

◎道理人人都明白，
细节的把握才是能否成功的关键◎

低调做人^的

Didiao Zuorendeshige Xijie

大音希声，大象无形——“大”者的韬略
地低成海，人低成王——“王”者的胸襟
鹰立如睡，虎行似病——“强”者的姿态

88

个

细节

张笑恒◎编著

“木秀于林，风必摧之；人高于众，众必非之。”

低调做人不仅是一种境界、一种风范，
而且是一种思想、
一种处世哲学，更是一种做人的大智慧。

Didiao Zuorende
88 ge Xijie

中国华侨出版社

◎道理人人都明白，
细节的把握才是能否成功的关键◎

低调做人的 88^个细节

张笑恒◎编著

Didiao Zuo ren de
88 ge Xi jie

大音希声，大象无形——“大”者的气魄
地低成海，人低成王——“王”者的胸襟
鹰立如睡，虎行似病——“强”者的姿态

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

低调做人的 88 个细节 / 张笑恒编著. -北京: 中国华侨出版社,
2007.9

ISBN 978-7-80222-361-5

I.低... II.张... III.人生哲学-通俗读物

IV.B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 073898 号

●低调做人的 88 个细节

编 著 / 张笑恒

责任编辑 / 文 雨

选题策划 / 万剑声

版式设计 / 丽泰图文设计工作室 / 桃子

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 640×960 毫米 1/16 开 印张/17.5 字数/238 千字

印 刷 / 中国电影出版社印刷厂

版 次 / 2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-80222-361-5/G·291

定 价 / 26.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编:100029

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010) 64443056 64443979

发行部:(010) 64443051 传真:(010) 64439708

网 址:www.oveaschin.com

e-mail:oveaschin@sina.com



低调做人路好走

低调做人是一种境界，一种修养，一种勇气，一种智慧，一种去留无意的胸襟，一种宠辱不惊的情怀。

秦兵马俑坑至今已出土各种陶俑一千多尊，除跪射俑外，其他皆有不同程度的损坏，这尊跪射俑是保存最完整的唯一一尊未经人工修复的。仔细观察，就连衣纹和发丝都还清晰可见。

跪射俑何以能保存得如此完整？这得益于它的低姿态。首先，兵马俑坑都是地下道式土木结构建筑，当棚顶塌陷，土木俱下时，高大的立姿俑首当其冲，低姿的跪射击俑受损害就小一些。其次，跪射俑作蹲跪姿，右膝、右足、左足三个支点呈等腰三角形支撑着上体，重心在下，增加了稳定性，与两足站立的立姿俑相比，不容易倾倒、破碎。因此，在经历了两千年的岁月风霜后，它依然能完整地呈现在我们面前。

做人也一样，如果能低调一点，宽容一点，就更容易为人们所接纳、所赞赏、所钦佩，这正是我们为人处世的根基。根基既固，才有枝繁叶茂，硕果累累；倘若根基浅薄，便难免枝衰叶弱，经不住风吹雨打。

被称为美国人之父的富兰克林，年轻时曾去拜访一位德高望重的老前辈。那时他年轻气盛，挺胸抬头迈着大步，一进门他的头就狠狠地撞在了门框上，疼得他不住地用手揉搓。出来迎接他的前辈看到他这副样子，笑笑说：“很痛吧！可是，这将是你今天访问我的最大收获。一个人要想平安地生活在世上，就必须时刻记住：该低头时要低头。这也是我要教你的事情。”

富兰克林把这次拜访得到的教诲看成是一生最大的收获，并把它列为自己的生活准则之一。富兰克林从这一准则中受益终生，后来，他功勋卓越，成为一代伟人。他在一次谈话中说：“这一教诲帮了我的大忙。”这个故事说明，无论你是一个多么伟大的人物，你都必须懂得低调做人的哲学，这是一种做人的智慧。

古人云：“木秀于林，风必摧之；人高于众，众必非之。”低调做人，不仅可以保护自己，使自己更好地融入群体，与人们和谐相处，也可以让你暗中积蓄力量、悄然潜行，在不显山不露水之中成就事业！反之，如果一个人不懂得内敛，不懂得谦和，处处都要抢出风头，锋芒毕露，势必就难与别人和谐相处，人际关系就将陷入可怕的沼泽地！

地低成海，人低成王。低调务实是做人 大智大勇 的表现，也是成就一番事业的基础。

第一章

大音希声，大象无形

低调做人是一种境界，也是一种智慧。“有的人止于形，以售其貌；有的人止于勇，而呈其力；有的人止于心，只用其技；有的人达于理，而用其智。诸葛亮戎马一生，气吞曹吴，却不披一甲，不佩一刀；毛泽东指挥军民万众，在战火中打出一个新中国，却不背枪支，不受军衔。大音希声，大象无形，大智之人，不耽于形，不逐于力，不持于技。他们淡淡地生活，静静地思考，执著地进取，直进到智慧高地，自由地驾驭规律，而永葆一种理性的美丽。”

1. 雄辩是银，沉默是金 010
2. 自作聪明者其实不聪明 013
3. 鼓噪不如沉默，息谤得于无言 015
4. 多给你的对手一些掌声 017
5. 身外之物不必刻意追求 019
6. 以低姿态示人 022
7. 以淡泊的心态面对名利的诱惑 025
8. 该闭口时莫言语 027
9. 省身克己不求虚名 030
10. 始终要保持一颗感恩的心 033



- 11. 藏锋守拙是一种大智慧 035
- 12. 低调做人者皆能屈能伸 037
- 13. 己所不欲，勿施于人 040
- 14. 要想“高人一筹”，先学“低人一等” 042
- 15. 做人应当把“尾巴”夹起来 046
- 16. 善用“拟态”和“保护色” 049

第二章

虚怀若谷，海纳百川

虚怀若谷，不是一味地谦让无主见，而是一种最高层次的自信。虚怀若谷，就是既有自己做人的“底线”，同时又有“海纳百川，有容乃大”的胸襟。低调做人豁达大度、胸怀宽阔，这也是一个人有修养的表现。中国过去有句俗话，叫做“宰相肚里能行船”。姑且不论那些宰相是不是有肚量的人，但人们习惯把那些具有像大海一样宽广胸怀的人看做是可敬的人。

- 1. 能容人才能得人心 052
- 2. 高标立身，低调处世 054
- 3. 做人贵有宽容之心 058
- 4. 饱满的谷穗总是低着头 061
- 5. 容忍是人性修养的“真经” 064

6. 用低姿态化解别人的嫉妒心理	068
7. 自省责己贵于责人	073
8. 量小非君子，无度不丈夫	076
9. 学会宽恕	079
10. 做人要认真但不可较真	082
11. 让流言止于己，不在背后说人短	084

第三章

路窄让一步，味浓减三分

“径路窄处，留一步与人行；滋味浓的，减三分与人尝”，此乃处世求安之法。路窄留给他人行，味浓让与别人尝，律己忘功不忘过，待人忘怨不忘恩，有功于人不可念。路窄让一步不是软弱，也不是窝囊；不是无能，也不是麻木；不是放弃对真理的追求，也不是放弃对原则的维护；不是人格的沦没，更不同于向敌人的屈服。谦虚忍让是一种美德，是一种风范，是一种高尚的境界，是一种无私的胸怀。

1. 把好处留一点给别人	090
2. 低调对待自己获得的荣耀	093
3. 知足常足，知止常止	095
4. 抛弃怨恨的石头	098
5. 低处修心，高处成事	101



- 6. 退一步才能进十步 104
- 7. 要想有所得，必先有所失 106
- 8. 适时而止，适可而止 109
- 9. 吃亏不是软弱的表现，而是对低调的诠释 111
- 10. 惹不起躲得起，降低姿态进行自我保护 114
- 11. 适可而止莫贪婪 117

第四章

傲气不能有，收起你的优越感

一切真正伟大的东西，都是淳朴而谦逊的。世上凡是有真才实学者，无一不是谦虚谨慎之人。那些盛气凌人、傲慢自负、自我感觉良好的人，也许某一方面的确高人一等，优人一招，但往往都是故弄玄虚，最终只能落得遭人唾弃的下场。切记：傲气十足只能给人半瓶子醋的感觉，只会妨碍自己的前程。

- 1. 适度“贬损”自己，拔高他人 122
- 2. “傲慢”不戒，大事难成 124
- 3. 让你的朋友表现得比你优越 127
- 4. 放下你的“臭架子”，生活中人人平等 130
- 5. 谦虚是一种不可战胜的力量 133
- 6. 有本事也不要自卖自夸 136
- 7. 贵而不显，富而不炫 140

8. 以诚为本，莫耍小聪明 142
9. 顾及他人的面子是做人的底线 145
10. 淡化自己的优势，以免招嫉妒 147
11. 敬字当头，礼仪为先 151
12. 主动承认自己的错误 154
13. 锋芒毕露乃做人之大忌 156
14. 做人要低调，出头的椽子先烂 158

第五章

荣辱不惊， 得意不忘形，失意不失态

“荣辱不惊”深刻地道出了人生对事对物、对名对利应有的态度：得之不喜、失之不忧、宠辱不惊、去留无意。这样才可能心境平和、淡泊自然。生命是一种轮回，人生之旅，去日不远，来日无多，权与势，名与利都是过眼烟云，只有淡泊才是人生的永恒。何必把个人的得失看得太重，又何苦感叹世事的炎凉？得意不忘形，失意不失态，遇事拿得起，放得下，想得开，淡泊为怀，知足且常乐矣。

1. 以隐忍之心对待别人的羞辱 162
2. 低调对待表面的浮华与名利的得失 164
3. 不要在一些琐事上斤斤计较 167



4. 败不馁，胜不骄 169
5. 莫让虚荣毁了自己 172
6. 凡事顺其自然莫强求 175
7. 失意不失态，做个输得起的人 177
8. 泰然面对逆耳之言 181
9. 荣辱毁誉不上心头 184
10. 不做荣誉利禄的奴隶 186
11. 急流勇退，留得清名 189
12. 乐于忘怀是做人的大智慧 193
13. 不以物喜，不以己悲 195

第六章

低调务实，少说多干不吃亏

低调务实是一种修养，也是一种对人生的理解，其中蕴含着诸多值得品味的哲理。低调务实就是要把自己调整到一个合理的心态，踏踏实实做人、认认真真做事，持之以恒谋发展，不要将精力、物力浪费在一些没有实际意义的事情上。唯其如此，才能少麻烦、多做事、快见效。

1. 祸从口出，谨开言慢开口 200
2. 说话力戒直来直去，以免伤人又害己 203
3. 放低姿态，主动合作求双赢 207



- 4. 实干——成功的基石 209
- 5. 做事专一，善始善终 212
- 6. 低调做人，踏实做事 215
- 7. 不和人做无谓的争辩 218
- 8. 把大想法落实在小行动上 221
- 9. 拥有专注的目标和强烈的使命感 224
- 10. 自动自发，全力以赴 228
- 11. 心动不如行动 231

第七章

韬光养晦，成大业者能伸能屈

韬光养晦的本意是“隐藏才能，不使外露”，是春秋战国时越国勾践卧薪尝胆的大隐大忍，是刘备在曹操煮酒论英雄时所表现的大智大谋。历史上，因为成功运用韬光养晦的谋略而胜、因为不懂韬光养晦的道理而败的事例比比皆是。无数实践证明，韬光养晦，对于一个民族、一个国家、一个集体，直至个人的命运兴衰，都具有十分重大的意义。

- 1. 放低姿态，敢示弱者强 236
- 2. 小不忍则乱大谋 238
- 3. 鹰立如睡，虎行似病 240
- 4. 欲擒故纵，练好“忍”字功 244



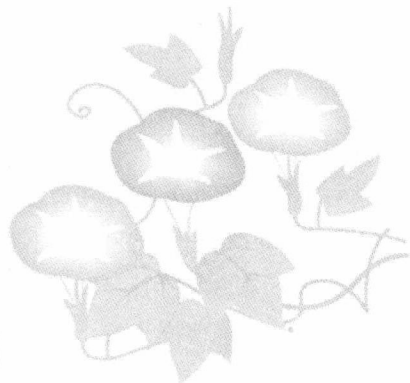
5. 眼光要长远，接受暂时的低头与让步 248
6. 忍辱负重才能东山再起 251
7. 争一世不争一时 255
8. 藏巧露拙以求自保 258
9. 忍一时之屈方可谋长远大业 261
10. 羊不下跪吃不了奶，牛不低头喝不着水 265
11. 弓的收缩是为了箭射的更远 267
12. 忍得了屈辱，才能成就大事 270



第一章

大音希声，大象无形

低调做人是一种境界也是一种智慧。“有的人止于形，以售其貌；有的人止于勇，而呈其力；有的人止于心，只用其技；有的人达于理，而用其智。诸葛亮戎马一生，气吞曹吴，却不披一甲，不佩一刀；毛泽东指挥军民万众，在战火中打出一个新中国，却不背枪支，不受军衔。大音希声，大象无形，大智之人，不耽于形，不逐于力，不持于技。他们淡淡地生活，静静地思考，执着地进取，直进到智慧高地，自由地驾驭规律，而永葆一种理性的美丽。”





1. 雄辩是银，沉默是金

西方有句谚语：“雄辩是银，沉默是金。”老子说：“真正的雄辩与讷言相同。”“不言而言”这句话出自庄子，指人以沉默的方式来说服别人，用无言的战术来达到目的。由此，不难得出这样的结论：沉默有无穷的力量。

沉默是金，懂得沉默也是一种能力。适时的沉默是低调做人的智慧金诀。巧妙地应用它，你将会得到意想不到的收获。

三国时期，魏太祖曹操的二儿子曹植才思敏捷，聪明能干，很得曹操的宠爱，他决心废掉太子曹丕，而立曹植。废长立幼在封建社会被认为是政治生活不正常的事情，往往会引发动乱不安，所以大臣们总要据理力争，甚至不惜献出生命。但做皇帝的人却往往不愿意听从臣子的意见，双方会闹得很僵。曹操也是这样，自己下了废长立幼的决心，便不再愿意听臣子讨论这件事。

有一次，曹操退下左右侍从，引谋士贾诩进入密室，向贾诩问话，贾却沉默不语。曹操再问，贾还是不答。这样一连几次发问后，曹操生气了，责问贾诩：“和你讲话却不回答，到底为什么？”贾诩回答：“对不起，刚才正在考虑一个问题，所以没有立即回答。”曹操追问：“想到了什么？”贾答：“想到了袁本初、刘景升父子。”曹操大笑，决心不再废长立幼。

袁本初、刘景升父子是怎么回事呢？为什么曹操听到这样简

单的一句话就回心转意？袁本初即袁绍，是东汉末年崛起的大军阀，占据了青、幽、并、冀四州，成为北方最大的割据势力。袁绍有四个儿子：谭、尚、熙、实。袁绍认为二儿子袁尚长得像自己，有心培养他为接班人，留他在身边，而把其他几个儿子放为外任，让他们一人领一个州。大儿子袁谭不服，于是弟兄两个各自组成一个派别，彼此争斗，势如水火。结果两败俱伤，曹操坐收渔人之利，各个击破了袁谭、袁尚。刘景升即是刘表，东汉末任荆州牧，成为一方霸主。刘表和妻子都喜欢小儿子刘琮，想立他为后嗣。最有实力的将领蔡瑁、张允攀附刘琮，结为死党。刘表把长子刘琦赶出去，到江夏做了太守。许多大臣便尊奉刘琮为刘家继承人，以致弟兄两个结下怨仇，终生不和。

袁绍、刘表都废长立幼，最终酿下了苦酒，这些事情又都是刚刚发生过的，“前车之覆，后车之鉴”，曹操为自己长远的政治利益考虑，自然改变了原来的决定。贾诩并不是不知道争太子是一件难度极大的事情，他也不可能不提前做周密的考虑，设想多种方案。曹操连问不答，难道是他真的听不见？贾诩只是为了使曹操发问，为自己制造一种说话的环境而已。曹操一追问，贾诩便很自然地说出自己早已想好的话。

这种方法现在也经常被人们采用。有些政治家在谈判时爱装聋作哑，为了使自己的意见能被接受，故意对别人提出的意见充耳不闻。

周武王伐纣王取得殷后，听说殷有个长者。武王就去拜访他，问他殷之所以灭亡的原因。这个长者回答说：“大王想知道这个，那么就让我在中午的时候来告诉你吧。”然而到了中午，那位长者却没来，武王因此很生气，暗暗责怪他。可周公说：“我知道了，这位长者真是一位君子呀！他义不诿主。正如和人约好了而不来，言而无信，这不正是殷之所以灭亡的原因吗？这位长者已经以他

的行为告诉大王答案了。”

在与人相处的过程中，简洁地表达你的看法，然后保持沉默，留一个宁静的空间给别人去慢慢思考。在你批评别人时，适当的沉默可能起到此时无声胜有声的效果。通常来讲，当你批评他人时，那人一定情绪相当激动。他可能不但不虚心接受意见，而且还会反唇相讥，使出浑身解数为自己开脱。这时的你，最好就保持沉默吧。

请相信，你的沉默、你的无言是对当事人的一种威慑。这既显示出了你宽广的胸怀与大度的品格，又给对方留有思考的余地，他的态度也会就此改变。你的沉默并非是对矛盾的回避、对错误的迁就，而是在提醒对方，冷静才是解决问题之道，在无声的战场上，情绪越是强烈的人，越是会陷入被动的局面。

“沉默”是你的缓兵之计，也许你最不愿意看到的情形就是人与人之间的内部争执。争执的结果是将和谐的人际关系搞得一团糟，谁还能安心专注于做事呢？适当保持沉默吧，等争执的双方失去了精神上的亢奋、精疲力竭之后，再发表你的意见也不迟。请记住头脑发热时的人们只想向外发散能量，谁会再去接受你的善言良语呢？你的沉默可使矛盾冲突趋于缓和，当人们争辩得不可开交时，看到他们身边有这样一位静静的旁观者，他们也许会后悔于那丑态百出的激烈交锋的。

【片言絮语】

沉默并不是对搬弄是非者的纵容，它在一定程度上可以制止是非的蔓延。让那些爱嚼舌头的人从你身边索然无味地走开，你的沉默会让他们觉得无趣，是非也就失去了传播的源头。适当沉默是你处理人际关系的无声武器，能够体现出你的做人品质和做事能力。