

心胸有多大，事业就有多大；包容有多少，拥有就有多少

多一分包容，就少一分纷争；多一分包容，就少一分干戈；多一分包容，就少一分阴霾；多一分包容，就多一分理解；多一分包容，就多一分友爱；多一分包容，就多一分感动；多一分包容，就多一分温暖；多一分包容，就多一分智慧！

包与容的 人生经营课

方若寒◎编著

心胸有多大，事业就有多大
格局有多大，成就就有多大
包容有多少，拥有就有多少

中国华侨出版社

包与容^的 人生经营课

常州大学图书馆藏 方若寒◎编著

心胸有多大，事业就有多大
格局有多大，成就就有多大
包容有多少，拥有就有多少

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

包与容的人生经营课 / 方若寒编著. — 北京 : 中国华侨出版社, 2012.6

ISBN 978-7-5113-2479-5

I. ①包… II. ①方… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第116217号

包与容的人生经营课

编 著: 方若寒

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 汉 轩

封面设计: 中英智业

文字编辑: 王志兰

美术编辑: 玲 玲

经 销: 新华书店

开 本: 710毫米×990毫米 1/16 印张: 14 字数: 190千字

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

版 次: 2012年8月第1版 2012年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-2479-5

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88859991 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换



法国大作家雨果说：“世界上最广阔的是海洋，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的胸怀。”一个人的胸怀决定了一个人的高度。在我们的一生中，需要经营的不仅仅是自己的事业，最重要的经营是对人生的经营，是对包与容的人生经营。

包容是一种高贵的品质、崇高的境界，是精神的成熟和心灵的丰盈，有了这种境界和品质，人就会变得豁达而坚强；包容是一种仁爱的光芒，是对别人的释怀，也是对自己的善待，有了这种仁爱 and 释怀，就会远离仇恨，避免灾难；包容是一种生存的智慧、生活的艺术，是看透了社会人生以后所获得的彻悟和超然，有了这种智慧和艺术，面对人生的成败得失，就会从容不迫，淡定处之；包容是一种力量、一种自信，是一种无形的感召力和凝聚力，有了这种力量和自信，就会胸有成竹，获得人生的成功。

心可以大如宇宙，也可以小如微尘，它取决于包容的限度。我们的心，要和海一样，任何大江小流都能容纳；要和山一样，任何飞禽走兽都不排拒。这样，我们才不会因一些琐碎小事而心绪不宁、烦躁苦闷。懂得包容的人总能得到别人的尊重与帮助，懂得包容的人会因谦和受到他人的欢迎和喜爱，懂得包容的人无时无刻不处于和谐之中。懂得包容，才能拥有和乐、健康、美满的人生。

包容人，包容事，忍下的是一时之气，得到的却是长久的安然、宁静、和谐与友好。俗话说：“与人方便，自己方便。”爱与恨只在一念之间，这一念便是包容；得与失只有一息之处，这一息便是包容；善与

恶只有一线之隔，这一线便是包容。

多一分包容，就少一分纷争；多一分包容，就少一分阴霾；多一分包容，就多一分理解；多一分包容，就多一分友爱；多一分包容，就多一分感动；多一分包容，就多一分温暖；多一分包容，就多一分智慧。心胸有多大，事业就有多大；包容有多少，拥有就有多少。

《包与容的人生经营课》从包与容两方面，轻松讲述成功与幸福人生的经营秘诀，内容涉及为人处世、化解苦难、拓展人脉、成就事业、面对成败等方面，为那些追求幸福与成功以及正为现实生活所苦恼的朋友们点燃一盏生活的明灯。充分运用包与容的智慧，就能在有限的生命中，营造出无限的精彩。



第一章 心胸有多大，舞台就有多大	1
有大目标，更有大胸襟	2
足够包容，世间处处有机遇	2
别把自己太当回事	4
心态归零，一切从头开始	5
保持谦卑的姿态，避开无谓的纷争	7
从小角色做起	8
学会低调做人	9
能屈能伸是度量	11
敢于低头，勇于承担	12
以平常心观大小事	14
站在未来看现在	15
第二章 涵容度己，像海洋一样修炼	17
做事先做人	18
海纳百川，有容乃大	20
人生要耐得住寂寞	21
成功需要坚韧不拔	22
做人有德，做事能容	24
雕琢品性，成就自己	25
容人先容己	27
能容，便得幸福	28
不迁怒，不贰过	30
愤怒少一点，成就多一点	31
不苛求，懂接纳	32
能自省才能超越	33
不比较，容纳他人的出色	35

第三章 不抱怨，不纠结····· 37

不公平才是常态 ·····	38
放松心灵，接受不平坦的现实 ·····	40
毫不抱怨，才能得偿所愿 ·····	41
抱怨将遮住一个人的才干 ·····	43
与其在埋怨中退步，不如在改变中进步 ·····	44
不要找借口 ·····	46
善待冷遇，生气不如争气 ·····	47
学会接受和改变 ·····	49
不必为琐事抓狂 ·····	50

第四章 需要朋友，更需要对手····· 53

有包容的友情最无懈可击 ·····	54
顾及他人，换位思考 ·····	55
尊重对手就是尊重自己 ·····	56
没有对手就没有胜利者 ·····	58
对手是前进的动力 ·····	60
有竞争，才有生存的空间 ·····	61
留着对手防打盹 ·····	62
找一个竞争对手“盯”自己 ·····	64
以爱化怒，没有永远的敌人 ·····	65

第五章 对不同的声音，要心生欢喜····· 67

走适合自己的路 ·····	68
不要太在意别人的看法 ·····	69
保持对逆言过耳不过心的风度 ·····	70
不被别人的评论所迷惑 ·····	71
笑纳他人的建议 ·····	73
不念旧恶，赢在职场 ·····	75
谣言止于智者 ·····	76
大度地面对指责 ·····	77
接受批评不丢脸 ·····	79
微笑面对他人的嘲笑 ·····	79
宽待外在的是与非 ·····	81

兼听则明，偏信则暗	82
能言不如多听	83
第六章 话不可说满，事不可做绝.....	85
人情留一线，日后好相见	86
给人留余地，给自己留出路	87
留一些机会给人，才能从容转身	88
得饶人处且饶人	90
路留一步，味留三分	91
忠言不一定要逆耳	92
和气待人，体谅接物	94
予人机会，收获福音	95
第七章 让吐故纳新成就自我.....	97
吐故纳新，时时更新自我	98
观念有多新，成功就有多近	99
让意识领先“变化”一步	101
突破常规，积极思考	102
走别人没走过的路	104
主动创新，才会跑得更快	105
不走寻常路	107
打破旧思路，不让头脑沦为经验的奴隶	109
把不可能变成可能	110
第八章 用人之长，容人之短.....	113
唯才是举，不以个人好恶用人	114
千里马常有，而伯乐不常有	115
选人才应以德为先	117
任人唯贤，量才录用	118
不拘一格看人	120
人尽其才	121
管理人才重在扬长弃短	123

第九章 以无声的包容，求有声的事业····· 125

成功要耐得住寂寞	126
不争，反而能争得天下	127
无为之中的大有所为	128
觉悟越纯净，力量越强大	129
舍弃“小我”，成就“大我”	131
抱朴守拙，老实做人	132
接受工作的不完美	133
不只为薪水而工作	135

第十章 融和比完美更重要····· 137

以友爱的精神对待所有事物	138
先有“礼”，才有“和”	139
做人讲礼，做事讲和	140
和气就是生产力	142
以“和”治理团队	143
于中庸中融合，放大心灵空间	145

第十一章 成功就是以出世心做入世事····· 147

以出世的精神，做入世的事业	148
以赤子之心，渐入人生佳境	149
不急躁，是金子总会发光	150
放下欲念，留住志气	152
跟老子修处世“直心”	153
淡然面对得失	155
把自己的身心摆在最后	157
入世之前，延展心域的维度	158

第十二章 舍得，是最富有的开始····· 161

舍身外之物，得心灵之轻	162
先“舍”才能后“得”	163
舍弃是为了更好地选择	164
放下次要的，留下需要的	166
要得的便要，要不得的便放弃	167

没有放弃就没有新的开始	169
懂得休息才懂得如何加速	170
先有低头，后有抬头	171
适时放弃，会有加倍的获得	173
第十三章 悦纳当下，于宽容中得一份惬意	175
给今天一个积极的笑脸	176
顺其自然，活在当下	177
立足当下，才能抓住幸福	178
不执著于烦恼，别跟自己过不去	180
拥有生气时微笑的气度	181
立足长远，不被当下得失操纵	183
卸下包袱，在当下解脱	184
做事不温不火	185
接纳成功，更要悦纳失败	187
得意不忘形，失意不失态	189
随时随地知足	191
第十四章 感谢折磨你的人，感恩折磨你的事	193
再苦也要笑一笑	194
对生活怀有一颗感恩之心	195
懂得感恩，时时触摸生活的慰藉	197
经得起挫折，耐得住考验	199
受得住折磨，赢得了发展	200
把苦难当成朋友	201
感谢“折磨”自己的朋友	203
读懂苦难，让成功经得住困境的砥砺	204
要学会藐视困难	205
接受磨难，先苦后甜	207
笑对挫折，练就自己	208
有压力，才有动力	209
勇于拼搏，没有比脚还长的路	211

第一章

心胸有多大，
舞台就有多大



有大目标，更有大胸襟

“低是高的铺垫，高是低的目标”，如果我们去研究那些已经处在事业金字塔上的人的经历，我们就会发现：他们并不是一开始就“高人一等”、风光十足的，他们也曾有过艰难曲折的“爬行”经历，然而他们却能够端正心态不妄自菲薄，不怨天尤人。他们在追求目标的道路上，从来没有忘记过要包容路上的一切荆棘，这是一种大胸襟。他们的成功不仅仅是因为他们给自己设定了明确的进取目标，更因为他们怀抱一种大度的胸襟来享受“低微卑贱”的经历，并在低微中养精蓄锐、奋发图强，而后他们才会攀上人生的巅峰，享受世人的尊崇。

胸襟，是一种不需投资便能得到的精神高级滋补品；是一种保持身心健康、具有永久疗效的“维生素”；是一种宠辱不惊，笑对人生起伏的镇定剂；是一种泰山崩于前而不动声色的智慧和定力。对于一个人来说，胸襟是处世立身的根本，它能包容的越多，生命的丈量尺度就越难以计算。

面对挫折、苦难，能保持一份豁达的胸怀，能保持一种积极向上的人生态度，需要博大的胸襟与非凡的气度。人生重在追寻长久的精神底蕴，不必计较一时的成败得失。忍受孤独，在彷徨失意中修养自己的心灵，这就是最大的收获，如蚌之含沙，在痛苦中孕育璀璨的珍珠。

乔治·赫伯特说：“不能宽容的人损坏了他自己必须走过的桥。”这句话的智慧在于，宽容使给予者和接受者都受益。当真正的宽容产生时，没有怨恨留下，没有报复的念头，只有愈合。不生气的智慧不仅在于心灵的放生，也会创造出成功的机会。

足够包容，世间处处有机遇

利特尔公司作为世界著名的科技咨询公司之一，创立之初却有一段鲜为人知的精彩故事。利特尔公司的前身是利特尔于1886年建立的一个小小的化学实验室。

在1921年的一天，利特尔参加了一次企业家的集会，集会上有一位颇为自得的富豪，他不断地用高谈阔论来否定科学对于生活与工作的作用。与之相反，利特尔是一个非常崇拜科学的人，他对富豪的夸夸其谈在内心表示轻蔑，却依旧佯装微笑，并且很平和地向这位富豪阐释科学对生活乃至企业发展带来的推进作用。

这位富豪对于利特尔的讲述不仅置若罔闻，反而挑衅地说：“我现在倒是面临一个需要科学来帮忙解决的问题。问题就是我现在拥有的钱太多了，而现在的钱袋已经不够我使用的了，我想要用猪耳朵做的丝钱袋来装钱。这个问题想必只有科学家才能够帮忙解决吧。等你解决这个问题，用猪耳朵做成这样的钱袋，我们才能把你当成有用的科学家，才能相信科学真的有作用啊。”说完，便哈哈大笑了起来。

利特尔听到富豪的嘲讽，固然生气，却努力让自己忍受了下来，他谦和地回答说：“那就非常感谢您的指教，我会尽力而为。”利特尔之所以选择隐忍富豪的挑衅，是因为他从挑衅中找到了让自己发展事业的大好机遇。在之后的一段时间里，利特尔公司将市场上的猪耳朵抢购一空，对于收购回来的猪耳朵，利特尔请化学家们将其分解成为纤维组织与胶质，然后再将这些物质转化为可纺纤维，再将其纺织成丝线，染上各种五彩的颜色，最后将这种五彩缤纷的丝线编织成为色彩亮丽的钱袋。那么富豪嘴里说的用这种猪耳朵做的丝制钱袋也就成功制作出来了。

这种钱袋放到市场上没有几天，就被人抢购而空。利特尔不仅证明了科技对工作和生活的作用，而且也推动了自己事业的发展。

利特尔的成功来自于机遇，机遇来自于富豪的挑衅，利特尔没有将挑衅视为是对自己的侮辱，而是将其作为自己开拓新市场的机遇，将他人的挑衅转化为自己奋进的动力。

“用猪耳朵来做丝钱袋”看似是多么荒谬的想法，可就是因为这种荒谬的观点，使得利特尔开创了人无我有的新产品，用科学技术抢占了空白市场的先机。利特尔的公司也因此名声大振，受到更多人的关注。

利特尔的成功向我们展示了这样一个道理，懂得包容的人往往会占有更多的机遇。因为懂得包容的人往往能够从他人的批评与指点中发现真正的闪光点，对于他人的质疑与诽谤，也不会强力争辩，大吵大闹，而是暗中准备，不露声色地将他人的指点转化为实际的进步。

因此，在现实生活中，我们应该让自己懂得包容他人的挑衅，让自己的心胸在包容中不断开阔，让自己的能力在默默的努力中将他人的污蔑回击。用宽容的心胸面对他人的污蔑，运用智慧将污蔑转化为自己前进的力量，并从中找到意想不到的机遇。有机遇才有可能获得更多的发展空间与成功的可能。

培根说过：“在通往失败的路上，处处是错失了的机会。”在纷纭的世事中，一个适合我们的时机往往会出现于不经意之中，这些难以捉摸的时机要更多的从别人意想不到的地方去寻找。这种意想不到的地方就包括了他人的讽刺与污蔑。

机遇是留给有准备的人的，然而机遇又更是给有心胸、懂包容的人留的。不要以为在生活中包容他人，是一种懦弱的隐忍，也不要计较忍让他人会让自己心生不悦，要学会时刻修炼自己强大的内在与博大的心胸，在不好的事物中更轻易地找到一般人

难以发现的机遇。

别把自己太当回事

人有时候会摔得很惨，是因为太把自己当回事了，认为自己不出手这件事情就办不好，其实，没有了任何一个人地球照样转，谁离开了谁都能活得下去。过高看重自己的作用，也可能让自己成为最受不了打击的那一个。踏踏实实地做好每一件事情，以谦虚的心胸生活，才可能成为别人眼中的高人。

东汉颍州父城（今河南叶县东北）人冯异，字公孙，熟读《左传》、《孙子兵法》，文武双全。最初在王莽手下为小官，后了解到起义军领袖刘秀有治国安家的才干，便对苗萌说：“现在起义诸将，虽皆英雄，但多独断，不爱人民。只有刘将军不抢掠人民，举止言谈，温和有远见，不是庸人，可以追随。”于是苗萌和冯异投靠了刘秀，又吸引了勇将姚期等人来，刘秀势力大振。他向刘秀建议说：“天下人都反对王莽苛政，刘玄部又纪律太坏，失信于民。此时人民疾苦，若稍施恩德，百姓必热烈拥护。”刘秀听了他的话，派冯异、姚期到邯郸安民，果然得到广大人民支持。王郎领兵追赶刘秀，刘秀及部下退到饶阳天萸亭（今河北饶阳东北），正遇天气寒冷，士兵都饥饿疲劳，冯异送来豆粥，解除了困难。在南宫（今河北南宫）又遇大风雨，刘秀躲到路旁空屋，冯异抱来柴，邓禹烧火，刘秀方能烤干衣服，冯异又送来饭、菜，终于安全移兵到信都（今河北邢台）。刘秀使冯异收集散兵，重整队伍，大破王郎。

冯异对东汉统一建国之功，是巨大的，但他从不居功。对人也特别谦让，每当同其他大将的车仗在路上相遇，他必告诉车夫退让躲道，让别人先过。他领部队交战时，在各营之前；退兵时，在各营之后。当休战时，诸将坐在一起，都宣扬自己的功劳，以便争功多得升赏。当各将争功时，冯异则躲于大树下，一言不发，似为乘凉休息，实为躲避让功，后来军中将士称他为“大树将军”，刘秀也对他格外器重。

冯异虽有大才之心，却从不以为自己有多了不起，而是谦卑为人，不把自己当回事，反而在更多的人心目中树立了良好的形象。

其实，所有的不堪和烦恼，都是自己自恋和自虐而已，所有的担心和疑惑，都是自己在起着关键作用。事实上，在别人的心中，自己并不是多么重要。

生活中常常碰到一些事，比如说了什么不得体的话，被他人误会了什么，遇到了什么尴尬的事，等等，大可不必耿耿于怀，更不必找所有人解释，因为事情一旦过去，没有人还有耐心去理会曾经的一句闲话，一个小的过失和疏忽。即使我们念念不

忘，说不定别人早已忘记，不要太把自己当回事，否则只是在自寻烦恼。换一个角度看，我们也可以问问自己，别人的一次失误或尴尬，真的总会在自己的心头挥之不去，让自己寝食难安吗？我们对别人的衣食住行真的那么关心，甚至超过关心自己吗？

现实是这样的，自己的事都处理不完，怎么还会去关心与自己不太相关的事情呢？“亲戚或余悲，他人亦已歌，死去何所道，托体同山阿。”在我们还沉浸在悲伤中时，别人或许早已踏歌而去了。所以我们应该明白，在别人心中，自己没有那么重要，请不要苛求他人记住自己，更不要妄图让世界的人们感激自己。真正的赢家，往往会包容他人的遗忘。

因此，处世时要懂得摆正自己的位置，千万不要做一个自己没有实力却怪别人没眼光的人。依靠贬低别人来提高自己身份的人，其结果往往就是在暴露自己的无知与贫乏。做人做事应该虚怀若谷，大智若愚，要学会把自己看得简单，最终才会成为不简单的人。

心态归零，一切从头开始

一位女硕士到一家星级酒店求职，酒店当时正在招聘服务员，招聘条件只需高中学历。这位女硕士就以高中学学历前去应聘，很容易就被聘用了。

在大堂服务员的岗位上，女硕士很快就脱颖而出。她不仅在处理突发事件时表现出良好的素质，还通过平时在工作中的观察和积累，对酒店的管理提出了一些很有见地的意见。管理层开始注意到她，并且有心提拔，不过对于她的高中学学历表示迟疑。这个时候，女硕士拿出了她的本科学历证书。于是，疑虑很快被打消，她被提拔为大堂经理。

担任了经理职务后，她继续努力工作，干得更加出色了。很快，她良好的个人素质和工作能力就引起了酒店高级管理层的关注。不久，酒店总经理助理的职位出现空缺，女硕士被列入了高层考虑的人选之中。此时，她亮出自己的研究生学历，凭实力击败其他竞争者，当上了总经理助理，从此跻身酒店高级管理者的行列。

女硕士的这种做法体现出了一种归零心态。现在，很多人都把注意力放在高处，殊不知，眼光盯在高处，不一定能够作出成绩。那位女硕士正因为从底层做起，对于酒店内部管理的各个环节都有了充分了解，在担任更高职位后才更容易做到得心应手。

归零的心态就是一切从头再来，就像大海一样把自己放在最低点，来吸纳百川。

归零的心态就是谦虚的心态，它并不是一味地否定过去，而是放空过去的一种态度，去接纳新事物，追求更多收获。有句话说：谦虚是人类最大的成就。谦虚让我们得到尊重，就如越饱满的麦穗越懂得弯腰。

归零是一种在低位思考高位的理智心态，人的精神境界越高越好，但人的行动要尽量放低，因为只有低到最低处，我们向上的势能才更大更足。

具有归零心态的人其心灵总是敞开的，他们能随时接受伟大的启示和一切能激发灵感的东西，他们时刻都能感受到成功女神的召唤。他们不仅思想上归零，行动上也归零。

王林大学毕业，进了一家机械厂工作，被分配到基层部门担任管理人员。因为他不懂生产，不熟悉工艺流程，所学的专业与实际操作衔接不上，在管理上明显感到力不从心。

另外几个一同分配来的大学生，虽然也不能胜任工作，但他们却不从自身找原因，而是一味发牢骚：抱怨工厂待遇太低，升迁太慢，认为在这里工作是大材小用。他们甚至以“跳槽”相威胁，让厂长给他们安排更好的位置。

就在伙伴们相继高升之际，他却向厂长提出了反向的要求：让他下车间，当工人。厂长惊讶极了，转而对他的选择表示了赞赏：“好，小伙子有志气！”但是他却没法得到更多人的理解，消息传出，全厂哗然，连那几个大学生对此也表示不能理解。

王林却不理会那些议论，安安心心做了一名工人。他一心扑到了工作上，努力钻研各项技术，熟悉每个工种。两年后，他升任车间主任，因为他懂技术，没人敢敷衍他，所以王林所在车间的产品质量是最好的。这时，当年跟他一起进厂的大学生都在各科室担任中层干部。

几年后，厂里决定试行承包制。王林承包了二车间，因为产品质量过硬，营销自然得力，很快就打开了市场销路，在全行业中成为赫赫有名的新军。

后来，他通过融资，买下了这家工厂。现在他已是赫赫有名的民营企业家，公司正准备上市。

在总结成功经验时，王林说：“海纳百川，才成汪洋之势。年轻人要学会从低位进入，充分积累经验，将来才能有成功的本钱。”王林就因为没有被一时的利益所诱惑，能够冷静归零，最后才能取得成功。

往低处流的水，看似没什么志气，最终可能却可以汇入海洋，动辄掀起惊滔骇浪；往高处走的人，历尽千辛万苦，以为能看到无上美景，最终可能却停在岌岌可危之处。

若心中有智慧，能分辨一条自己该走的路，又何必分高低。其实，人生不仅仅是一座珠峰，吸引着我们去攀登，有时还是汹涌的波涛，为了登上更高的山峰，我们先

得有滑入浪底的勇气。

保持谦卑的姿态，避开无谓的纷争

山很谦卑，它总是沉默，却造就了壮丽的风景；水很谦卑，它总是向下，却汇成了江河湖海。谦卑，是一种把心放低，把能力放大的智慧。

古人常说：“谦卑者其实最高贵。”这是因为谦卑是高贵者的通行证。君子懂得谦让，因此行万里也会路途顺畅；小人好争斗，因此还未动步，路已被堵塞。君子知道屈可以伸，因而受辱时不反击，知道谦让可以战胜对手，因而甘居人下而不犹豫，到最后时，就会转祸为福，让对手成为朋友，使怨仇不传给后人，而美名扬。君子能忍受各种嫌隙，因此没有打斗之类的争论。小人不能忍受小忿，结果酿成巨大的悲剧。

在精神层面，谦卑者能够胜不骄败不馁。自以为是者却常以小胜而沾沾自喜，他们常常认为，世界上如果没有了他，人们就不知道该怎么办了。但实际上，这样的人避免不了失败的命运，因为一骄傲，他们就会失去为人处世的准绳，事事以自我为中心，结果总是在骄傲里毁灭了自己。

福特说：“那些自以为做了很多事的人，便不会再有什么奋斗的决心。有许多人之所以失败，不是因为他的能力不够，而是因为他觉得自己已经非常成功了。他们努力过奋斗过，战胜过不知多少的艰难困苦，流血牺牲，凭着自己的意志和努力，使许多看起来不可能的事情都成了现实；然后他们取得了一点小小的成功，便经受不住考验了。他们懈怠起来，放松了对自己的要求，往后慢慢地下滑，最后跌倒了。在古往今来的历史上，被荣誉和奖赏冲昏了头脑，而从此懈怠懒散下去，终至一无所成的人，真不知有多少。”

在秦始皇陵兵马俑博物馆，有一尊被称为“镇馆之宝”的跪射俑。它被誉为兵马俑中的精华，中国古代雕塑艺术的杰作。

它左腿蹲屈，右膝跪地，右足竖起，足尖抵地；上身微左侧，双目炯炯，凝视左前方；两手在身体右侧一上一下做持弓弩状。

如今，秦兵马俑坑已经出土、清理各种陶俑1000多尊，除跪射俑外，皆有不同程度的损坏，需要人工修复。而这尊跪射俑是保存最完整的，仔细观察，就连衣纹、发丝都清晰可见。这究竟为何？

专家告诉我们，这得益于它的低姿态。首先，跪射俑身高只有1.2米，而普通立姿兵马俑的身高都在1.8至1.97米之间。天塌下来有高个子顶着，兵马俑坑都是地下坑道