

低调，是跨越平庸的过程



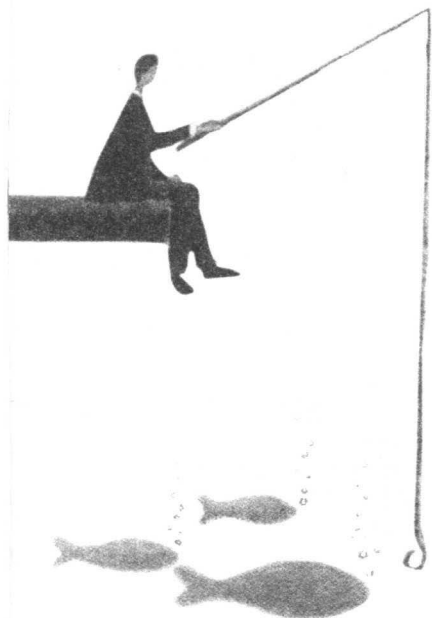
低调 但不 平庸

行者 编著

低与高是一体的两面，相辅相成

Didiao Danbu
Pingyong

西苑出版社



低调 但不 平庸

低与高是一体的两面，相辅相成

行者 编著

Didiao Danbu
Pingyong

西苑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

低调, 但不平庸/行者编著. —北京: 西苑出版社,
2007. 4
ISBN 978 - 7 - 80210 - 207 - 1

I. 低… II. 行… 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 039528 号

低调, 但不平庸

编 者 行 者

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号 邮政编码 100039

电 话 010 - 68214971 传真 010 - 68247120

网 址 www.xycbs.com E-mail xychs8@126.com

印 刷 香河闻泰印刷包装有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm 1/16

字 数 230 千字

印 张 16

版 次 2007 年 6 月北京第 1 版

印 次 2007 年 6 月北京第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 80210 - 207 - 1

定 价 26.80 元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究



前言

不知从何时起，市井坊间开始流行一个词汇——低调。而且越演越烈，一发不可收拾之势。于是乎，人们的口中，动辄冒出这两个字；一些不明就里的人，也稀里糊涂随风就势，大有扮虎类犬之嫌。

那么，“低调”真有如此神奇，如此有必要恪守吗？

首先，让我们试着探讨一下低调的来源，再研究它的适用性。

从古老的《道德经》即《老子》这部经典中，就处处透露着守柔则刚，以弱胜强，高下相倾，黑白统一等辩证的观点，而低调可以说就是这其中的一面——守柔、示弱、处低，等等。圣哲对生命的体验，化为经典流传于世，经受了千百年的考验，人们在实践检验中肯定了它的价值所在，于是代代流传，以至于今。

今日的社会，人们经历了沉闷、浮躁、进取等一系列的“折腾”，在资本积累、人情历练、做事方法等方面都已经有了相当的经验。这时候，古圣先贤透露的智慧和光芒就显示出它的强大威力，遵守正面规律者，以善入善，长保不衰；而逆正道而行，不能把握合适的尺度者，自然也会得到相应的、让



人不愿见到的可悲后果。

高与低可以互变互转，相辅相成。今天你拥有能力、地位等，是因为你曾在低处“修炼”过。而人们普遍的心理都是想长保安乐，把优势继续下去，那你就要经常反思和警醒，顺应高低相成的规律，处高而不傲，处贵而不显。这是指在高位者而言。

那么，处在社会底层的人呢？那就要侧重于“高”的一面了。古人对“谦”的解释是：高山在大地之下，或者高峰之上有一片平原。也就是说，具备“高”的一面的同时，才有资格说“低”；如果你只有“低”的一面，奉劝你还是高歌猛进，努力向上吧！

在低的时候再保持低，那就失掉了人生的平衡，成了一个真正的平庸者。

当然，这只是一个大概的说法，在实际运用中，其中还有各种细微差别之处，那就在于“运用之妙，存乎一心”了。在本书中，也大致提供了一些参考，各位不必将其奉为“处世圣经”，请运用自己的大脑多思多悟，多多体验，可能就会在不屑一顾或会心微笑之时领悟到其内涵所在。谨与诸位共勉！



目 录

第一章 低调是适合时宜的一种选择和境界

为人处世，你有必要对“拟态”和“保护色”进行了解。在动物世界里，“拟态”和“保护色”是很重要的生存法宝。“拟态”是动物或昆虫的形状和周围的环境很相似，让人分辨不出来。“保护色”是身体的颜色和周围环境的颜色接近。因为“拟态”和“保护色”，所以大自然的各种生物才能代代繁衍，维持起码的生存空间。做人之学，也可从中得到相应的启示——这就是时下流行的“低调”。

江海放低了自己，所以容纳了百川	2
面对人生的风雨保持一份平常心	3
玩弄机巧，不如向平实处努力	5
一个懂得吃亏的人才能占到真便宜	8
不拘一格，受教于人	10



老鹰有时会比鸡飞得还低·····	12
忍中有气量，也有力量·····	13
老把自己当珍珠，就有被埋没的痛苦·····	16
学会忘却，超然洒脱·····	18
拟态和保护色是重要的生存法宝·····	20
放下架子，才不会成为“孤家寡人”·····	22
牢记自满招损，才能长安久乐·····	24
如果无法改变，那就坦然面对·····	26
想得到朋友，就让他比你表现得更优越·····	27
尽量不做别人的眼中刺·····	29
糊涂自有糊涂福·····	31
个性不必轻易张扬·····	33
在自己的能力范围内量力而行·····	35

第二章 低调不是万灵丹，该出手时得出手

事实证明，生活是个势利眼，他眼里只有高高在上的人，要想让他瞧得起，你就得直起腰板做人。成熟的种子总是将头颅朝向大地，我们也因为敬畏命运而深深低下我们的头。但低头的时候别忘记，我们的身后还背着一些沉甸甸的、很重要的东西。人格、尊严、进取心……都是不可或缺的。习惯于低调的你，但要注意别忽视了自己。

随和并不是放弃自我·····	38
低姿态做人也有底线·····	39
馅饼不是等来的·····	41
真正的男人不会选择“唯命是从”·····	43
人不必像刺猬全副武装，但也应有一点锋芒·····	44



做人不能太“老实”	46
想超越自己，就得有点“疯劲”	49
“万事不求人”等于作茧自缚	51
看得起自己，才能被人看得起	53
调整心态，就可以做命运的设计师	54
当退避无济于事时，就逆风而上	56
不能有所成就，是因为你的灵魂“跪着”	58
有一种可以引爆的东西叫“潜能”	61
跳出成功的固定模式	63
做贡献不论地位高低	65
多一分热忱，多一分收获	67
付出热情，一切都会随之而来	70
行动之前告诉自己“我能行”	72
智慧和勇气会给人带来好运	73

第三章 别拿低调当平庸的挡箭牌

平庸者认为，生活就是不公平的。当一个人遭遇了不公平的对待时，他会不停地抱怨命运，认为生活亏欠了他，认为没有人的命会比他的苦，认为自己是世界上最不幸的人。他会自怜自艾，仿佛这个世界只对他自己不公。其实，这又有什么意义呢？一个真正的低调者，虽然在外形上与平庸者有些相似，但他的心灵境界与实际行动，绝非平庸者可以比拟。如果平庸者拿低调当借口，那就是画虎不成反类犬了。

低调者敢于自嘲，平庸者陷于自卑	76
低调者心灵自由，平庸者萎靡不振	78
低调者自省自励，平庸者自怜自艾	79



低调者专一精深，平庸者漫无目的	81
低调者随机应变，平庸者墨守成规	83
低调者把握机会，平庸者拖沓延误	85
低调者安然淡定，平庸者情绪无常	87
低调者步步为营，平庸者不思进取	89
低调者相交似水，平庸者密无间隙	90
低调者容人缺点，平庸者斤斤计较	93
低调者留有余地，平庸者死钻牛角	95
低调者自律有节，平庸者放纵无度	97
低调者乐天少忧，平庸者阴郁消沉	99
低调者审时度势，平庸者盲目冲动	100
低调者意志坚强，平庸者心态懦弱	102
低调者冷静决策，平庸者优柔寡断	103

第四章 万丈高楼盖在地基上：低是高的起点

《道德经》有云：“图难于其易，为大于其细。天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。是以圣人终不为大，故能成其大。”这句话就是讲：做任何事情都要从小事着手。从最容易的地方开始。一些大事，都是从一些细节开始做的。圣人做事的高明之处就在于，他们不会一开始就去做大事，他们懂得成功从小事情开始的道理，并且按照这样的准则去做事。

伟人都攀登过失败的梯子	106
千里之行，始于足下	108
虚心倾听，接收信息	110
在逆境中保持韧性，才能重振旗鼓	112
主动顺应别人，而不是强迫别人顺应自己	114



除了内心的绝望，并没有真正的绝境	116
世上没有绝对的弱者	118
机会总是藏在低谷中	120
不怕没文凭，就怕没水平	122
挫折往往是好的开端	125
任何困境和不幸都可以被微笑征服	129
自身的缺憾就是奋斗的动力	133
贫困中可以培育一种幸福	135
“拙诚”是一切事业的基础	137
一步一个脚印就是走出底层的捷径	138
看到自己的无知才是真知	141
在无人问津的地方很可能隐藏着财富	143
适时放弃，不失为一种明智选择	144

第五章 在低调中突破平庸

人就像一部汽车，而期望就像汽车的变速档，而心中的怀疑自卑，愤恨、失败感等消极的想法就像汽车发动机里的锈斑和污垢，只有在清除这些污垢并挂上高速档时，人生这部汽车才能快速地驶向成功。而一个对自己期望很低并且自卑的人则好像一辆只有低速档的冒着黑烟的老爷车。正如一句唐诗中描绘的，“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”。现代社会更是一个人才济济、充满竞争的社会，只有自信并敢于行动的人才有成功的机会。

不做没有憧憬的“鹅卵石”	148
为机会制造一块“备用牌”	150
沉静内敛，是一种内在的力量	152



多一份耐心，多一份收益	154
铁可以变得比金贵	155
摆脱自卑，证明自己不是一个弱者	157
从最基层开始，一步步接近成功之巅	158
地位低下时正好选择崛起	160
不管什么环境，都是对你的祝福	161
不必样样追求优秀，但可以做到更好	163
不平凡就是平凡的积累	164
脚踏实地，才能避免漂浮	166
勤勉高于天赋	168
天地不生无用之材	170
默默地储备，就可能一鸣惊人	172
清廉者愈显高贵	174
真正精明者往往大智若愚	175
不做聪明的傻瓜	177

第六章 低与高是一体的两面，相辅相成

越是有涵养、稳重的成功人士，态度越谦虚。只有那些浅薄地自以为有所成就的人才会骄傲。美国石油大王洛克菲勒就说：“当我从事的石油事业蒸蒸日上时，我晚上睡前总会拍拍自己的额角说：‘如今你的成就还是微乎其微！以后路途仍多险阻，若稍一失足，就会前功尽弃，勿让自满的意念侵吞你的脑袋，当心！当心！’”这就是一再告诫人们要保持适度的低调谦虚，尤其是稍有成就时应格外小心，不要忘了本来面目。

高尚的人格，散发随和沁人的芳香	180
想走到高处，先学会低头	183



能输得起，才能赢得彻底	185
有所不为，有所为	186
平淡不是无所追求	188
宁静可以致远	189
全能接近无能	192
得意时谈失意，失意时要得意	195
摆平自己，才能抬高身价	199
沉默是一种积极的参与	201
含蓄委婉胜过滔滔不绝	203
不争实为大争	206
思危方能居安	207
明月还得众星捧	209
不独享荣耀，才会获得真正的荣耀	213

第七章 平衡高与低，站稳一席地

人生处世有两种境界：一是逆境，二是顺境。在逆境中，困难和压力逼迫身心，这时候应懂得一个“屈”字，委曲求全，保存实力，以等待转机的降临；在顺境中，幸运和环境皆有利于我，这时节当懂得一个“伸”字，乘风万里，扶摇直上，以顺势应时更上一层楼。但无论“屈”与“伸”，都需要保持一份淡定，一份从容，在一种平衡的心态下站稳脚跟，扮演好人世间的角色，不愧为潇洒走一回。

良好的修养就是一笔人生财富	216
不为福先，不为祸始	218
激流与平川都在人生之河中	220
善于忍受灾祸，更善于忍受幸运和荣宠	222



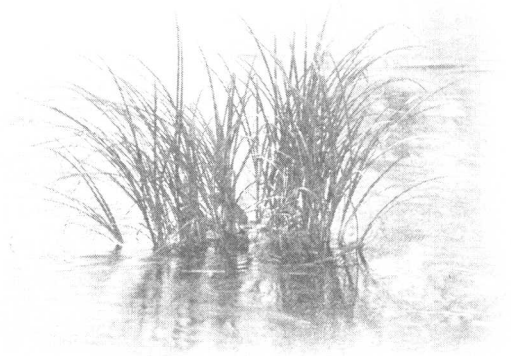
低调，但不平庸

步子不在于跨得有多大，而在于有多稳	224
能屈能伸才是真豪杰	226
恰到好处，恪守中庸	228
古板不化者要学习“权变”与“时中”	230
在高处学会“偷懒”	232
得意时头脑不过度升温	235
世界阴与晴，就在一念间	237
懂得“张弛”之道，才不会被压力拖垮	239
掌握好“方圆处世”的火候	240
君子不争与当仁不让	242

第一章

选择和境界 低调是适合时宜的一种

为人处世,你有必要对“拟态”和“保护色”进行了解。在动物世界里,“拟态”和“保护色”是很重要的生存法宝。“拟态”是动物或昆虫的形状和周围的环境很相似,让人分辨不出来。“保护色”是身体的颜色和周围环境的颜色接近。因为“拟态”和“保护色”,所以大自然的各种生物才能代代繁衍,维持起码的生存空间。做人之学,也可从中得到相应的启示——这就是时下流行的“低调”。





低 调 ， 但 不 平 庸

江海放低了自己，所以容纳了百川

海纳百川，有容乃大。江海之所以伟大，是因为身处低下，方能成为百川之王。要想拥有百川的事业和辉煌，首先要拥有容得下百川的心胸和气量。

一个失望的年轻人，千里迢迢来到法门寺，对释家学者法明说：“我一心一意要学丹青，但至今仍没能找到一个能令我满意的老师。”

法明笑笑，问：“你走南闯北十几年，真没能找到一个自己的老师吗？”年轻人深深叹了口气说：“许多人都是徒有虚名啊，我见过他们的画，有的画技甚至不如我呢！”法明听了，淡淡一笑说：“我虽然不懂丹青，但也颇爱收集一些名家精品。既然施主的画技不比那些名家逊色，就烦请施主为老僧留下一幅墨宝吧。”说着，便吩咐一个小和尚拿了笔墨砚和一沓宣纸。

法明说：“我的最大嗜好，就是爱品茗饮茶，尤其喜爱那些造型流畅的古朴茶具。施主可否为我画一个茶杯和一个茶壶？”

年轻人听了，说：“这还不容易？”于是调了浓墨，铺开宣纸，寥寥数笔，就画出一个倾斜的水壶和一个造型典雅的茶杯。那水壶的壶嘴正徐徐吐出一脉茶水来，注入茶杯中去。年轻人问法明：“这幅画您满意吗？”

法明微微一笑，摇了摇头。他说道：“你画得确实不错，只是把茶壶和茶杯放错位置了。应该是茶杯在上，茶壶在下呀。”

年轻人听了，笑道：“大师为何如此糊涂？哪有茶壶往茶杯里注水，而茶杯在上茶壶在下的？”

法明听了又微微一笑说：“原来你懂得这个道理啊！你渴望自己的杯子里能注入那些丹青高手的香茗，但你总把自己的杯子放得比那些茶



壶还要高，香茗怎么能注入你的杯子里呢？正如江海润谷把自己放低，才能吸纳融汇百川，成汹涌之势啊。”

年轻人听罢，顿时有所领悟。

待人接物，我们首先要学会把自己放低，才能容纳一切。“容人须学海，十分满尚纳百川”。

宽容待人，就是在心理上接纳别人，理解别人的处世方法。尊重别人的处世原则。我们在接受别人的长处之时，也要接受别人的短处、缺点与错误，这样，我们才能真正地和平相处，社会才显得和谐。俗语讲，眉间放一字“宽”，不但自己轻松自在，别人也舒服自然。容纳是一种豁达的风范，对于人生，也许只有拥有一颗容纳的心，才能面对自己的人生。

容纳就是在别人和自己意见不一致时也不要勉强。从心理学角度看，任何的想法都有其来由，任何的动机都有一定的诱因。了解对方想法的根源，找到他们意见提出的基础，就能够设身处地为对方着想，提出的方案也更能够契合对方的心理而得到接受。

容纳其实也是一种幸福，饶恕别人，不但给了别人机会，也取得了别人的信任和尊敬，自己也能够与他人和睦相处。容纳，是一种看不见的幸福。

容纳更是一种财富，拥有宽容，是拥有一颗善良、真诚的心。这是易于拥有的一笔财富，它在时间推移中升值，它会把精神转化为物质，它是一盏绿灯，帮助我们在工作中通行。选择了容纳，便赢得了财富。

面对人生的风雨保持一份平常心

有一间画廊的主人，请两位当地著名的画家各画一幅以“风雨中的宁静”为主题的作品，并为他们选定同一天在画廊中展示、拍卖。

展示的当天，两位画家各自带着自己的作品，自信满怀地来到



低调，但不平庸

画廊。

第一位画家的作品，是以远山之间的湖泊作为背景的主题，湖面如镜。整幅画呈现出风平浪静的景致。在介绍画中意境的时候，他颇为得意地说：“你们看！多么宁静的湖泊啊！湖面连个涟漪都没有，蝴蝶也停在湖边上静止不动，没有风也没有雨，完全远离尘嚣，呈现出来的正是安宁与平静。”

另外一位画家的作品，则大异其趣，是以奔腾的瀑布为主题，瀑布飞流直下，水花四溅。瀑布旁生长着一棵小灌木，树枝弯曲得都快垂到水面，然而就在这棵树上，画家加了一个小鸟巢。鸟巢虽然都浸得湿透了，看起来似乎非常危险，但再仔细一看，却可以发现鸟巢中，竟然还有几只刚出生的小知更鸟。

这时，第一个画家揶揄地说：“这幅画动态十足，我几乎可以听到瀑布急流的声音！”

第二个画家听了之后，不慌不忙地笑着说：“您再仔细地看一看吧！有没有发现鸟巢中的小知更鸟啊？它们可是正在安详地睡觉，一点也不受外在环境的干扰啊！”

最后，观众们得出的结论是：第一位画家的作品只能叫做静止，后者才是真正的宁静。

人生的境界是有差别的，无论是静止还是宁静，归根结底是心境的问题。王维有一首诗：“月出惊山鸟，时鸣春涧中。”自古以来，人们认为静的极致就隐藏在动中。做人也是这样，眼前浮云涌动，胸中要装一颗平常心，要以静的心态俯视周遭变幻万千的世事。

以一颗平常心对待所遇世界，自然会少了许多烦恼。平和的心态对于有志成就大事的人是必不可少的。平常人的平淡，虽不是人生旋律中的精彩华章，却是生活中不可缺少的底色。在现实生活里，平淡总是多于辉煌。谁能善待平淡，谁就能把握住生活的真谛。当机会来临时，才能“于无声处听惊雷”。

追求成功是人生的一大乐趣，但失败了也要随遇而安。“不以物喜，不以己悲”，才是更深层的境界。记得林语堂先生有文：“一个强