



以退为进

——人生的另类智慧

张美娜 主编



海潮出版社
Haichao Press

以退为进

——人生的另类智慧

张美娜 主编

海潮出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

以退为进：人生的另类智慧 / 张美娜主编. -- 北京：海潮出版社，2014.3
ISBN 978-7-5157-0345-9

I. ①以… II. ①张… 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317801号

书 名：以退为进——人生的另类智慧

作 者：张美娜

责任编辑：郑晶晶

封面设计：苏海慧

责任校对：王洁莉 刘 莉 马丽君

责任印务：张淑玲

出版发行：海潮出版社

社 址：北京市西三环中路19号

邮政编码：100841

电 话：(010) 66969738 (发行) 66969732 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销：全国新华书店

印刷装订：北京新华印刷有限公司

开 本：710mm × 1000mm 1/16

印 张：12

字 数：160千字

版 次：2014年3月第1版

印 次：2014年3月第1次印刷

ISBN 978-7-5157-0345-9

定 价：26.00元

(如有印刷、装订错误，请寄本社发行部调换)

前 言

中国人的生存智慧，首先要学会和谐。

于个人来讲，和谐能够使人左右逢源，进退自如；于团队来讲，和谐能够沟通意见、团结同事，形成战斗力；于世界来讲，和谐能够加深理解、达成共识，化干戈为玉帛。

那么，如何才能达到和谐的人生境界呢？

其实很简单，和谐要靠忍、让、退三个字去获取。

古往今来，凡成大事的人都要经得起忍、让、退的考验。正所谓“以柔克刚，百忍成金！”刘邦“忍小取大，舍近求远”，故能击败项羽；韩信大勇无方“胯下受辱”，才能成就一番王侯之业；勾践“卧薪尝胆，忍辱负重”，故能“三千越甲而吞吴”。

他们懂得忍让，所以赢得一个全新的天下。

忍，就是不示弱的表现，在失败中总结经验，在逆境中休养生息，积蓄力量，以图东山再起。

让，就是不计较一时的高低、眼前的得失，而是胸怀全局，着眼未来。

退，就是在逆境中，为了达到成功的目的而采取的一种以退为进、以守为攻的策略。退一步而进两步，为了失而复得，发展壮大，达到成功的目的。

“忍、让、退”三字真言，是一种境界，是一种学问，是一种美德，更是一种智慧。

人的成长过程是一个逐渐走向和谐的过程。年轻的时候，初生牛犊不怕虎，总以为自己可以改变整个世界，任何事都可以把握在自己的股掌之间。但是生活总是给人以不断的砥砺，它赐予你失意和悲痛，让你一步步地改变对它的态度，消弭对它的无畏，慢慢地将你打造得成熟、理智，直到和谐。

懂得“忍、让、退”是一种自信的表现，忍一时不过是图谋更大的发展。这表明你对自己的能力有充分的信心，对未来方向有明确的规划，对最终结果有充足的把握。

凡是缺乏自信、没有方向感、对未来没有任何预见的人，往往都是冲动而幼稚的。他们看不到大局，只凭一时冲动做事，到了不可收拾的地步才知道后悔。

“忍、让、退”不是三个贬义的字眼，更不是耻辱。告别锋芒毕露的青年，步入委婉豁达的中年，“忍、让、退”是智慧老人送给我们的最好礼物。

这本书就是把历史上众多凭借“忍、让、退”而成功的事例综合起来，加以经验总结，成为一本成功励志类读物。

目录 CONTENTS

第一卷 强者智慧

第一章 忍一刻即是千秋

- 004 张子房忍辱受书
- 007 刚柔并济，以忍制暴
- 010 忍住一时，积聚力量
- 012 忍一刻即千秋
- 014 忍辱负重，终获成功
- 016 在等待中寻找机会
- 018 控制情绪，不动声色
- 021 以退为进，王者气概
- 023 不懂忍让，覆军杀将
- 025 行善忍让 趋福避祸
- 027 忍辱方能负重
- 028 忍辱的智慧
- 030 善忍灭东胡
- 032 忍所不能忍，成千秋功业
- 034 慈悲容忍，有益身心

第二章 让一分风轻云淡

- 037 孙权坐收“渔翁之利”
- 040 善用感情
- 042 不辩自明
- 044 让出将相和
- 046 该退让时须退让
- 049 要以和为贵
- 051 礼让三分
- 053 陈平以退为进，坐稳丞相之位
- 055 退让可得福

第三章 退一步海阔天空

- 058 退避三舍的奥秘
- 061 韩信诱敌深入
- 065 明哲保身，进退自如
- 068 以退为进，终获胜利
- 071 置之死地而后生
- 074 康熙帝松手挥拳
- 077 苻洪以退为进，成就帝国霸业
- 079 艾森豪威尔以退为进指挥蒙哥马利
- 081 司马懿以退为进，发动政变
- 083 《陈情表》里的以退为进
- 085 功成身退，天之道

第二卷 生活智慧

第一章 忍一时风平浪静

- 090 忍耐是一种力量
- 092 宽容是幸福婚姻的良药
- 095 忍得一口气，修为全不同
- 097 蝉的启示
- 099 百忍堂
- 101 夫妻生活需要忍耐

第二章 让三分心平气和

- 104 宽以待人，容天下难容之事
- 107 化敌为友，克己恕人
- 109 兄弟之间相互谦让
- 111 学会控制情绪
- 113 宽容忍让是个宝

第三章 退三步雨过天晴

- 116 退让的技巧
- 118 巧化解——婆婆夸她明事理
- 121 教育里的“以退为进”
- 123 与孩子以退为进的相处之道
- 126 争吵有度，和好有方
- 129 佛门中的以退为进

第三卷 职场智慧

第一章 放下身段 换一种姿势前进

- 134 一步步亮出底牌
- 137 懂得“低头”，为“抬头”保留空间
- 140 摆正位置，保持平和的心态
- 143 贬低是为了更好地提高
- 145 以退为进，“曲线救国”
- 148 以退为进的妙用

第二章 让二分左右逢源

- 151 巧妙化解同事之间的矛盾
- 154 不争即是争
- 157 做事要留有余地
- 160 双赢——合作的最高境界
- 163 两败俱伤，不如握手言欢
- 166 摩托罗拉的经营之道
- 168 知人善任，大胆放手

第三章 经营之道在于进退自如

- 172 妙解公司困境
- 175 最后一幅画的价格
- 177 吃小亏占“大便宜”
- 180 欲速则不达，眼光需放长远
- 182 主动吃亏，以退为进
- 184 退一步的盈利空间

第一卷 强者智慧



世也，于十有。... 忍一

忍一

... 忍一

... 忍一

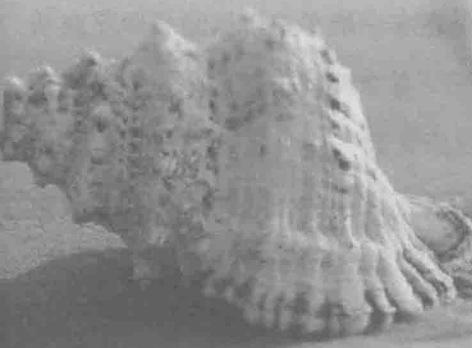
... 忍一

第一章 忍一刻即是千秋

... 忍一

... 忍一

... 忍一



张子房忍辱受书

君子忍人所不能忍，容人所不能容，处人所不能处。

其实，忍辱也是一种智慧，而小不忍有时可能会危及性命。我们常常会对周遭的一切感到难以忍受而产生烦恼，甚至做出损人不利己的事，在吸取教训后，痛定思痛，才发觉根源在于忍不下那一口气。

不愠不火是一种善于忍耐的处世之道。忍人之所不能忍，才能为人所不能为。

唐代大诗人白居易说得好：“孔子之忍饥，颜子之忍贫，闵子之忍寒，淮阴之忍辱，张公之忍居，娄公之忍侮。古之为圣为贤，建功树业，立身处世，未有不得力于忍也。凡遇不顺之境者其法也。”事实上，成熟老练的人素来将忍耐视为一种做人的分寸。

所以，学会忍耐是很重要的。

秦始皇横扫六国之后，建立了我国历史上第一个统一的封建帝国。

全国形势稳定后，有一次他乘车东游，进行视察。仪仗盛陈，警卫森严，长长的车队在新修的驰道上逶迤行进。走到一个叫博浪沙（今河南原阳东南）的地方，在围观的人群中，突然有人用一个120斤重的大铁锥砸向车队。

但这位狙击者不知道秦始皇嬴政坐在哪一辆车里，结果误中了随从的车辆。嬴政虽然幸免于难，却吓出了一身冷汗，于是下令全国搜捕。但主使行刺的人很机警，始终没有抓到。

这是秦朝发生的一个轰动天下的事件，在历史上也很有名。主使狙击秦始皇的这位义士就是张良。

张良，字子房，是辅佐刘邦推翻秦朝，战胜项羽，建立汉朝的开国功臣，被称为汉“三杰”之一。刘邦曾评价张良说，“别看子房没有亲自率兵上阵杀敌，但能运筹帷幄之中，决胜千里之外，这就是子房的大功。”可见，张良在当时是一个难得的战略策划家。他后来封在留（今江苏省沛县东南），世称留侯。

张良之所以冒杀身之险行刺秦始皇是有原因的。张良的祖上是战国时期的韩国人。他的祖父、父亲先后作过韩国五代君主的宰相，是有名的世家贵族。

在张良小的时候，秦国灭掉了韩国。饱受国破家亡之苦的张良发誓要为韩国报仇。所以他以重金买通了一个力士，在博浪沙狙击了秦始皇。

这件事发生以后，由于秦始皇搜捕很严，张良不得不逃到下邳（今江苏省下邳县南），更名改姓，隐匿避祸，过起隐忍的生活。

有一次，张良闲居郁闷，便独自一人来到下邳的一座桥上散步。他一边漫无目的地徘徊，一边想着如何进行下一步行动。

这时，一位身穿粗布短衣的老人走到张良身旁，故意把自己的鞋掉到桥下，然后回头看着张良说：“孩子，下去把鞋给我取上来！”

张良一下子愣住了，心想，我与你素不相识，居然让我干这种仆人干的事！这不是当面侮辱我吗？

张良本想对着老者发泄一下这些日子的闷气，但见这位老人须发皆白，就勉强忍下这口气，走到桥下把鞋给他取上来。

“给我穿上！”老人伸着脚说。

张良一想，哎！鞋都取上来了，就给他穿上吧！

于是跪下身子，准备给老人穿鞋。那老人伸脚等着张良给他穿好鞋，然后，细看了张良一眼，笑着走了。

这老人怪异的行为使张良非常惊奇，一直目送着他的背影。那老人走出一里地左右又转身折了回来，走到张良身边对他说：“你这孩子可

教啊！五天后，天刚亮的时候，你到这里与我相会。”

张良点头答应了。

到了预定的那天早晨，张良应约来到桥上。那位老人已经先到了，他生气地责备张良说：“你与老人相约，却比老人晚到，这是为什么？”并告诉张良，五天以后的早晨再来。

第二次赴约，张良自以为去得很早，可还是比老人晚到了，于是又约了第三次。这回，张良可吸取了教训，他没到半夜就跑到桥上去赴约，老人过了一会儿才到。

这次老人家很高兴，从怀里掏出一册书交给张良，并对他说：“你读了这部书，就可以做君主的老师了！十年后，你定会有所作为的！”说完，老人便消失在夜幕之中。

天亮以后，张良拿出书来一看，竟然是一部《太公兵法》。

得书以后，张良努力研读，经常温习，果然成了精通兵法的谋略家。

后来，他辅佐刘邦。刘邦以师礼待他。君臣齐心协力，终于夺得天下。

智慧箴言：

忍耐是一种谋略。“小不忍则乱大谋”是指忍的原则，“一忍可以制百辱，一静可以制百动”是指忍的效果。

因此，身处逆境，置身祸中，要学会忍，才能成就大事，忍得一时苦，方为人上人。遭受一番苦难，忍一忍，熬过去，就可以接受天将降之大任了。当然，当人们将忍耐看做是唯一的目的地时，当忍耐变成逆来顺受、失去抗争时，这种忍耐就毫无积极意义了。

刚柔并济，以忍制暴

西汉隗不疑说：“凡在朝为官，太刚容易受挫折，太柔则办不成事情，威行应当施之以恩，然后才能建功扬名。刚性的事物性坚而易裂，易于进取而难于防守。柔性的东西性钝而有韧，易于守成而难于进攻。”

因此，太刚易折，太柔则废，刚猛有利于进取，而柔弱有利于守成。二者各有长短，如果刚柔相济，则无往而不胜。”

三国时期的吴国，在孙权去世后，朝中权臣争权夺势，相互倾轧。孙峻诛杀了诸葛恪之后，就开始把持吴国的朝政。由于他向来没有名望，而且为人骄矜残暴，朝中众臣和百姓对他非常不满。孙峻在擅权三年之后病卒，临终前将大权交给了没有战功且只有24岁的从弟孙林，使得在外征讨魏国的吕据等大将很不服气。

孙权临终前受命滕胤和诸葛恪辅政，滕胤不甘心受孙林节制，和吕据先后举兵征讨孙林，孙林派其从兄孙虑迎击吕据和滕胤。孙虑趁二人不和之机打败了他们，而吕据和滕胤则被夷三族。

于是，孙林自任为大将军，封永宁侯，总揽朝政。孙虑曾为孙峻诛除诸葛恪出谋划策，孙峻对他礼遇甚厚；孙林征讨吕据和滕胤，孙虑可谓功不可没，但孙林却很轻视他，对他十分无礼，孙虑早就心存不满，在朝中联合将军王敦，密谋杀死孙林。事情败露，孙林杀死了王敦，孙虑也被迫餓药而死。孙林进一步稳固了自己的地位。

此时的曹魏政权内部也是矛盾重重，李丰、夏侯玄、毋丘俭等人先后举兵征讨司马氏，均以失败告终，大将诸葛诞感到自己的处境也十分

危险，准备叛魏归吴。被魏国用 20 万大兵困在寿春。

孙林急欲收降诸葛诞以便扩充自己的势力，先后派出三批军队为诸葛诞解围，但都没有成功，孙林大怒之下斩杀了大将朱异。

这场战争，劳民伤财却毫无所获，使得吴国上下对他更加不满。

孙林于是称病不再上朝，让他的弟弟孙据掌管宿卫，另外三个弟弟孙恩、孙干、孙闾分别掌管各营的兵士，拥兵自固。

此时，吴主孙亮年满 16 岁，开始亲政，对孙林所奏表章，经常很不客气地加以质问。他还特意筛选了 3000 名少年，并以大将子弟为将帅，终日在皇家林苑中操练。

当孙林救诸葛诞未成，民心尽失之时，孙亮觉得时机已经成熟，于是和公主鲁班、太常全尚、将军刘承商议，决定诛杀孙林，却不想消息泄露，全尚被抓，刘承身死。孙亮被孙林废除帝位，降为会稽王。

孙林废黜孙亮后，本想自己称帝，却怕朝中上下反对。只好立孙权的第六个儿子孙休为帝。

孙休对孙林家族权势过盛早就心存不满，但是他心里十分清楚，现在孙林的势力强大，自己根本不是他的对手。为了稳住孙林，孙休任命他为丞相、荆州牧，增加五县封邑，任命他的四个弟弟为将军，封为县侯、亭侯。

当时，有人向孙休告发孙林想要谋反，孙休没有审讯那个人，而是直接将他交给孙林，任其处置。孙林上表说自己想到武昌屯兵，还请求将他以前统领的中营精兵一共万余人和武器库中的兵器全部带走。孙休都答应了。

这一年，朝中照旧举行腊会，孙林谎称自己身体不舒服，并没有赴会。孙休前后一共派了十几个人去请他，孙林才答应前往，临走前暗中嘱咐家人说：“马上将应对事变的兵卒集合好，等我一进宫，你们就在府中放火，我就可以借口府中失火离开皇宫。”