

成就胜局的做人良策
得心应手的处世妙方

懂取舍 知进退 让你左右逢源

DONGQUSHE
ZHJINTUI
RANGNI ZUOYOUFENGYUAN

马银文◎编著



人生在世，必须深谙进退之道，无论是在事业还是在家庭关系方面，懂得进退之道的人才会活得更轻松、更快乐。

水一弯一曲而流向大海，蛇一屈一伸而得以前进。欲想在纷繁复杂的世界中安身立命，成就大业，你就必须要懂得进退之道，掌握取舍之法，方能立于不败之地。

 中国纺织出版社

懂取舍 知进退 让你左右逢源

DONGQUSHE
ZHINTUI
RANGNI ZUOYOUFENGYUAN

马银文◎编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

做人，是一门艺术，也是一道永远的难题；做事，是一门学问，更是一个说不完的话题。如果一个人能在纷繁的环境中，自如地驾驭人生，逢凶化吉，遇难呈祥，那么他一定是一个懂取舍、知进退的人。

本书通过大量生动而又富有哲理的故事，讲述了做人做事要懂取舍、知进退的智慧。闲暇之余，读一读本书，足以让你领悟处世的技巧，做人做事的原则，形成一套自我调整的方式。也许，意外的收获就在书中。

图书在版编目(CIP)数据

懂取舍知进退让你左右逢源/马银文编著. —北京:

中国纺织出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5064-8076-5

I. ①懂… II. ①马… 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 (2011) 第 243806 号

策划编辑: 李秀英 姜 冰 责任编辑: 赫九宏

特约编辑: 张烛微 责任印制: 陈 涛

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

三河市灵山装订厂印刷 各地新华书店经销

2012 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 18

字数: 230 千字 定价: 29.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

前 言

生活中，很多春风得意的人都很会做人，他们深谙做人的奥妙，懂取舍之理、知进退之道。懂取舍是做人的一种境界。让我们重温一下小学里学过的《小猴子下山》的故事吧：

“有一天，一只小猴子下山来。它走到一块玉米地里，看见玉米结得又大又多，非常高兴，就掰了一个，扛着往前走。当小猴子扛着玉米走到一棵桃树下时，它看见满树的桃子又大又红，非常高兴，于是扔下玉米去摘桃子。小猴子捧着几个桃子，走到一片西瓜地里。它看见满地的西瓜又大又圆，非常高兴，就扔下桃子去摘西瓜。小猴子抱着一个大西瓜往回走。走着走着，看见一只小兔子蹦蹦跳跳的，真可爱。小猴子非常高兴，又扔下西瓜去追小兔子。小兔子跑进树林子，不见了。小猴子只好空着手回家去了。”

故事中的小猴子每种东西都想要，结果却落得个一无所有的结局。在现实生活中，我们是不是也像小猴子那样，扔下这个去抓那个，结果什么也没有得到？我们有时做事情，是不是一路走来，眼看就要成功了，却在最关键的时候选择了放弃？我们是不是坚持了不该坚持的，结果空劳一场没有收获？我们是不是经历过一些事情，本应该好好把握，却没有尽心尽力，而留下终生的遗憾？

.....

如果说懂取舍是做人的一种境界，一种大智慧，那么知进退则是做

人的另一种境界，另一种大智慧。我们不会忘记：越王勾践沦为亡国之君，屈膝投降。但二十年的含羞忍耻，他卧薪尝胆，得以东山再起，一雪国耻。我们还会记起：韩信年轻时受无赖胯下之辱，但他能屈能伸，后助汉高祖刘邦夺得天下而实现了自身的价值。这一切，我们不能不说他们赢在进退的智慧。

如何进退是一门处世的学问。怎样进，怎样退，这是一种手段；什么时候该进，什么时候该退，这是一种分寸，也是一门做人做事的艺术。无论是在官场上、职场上、商场上、情场上……我们都需要明白进退之道。一个人，如果深谙进退之道，会审时度势，能洞悉对方意图，能审视自身处境，从而知进知退，进退有节，往往能在社会竞争中立于不败之地，在人际交往中游刃有余，左右逢源。

能进，不失为勇；能退，则更显示出智慧；能取，是一种得的智慧，更是一种维系生存的手段；能舍，则是一种谋略。退能保身，退能成事；舍是大义，更是大智。真正的智慧之人，要能进能退，能舍能取，从而从容面对成败，潇洒成就人生。做人左右逢源，做事圆圆满满！

编著者

2011年10月

目 录

第一章 观形势，人在矮檐要低头

能够把自己压得低低的，才是真正的尊贵。做人一定要学会低头：能屈能伸，“忍”字当先，能高能低。到了矮檐之下，该低头时就要低头，否则即使撞不坏你的头，撞坏了屋檐也不是什么好事。

1. 该低头时就低头 /3
2. 人在屋檐下，不做“出头鸟” /5
3. 不要锋芒毕露，该“装傻”时就要“装傻” /7
4. 当不了主角时，就心甘情愿当配角 /9
5. 偶尔做回“出气筒” /12
6. 居功自傲遭排挤，谦虚谨慎能保身 /14
7. 处理难缠的问题，不妨做个聪明的“傻子” /17
8. 以退让开始，以胜利告终 /19
9. 低头弯腰保护自己 /21
10. 不要让你的光芒抢了别人风头 /25
11. 放下自己的面子，给足别人面子 /28

第二章 懂取舍，拿得起还要放得下

拿得起是一种勇气，放得下是一种肚量。做人做到佳处，

须是清心忘我，不计成败得失，不计荣辱功过，一切但求自然，切勿过分执著。拿得起，实为人生之可贵；放得下，才是处世之真谛。只有放得下，才能将该拿得起的东西更好地把握住。

1. 该放弃的时候放弃 /35
2. 造就一种“知足”的性格 /38
3. 学会放弃是一种解脱 /43
4. 有选择，就要有所失 /46
5. 放弃会让我们拥有更多的美好 /48
6. 放得下，才能走得远 /51
7. 生命之舟需要轻载 /55
8. 放弃才能专注 /57
9. 选择幸福 /59
10. 拿得起，放得下 /62
11. 不要让爱成为我们的枷锁 /66
12. 舍得是一种大智慧 /69

第三章 低姿态，强势弱形得人心

一个人，如何对待自己在社会中的位置至关重要。低姿态做人，沉着行事，是一种助你深耕的力量，是一种力量的展示，是一种智慧，又是一种淡泊平和的境界；低姿态做人，并非妄自菲薄、不求进取；低姿态做人，坦诚而平淡地看待自己，反而更容易接近目标。

1. 争取同情，以弱克强 /75
2. “架子”越大，身份越低 /77
3. 退一步，谦让也能为你赢得尊重 /81
4. 想与同事和睦相处，就不要过分张扬 /85

5. 自降身份，在低起点上胜出 /88
6. 想得到帮助就要甘于“示弱” /91
7. 学会忘记，消除仇恨心理 /93
8. 在刁难面前保持理智 /97
9. 当众拥抱你的“敌人” /100

第四章 留余地，游刃有余自从容

做人做事，都要留有余地。不论做什么事都难有百分之百的把握，变数始终存在。所以在没有成功的绝对把握时，应该先给自己留点余地，以便进退自如，来去从容。

1. 适可而止，留下回旋的余地 /105
2. 话不说满，要给自己留后路 /107
3. 为人处世留余地，得饶人处且饶人 /110
4. 口下有情，脚下有路 /113
5. 把“逐客令”下得有人情味 /116
6. 夫妻吵架有分寸：绝不能伤害感情 /119
7. 人情不可耗用无度 /122
8. 求人办事一定要利用好机会 /125
9. 换位思考，善解人意 /129
10. 抓刀要抓刀柄，制人要拿弱点 /132

第五章 知忍让，忍一时风平浪静

忍让，是一种美德。让一步，宽一分，也就自然海阔天空。人生好比一条路，争强好胜，路越走越窄，如能退让一步，路自然会宽平许多。

1. 忍小节，成大事 /137

2. 适当地弯曲一下 /140
3. 忍一时，风平浪静 /142
4. 退一步，海阔天空 /145
5. 要把“忍”字用到适当处 /149
6. 小不忍，则乱大谋 /153
7. 以退为进是一种明智的选择 /156
8. 保持内心的平静 /158
9. 为了美好人生，我们需要忍耐 /161
10. 为人处世低调，方能得人心 /164
11. 忍耐是一把保护伞 /167

第六章 舍弃是为了更好地获得

舍是一种释放，是另一种更高层次的得，是心灵的回归。
珍惜自己应该珍惜的。有时舍弃是为了更好地获得。

1. 有得就有失 /171
2. 做人不能太较真 /174
3. 鱼和熊掌不可兼得 /176
4. 放弃就是另一种选择 /177
5. 勇敢地面对人生的得失 /179
6. 得失是成长和收获的源泉 /183
7. 有时，失去就是别样的拥有 /185

第七章 吃亏是福，不要斤斤计较

人生在世，即使什么也学不会，也得学会吃亏。只要学会吃亏，烦恼就不爱上身，遇事游刃有余，心底坦坦荡荡，吃得香，睡得甜。这种神仙般的滋味，是爱占小便宜的人根本体会

不到的。

1. 把吃亏当福 /189
2. 做人不要斤斤计较 /192
3. 亏，要吃在明处 /195
4. 吃小亏，占大便宜 /198
5. 放长线，钓大鱼 /201
6. 不妨吃点“眼前亏” /204
7. 做别人不做的“亏”本生意 /207
8. “巧诈”不如“拙诚” /209
9. 退一步，进百步 /212

第八章 游刃职场，进退自如有诀窍

人在职场，很多事都身不由己，你凭什么能够笑傲职场？你能做职场上的不倒翁吗？成功的经历总是相似的，失败的人各有各的原因。职场自有职场的生存智慧，成功的人都能在职场中进退自如、左右逢源，因为他们练就了游刃职场的进退智慧。

1. 充分尊重他人的“领土意识” /217
2. 宽严得宜，恩威并用 /220
3. 做一只“喜传捷报”的喜鹊 /223
4. 不要因忽视小人物而栽大跟头 /226
5. 轻松把“不”说出口 /229
6. 理智地处理与上司的冲突 /233
7. 少找借口多行动 /236
8. 用信任感激励下属的使命感 /239
9. 背后议论上司要不得 /243

- 10. 做一个“迟钝”的人 /245
- 11. 办公室里要注意的言行细节 /248

第九章 与人方便，自己方便

你有一个苹果，我有一个苹果，相互交换后每人仍然只有一个苹果；你有一个思想，我有一个思想，彼此交换后每人就拥有了两种不同的思想。俗话说：“送人玫瑰，手留余香。”在帮助别人的过程中，我们也许会得到更多的快乐。

- 1. 助人就是助己 /253
- 2. 对朋友的帮助要心存感激 /255
- 3. 平时“多烧香”，急时有人帮 /257
- 4. 多个朋友多条路 /260
- 5. 救人一定要救急 /264
- 6. 从他人的角度考虑问题 /267
- 7. 满足人们渴望被尊重的心理 /271
- 8. 不要把自己的意见强加于人 /274

参考文献 /277

第一章观形势，人在矮檐要低头

能够把自己压得低低的，才是真正的尊贵。做人一定要学会低头：能屈能伸，“忍”字当先，能高能低。到了矮檐之下，该低头时就要低头，否则即使撞不坏你的头，撞坏了屋檐也不是什么好事。

1. 该低头时就低头

现代社会，竞争激烈，错综复杂，因此在漫长的人生跋涉中，我们必须学会低头。但是，学会低头并不是妄自菲薄与自卑，学会低头意味的是谦虚、退让。

被称为美国之父的富兰克林，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门框上，疼得他一边不住地用手揉搓，一边看着比他的身子矮一大截的门。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。一个人要想平安无事地活在世上，就必须时刻记住：该低头时就低头。这也是我要教你的事情。”

富兰克林把这次拜访得到的教导看成是一生最大的收获，并把它列为一生的生活准则之一。这一准则令富兰克林受益终生。后来，他功勋卓著，成为一代伟人。他在一次谈话中说：“这一启发帮了我的大忙。”言外之意即是：做人不可无骨气，但做事不可能总是昂着高贵的头。

试想，那些登上人生顶峰的成功者们，不论是乘机出访还是站在舞台上发表演说，总是微微低着头向脚下的人群挥手。原因很简单——他们站在高处。而他们脚下的普通人，只能抬头仰视高处的成功者。因为他们站在低处，脚下什么也没有。

或许，在现实生活中我们应该试着去学习低头，学会认输。其实这并不难，只需要知道，当自己摸到一把烂牌时，不要再希望这一盘是赢家；只有傻子才在手气不好的时候，对自己手上的一把烂牌说，我们只要努力就一定会胜利。学会低头，就是在陷入泥潭时，知道及时爬起来，远远地离开那个泥潭。学会低头，就是上错了公交汽车后，及时下车，搭乘另外一辆车子。

从健康角度说，如果人一辈子总是抬头，永不低头，那可能导致脖子僵硬，使自己生活在痛苦之中。该低头时就低头，保持身体健康，生活才能更加美好。人生，又何尝不是如此？

雷墨就曾经说过：“低头是需要勇气的。”的确，否则又怎会有明知是输，依然执迷不悟的赌徒呢？回顾历史，因缺乏这种勇气而一怒之下杀死了进谏之人的历代君王比比皆是。看看身边，因为缺乏这种勇气而酿成大错的人不胜枚举。

要知道，人是有可能做错事的，做了错事，该认错时要认错，认错将使人以后在同样的问题上少犯错误或不犯错误。人是有可能失败的，当失败时，承认失败，总结失败的教训，失败就是成功之母。人在前进的道路上，有时可能需要退却，退一步海阔天空。人生的道路不可能是笔直的，当需要绕行时，就应当选择适当的弯路，以便更好地接近和达到目标。

学富五车的人，也会因为承认自己知识的局限，而受到别人更多的尊重。也许你比对方高明，但是赞扬对方的高明，丝毫不影响你的权威；也许你掌握真理，但是肯定他人观点中正确的部分，会使他人更容易接受真理；也许错误在其他人的身上，但是你承认自己的缺点，将更容易促使别人承认错误。

2. 人在屋檐下，不做“出头鸟”

在老板手下工作，无异于人在屋檐下。俗话说：人在屋檐下，哪能不低头！如果与老板发生冲突，即使你当时忍无可忍，但只要你不“走人”，那就千万不要在你的上司面前逞能，更不能做“出头鸟”，当众羞辱你的上司！

有一位大学生，他分配到了一家贸易公司。他能力很强，也很上进，工作十分努力，但干了几年，他还是没有提升的机会。当时与他一起进公司的人有的都做了主管，可他还是一个最底线的员工。其实，同事们都知晓其中的原因，只是他自己想不清楚。

有一次，他的主管正和公司老板一起检查工作，当走到他的办公室时，他站起来，对自己的主管说：“经理，我想提个意见，我发现咱们部门的管理比较混乱，有时连一些客户的订单都找不到。”也许他说的是事实，但此事的后果就可想而知了。

也许你会说，这个人也是为了公司的利益，并且想改进工作。是的，他的本意不错，但我们要了解人性的另一个方面，谁也不愿当众出丑。即使有些人能做到前仇不计，但忘不掉当众受辱的难堪的凡人还是占多数的！所以这件事可能会产生一些潜在的后果：一方面双方心里都有疙瘩，受到指责的人因为有损自尊，终究不能释怀；指责他人者也总是担

心挨整，时时提防。另一方面可能埋下了将来争斗的种子，表面上看起来平静无波，主管当场接受意见，但心里可能耿耿于怀，要伺机报复。

一般说来，那种真君子、大度量的上司虽有，但大多数上司还是不想让人当众指责自己工作中的疏忽和漏洞，特别是当着自己的老板。因为这样会影响他的前程。即使你说得再对，如果他因此而失去了自己的职位，他还会感谢你的提议么？如果他对你不满，也许会做出一些对你不利之事，如：“冰冻”你，不给你重要的事做。你再沉得住气，也不可能每天闲着打杂吧！或者鸡蛋里挑骨头。明明你工作干得不错，但他就是不满意，总是挑毛病！也可能给你做出不良的业绩考核。业绩不好，加薪、升职还有希望吗？也可能分化你和同事之间的感情，造成你的孤立！等等，最阴险的，就是当众给你难堪。例如在开会的时候批评你。作为上司，他有批评你的权利！

总之，你的上司比你的优势更多，不论他使出上面的哪一招，都能让你这个当下属的坐立难安。如果你想越级打小报告，除非你证据确凿，而且你的上司错误严重，否则也不会有太大的效果。因为他毕竟是老板提拔上去的。

如果你确有证据，足以让他下台，也未为不可，但同时你会被贴上一个“好斗”的标签。除非你手上有丰富的资源可以分配，否则人人会敬你而远之，因为他们怕不小心也被你斗倒。而更严重的是，你把现在的上司斗走了，新换的上司会怕接近你，他也怕被你斗倒！

万一因为年轻气盛，不小心让你的主管当众出丑和难堪，而且你也不想离职，那就赶快向上司道歉，这是唯一可取的弥补措施。也许你的上司看到你的低姿态，会认为你当时并不出于什么目的，而会原谅你。如果不去道歉，后果会很糟糕——让你无路可走，结果只有“走人”！