

一切成功者都是高标处世与低调做人的典范

高标处世

低调做人

成就伟大事业的基础

GAOBIAO

张振学/著

CHUSHI DIDIAOZUOREN

国际著名人生专家说过，人一生中能够确立自身根基的事不外乎两件：一件是做人，一件是处事。而最能保全自己、发展自己和成就自己的人生之道便是：高标处世，低调做人。

高标处世是一种境界 低调做人是一种风度



中国商业出版社

ZHONGGUO SHANGYE CHUBANSHE

高标准做事 低姿态做人

高标处世 低调做人

GAOBIAOCHUSHI DIDIAOZUOREN

张振学/著

低调是做人的最佳姿态
高标是处世的驰步尺度

中国商业出版社
ZHONGGUO SHANGYE CHUBANSHE

图书在版编目(CIP)数据

高标处世 低调做人/张振学著. - 北京:中国商业出版社,
2004.9

ISBN 7-5044-5218-1

I.高… 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(2004)第 093639 号

责任编辑:陈学勤

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
新华书店总店北京发行所经销
北京金华印刷有限公司印刷

*

880×1230毫米 32开 9印张 170千字
2005年1月第1版 2005年1月第1次印刷
定价:23.80元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

版权所有 翻印必究



前言

台湾有位人生专家说过，人一生中能够确立自身根基的事不外乎两件：一件是做人，一件是处世。而历览古今，纵观中外，最能保全自己、发展自己和成就自己的人生之道便是：高标处世，低调做人。所谓“捧着一颗心来，不带半根草去”、“以出世的精神做入世的事情”，就正是这一标准的生动注解。我们翻阅历史，注目现实时，往往还会发现：大凡高标处世者，其做人的基调都很低；大凡低调做人者，其处世的标准都相当高。于是就产生了一种奇妙的因果：越是低调做人者，往往越能成就大事；越是功成名就者，往往越是低调做人的典范。

诚然，高标处世不仅可以激发人的志气和潜能，而且可以提升做人的质量和层次。高标处世者，其步履必然积极而阔大，其成事必然顺理而成章，其人生必然恢宏而壮丽。

而生活在世间，行走于社会，既做事，就不能自外于人，自外于人无异于自绝生路。而自绝生路者，又能做成何事？因此，欲成事者必要见容于人，进而为人们所悦纳、所赞赏、所钦服，这正是人能立世的根基。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，不禁风雨。而低调做人就是在社会上加固立世根基的绝好姿态。

低调做人既是一种姿态，也是一种风度，一种修养，一种品格，一种智慧，一种谋略，一种胸襟。低调做人不仅可以



保护自己、融入人群,与人们和谐相处,也可以让人暗蓄力量、悄然潜行,在不显不露中成就事业;不仅可以让人在卑微时安贫乐道,豁达大度,也可以让人在显赫时持盈若亏,不骄不狂。

低调做人就是用平和的心态来看取世间的一切。修炼到此种境界,为人便能善始善终;便能宠辱不惊,看庭前花开花落;便能去留无意,望天上云卷云舒;便能贫贱不能移,富贵不能淫,威武不能屈。

低调做人,高标处世,我们便能获得一片广阔的天地,成就一份完美的事业,更重要的是,我们能赢得一个涵蕴厚重、丰富充沛的人生。有鉴于此,我们做人的焦虑和处世的惶惑也就能够冰消雪释了。

作者

2005年1月于北京

目 录

第一章 高标处世与低调做人

低调是一种风度，高标是一种气魄。懂得高标处世，善于低调做人，不仅是体面生存和尊严立世的根本，也是赢得人生、成就事业的最佳姿态。高标处世必以低调做人个基点，因为低调做人既可处逆又可处顺，既可韬晦又可精进，实可为圆熟睿智的处世哲学。

- 1.低调做人是高标准要求自己的必然 (3)
 - 低调做人是步入社会的必然要求 (3)
 - 低调做人是为人处世的基本姿态 (6)
- 2.高标处世是低基准起步立身的开始 (8)
 - 高标处世是踏入社会生活的起点 (8)
 - 高标处世是取得事业成功的前提 (10)

第二章 低调做人的印象特征

有人把世间之人分为“上九流”和“下九流”，这其中有什么道理吗？有！看看那些跻身于“上九流”的人，大都是低调做人的典范。愈是能保持此一本色的人，则愈能得大成、成大器、至大尊。

目 录

1.不卑不亢谓之低调	(15)
千万要摆脱“低人一等”的感觉	(15)
自视“高人一等”就是自冒被孤立的风险	(19)
2.不骄不躁谓之低调	(23)
骄躁是不成熟的表现	(23)
狂躁者徒有大志	(25)
3.不愠不火谓之低调	(27)
人在发火时，烧掉的首先是自己	(28)
与世无争实为与世大争	(30)

第三章 低调做人是最理智的世态平衡艺术

在这个无处不充满竞争的社会里，没有人甘愿成为弱者，一旦看到某人突然在自己的视线里出头了，一些诸如嫉妒、不服、牢骚、怨怒，甚至讥讽、作祟等消极反应可能由此而生。如果出头者谦逊行事，低调做人，保持和大家平起平坐的姿态，就能在一定程度上消弭社会的不平衡心态。

1.降低优越感可以平和众人心态	(35)
低调做人，简化生活	(35)
低调做人可以融洽人际关系	(37)

目 录

2.摆平自己才能摆平人心	(39)
不装蒜：与大家平起平坐	(40)
不炫耀：人们更愿意与你接近	(42)
3.不要妨碍别人出头的视线	(44)
不要将自己树成别人射击的靶子	(44)
做人贵在不显不露	(46)
4.一定要收敛起自己的过分言行	(48)
收敛起自己的出格行为	(48)
收敛起自己的出格语言	(51)
5.低调做人乃谦逊本色	(53)
做事高标准，欲望低要求	(54)
学会像普通人一样生活	(56)

第四章 低调做人是最高明的韬光养晦艺术

《红楼梦》中评论薛宝钗：罕言寡语，人谓“装愚”；安分随时，自云“守拙”。薛宝钗的装愚守拙总要比林黛玉的任性逞才容易被人接受、容易赢得别人的好感，所以，不轻易暴露自己的目标，不轻易表现自己的锋芒，不失为一种韬光养晦和保全自我的处世哲学。

目 录

1.假糊涂实乃真聪明之大哲学	(63)
糊涂是诠释人生的大智慧	(63)
糊涂是为人处世的大艺术	(64)
糊涂是保全自我的大手段	(67)
2.宁做傻中精，不做精中傻	(70)
傻中精是真精	(70)
精中傻是真傻	(73)
3.好汉不露真本事	(75)
不露真本事可以静观风云变幻	(75)
不露真本事可以免受无谓骚扰	(77)
不露真本事便于捕捉最佳出手时机	(79)
4.别轻易暴露自己的“野心”	(80)
真人不露相，露相非真人	(81)
野心别外露，外露遭贬黜	(84)
5.貌若愚憨者未必真愚	(86)
要善于在“迟钝”中掌握主动	(86)
外乱内整，内精外钝	(90)
6.把锋芒暂时藏起来	(92)
君子藏器于身，待时而动	(92)
强者露锋于外，反伤己身	(96)

目 录

第五章 低调做人是最隐蔽的养精蓄锐艺术

人人都有在社会上充分展示自我和张扬自我的愿望，但对自我的展示和张扬要基于足够的能力和能量。人常说：“要想人前显贵，须得背后受罪”、“台上三分钟，台下十年功”，没有在“背后”和“台下”的艰苦磨砺和低调历练，是不可能“一飞冲天”和“一鸣惊人”的。

- 1.藏锋敛迹可避免陷于无益竞争 (103)
 - 在暗中修炼自己 (103)
 - 在暗中寻求机会 (105)
- 2.不显不露不会轻易遭遇敌手 (107)
 - 少争风才能少吃醋 (107)
 - 退一步是为了进两步 (108)
- 3.用谦逊赢得上司 (111)
 - 调正自己的欲望和要求 (111)
 - 让上司在低微处发现你 (113)
 - 敦厚之人始可托大事 (116)
- 4.用低调打造自己 (118)
 - 不要被无聊的事牵扯精力 (118)
 - 先潜下心来，后伸出手去 (120)

目 录

5.低调做人更能使你长成参天大树	(124)
从卑微处起步，更益于立身	(124)
不显眼的花草少遭摧折	(126)
6.要想人前显贵，须得背后受罪	(130)
要想“胜人一筹”，先学“低人一等”	(130)
走出卑微，掌声才会响起	(133)
7.不出风头便不会被风摧折	(136)
学会藏巧于拙	(136)
善于瞒天过海	(138)

第六章 低调做人是最老到的匍匐前进艺术

在战斗中，战士们为了缩小自己的外露目标，总要采取隐蔽或匍匐前进的姿势，这样就不易被敌人发现，减少伤亡几率。在商场上、职场上有时也需要匍匐前进，如果你过分暴露自己，就会遭到对手攻击。

1.匍匐前进，深藏不露	(145)
不善隐蔽就会自冒被吃掉的风险	(145)
匍匐前进更有利于捕获猎物	(149)
2.匍匐前行不等于趴着不动	(153)

目 录

匍匐前进是一门斗争艺术	(153)
盛时常作衰时想，上场当念下场时	(156)
3.人生有些路段须爬行而过	(160)
山势陡峭处，不妨爬行一段	(161)
爬行也是前进	(163)
4.春风得意切忌忘形	(166)
位居显要处，要常反躬自省	(166)
求功进身时，要夹起尾巴做人	(168)
5.直木遭伐，井甘水枯	(172)
憨者喜欢卖乖，智者喜欢卖憨	(172)
出头的椽子先烂	(174)
莫与强者争锋	(174)
6.炮弹总是射向暴露的目标	(177)
也分大家一杯羹	(177)
得势时不要咋咋呼呼	(182)

第七章 低调做人是最绝妙的明哲保身艺术

知进而不知退，善争而不善让，定然会招来灾祸。殷鉴不远，历史的教训依稀还在发出深深的叹息。所以司马光在《资治通鉴》中才发出“汉三杰而已，萧何系狱，韩信诛夷，子房托于神仙”的慨叹。

目 录

1.在行为上低调：免得枪打出头鸟	(189)
功高不震主，在行为上莫出风头	(189)
才大不气粗，在德行上不要卖弄	(192)
2.在言辞上低调：话到嘴边留半截	(195)
说话前要给自己定个调	(195)
收起脸子，放下架子	(197)
沉默是福音	(200)
3.在心态上低调：知足者常乐	(202)
拥有所衷爱的工作，就是快乐	(202)
淡泊名利粗衣素食也潇洒	(206)
4.在社会上低调：须知爬得高跌得重	(207)
莫为利欲之争而舍弃一切	(207)
降低人世基调	(210)
5.在姿态上低调：谦卑处世人常在	(211)
学会以谦卑的姿态示人	(212)
可以得意但绝不忘形	(214)

目 录

第八章 低调做人是最沉稳的中庸平和艺术

中庸哲学提倡做人既不锋芒毕露，也不卑微猥琐，关键是在上与下、高与低、强与弱、显与藏、进与退之间选择一种适当的、中和的处世之道，并贯彻实践到具体的人生过程当中去。

- 1.不要拽着自己的头发离开地球 (219)
 - 水满则溢，过犹不及 (219)
 - 抬高自己就是孤立自己 (222)
- 2.别拿自己不当普通人 (226)
 - 圣人无名 (226)
 - 大者无形 (228)
- 3.放下自己的身段儿 (232)
 - 大事堪可做，大牛不可吹 (232)
 - 放下身段更能提高身价 (235)
- 4.谦逊是伟大之本 (237)
 - 谦虚者受人嘉许 (238)
 - 骄矜者令人忌惮 (241)
- 5.低调是做人的准入姿态 (245)
 - 学会克制忍让 (245)
 - 谦和的姿态百战不殆 (249)

目 录

6.高标是处世的驰步尺度	(252)
高标驰步，方能创出一世英名	(253)
追求什么就能得到什么	(255)
7.由卑而尊是成功做人的正向逻辑	(259)
欲做尊贵人，先做卑微事	(259)
放下架子才会更有面子	(262)
8.由低而高是成功处世的二元方程	(265)
低基调做人并非低标准立世	(265)
跻足山顶上，依旧尘世间	(267)

GAOBIAOCHUSHI

第一章

高标处世与低调做人

低调是一种风度，高标是一种气魄。懂得高标处世，善于低调做人，不仅是体面生存和尊严立世的根本，也是赢得人生、成就事业的最佳姿态。高标处世必以低调做人个基点，因为低调做人既可处逆又可处顺，既可韬晦又可精进，实可为圆熟睿智的处世哲学。

DIDIAOZUOREN

