

<<人一生要学会的100件事>>

图书基本信息

书名：<<人一生要学会的100件事>>

13位ISBN编号：9787538866445

10位ISBN编号：7538866442

出版时间：2011-5

出版时间：黑龙江科技

作者：问道

页数：439

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>

## &lt;&lt;人一生要学会的100件事&gt;&gt;

## 前言

每个人的生命都是有限的，但在这有限的生命中，很多人并没有认真思考过自己的生活。

人们忙碌着，却不知自己在忙什么，为什么而忙。

盲目地忙碌，盲目地生活，不知不觉，时间已经流逝。

因为盲目，所以茫然，不知道今天将怎样结束，明天将怎样继续。

他们不能很好地掌控生命中数不清的大事小事，反而被这些大事小事所牵制，现实的生活因此而显得本末倒置，人生的旅途因此而显得忙乱、局促。

你很可能就是这些人中的一员。

如果你只想做一个平庸的人，浑浑噩噩地过一生，如果你生活在一个慢节奏的时代，可以男耕女织自给自足地悠闲度日，那么所有的问题都将不复存在。

但现实的情况并非如此，我们生活在快节奏的现代社会，社会在向你索价值、老板在向你索效率、家庭在向你索生活的保障和品质。

生存的压力越来越大，个人的发展步履维艰。

是社会太残酷了吗？

是竞争太激烈了吗？

不是，我们已经生在了这个时代，这是任何人都无法改变的事实，无法改变大的环境，如若改变，就必须改变自己，更何况，在我们每个人的身体里，都流着强者的血液，整个人类就是在不断适应新环境的过程中，战胜了其他物种，在地球上生存下来，并成为万物的灵长。

我们作为人类的一员，应该秉承这种精神，主动适应环境，在适应的过程中成为强者，在环境的磨炼中得以发展。

那么，我们要靠什么去适应，靠什么去发展呢？

靠从学校里学来的数理化、文史哲知识吗？

那只是极小的一个部分。

想要获得成功，想要得到幸福，还要靠智慧、靠能力、靠方法、靠经验。

有了这些，你就不会再盲目地忙碌，人生的目标和路径可以从此清晰起来；有了这些，你就能够不被竞争压垮，轻松地走向成功；有了这些，你就可以不再孤独、痛苦，生活的品质将会得到提升，幸福和快乐也会接踵而来。

所以，为了实现梦想，成为举世瞩目的成功人士，为了得到幸福，成为健康快乐的聪明人，你必须继续学习，从生活中学习，从经验中学习，也从有益的书籍中学习。

《人一生要学会的100件事》就是这样一本对你的成功和幸福有所帮助的书。

本书精选了人生要学习的最重要的100件事，对其进行深刻剖析，让读者在经典的故事和精辟的讲述中重新认识和思考人生。

一方面，它从性格、情绪、心态、习惯、教育、形象、人脉、压力、机遇等方面引领你参悟人生的智慧，掌控生命中的关键问题，从这个角度讲，它是一本人生经验和智慧全集；另一方面，它从规划力、思考力、应变力、领导力、行动力、学习能力等方面帮助你培养关键能力，为成就事业、实现理想打好基础，从这个角度讲，它是一本能力提升手册；另外，它还从自身权益、防身之术、游历、娱乐、保健、婚姻、生活方式等方面向你介绍了人生要懂的事和必备的本领，从这个角度讲，它又是一本日常生活指南。

这100件事是思想的电光火石，是智慧的高度浓缩，是立身处世的法则，是生活求索的启迪。

如同夜空中的北极星为人指明方向一样，这100件事会给你迷茫的心灵带来安慰，为你平凡的命运带来惊喜。

古人说：“授人以鱼，只供一餐；授人以渔，可享一生。”

掌控自己的人生，实现自己的梦想，获得梦寐以求的幸福，没有固定、唯一的准则，但只要掌握了本书所阐述的解决问题的原则与方法，便能以不变应万变，轻松应对任何问题。

本书的两大特点是可读性和实用性。

可读性表现在它既不像教材那样枯燥无味，又不像某些励志书那样用煽动性的语言吸引读者的眼球。

## <<人一生要学会的100件事>>

本书的语言平实而质朴，但又极其生动有趣，力求让读者在轻松的阅读中得到有益的启示。实用性表现在对每一件要做的事，它都提供了做事的方法和可行性方案，这些方法讲述得十分具体细致，不会出现模棱两可的句子和模糊的表述，力求让读者在读书之后能真正掌握一些实用的方法和技巧。

我们衷心希望，本书介绍的100件事能够帮助你提高智慧、增长才干、完善人格，指引你打造一个完美的人生。

## <<人一生要学会的100件事>>

### 内容概要

在竞争越来越激烈，生存的压力越来越大的现代社会，仅依靠从学校里学来的知识已很难适应发展的需要，要想获得真正的成功和幸福，还要靠智慧、靠能力、靠方法、靠经验。

问道等编著的《人一生要学会的100件事》深入剖析了人一生中要学会的具有重要意义的100件事，帮助读者重新认识和思考人生，从性格、情绪、心态、习惯、教育、形象、人脉、压力、机遇等方面引领你参悟人生的智慧，掌控生命中的关键问题；从规划力、思考力、应变力、领导力、行动力、学习能力等方面帮助你培养关键能力；从自身权益、防身之术、游历、娱乐、保健、婚姻、生活方式等方面向你介绍人生要懂得的事和必备的本领。

阅读《人一生要学会的100件事》，你将从中获得必要的智慧和经验，培养能力和本领，完善人格与品质，为成就事业、实现人生的成功与幸福打好坚实的基础。

## <<人一生要学会的100件事>>

### 书籍目录

- 第001件事 给自己的人生准确定位
- 第002件事 准确认识与评价自己
- 第003件事 拥有一项自己的强项
- 第004件事 选择你的职业
- 第005件事 让自己成为行业的佼佼者
- 第006件事 挖掘你的潜能宝库
- 第007件事 学习能力是一项重要的生存本领
- 第008件事 突破思维定式, 锻造你的创新力
- 第009件事 能抓住机遇, 更能创造机遇
- 第010件事 能搜集并利用信息是成功的素质
- 第011件事 敏锐的判断力为成功保驾护航
- 第012件事 像成功者一样保持你的形象
- 第013件事 不断提升你的意志力
- 第014件事 历练你的人格魅力
- 第015件事 成功的人生从推销自己开始
- 第016件事 行动力为梦想创造可能
- 第017件事 想成功, 先要学会结识成功人士
- 第018件事 与他人密切合作
- 第019件事 善于找到优秀的合作者
- 第020件事 掌握工作的高效之道
- 第021件事 培养自我反省的能力
- 第022件事 培养你的领导力
- 第023件事 打造你的影响力
- 第024件事 决策是门需要修炼的功课
- 第025件事 塑造你卓尔不群的气质
- 第026件事 网罗优秀的人才为自己做事
- 第027件事 学会知人善任
- 第028件事 编织自己的人脉网
- 第029件事 突破社交恐惧, 大胆与人交往
- 第030件事 学会化解与他人的矛盾
- 第031件事 使自己能够察别人所不能察
- 第032件事 读懂你周围的人
- 第033件事 掌握和朋友的相处之道
- 第034件事 为自己赢得好人缘
- 第035件事 把握和上司相处的分寸
- 第036件事 拒绝他人一定要讲求艺术
- 第037件事 在小事情上学会“糊涂”处理
- 第038件事 学会倾听
- 第039件事 让别人轻松接受你的建议
- 第040件事 巧妙应付难缠的人
- 第041件事 保护自己的隐私
- 第042件事 应酬是人生必不可少的生存方式
- 第043件事 懂得请人办事的窍门
- 第044件事 为了生存, 要学会与人竞争
- 第045件事 建立自己的信用账户

## <<人一生要学会的100件事>>

- 第046件事 学会整合你的有限资源
- 第047件事 创造属于你的事业
- 第048件事 管理好你的一天24小时
- 第049件事 善于从反对意见中窥见有价值的东西
- 第050件事 多读书不如会读书
- 第051件事 向行业领先者学习经验
- 第052件事 学习经验。  
更要学会鉴别经验
- 第053件事 培养自己独立思考的能力
- 第054件事 学会从挫折中吸取教训
- 第055件事 善于预见、规避问题
- 第056件事 学会变通，不要一条路走到黑
- 第057件事 适时隐匿锋芒，伺机而动
- 第058件事 谨言慎行，谨防祸从口出
- 第059件事 应变能力帮助你突出重围
- 第060件事 要学习知识，更要运用知识
- 第061件事 做事前制订明确而现实的计划
- 第062件事 学会应景穿衣的智慧
- 第063件事 客观看待理想与现实的距离
- 第064件事 做正确的事比正确地做事更重要
- 第065件事 提高你的情商指数
- 第066件事 管理好你的情绪
- 第067件事 自律是种重要的能力
- 第068件事 学习从多角度把握问题
- 第069件事 巧妙地化解压力
- 第070件事 提高时间的利用率
- 第071件事 学会取舍，生命之舟不可超载
- 第072件事 做事情不可忽视小细节
- 第073件事 控制自己不合理的欲望
- 第074件事 做自己的家庭保健医生
- 第075件事 寻找适合自己的生活方式
- 第076件事 学会平衡你的生活与工作
- 第077件事 尽快适应一个新环境
- 第078件事 保持你探索未知世界的好奇心
- 第079件事 正确处理爱情和事业的关系
- 第080件事 科学理财，理性消费
- 第081件事 让智慧为投资把脉
- 第082件事 熟练掌握几种实用公文写作方法
- 第083件事 外语是打开另外一道成功大门的钥匙
- 第084件事 精通行之有效的社交礼仪
- 第085件事 掌握当众讲话的技巧
- 第086件事 行走社会，总要学一点防身之术
- 第087件事 巧妙捍卫自己的利益
- 第088件事 了解一些必要的野外生存知识
- 第089件事 对突发性灾难有自救能力
- 第090件事 至少掌握一种娱乐项目
- 第091件事 在游历中开阔你的视野

<<人一生要学会的100件事>>

- 第092件事 拥有一种有益的终身爱好
- 第093件事 挑选一个合适的人做你的终身伴侣
- 第094件事 妥善处理婚姻危机
- 第095件事 在平凡的生活中制造一点浪漫情趣
- 第096件事 言传身教，培养一个品质优秀的孩子
- 第097件事 及时向你的家人表达情意
- 第098件事 处理好家庭内部亲属关系
- 第099件事 保证性安全通道畅通无阻
- 第100件事 注重健康细节，缔造幸福生活

## &lt;&lt;人一生要学会的100件事&gt;&gt;

## 章节摘录

“我是谁？”

我们会经常这样问自己，许多人的答案都是一个大大的问号。随着科学技术的日益发展，我们不断地了解未知世界，可我们对自身的探索却始终停滞不前。只有了解自己，才能认识整个世界，才能接受世间的一切。

人是必须认识自己的，这是我们获得成功的第一黄金定律。

只有正确认识自己，我们才能正确规划自己的人生。

任何一位成功者，必定对自己有一个清醒而正确的认识。

谁若认不清自己，谁就必将成为一个失败者。

建立正确的“自我观”“自我实现”，即“自我观”，是决定人们各自行为方式的重要因素。

每个人，无论是聪明或愚蠢，贤良或奸诈，他的表现都是与其当时的“自我观”相符的。

没有人会去做一件在当时他认为与自己的身份、年龄、性别、能力以及他本身任何一方面不相宜的事情。

就像穿衣服，你会选择和你的年龄、职业相称的服装，讲话时会选择和自己身份相称的词句，甚至外出吃饭也会选择与自己的经济能力相称的场所。

总而言之，每个人都会依照他的自我观点，来决定哪些事可以做，哪些不可以做，或是该怎样去做好一件事情。

因此别人也就能根据他通常所表现的行为，对他有所了解和认识。

如果某一个人对于自己各方面的印象，都和实际情况颇为接近，也就是说，他有着比较正确的“自我观”，那么他所表现的行为自然会适当得体。

相反如果一个人没有正确的“自我观”，就不能很清楚地表现自己独特的一面，而只是成为人群中的一分子，这个人的个人形象明显存在缺憾。

缺乏“自我观”的人很难有引人注意的特质，当然更谈不上成功了。

当一个人具备了正确的“自我观”时，他至少成功了一半。

如果没有正确的“自我观”，也就没有了自己的生活方式、思考方式，就会无法自我定位，别人一提意见，就会无所适从，惊慌失措。

不同的人有不同的生活方式，别人的人生与自己的人生自然是不同的。

自己的人生，掌握在自己的手中，是“辉煌的传奇”还是“人生的悲剧”，全是自己的问题。

你没有必要努力想达到某个所谓的标准。

“自我观”决定生活方式，形成正确自我观的人已决定了自己的生活方式，就不会在意别人的目光。

认清自己，扬长避短客观地认识自己当然是困难的，然而作为一个想做一番事业的人，对自己先要有个正确的认识，是一个起码的要求。

你可能解不出那样多的数学难题，或记不住那样多的外文单词，但你在处理事务方面却有特殊的本领，能知人善任、排忧解难，有高超的组织能力；你在物理和化学方面也许差一些，但写小说、诗歌是能手；也许你分辨音律的能力不行，但有一双极其灵巧的手；也许你连一张桌子也画不像，但有一副动人的歌喉；也许你不善于下棋，但有过人的臂力。

在认识到自己长处的前提下，如果你能扬长避短，认准目标，抓紧时间把一件工作或一门学问刻苦、认真地做下去，久而久之，自然会结出丰硕的成果。

综观古今中外，凡是事业上取得成就的人，都有一个共同的特点，那就是做最适合自己的事。

现代人才学发现，人至少有146种类型的才能，而现在的考试制度只能发现其中的41种，人的大部分才能并未能很好地被开发和利用。

人的潜能如同在地下的石油，只有发现它，把它开采出来，它才能发光发热。

即使是那些看起来很笨的人，也许在某些特定的方面会具有杰出的才能。

比如，柯南道尔作为医生并不出名，写小说却名扬天下。

每个人都有自己的特长，都有自己特定的天赋与素质。

如果你选对了符合自己特长的努力目标，就能够成功；如果你没有选对符合自己特长的努力目标，就



## &lt;&lt;人一生要学会的100件事&gt;&gt;

会埋没自己。

很多人的成功，首先得益于他们充分了解自己的长处，根据自己的特长来进行定位。如果不充分了解自己的长处，只凭自己一时的兴趣和想法，那么定位就很不准确，有很大的盲目性。比如歌德就一度没能充分了解自己的长处，树立了当画家的错误志向，害得他浪费了10多年的光阴，为此他非常后悔。

对于科学人才来说，也有许多自我埋没的现象。

爱因斯坦大学时的老师佩尔内教授有一次严肃地对他说：“你在工作中不缺少热心和好意，但是缺乏能力。

你为什么学医、不学法律或哲学而要学物理呢？

”幸亏爱因斯坦深知自己在理论物理学方面有足够的才能，没有听教授的话。

否则，也许我们的物理科学就不会像今天这样了。

行业不同，需要的素质与才能也不同。

比如，做一个杰出的临床医生，必须具有很好的记忆力；研究理论物理学，抽象思维能力不可少；一个演员必须要有很好的模仿能力和表现欲。

每个人的兴趣、才能、素质也是不同的。

如果你不了解这一点，没能把自己的所长利用起来，你所从事的行业需要的素质和才能正是你所缺乏的，那么，你将会自我埋没。

反之，如果你有自知之明，善于设计自己，从事你最擅长的工作，你就会获得成功。

正确认识 and 评价自己的途径 对每个人来说，要想完全了解自己，并不是一件容易的事情。

人的一些复杂的品质，目前还没有办法或工具可以直接度量的。

于是人们就得经常利用间接的方式来获得一些对自己的印象。

而最普遍的方式，就是利用实际的工作成绩，利用自己与别人相比较的结果，把自己同某个理想的标准相比较，或是根据别人对自己的态度等来进行推断。

1.在比较中认识自我 要想了解自己，与别人相比较，是一种最简便、有效的途径。

每当我们需要知道“我在某方面的情况怎样”时，就很自然地使用这种方法，去判断自己的位置与形象。

我们除了要不时和周围的人相比较之外，还会经常与某些理想的标准相比较。

从父母、老师以及各种传播渠道，我们获得了大量的知识与价值观念，并由此融合而成了若干的理想与模范标准。

我们知道了很多名人或成功者的事迹，并被教导要以他们为榜样。

也就是说，把他们作为比较的对象，以自己能否达到跟他们同样的标准作为衡量成功或失败的尺度。

这种现象在我们的日常生活当中屡见不鲜。

与别人相比较的方法虽然简便，但称不上十分理想。

只要我们仔细地观察一下，就不难发现它的缺点。

首先应该指出的，就是人们很难在真正公平的情况下互相比较。

通常人们会认为，同在一个班级的学生，由同一位教师教导，用同样的题目考试，计分标准也没有差别，应该算是公平的了。

但是如果我们再认真地分析一下，每一个班级里的学生之间，无论在健康状况、智力水平、家庭环境、个人经历等各个方面都存在差别，有的甚至差别很大，因而学习的成绩必将有所差异。

那么这时互相比较的结果，是否完全合理呢？

和理想的标准相比较的方法也是常见的，而且极富教育意义。

历史上有许多贤哲、英雄、伟人都是足以为后世所效仿、奉为典范的。

不过一般人不会注意到那些伟人贤哲最值得后人效仿的，乃是他们做人的准则、处世的态度、认真治学及做事的精神、不屈服于困难或逆境的勇气等。

这恰恰是大家都可以学，也是应当学习的。

至于先贤们的丰功伟业，在某一方面的卓越成就，那是历史上的重要事实，不一定是每人所必做到的。

## <<人一生要学会的100件事>>

2.从人际态度中反馈自我 一个人总是需要跟别人交往、共处的。

因而别人对你的态度，相当于一面镜子，你可以从中观测到自身的一些情况。

比如某人若是被父母所钟爱，被师长所重视，被朋友所尊重和喜爱，大家都乐于和他交往，愿意和他一起工作或生活，那就表示他一定具备某些令人喜爱的品质。

如果他经常被大家推举承担某项工作，或是经常成为周围人们请教的对象，则表明他具备某些才能，或是在某些方面超越了其他的人。

反之，如果一个人不被周围的人所重视和喜爱，甚至大家对他有厌恶感，不喜欢与他一起工作或参与其他活动，这虽不足以说明此人满身缺点，但通常情况下，他应当会感到不安，而不得不自我反省一下了。

我们因为看不见自己的面貌，就得照镜子；同样，我们无法准确地衡量自己的人格品质和行为时，就得利用别人对我们的态度和反应，来进行自我判断。

一般说来，当对方与自己的关系愈密切时，他的态度也愈有影响力。

由别人的态度反映出来的自我印象，有时也难免被有意歪曲或夸张。

由于对方的偏见或是缺乏了解，使其在赞美或批评时，常常与当事者本身情况不尽相符。

如果单纯据此来建立自我印象，自然是不适宜的。

当然，这个缺点还是可以弥补的。

有缺陷的镜子终究不占多数，如果能多用几面镜子，总是可以看清自己的。

同样，有成见的人毕竟是有限的，如果我们能多多与人交往，看看多数人对自已的反应，一般情况下，应该是有助于自我了解的。

3.用实际成果检验自我 除了根据别人对自己的态度，以及与别人相比较的结果之外，我们还可以凭借本身实际工作的成果来评定自己。

由于这种方法有比较客观的事实作为依据，所以通常因此而建立的自我印象也是比较正确的。

这里所指的工作是广义的，并不仅限于学业或生产性的行为。

由于每个人所具有才能的性质互不相同，如果只是看他们在少数项目上的成就，往往不能全面地衡量一个人的能力与作用。

有些时候，一部分人的某些才能或许因得不到施展的机会而被埋没。

.....

## <<人一生要学会的100件事>>

### 编辑推荐

生活在快节奏的时代，社会在向你要价值、老板在向你要效率、家庭在向你要生活的保障和品质，生存的压力越来越大，从学校里学来的知识已很难满足需要。

我们靠什么去适应，去发展呢？

问道等编著的《人一生要学会的100件事》深入剖析了人一生中要学会的具有重要意义的100件事，帮助读者重新认识和思考人生。

希望，《人一生要学会的100件事》介绍的100件事能够帮助你提高智慧、增长才干、完善人格，指引你打造一个完美的人生。

人一生中，除了学校里教授的知识和专业技能外，还有许多事情是必须学习的。

这些事情关系着整个人生的大局，从中你能获得必要的人生智慧和经验，培养能力和本领，完善人格和品质。

有了这些，你才能真正适应现实社会，在激烈的生存竞争中找到自己的正确方向，获得人生的成功与幸福。

<<人一生要学会的100件事>>

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>