



懂让步的人最强大

张 恒 编著

让步是一种智慧，是智者的生存方式。

北京工业大学出版社

懂让步的人最强大

张恒·编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

懂让步的人最强大 / 张恒编著. —北京:
北京工业大学出版社, 2015.7
ISBN 978-7-5639-4341-8

I. ①懂… II. ①张… III. ①成功心理-通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 115164 号

懂让步的人最强大

编 著: 张 恒

责任编辑: 石嫵飞

封面设计: 刘 源

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编:100124)

010-67391722(传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本: 700 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张: 17

字 数: 200 千字

版 次: 2015 年 7 月第 1 版

印 次: 2015 年 7 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4341-8

定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题,请寄回本社发行部调换 010-67391106)

前 言

现实的打击不期而来，是选择和命运抗衡，还是选择“山不过来，我就过去”呢？向现实让步，你会变得很“走运”。

因为，谁都不是生来就有好命的，即使是那些在我们眼中一直“走运”的人，也都是从“忍”中过来的。虎落平阳时，他们牙齿被打掉了要往肚里咽，而不可再展现那牙齿的锋利。乔布斯因一次决策失误，被赶出苹果公司，有人在报纸上嘲笑他：“你已经过气了。”他最终让步了，也不去反驳一句，之后这位曾经被“犬”欺负的“虎”又到了深山，最终引领苹果公司实现了“改变世界”的梦想。当我们觉得自己倒霉透顶的时候，却不知有些人可能比我们更倒霉，只不过他们选择了勇敢地去接纳，最终迎来了柳暗花明的美好结局。

提起“让步”，我们不自觉地就会想起无能、低头、让利等有损自己形象和利益的名词。其实“让步”的本质不是我输你赢，而是在“你好我好大家好”的大局下，让自己更好。

身在职场，有爱搞恶作剧的同事对你这种人非常“看不惯”，于是逮到了一个给你“穿小鞋”的机会。你发现后是当面找同事去理论清楚，还是私下里想方设法让朋友改变对你的看法呢？整天与同事低头不见抬头见，与同事理论赢了又能怎样？最终只会给自己树立一个敌人。以后需要同事帮忙时，同事会不会选择万般推诿呢？

身在商场，你要向对手让步。即便你有能力把对手赶出所在的市场，也不要摆出一副“不把对手赶出去，誓不罢休”的架势，这样其结果只能是伤敌一千自损八百。肯德基与麦当劳两大快餐巨头一起在市场上竞争了很多年，谁也没有打算消灭谁。当你去肯德基店吃快餐时，很有可能就会看到附近不远处还有一家麦当劳。也许很多消费者不理解，为什么这两个竞争对手会把店开在一起呢？与其说这是巧合倒不如说是默契。只要肯让步，竞争对手也能走到一起，因为没有永恒的敌人。

身在情场，你要向爱人让步。爱人有时无理也要辩三分，最后还把自己的错误扣在你的头上。所以与爱人起冲突时，最好的一种方法就是他进我退。爱人之间，一个在冲突中表现比较激烈，另一个就要稍微让一下。夫妻之间不能太较真，一切问题都能好好说。

无论是向谁让步，归根结底是向人性让步。因为人都是趋利避害的，只是程度不同而已。

每个人都希望自己是强者，但你也要有充当“弱者”的准备。俗话说：“大树易折，弱草坚韧。”人性就是这样，对比自己强的人，往往心存戒备。所以能力强的人可以适当地展示一些其他方面的弱点，让“强者”们找到心理平衡点。

每个人都有虚荣心。当对方要表现自己的聪明时，你要有当“愚者”的准备。《菜根谭》中说：“藏巧于拙，寓清于浊。”把智巧隐藏在笨拙中，不可显得太聪明，收敛锋芒，才是明智之举。

总而言之，我们在做人、做事等方面都要有“让一步”的宽容，这样才能使一切事物安定祥和、平稳发展。

目 录

第一章 向现实让步，先做适者才能做强者 / 1

1. 学会转弯，不跟命运死磕 / 1
2. 改变不了环境，就改变自己 / 5
3. 与其抱怨，不如改变 / 8
4. 学会做好自己不愿意做的事情 / 12
5. 勇于接纳不公平 / 15
6. 坦然面对命运的捉弄 / 18
7. 不管什么时候都不要低估自己 / 21

第二章 向冲突让步，让一步化干戈为玉帛 / 26

1. 不与人争执，成全别人的好胜心 / 26
2. 非原则的小事，不必斤斤计较 / 28
3. 凡事都要为别人留几分薄面 / 32
4. 得理让人，纷扰自解 / 34
5. 犯错，就诚实地认错 / 37
6. 求同存异，允许别人发出不同的声音 / 41
7. 着眼大局，让人一步不为低 / 44

第三章 向逆境让步，暂时忍耐以待东山再起 / 48

1. 小不忍则乱大谋 / 48
2. 时机未熟，忍耐才能等待最好的时机 / 51
3. 不要急于求成，要步步为营 / 53
4. 勇于接受人生的挑战 / 57
5. 以失败为师 / 60
6. 吃得苦中苦，方为人上人 / 63

第四章 向强者让步，识时务者方为俊杰 / 67

1. 人在屋檐下一定要低头 / 67
2. 如若羽翼未丰，就要回避锋芒 / 70
3. 遇强不强，你需要的是示弱 / 73
4. 适时装糊涂，才能明哲保身 / 76
5. 永远不跟上司抢风头 / 79
6. 急流勇退是一种大智慧 / 81
7. 无计可施，走为上计 / 84

第五章 向利益让步，能吃亏才能有作为 / 87

1. 让一分利给别人的生意哲学 / 87
2. 先予后取：肯舍得才能有获得 / 90
3. 小舍小得，大舍大得 / 92
4. 加班不亏，反是福 / 95
5. 计较和算计使人际关系变得脆弱 / 97

6. 再精明的小骗术，也只能是一锤子买卖 / 100
7. 舍弃眼前的诱惑才有最后的辉煌 / 102
8. 帮助别人向上爬的人，会爬得更高 / 105

第六章 向执着让步，懂得转弯才能流进大海 / 108

1. 人生处处有死角，要懂得转弯 / 108
2. 听人劝，吃饱饭 / 110
3. 不一定非要按常理出牌 / 113
4. 逆向思维，变劣势为优势 / 115
5. 抛开面子，好马也吃回头草 / 118
6. 打破“惯性思维”的束缚 / 122
7. 经验有时候是陷阱 / 124

第七章 向伤害让步，宽恕是一种拯救 / 128

1. 坦然面对流言蜚语 / 128
2. 不要怀恨在心，一笑泯恩仇 / 131
3. 宽容别人就是善待自己 / 134
4. 少一个冤家少一堵墙 / 137
5. 放弃忌妒自会收获快乐 / 140
6. 不计前嫌，以德报怨 / 143

第八章 向对手让步，适度妥协求共赢 / 147

1. 消灭竞争对手，你未必会赢 / 147
2. 给竞争者机会，就是给自己机会 / 150

3. 碰上优秀的对手，是你的幸运 / 153
4. 谈判从来都是妥协的智慧 / 157
5. 不争而争后来居上 / 159
6. 只有双赢才能走得长远 / 162
7. 多和同行沟通 / 165
8. 不说对手的坏话 / 168

第九章 向恋人让步，爱情才会更加美满 / 173

1. 学会认错，赢得美满婚姻 / 173
2. 家不是讲理的地方 / 176
3. 接纳对方原本的样子 / 179
4. 亲爱的，有话好好说 / 181
5. 做到真实、忍让，生活甜如蜜 / 184

第十章 向坏情绪让步，才能拥有好心情 / 189

1. 接受你的坏情绪 / 189
2. 谁都有不快乐的时候 / 193
3. 接纳，后悔是最无益的行为 / 196
4. 悲伤可以，但不要太久 / 198
5. 不怕输的人才能笑到最后 / 202
6. 学着适应无法控制的事情 / 204

第十一章 向不完美让步，接纳才能真正改变 / 208

1. 有缺憾的才是人生 / 208
2. 包容不完美的生活 / 211
3. 接纳不完美的自己 / 214
4. 不苛求，世上没有完美的伴侣 / 216
5. 人至察则无徒 / 220
6. 不必自责，犯点小错是可以理解的 / 223
7. 你不必让所有人都满意 / 226

第十二章 向人性让步，才能避免伤害 / 231

1. 示弱是消除他人戒心的最好方法 / 231
2. 不要显得比别人聪明 / 234
3. 不要独享荣耀，否则有一天就会独吞苦果 / 237
4. 做人不要把自己太当回事 / 241
5. 勿在失意者面前谈论你的得意 / 244
6. 糊涂总能战胜精明 / 248
7. 承认“无知”，虚心向问 / 252
8. 用曲折隐晦的方式表示本意 / 255



第一章 向现实让步，先做适者才能做强者

1. 学会转弯，不跟命运死磕

当你手握一副烂牌，已经胜利无望时，你是不是还要苦苦坚持，最后输得一塌糊涂？所以，当不幸来临时，不是和命运死磕，而是学会转弯。

美国著名导演克里斯托弗·里夫以主演影片《超人》而蜚声国际影坛。然而，正当他在好莱坞声名鹊起时，一场飞来的横祸改变了他的命运。

在一场激烈的马术比赛中，他意外坠马。转眼间，世人心目中的“硬汉”，变成了永远只能固定在轮椅上的高位截瘫者。从昏迷中苏醒后，里夫万念俱灰，他对家人说的第一句话就是：“还是让我早日解脱吧！”

为了平息他肉体和精神上的伤痛，家人便时常推着轮椅上的他外出旅游。一次，小车穿行在蜿蜒曲折的盘山公路上，里夫静静地望着窗外。他发现每当汽车即将行驶到无路的地方时，路边都会出现一块交通指示牌，上面写着“前方转弯”这样的警示标语。而小车拐过弯道之后，前方又是宽敞的大路。里夫恍然大悟，冲着妻子大喊一



懂让步的人**最强大**

声：“我要回去，我还有路可走！”

从此，里夫意识到自己不仅仅只能做演员。于是，他以轮椅代步，当起了导演和作家。他首次执导的影片荣获了金球奖；他写的第一本书《依然是我》一问世，就成为畅销书。为了给残障人福利事业筹募善款，里夫四处奔走，到处演讲，成为著名的社会活动家。

美国《时代周刊》采访他时，他说：“以前，我一直以为自己只能做一名演员，没想到今生我还能做导演、当作家，并成为慈善大使。原来，不幸降临的时候，并不是路已到了尽头，而是在提醒你——你该转弯了。”

常有人说，朝着你的目标坚持到底，你一定会成功的。当我们走在错误的道路上时，我们虽然还在按照自己的目标去走，但是每走一步却是那样的艰难。可我们还是一味地按照自己制定的目标去走，最后把自己弄得遍体鳞伤。

其实，人生如同行路，常常会有山水阻挡前行。行不通时，有些人就开山架桥，最后蛮力耗尽，也逃不出“出师未捷身先死”的结局。而有些人只是转个弯，轻松绕过障碍，就顺利到达了终点。

生活在深海中的马嘉鱼，长得很漂亮，银色皮肤，燕尾，大眼睛。它们在春夏之交时，溯流产卵，随着海潮游到浅海。渔人捕捉马嘉鱼的方法很简单，用一个孔眼粗疏的竹帘网，下端系上铁块，放入水中，由两只小艇拖着，拦截鱼群。虽然三面都敞开孔眼又那么大，但是渔民们还是能将一船船的马嘉鱼拖回港口。



原来马嘉鱼的“个性”很强，即使闯入罗网之中也不会停止，所以一只只“前赴后继”陷入竹帘孔中。竹帘孔收缩的越紧，马嘉鱼就越愤怒，瞪起眼睛，更加拼命地往前冲，结果被牢牢卡死，为渔人所获。其实它们只需要调下头，转个弯就能顺利逃走了。

当我们所选择的人生道路越走越窄，看不到希望时，若我们还是因循守旧，不思改变，在没有出路的旧路上继续走下去，那么等待我们的只有失败。其实，很多时候绝路变成出路，只差一个转弯而已。

当不幸降临的时候，并不是路已经到了尽头，而是在提醒你：该转弯了。转弯是为了寻找更好的道路，并不是逃避。有人做生意，第一个项目没有成功，就转行做别的，这时就会有人说这个人是在逃避，其实这是“东方不亮西方亮”。不成功并不可怕，可怕的是自己还在坚持那些没有希望的事。

世上没有一条路永远是直的。当人生的道理变幻莫测时，要想一直顺畅地走下去，那就要学会适时地转弯。看到前方是条死胡同时，就要学会主动转弯，不要碰得头破血流时，才想起要转弯。

清朝末年，有一个会作画的和尚云游到京城，慈禧太后听说了，便召他进宫作画。

慈禧太后想要考考这个和尚作画的本领，便让太监给他一张5米长的宣纸，却要他画出9米高的观音菩萨画像。这简直是刁难人。大臣们都为这个和尚捏了把汗，没有一个人认为他能完成。

这个和尚并不着急，他借研墨的工夫，想到了一个主意。只见他



懂让步的人最强大

挥毫泼墨，一会儿就画完了。原来，他笔下的观音菩萨画像并不是笔直站立的姿势，而是弯腰在捡拾地上的柳枝。5米长的纸，弯着腰的人，站立起来应该就是9米了吧。

慈禧看过后，点头称赞。大臣们也松了一口气。这个会作画的和尚以曲求直，顺利通过了慈禧太后的考验。

人生天地间，路路九曲弯，从来没有笔直的。爱因斯坦曾说：“人的最高本领是适应客观条件的能力。”达尔文说得更透彻：“适者生存。”他们所说的“适”，就是适应、顺应，用通俗的话说，就是会“拐弯”。拐弯在人生的字典里是个关键词，可分出若干种类型。

一是把拐弯用字母“V”来表示。不仅形象上非常传神，而且真正表达了拐弯的含义：这不是一种简单的拐弯，而是一种迂回型的拐弯，是形退实进。左边的一半，代表向下；右边的一半，代表向上。从左边的趋势来说，本应向下，但到底部终止了，又改为向上。这是一种消极状态向积极状态的转折。许多人都是这样由挫折走向成功的。中国语言学家季羨林曾用三年看大门的时间，翻译了280万字的印度史诗《罗摩衍那》，为中国翻译史和中印文化交流建起了一座丰碑。

二是把拐弯用字母“N”来表示。这种拐弯和“V”有点相似，但又不完全相同，它是表示人们按既定的道路和方向前进时，原路走不通了，必须拐弯，但这个弯不是返回原来的起点，而是拐到一个新的点上，从而在新的领域获得新的发展。人在一生中难免会遇到这样或那样的挫折、不幸，关键在于你是否学会了拐弯。只要你心里拐个弯，就会路随心转、超越自我，开创新天地。



三是把拐弯用字母“W”来表示。人生前进的道路上弯很多,并不是拐一两次弯就能到达人生的终点的,而是要经过多次拐弯的磨炼。一些伟人、名人成长的轨迹,就着实地证明了他们正是在不停地拐弯中才前进的,在不断地拐弯中才获得成功的。伟大的革命先驱孙中山先生,为了推翻清朝的封建统治,实行“三民主义”,经受多次失败,但矢志不渝,终于取得了辛亥革命的胜利。两院院士王选一生经历了九次选择,也就是九次拐弯,终于研制成功了汉字激光照排系统,引发了我国印刷业“告别铅与火,迈入光与电”的一场技术革命,被誉为“当代毕昇”。

2. 改变不了环境,就改变自己

柏拉图曾告诉弟子自己有移山的本领,弟子们纷纷请教移山的方法,柏拉图笑着说:“很简单,山若不过来,我就过去。”弟子们大悟。

柏拉图的移山之术,是对环境的顺应。当我们改变不了环境,就要改变自己。

七岁的凯恩下午放学后,选择在他父亲工作的酒厂擦木桶。因为这样每月可以领到十五美元的报酬。他费力地用抹布将一个个木桶擦干净,然后整齐地排成一排。可令他郁闷的是,往往晚上一阵大风,就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

凯恩很委屈地哭了,向父亲诉说他的遭遇。父亲摸着凯恩的头说:“孩子,不要哭,我们可以想办法去征服风。”于是凯恩擦干了眼泪,坐在木桶边想,想了半天,终于想出了一个好主意。他从井边

挑来一桶又一桶的清水，然后把水倒进那些空空的木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

第二天，天刚蒙蒙亮，凯恩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些木桶还是一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。凯恩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”凯恩的父亲赞许地笑了。

深海里氧气稀薄，为了生存，很多动物不得不根据深海里的环境来进化自己：它们尽量减少活动或者干脆不动，长期蛰伏在一处，以减少身体对氧气的需求。所以，尽管深海里环境恶劣，但还是有不少动物顽强地生存了下来。

美国一家水族馆研究所研究发现，生活在深海里的动物渐渐减少的原因，居然不是因为氧气的减少而是因为氧气的增多。

在美国南加州海域，就因为移植了大量含氧海藻，而导致了許多深海动物的消失。人们以为含氧海藻能够改善深海动物的生存环境，没想到反而害了那些动物。因为含氧海藻是一种能够制造氧气的深海植物，是普通海藻造氧量的 100 倍。

照理来说，增加了氧气的深海对鱼类应该是一件有益的事，可是因为千百年来，那些长期不动的深海动物，已经适应了缺氧的环境，突然有新鲜的氧气注入，反而使它们发生氧气中毒。如果动物不发生氧气中毒，那么方法只有一个，就是迅速改变原有的生活习惯，改静态为动态。只有不停地游动，才能够加速呼吸，让过量的氧气排出体外，这样，过量的氧气不但对它们构不成威胁，反而会让它们更加具有活力。



所以,生活在深海中的动物很快便会分为两种:一种因为无法改变自己原有的生活习性而被淘汰;另一种则一改往日的静止而快速行动起来,很快适应新环境而变得“如鱼得水”。

早上,保险推销员原一平从东京的一个公园的长凳上爬了起来,他用公园里的自来水洗了脸,然后从这个“家”出发徒步去上班了。他因为拖欠了房租已经被迫在公园的长凳上睡了两个多月了。虽然他每天都勤奋地工作,但收入仍少得可怜。为了省钱,他甚至不吃午餐、不搭电车。

一天,原一平来到一家寺庙,拜见住持。寒暄之后,他便滔滔不绝地向老和尚介绍起投保的好处来。

这位老和尚很有耐心地听他把话讲完,然后平静地说:“听完你的介绍之后,丝毫没有引起我投保的意愿。”原一平愣住了。

老和尚接着说:“人与人之间,像这样相对而坐的时候,一定要具备一种强烈吸引对方的魅力,如果你做不到这一点,将来就没什么前途可言了。”原一平听后哑口无言。老和尚最后说了一句:“小伙子,先努力改造自己吧!”

接下来,原一平就每月组织一次针对自己的“批评会”。每次请五个同事或投保客户来参加,目的是为了让他们指出自己的缺点。于是大家提出原一平的不足,说:“你的个性太急躁了,常常沉不住气……”“批评会”之后,原一平为了表示感谢还要请参加“批评会”的人吃饭,为此他甚至不惜把衣物送去典当行。

每一次“批评会”后,原一平都有被剥了一层皮的感觉。通过一次次的“批评会”,原一平把自己身上那一层又一层的劣根性一