

人生要懂得一点

低调

东篱子◎编著

做人亦应该保持一种低姿态，这绝不是懦弱和畏缩，而是一种聪明的处世之道。低调是智者的生存哲学，是强者的处世智慧。看似弱者的品格，却是强者示弱以求成功的典范。



低调是一种优雅的人生态度，
生存必须低调！

即使你处在高峰之巅，

也不应该忘记自己屈居人下的时候，

即使你拥有横扫八面的力量，

也难免有向隅而泣的悲伤时刻。



 中国时代经济出版社

人生要懂得一点

低调

东篱子◎编著



中国时代经济出版社

低调

图书在版编目 (CIP) 数据

人生要懂得一点低调/ 东篱子编著. - 北京: 中国
时代经济出版社, 2013. 7
ISBN 978 - 7 - 5119 - 0930 - 5

I. ①人… II. ①东… 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 118719 号

书 名: 人生要懂得一点低调
作 者: 东篱子

出版发行: 中国时代经济出版社
社 址: 北京市丰台区右安门外玉林里 25 号楼
邮政编码: 100069
发行热线: (010) 83910203
传 真: (010) 83910203
网 址: www.cmepub.com.cn
电子邮箱: zgdsjj@hotmail.com
经 销: 各地新华书店
印 刷: 北京溢漾印刷有限公司
开 本: 787 × 1092 1/16
字 数: 180 千字
印 张: 16
版 次: 2013 年 7 月第 1 版
印 次: 2013 年 7 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978 - 7 - 5119 - 0930 - 5
定 价: 29.80 元

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社发行部联系更换

版权所有 侵权必究



低调是一种优雅的人生态度！理想有时是高昂的，但生存必须低调。即使你处在高峰之巅，也不应该忘记自己俯首帖耳的时候，即使你拥有横扫八面的力量，也难免有向隅而泣的悲伤时刻。

做人亦应该保持一种低姿态，这绝不是懦弱和畏缩，而是一种聪明的处世之道，是人生的大智慧、大境界。事实上，那些看似愚笨的人未必呆傻。那些真正的聪明人，往往低调得让你“轻视”，殊不知，他们的脑子比任何人都要清醒、高明，入世的大智者大抵如此。

低调是智者的生存哲学，是强者的处世智慧，低调是一门为人处世的大学问。低调表达的是一种谦虚谨慎的生活态度。低调是暂时隐藏自己的能力，不到处炫耀自己，张扬自己，以免带来不必要的麻烦。低调的生活态度绝不是目光短浅、缺乏自信，而是一种聪明持久的象征，一种诗意栖居的智慧，一种优雅的人生态度。

低调还是一种博大的胸怀、超然洒脱的态度，也是人类个性最高的境界之一。一般说来，低调的人比较宽容，当然，他们也有自己的观点或做法。但是，他们在坚持自己观念的同时，也会尊重别人的选择，给予别人自由思考和生存的权利。有品位的人不一定低调，有内

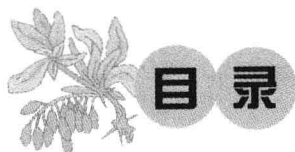


涵的人也不一定低调，成熟的人也可以不低调。但是，低调的人一定是更有品位，更有内涵，更加成熟。

我们做人不能太过张扬，纵然你资质卓绝，才高八斗，也不宜锋芒毕露，不妨装得笨拙一点。很多事情即便我们心中非常清楚，也没有必要过于表现，最好用谦虚来收敛自己，要使自己随和一些。当我们的能力得到赏识时，切不可过于激进，而应以退为进。若能做到这些，你大抵可以安身立命、高枕无忧了。低调做人是在社会丛林中生存的终极法则，时刻保持低调，让你一次比一次更稳健！

人生要懂得一点低调，才能够在社会这个纷繁的大舞台上扮演好自己的角色，才能够人生的旅途中走好每一段路，才能开创出一个广阔的发展空间，成就辉煌的事业，演绎精彩的人生。





第一章 心态低调：诸善奉行，盛德若愚



在自由社会，善良、包容是我们重要的护身符，也是社会成熟度和个人素质高的表现。心态低调，诸善奉行，盛德若愚则说明这个人拥有常人没有的品质和德行。文明社会，正是通过爱与包容给表达自由留下空间。只要有了那个空间，才会体现低调的心态，才有真正的文明。

善恶不分多少	2
爱如冬日暖阳	3
超越善恶	4
诸恶莫作	6
忍字高	7
“司马牛”与“拗相公”	8
用宽恕化解仇恨	9
冤冤相报何时了	10
理易清，仇则易乱	11
容，则能和	12
“毒药”只在你心里	14
大巧若拙	15



不相疑才能长相知	17
帝范	18
善应出于至诚	19
众生平等	20
共同弹奏一曲和谐的乐章	22

第二章 神态低调：事无巨细，勤奋务实



“冰冻三尺，非一日之寒”，成功不是骤然降临的，而是由点点滴滴细微的成就凝聚而成的。只有做好人生中的每一件小事，才会取得比别人更优异的成绩。抓紧时间做好你手边的每一件事，是走向成功的必经之路。

一屋不扫，何以扫天下	24
千里之堤，毁于蚁穴	25
小事见功夫	26
踏实才是人生的主旋律	27
对自己负责	28
付出和收获成正比	30
成功都是用汗水浸泡出来的	31
抱怨不如行动	33
学无止境，才无满时	34
多做一点便多得一点	35
自动自觉而不是后知后觉	36
做好手边的每一件事	38
继续走完下一里路	39



责任感是成功者的必备品质	41
尽职尽责，善始善终	42
最后一条裤子	44
多才多艺不如专精一门	45
一次只做一件事	47
受挫自省，方能厚积薄发	48
要做就做最好	49

第三章 姿态低调：素位而行，华而不炫

出

所谓“静水深流”，简单地说就是我们看到的水平面常常给人以平静的感觉，可这水底下究竟是什么样子却没有人能够知道，或许是一片碧绿静水，也许是一个暗流涌动的世界。无论怎样，其表面都不动声色，一片宁静。大海以此向我们揭示了“贵而不显，华而不炫”的道理，也就是说，一个人在面对荣华富贵、功名利禄的时候，要表现得低调，不可炫耀和张扬。

虚己者进德之基	52
富贵不能淫	53
一粥一饭来之不易	54
步步为营才能步步高	55
别太把自己当回事儿	56
穿别人的鞋子	57
施恩勿张扬	58
为富不能不仁	59
给人一个微笑	60



被微笑拯救的生命	62
让对方的拳头打在棉花上	64
护弱者自强	65
只因“狂”字惹得	66
尊重人生中的每一位观众	67
以貌取人，智者不为	69
富贵不忘行善	70
尺有所短，寸有所长	71
平常心看缺陷	73
素位而行，安分守己	74
坦荡的竞争	76
迷途知返，为时未晚	77

第四章 话语低调：谨言慎语，取容当世



人们习惯以“怎么说话”来评判一个初次见面的人，长时间相处后，人们便更多地以“说什么话”及说之后的作用来评判一个人。所以，“说话”不是词藻的简单堆砌，而是一个人思想境界和处世态度的具体体现。要想做一个让人尊敬的人，首先就得先学会以低调的方式说话。

谨言慎语，取容当世	80
说话不能太绝对	81
请放下架子说话	83
口出狂言要不得	84
话不出格	85
学会倾听	86
不以揭短为乐	87



不可伤人自尊	88
失意人前不说得意话	89
改掉“抬杠”的毛病	91
矛盾面前要淡定	92
别将对方逼入死角	94
感谢的话不可少	95
激发他人的高尚意识	96
模糊表态	97
话说三分	98
硬话软说，软硬兼施	99
软话能啃“硬骨头”	100
避其锋芒，以理服人，以情感人	102

第五章 行为低调：可进可退，顺势而动



人生如棋，一味冲撞的是阵前卒子，动辄倾尽身家性命。唯有将帅之风者才明白做事需要低调，知道何时该冲锋陷阵，何时该韬光养晦。做事需知过刚则易折，骄矜则招祸，应以忍辱柔和为妙方，刚柔并济，进退有度。

太清高不利于处世	106
曲己方能保身	107
忍一时为妙	108
争夺则不足，谦让则有余	109
得饶人处且饶人	110
能行忍者，乃可名为有力大人	112



争一世者不争一时	113
切勿横冲直撞	114
压住心头火	115
顺势低头，以情动人	117
藏而不露，以待时机	118
让“他”做主	119
“架子”误人	120
不放低怎登高	121
吃得苦中苦，方为人上人	123
在低谷中寻找机遇	124
荣不肆意，辱不失意	126
不挂怀即低调	127

第六章 人世低调：狷急必忍，虚怀若谷



谦卑是一种智慧，是一种良好的品格，同时也是一种低调的处世策略。任何人都不会对骄傲与狂妄之人产生好印象，更不愿与他们交往。为此，一个懂得谦逊的人，才能赢得人们的尊重，受到人们的欢迎，并构建起良好的人脉。

狷急必忍，否则害人害己	130
锋芒——祸之源	131
韬光养晦，明哲保身	132
谦虚则附之者众，倨傲则离之者多	133
隐藏你的优越感	134
从“自我”的圈子中跳出来	135



学会“求人”	137
从谏如流	138
为对手付出	139
韩信能忍胯下辱，登台拜将把名标	140
不战而屈人之兵	141
低调不是低沉	143
善者不争	144
自知者明	145
知之为知之，不知为不知	146
把自己放低一些	147
飞扬跋扈乃处世大忌	148

第七章 做事低调：能屈能伸，明哲保身



水无常形，随容器而变化千般，但水的本质并不会因此而改变。我们做事不可不学水的柔韧、圆润。其实，世界上本无绝对公平之事，我们与其抱怨它的弊端，莫不如变自己去适应它，这种能屈能伸的低调才是明哲保身之道。

盈则损，直则折	152
言语要迟钝，行动要迅速	153
性有巧拙，可以伏藏	155
收起虚荣心	157
险中蛰伏，谋定后动	158
职场越位——危险	160
做个“温顺”之人	161



在忍耐中发迹	162
太刚直者难当大事	164
给予别人足够的尊重	165
记住自己的身份	166
不要表现得像个指挥	168
居功不自傲	169
把握一个“度”	170
近水楼台未必先得月	171
凡事应留一丝人情在	172
主动消除误会	174
不为天下先	175
“罚酒”、“敬酒”一起敬	176
推己及人	178
廉以养德	179
外圆内方，纵横捭阖	181

第八章 情怀低调：淡泊名利，任心清静



静，是修身养性的重要原则，静如止水才能排除私心杂念，无欲无求，心平气和。水中月、镜中花不足为依，虚幻的东西不应以为动。情欲物欲到头来终是一场空，故心境宜静，意念宜修，心地常空，不为欲动，宁静以致远，淡泊以明志。这时的心便是一尘不染的明镜，无邪念袭来，映人之本性。

盛名之下，其实难负	184
淡看名与利	185



馒头与点心没什么两样	186
富贵之下，不一定快乐	187
一念之私，坏了一生	188
利字当头，同室操戈	191
不要无止境地求名	193
勿为名利所累	195
成功在不经意间	196
琐事枉生烦恼	197
成功其实很简单	198
只要“柴刀”还在	200
心静智慧升	201
摒除妄念	202
浮躁是人生的大敌	203
为何不回头看一眼	205
云在青天水在瓶	206
世上本无事，庸人自扰之	207
真理常常很简单	208
让生活多一点休闲	209
还心清净	211
如何清除心灵的杂草	212
感悟平凡	214



第九章 人生低调：高山不语，静水深流



世事莫测，人生自是羁绊重重，没有人可以完全躲开逆境、坎坷与挫折。逆境往往是峰回路转、否极泰来的前奏，而成功则大多是艰苦耕耘的收获。一个人若想在人生之中有所建树，就必须学会伏藏自己，忍受人生的挫折与坎坷，从而在时机到来之时，突破逆境、化茧成蝶。

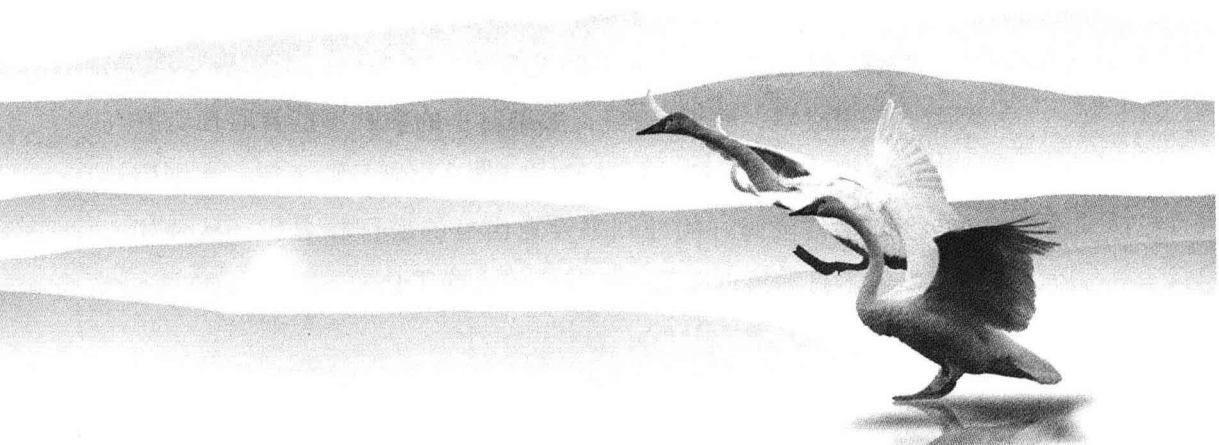
目标要有个“度”	218
平常心是道	220
认清自己	221
不要这山望着那山高	223
不过就是普通人	224
应该知道自己的无知	226
成事需谦逊	227
要量力而行	229
好高骛远却难“远”	231
傲慢是无知	232
巨人的低调	233
以往的成绩能证明什么	235
高文凭不是炫耀的资本	236
让谦卑成全你	237
安贫乐道	239
低调做人，高调做事	240



第一章

心态低调：诸善奉行，盛德若愚

在自由社会，善良、包容是我们重要的护身符，也是社会成熟度和个人素质高的表现。心态低调，诸善奉行，盛德若愚则说明这个人拥有常人没有的品质和德行。文明社会，正是通过爱与包容给表达自由留下空间。只要有了那个空间，才会体现低调的心态，才有真正的文明。



善恶不分多少

人之善恶不分多少。一点善是善，只要做了，就能给人以温暖。一点恶是恶，只要做了，也能给人以损害。

商纣王刚登上王位时，请工匠用象牙为他制作筷子，他的叔父箕子十分担忧。因为他认为，一旦使用了稀有昂贵的象牙作筷子，与之相配套的杯盘碗盏就会换成用犀牛角、美玉石打磨出的精美器皿。餐具一旦换成了象牙筷子和玉石盘碗，你就要千方百计地享用牛、象、豹之类的山珍美味了。在尽情享受美味佳肴之时，你一定不会再穿粗布缝制的衣裳，住低矮潮湿的茅屋，必然会换成一套又一套的绫罗绸缎，住进高堂广厦。

箕子害怕演变下去，必定会带来一个悲惨的结局。所以，他从纣王一开始制作象牙筷子起，就感到莫名的恐惧。事情的发展果然不出箕子所料。仅仅只过了5年光景，纣王就演变到穷奢极欲、荒淫无度的地步。他的王宫内，挂满了各种各样的兽肉，多得像一片肉林；厨房内添置了专门用来烤肉的铜烙；后园内酿酒后剩下的酒糟堆积如山，而盛放美酒的酒池竟大得可以划船。纣王的腐败行径苦了老百姓，更将一个国家搞得乌七八糟，最后终于被周武王剿灭而亡。

古人说“千里之堤，溃于蚁穴”，如果对小的贪欲不能及时自觉并且有效地修正，终将因为无底的私欲酿成灾难，小则身败名裂，大则招致亡国。我们要时常依照好的准则来检点自身的言行和思想，从善如流，否则等出现不良后果再深深痛悔就已经太晚了！

