

忍耐是成功的必修课

忍小谋大的智慧

司马青晨◎编著

有些事，你必须得忍；有些人，你不得不忍。

人生有太多的无奈，又有太多的期待，我们用忍来摆平这些无奈，用忍来谋定这些期待。忍耐是你迈向成功的第一步。

中国文联出版社

忍耐是成功的必修课

忍小谋大的智慧

司马青晨◎编著

中国文联出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

忍小谋大的智慧：忍耐是成功的必修课 / 司马青晨 编著. — 北京：中国戏剧出版社，2011.8

ISBN 978-7-104-03528-2

I . ①忍… II . ①司… 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 (2011) 第 148575 号

忍小谋大的智慧：忍耐是成功的必修课

策 划：王 冰

责任编辑：肖 楠

责任印制：冯志强

出版发行：中国戏剧出版社

地 址：北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码：100097

电 话：010-58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241（发行部）

传 真：010-58930242（发行部）

经 销：全国新华书店

印 刷：三河市文阁印刷厂

开 本：710mm×1010mm 1/16

印 张：14

字 数：200 千

版 次：2011 年 11 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-104-03528-2

定 价：25.00 元

版权所有 违者必究

前言

子曰：“巧言乱德，小不忍则乱大谋。”小不忍，如妇人之仁，匹夫之勇。妇人之仁，不能忍于爱；匹夫之勇，不能忍于忿，皆能乱大谋。

早在两千多年以前，孔圣人就已经深知这个道理。古往今来，因为“小不忍”而乱了“大谋”的仁人志士大有人在。“小不忍”轻则让他们“城门失守，损兵折将”，重则甚至可能使一个国家陷入危难。所以，在日常生活和工作中，我们必须懂得“忍小谋大”的道理，看得出轻重缓急，分得出孰轻孰重。一个人，只有在小事上忍耐，才能在大事上有所作为，成就一番事业。

下面这则故事，充分说明了“忍小谋大”的重要性。

隋朝时的隋炀帝不但昏庸而且残暴，导致各地不断爆发农民起义。许多隋朝的官员因不满隋炀帝的统治，也背叛朝廷，转向帮助农民起义军。这使得隋炀帝疑心大起，对朝中的大臣，尤其是对外藩重臣，更是疑心重重。

当时的唐国公李渊（即后来的唐太祖）曾经多次担任中央和地方官，他每到所任职的地方，都结交了不少英雄豪杰，所以有着很威望的名声。在战乱起时，许多人都来归附于他。因为名声过于显赫，很多人都替他担心，怕他会遭到隋炀帝的猜忌，并由此引发祸端。就在这个时候，隋炀帝下诏让李渊到他的行宫去晋见。当时，李渊因为有病在身推辞没去，这使得隋炀帝很不高兴，对李渊也起了猜疑之心。李渊的外甥女王氏是隋炀帝的妃子，隋炀帝想通过她一探究竟，于是向她问起李渊未来朝见的原因。王氏回答说李渊的确是因为病了才未来朝见，隋炀帝接着有问了一句：“他会死吗？”

王氏感到事情不妙，于是就把这消息传给了李渊。李渊得知此事

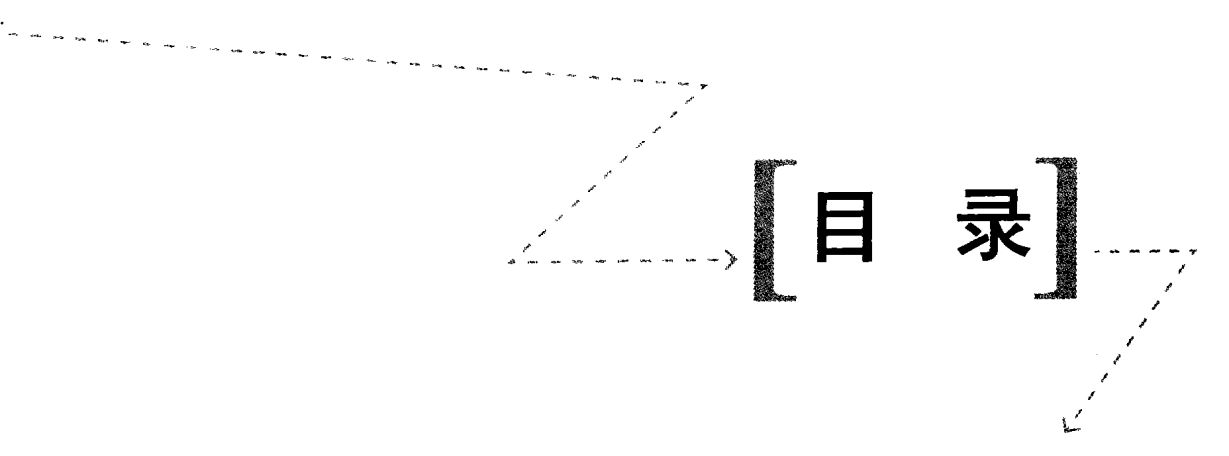
后，变得更加谨慎起来。他心里很清楚，隋炀帝对自己已经起了疑心，迟早是要对自己下手的；但他同时也知道，自己现在起兵又力量不足，所以，他选择了忍耐，以等待时机。为了迷惑隋炀帝，让隋炀帝感到自己没有什么野心，他就故意整天沉湎于声色犬马之中，而且大肆张扬，以此来败坏自己的名声。隋炀帝得知了李渊的种种行径之后，觉得李渊没什么野心，就放松了对他的警惕。这样，才有后来的太原起兵和大唐帝国的建立。

李渊的忍耐为他赢得江山、建立大唐百年基业打下了基础。由此可见，古往今来，凡成大事者，皆有一颗忍者之心，“忍他人之所不能忍”，才能“为他人之所不能为”。这个亘古不变的道理，同样适用于今天。

宽容、忍让、忍耐是一个人成大器的必备素质，是成功的必修课，更是一种大智慧。忍，有时只是付出很小的代价，却能换来大收获。在日常生活和工作中，我们在说话、办事、交际、应变、职场、商场、家庭等各个方面都要明了“小忍”与“大谋”之间的利害关系，懂得“忍小”才能“谋大”的道理，这样才能在为人处事的态度、与人沟通、自我的情绪控制等方面更好地改进和完善自己。

人们常说：忍一时风平浪静，退一步海阔天空。我们选择忍，并不代表懦弱，我们选择一时的“委曲求全”，也并不是为了他人，而是为了让自己的胸襟更开阔，让自己变得更加豁达，这才是真正的“大谋”。放开胸襟，真正做到“大肚能容，容天下难容之事”，我们会慢慢发现，原来生活中很多烦恼都是不必要的，很多麻烦都是可以避免的。

忍住贪婪，就会收获心安；忍住骄傲，就会收获进步；忍住冲动，就会收获理智；忍住争执，就会收获平安……忍无处不在，无时不需。练就忍功，慢慢地，我们会成为一个真正有着大胸襟、大智慧的仁者。仁者才可天下无敌。



【目 录】

第一课 说 话

——用“忍”字把好“嘴门关”

说话是一门艺术，这其中有着各种各样的技巧。说话时不能只图一时的口舌之快，信口开河，口没遮拦。在与人交流的时候，该说的话，要知道怎么说；不该说的话，要忍住不说。该忍则忍，才能把好自己的“嘴门关”，才能把话说到位。

002 / 放低姿态说话，是一种大智慧

005 / 不要陷入无意义的口舌之争中

009 / 话不说满，点到即可

012 / 批评别人也可以很艺术

015 / 把好“嘴门关”，以免祸从口出

019 / 高明的沟通，先从倾听开始

022 / 忠言也可以“顺耳”

025 / 有时忍住说真话，也是一种修为

028 / 该说的要会说，不该说的不要说

第二课 做事

——沉得住气儿，压得住事儿

人生路上难免会遇到各种各样的艰难险阻，难免会遇到让人生气的事情。凡事沉得住气，才能压得住事儿。在日常生活和工作中，我们要掌握“忍小谋大”的智慧，从大局出发，在小处忍让。这样，面对任何状况才能处变不惊，从而用小忍耐换来大成功。

- 032 / 低调处事，切勿张扬
- 035 / 凡事都要拿出点耐心来
- 038 / 面对失败，要学会忍耐
- 041 / 小忍耐也能成就大事业
- 044 / 韬光养晦，伺机而动
- 047 / 大智若愚者，才是真的智者
- 050 / 忍住绝望之心，依然坚持梦想
- 053 / 成功需要“不撞南墙不回头”的精神
- 057 / 山穷水尽之时，不一定无路
- 060 / 在混乱中更要保持冷静
- 063 / 忍住放弃，坚持就是胜利

第三课 交 际

——宽容忍让，你的朋友会越来越多

目 录

宽容和忍让是一个智者必有的处世哲学，也是一个成功之人必须具备的品格。待人宽容，是在展现自己的胸怀；忍让别人，是在体现自己的修养。一个人拥有宽容之心，抱有忍让之态，必然会远离灾祸，必然会有很多朋友，必然会拥有和谐的人际关系。

- 068 / 忍一下，风平浪静
- 071 / 退一步，才能海阔天空
- 074 / 海纳百川，有容乃大
- 077 / 不斤斤计较，才能得到更多
- 080 / 吃亏就是占便宜，也是一种福气
- 084 / 用宽容之心，把敌人变成朋友
- 087 / 以人为先，懂得谦让
- 090 / 即使得理，也要懂得饶人
- 093 / 原谅别人，就是在宽恕自己

第四课 应变

——智者用隐忍来化解困局

在生活和工作中，难免会面临各种各样的突发状况，有时候让人措手不及，不知如何应对。在面临困局时，最忌惊慌失措。一个真正的智者，知道如何用隐忍来化解局面。在危急关头，小忍往往能趋利避害，甚至厚积薄发，使很多看似棘手的问题迎刃而解。

098 / 懂得适时退让，才能更好地前进

101 / 牺牲小代价，扭转不利的局面

103 / 示弱不是懦弱，而是一种策略

106 / 学会转弯，懂得绕道而行

109 / 在危急关头要保持理智

112 / 惹不起小人，但要躲得起

116 / 磨难是一种难得的机遇

119 / 忍住急躁，慢也是一种智慧

122 / 隐藏锋芒不外露，积蓄力量

125 / 学会选择，懂得放弃

128 / 要想活得快乐，就要学会知足

第五课 职场

——适时让一下，工作顺风顺水

在风云变幻的职场中，人人都渴望拥有一个良好的人际关系网，在与同事的交往过程中，我们要学会适时的忍耐，凡事不要过于斤斤计较，拥有一颗宽容的心，原谅他人的无心之过。用忍让来为自己营造一个轻松融洽的工作氛围。

目 录

- 132 / 同事相处，“得过且过”
- 135 / 为了合作成功，有时需要忍一下
- 138 / 不要表现得比别人优秀
- 141 / 忠诚是职场的立足之本
- 144 / 与上司保持距离，切忌无话不谈
- 147 / 不要自作聪明，要学会“装嫩”
- 151 / 恰到好处地恭维对方
- 154 / 与同事交往，要忍住交心的欲望

第六课 商 场

——商场如战场，忍为上策

商场如战场。要想在硝烟弥漫的商场厮杀中脱颖而出，傲视群雄，我们必须掌握的一个秘诀就是：忍为上策。在激烈的商场竞争中，忍能让我们以极小的代价获得大收益，并能让我们成为战无不胜的商业精英。

- 158 / 忍得舍小利，才能获大利
- 160 / 薄利多销是制胜之道
- 163 / 谈判中忍让一下，双方都获利
- 166 / 以卵击石不可取
- 168 / 一定要让“上帝”满意
- 171 / 任何时候都不能轻视对手
- 174 / 不要为了一棵树而放弃了整片森林
- 178 / “扬汤止沸”，不如“釜底抽薪”
- 181 / 不到最后关头，绝不放弃希望
- 184 / 诚信是商界唯一的通行证

第七课 家 庭

——相互理解、体谅，家和万事兴

家庭的影响对于一个人事业上能否成功是极为重要的。在与家人相处时，要多学会迁就和忍让。用一颗宽容之心来对待家人，才能让家的气氛变得温馨而和谐，才能营造一个幸福美满的家庭。

目 录

- 188 / 家和才能万事兴
- 191 / 兄弟姐妹之间贵在忍让
- 194 / 夫妻之间要相互忍让和宽容
- 196 / 难得糊涂是超越一般智慧的大境界
- 199 / 婚姻中忍小处，是为了谋大爱
- 202 / 忍得住寂寞，才能等来幸福
- 204 / 耐得住平淡，幸福才能长久
- 207 / 忍让是处理好婆媳关系的良方

第一课

说话——用“忍”字把好自己的“嘴门关”

说话是一门艺术，这其中有着各种各样的技巧。说话时不能只图一时的口舌之快，信口开河，口没遮拦。在与人交流的时候，该说的话，要知道怎么说；不该说的话，要忍住不说。该忍则忍，才能把好自己的“嘴门关”，才能把话说到位。

放低姿态说话, 是一种大智慧

说话是个技术活儿。有时候, 一个人说话的方式能直接影响其在别人心目中的形象、地位, 乃至直接关系到自身前途。那么, 如何能巧妙地说话, 让听者舒心, 则更是一门高深的学问。放低姿态说话, 就是一种大智慧。

放低姿态, 并不是说我们就要低声下气、奉承谄媚、毫无主见地一味迎合别人。说话时放低姿态是一种艺术, 尤其是当对话的双方地位相差极其悬殊时, 与低于自己身份的人说话, 偶尔说一说“我不明白”、“我不太清楚”、“我没有理解您的意思”、“请您再说一遍好吗”之类的语言, 会让对方觉得你容易亲近, 没有架子, 给别人留下较好的印象。相反, 说话时趾高气扬、锋芒毕露、咄咄逼人, 这样会很容易挫伤别人的自尊心, 引起反感, 让人家觉得你是一个自高自大、目中无人的家伙, 使人在心理上就对你产生了距离感。

地位高者适当地放低姿态说话, 会让普通人得到一种心理和自尊上的满足感, 他们会觉得自己受到了尊重, 这样的讲话方式理所当然地会更容易被人接受, 受到人们的欢迎。我们不妨来看看下面两个故事。

一位外国总统在庆祝自己连任时举行聚会, 与一百多位朋友亲切“会谈”。

“小时候哪一门功课最糟糕, 是不是也挨老师的批评?” 一名小学生问总统。“我的品德课不怎么好, 因为我特别爱讲话, 常常干扰别人学习。老师当然要经常批评的。”总统告诉他说。总统的回答, 使现场气氛

非常活跃。

后来另一位来自贫民窟的小女孩儿对总统说，她每天上学都很害怕，怕路上遇到坏人。

而此时的总统则收起了笑容，严肃地说：“我知道现在小朋友过的日子不是特别如意，因为很多的社会治安问题，我们处理的并不理想。我希望你好好学习，将来有机会参与到国家的正义事业之中。也只有我们联合起来和坏人作斗争，我们的生活才会更美好。”

总统放低姿态的谈话方式，让在场的大人孩子感到亲切，一下子拉近了总统和普通民众之间的距离，让人觉得他并不是高高在上的总统，好像是自己身边的一位朋友。

尤其是像这样的大人物在和普通人说话时，应该尽量放低姿态，这样不仅减少了双方的距离感，而且会使沟通变得更加容易，让对方从心理上乐于接受自己。

小李毕业一年多就提升为部门经理，同事们不免钦佩地夸上两句：“小李，真厉害，刚出校门就当经理！”“没什么，没什么，还得感谢大家的通力配合。我很幸运，领导和同事们都抬举我。”小李每次见到和他同一年毕业但至今仍然是一名普通职员的小王时，便提醒自己要谦虚谨慎。小王虽然也嫉妒他升职，但是看他这么谦虚，也照旧笑盈盈地主动和小李打招呼。

假想一下，若是此时小李说一些“以我的实力，升职也是应该的”之类的话，那么小王不嫉妒才怪，这样，也会直接影响同事之间的人际交往。

由此可见，我们平时应谦虚低调一些，放低自己的姿态。面对别人的赞许恭贺，应谦和有礼、虚心，这样才能显示出自己的君子风度，有效地减弱别人的嫉妒心理，从而维持良好的人际关系。

降低姿态还体现在言辞上的低调。平时不要揭人伤疤，不能拿朋友的

缺点开玩笑。有时候，我们在和相熟的朋友之间开玩笑时，可能会无所顾忌，但是，不要以为朋友之间关系足够好，就可以随意地拿对方的缺点、伤疤开玩笑。那样会伤及对方的人格、尊严，违背开玩笑的初衷，甚至影响两人之间的友谊。

无论是相交多年的好友，抑或是初次见面的陌生人，说话切记要讲究分寸，不可“百无禁忌”。礼让不代表就是人际关系上的怯懦，而是尽量为自己营造一个良好的人际关系网，把无谓的攻击降到最低。

放低姿态还表现在不逞一时的口头之快上。人们做事情讲究“三思而后行”，说话也是如此，在一句话出口之前仔细斟酌一下，确定不会伤害他人再说出口。只有这样，说出的话才“够分量”，才能起到一言九鼎的作用。仅仅为了一时的意气之争，图嘴上痛快，而不顾后果地说话，只会为自己招致麻烦。

放低姿态，并不是让人一味忍让，或者违心地说假话，而是一种低调做人的智慧。

忍小谋大的智慧

古语有云“言为心声”，语言是受人思想支配的，一个人说出什么样的话，直接反映出他有着什么样的道德品质。放低姿态说话，是谦卑品质的表现，这能让我们在生活中赢得别人的尊重，在工作上顺风顺水。

不要陷入无意义的口舌之争中

无论何时何地，在我们的身边总能看到这样一群人：他们高谈阔论，总是炫耀自己的才能多么的出众；他们滔滔不绝，总喜欢以一己之见来强迫别人赞同其观点。你若稍稍与之争辩，他们便剑拔弩张，与你争辩不休，直到最后你不得不“认输”，承认他说的是对的。这时，他们便会为自己出众的“口才”自鸣得意，沾沾自喜。遇到这样的人，我们往往哭笑不得：不知道是气他们的无知，还是笑他们的愚蠢。

静下心来的时候，仔细想想，他们又得到了什么？除了浪费时间、浪费唾沫换来别人违心的认输，除了给别人留下一个“莽夫”的印象，他们什么也没得到。

有时候，言语是很苍白无力的东西，它并不能为我们带来什么实质上的利益。我们也很少能够单纯地通过言辞去说服别人改变立场，让人心悦诚服。即使人家嘴上说着：“算你赢了，我说不过你！”也至多是个“口服心不服”。

武则天掌握国政的时候，有一个名叫娄师德的大臣，他自幼才思敏捷，但却从不逞口舌之利，素以谨慎忍让而闻名。

娄师德有个弟弟，即将出任代州刺史。娄师德不放心，就问他：“我位至宰相，你又任州官，受皇帝的宠幸太多了。这正是别人所妒忌的，你打算怎样避免这些妒忌呢？”

弟弟跪在地下说：“从今以后，即使有人朝我的脸上吐唾沫，我自己擦去算了，决不让你担忧。”