该低头时就低头是一种处世智慧12.宁得罪君子，不得罪小人智慧四 懂得选择与放弃才能成就智慧人生4.大弃大得，小弃小得2.领导者要学会该放手时就放手3.只有学会放弃才能不断有所收获4.放弃贪婪，选择节俭5.得不到想要的，但可以得到真正所需的6.客观地选择自己喜欢的生活方式7.不要疏远失意的朋友8.选择正确的思考方法让你发挥出巨大的潜能9.良好的习惯是你永远的选择10.挫折面前永不言弃11.摆脱烦恼与忧愁12.选择学习知识便拥有未来智慧五 宽容和乐观使你的生活更加精彩1.宽容是橡皮擦，可以擦去人们之间的相互伤害2.以客观的态度对待他人的怀疑3.宽容是一种坚强，而不是软弱4.忍是理智的抉择，也是成熟的表现5.冷静面对不尽如人意的事情6.能忍善忍，是战胜磨难的良方7.成为一个勇于承认错误的聪明人8.不要活得太累，学会感受生活的快乐9.在工作中寻找乐趣10.如何营造快乐的家庭生活11.让快乐围绕在你身边智慧六 如何迈向事业成功的彼岸1.巧妙地与上司相处有助于事业的成功2.在下属面前树立良好的形象和声誉3.与同事愉快地合作4.拥有一技之长，更好地立足社会5.成功晋升靠实力，同样也靠技巧6.与领导交往最重要的技巧之一就是适时“糊涂”7.职场中被人排挤的应对技巧8.放弃敷衍，选择敬业9.坦然面对职场中不如意的事情10.初入职场的年轻人怎样得到别人的认同11.得体地拒绝领导委托的事情12.上司永远是决策的下达者13.掌握面试的技巧14.在求职中成功地进行自我推销15.开发、培养、增强自己的创造能力16.有对手，人生才精彩智慧七 做人做事要务实1.既不盲目努力，也不安于现状2.驱散忧愁，泰然地应对生活中的一切变故3.爱护自己，善待自己4.揣摩对手才能事半功倍5.“装傻”看似愚笨，实则聪明6.同学之间的情谊值得保护和维系7.社交礼仪中的相互介绍8.学会在复杂多变的情况下保护自己9.巧妙拒绝，晓之以理10.怎样应对尖酸刻薄的话11.不要过分地亲近或疏远任何人12.“假糊涂”可以把事情处理得十分圆满13.经历了一次妥协就打开了一道希望的大门智慧八 勇敢地跨越处世的心理盲区1.消除嫉妒，胸怀坦荡2.对人不要太苛求3.和同事交流要把握好分寸4.跨越束缚自己快乐的盲区5.学会掌控愤怒的情绪6.用尽心思，把握正确的交友动机7.与朋友交往应避免的心理误区8.与同事交往应避免的心理误区9.猜疑心理的表现及应对技巧10.谨防同事的“暗箭”11.勇敢地面对挫折的挑战智慧九 如何克服阻碍自我发展中的不足1.努力改掉坏习惯2.学会与自己不喜欢的人相处3.正确对待情感生活4.遇事不可斤斤计较5.自信可以成就辉煌的人生6.如何摆脱失恋带来的痛苦7.在同事面前不宜以自我为中心8.避免择业中的误区9.心不诚则不灵，行则不通，事则不成10.喜欢背后议论他人不是正人君子的处世作风11.如何避免他人对自己的伤害

## 章节摘录

心中充满阳光，一切恶意的思想自然会烟消云散 美好的生活来源于健康的心灵，心灵健康十分重要。

美国心理学家韦恩·W·戴埃作了这样的总结：“他们几乎热爱生活的每一个内容，并且从不抱怨生活，悲叹命运。

如果需要改变现实，他们便积极地努力，并从中获得乐趣；他们总是精神愉快的人，从不因往事而烦恼悔恨，任何不愉快的事情出现之后，他们都会泰然处之；他们从不为未来忧虑，尤其是不愿意在目前为自己所不能左右的未来而痛苦；在他们的性格词典中，找不到忧虑这个词；这些人生活在现在，而不是过去或者是未来，他们不畏惧未来世界，敢于追求不熟悉的新事物；他们是精神健康的人，崇尚独立，但他们并不总一个人独处，他们喜欢和朋友们一起分享生活的快乐；他们希望别人与他们一样愉快地生活，他们不寻求赞许或喝彩，他们不肯花力气来满足这种无关紧要的需要：这些人并非叛逆者，但也决不会因适应社会环境而循规蹈矩；他们富有幽默感，善于制造气氛，从不对自己抱怨，无论自身高矮美丑，一律喜欢；他们投身到大自然的环境里，尽情地享受大自然的美。

他们能够洞察别人的行为，对别人来说非常复杂费解的事情，他们却能够明确地理解；他们从不进行毫无意义的争斗，他们也从不炫耀自己而附和某种潮流。

” 有一个耳熟能详的故事：一个人想了解地狱与天堂的区别。

他先来到地狱，地狱的人正在吃饭，饭食很丰盛，但奇怪的是，他们个个面黄肌瘦，饿得嗷嗷直叫。原来他们使用的筷子有一米长，虽然争先恐后夹着食物往各自嘴里送，但因筷子比手臂长，就是吃不着。

“地狱真悲惨啊！”

这个人想。

然后，他又来到天堂。

天堂的人正好也在吃饭，食物与地狱相同，但他们一个个却红光满面，充满欢声笑语。

奇怪的是，天堂的人使用的也是一米长的筷子，不同之处在于——他们在互相喂对方！

“天堂和地狱拥有相同的食物，相同的工具，相同的环境，但结果却大不相同啊！”

这个人对此十分惊叹。

天堂与地狱的天渊之别，仅在于做人的理念不同，就造成了事物极不相同的结果。

在现实生活中，每个人每天都面临天堂或地狱的生活：当我们心中充满阳光，懂得付出、帮助、友爱、分享，我们会生活在天堂；若只为自己，自私自利，损人利己，实际上就等于生活在地狱里。

地狱和天堂，就在自己的心里。

如果一个人心中充满阳光，那么，一切恶意的思想自然会烟消云散，因为这许许多多的阴暗面，并不能存在于爱的阳光里。

要知道，正确的思想与错误的思想，和谐的思想与不和谐的思想，是截然对立的。

如果心灵中充满着善良、高尚、友爱、诚实、和谐，那么，一切不良的思想就会消失。

乐观会驱逐悲观，希望会驱逐失望，快乐会驱逐沮丧。

生活中有人乐于抨击别人的缺陷，却忘记时时清理自己心灵的后花园。

久而久之，美好的心灵日渐荒芜，特别是处于如今各种思潮与诱惑冲击的时代，有的人常常因为不注意个人的修养和警觉而使心灵受到污染。

若心灵受到伤害，而又不知道如何加以清理，实在是一件可悲可怕的事情。

每一个仇恨、自私的思想进入心灵，都会使人失去正义感，减弱个人的能力，阻碍前程。

所以，不可让仇恨的思想侵入自己的心灵。

作为心灵和思想的主人，心灵的四季更替完全是由我们自己来决定的，当心灵饱受折磨的时候，我们为什么不可以将一缕清爽的春风引入心田呢？

人世间再没有比爱与和平更伟大的力量了。

在爱与和平面前，憎恨与争斗一刻也不能存在，而宽容与善良会使强烈的嫉恨与恶意无地自容。

心灵的美与丑、善与恶的较量是长期而艰苦的，这种较量磨炼了意志，铸就了高贵。

## <<一本书读懂处世智慧>>

凡是真正伟大的人，不仅是事业上的成功者，也是心灵的主宰者。

他们能够统治自己的精神王国，掌握内心的情感。

他们知道怎样用积极的思想去消灭各种消极、罪恶的思想，就像医生知道如何用抗生素之类的药物来消灭侵入人体的细菌一样。

不同的思想，会产生不同的影响。

一切乐观的、积极的、愉悦的思想，会使人健康、使人年轻，它能给人带来新的希望和更大的勇气。

只有善良、乐观、坚强的心灵才会提升人生的境界。

一旦一个人有了健康的心灵，那么，他的人生将永远充满阳光和快乐。

正确的思想，能激发我们生命中最高尚的情操，能给予我们健康与力量，使我们与大自然协调一致地永存。

对生活充满希望的人，总能乐观地面对现实。

对于这种人来说，根本就不存在什么伤心欲绝的痛苦。

因为他们即便在灾难和痛苦之中也能找到心灵的慰藉，他们相信黑暗终将过去，光明即将来临。

尽管有时乌云遮住了太阳，但太阳的光芒终究会重新照耀大地。

对生活充满阳光的人，他的眼中总是闪烁着愉快的光芒，总是显得欢快、达观、朝气蓬勃。

当然，他们也会有精神痛苦、心烦意躁的时候。

但他们不同于别人的是能够愉快地接受痛苦，没有抱怨，没有忧伤，更不会为此而浪费自己宝贵的精力。

自私自利的人整天都生活在一种莫名其妙的紧张之中，很少有时间享受生活的快乐和幸福。

如果你心向善良，尽心竭力地把友谊和文明的种子播向人间，这些种子总会找到适合自己生长的土壤，并在他人的心目中生根、发芽、结果。

曾有这样一个故事：有一个小女孩，人见人爱，凡是见过她的人都非常喜欢她，有人问她：“为什么大家都喜欢你呀？”

”小女孩眨眨眼睛，笑着回答说：“我想是因为我喜爱每一个人的原因吧。”

”答案如此简单，却有深刻的蕴意。

所以，我们人类到底拥有多少幸福和快乐，取决于我们自己付出了多少爱，幸福和快乐与爱是成正比的。

所以，只有心灵健康的人，才能够得到更多的爱，才能让心中充满阳光。

<<一本书读懂处世智慧>>

编辑推荐

《一本书读懂处世智慧》通过大量贴近生活的有趣事例，通俗易懂地向你介绍了各种处世技巧及注意事项，让你在轻松快乐的阅读中掌握处世的智慧。

不管你是满怀梦幻的少年。

还是饱经世事磕碰有些灰心的青年，《一本书读懂处世智慧》都将启发你，在未来的人生旅程中，使你从容、开朗、明智、随和、淡泊、现实、自信、迷人、快乐和幸福。

真理往往是朴素的。

处世的道理和学问其实也很简单。

只是有时心灵受到种种蒙蔽，使得简单的道理变得复杂起来。

一旦想通了，明白了，处世就不会茫然不知所措了。

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>