



A Modest Man
How to Succeed

低调做人， 高调做事

审时度势 着眼全局

杨俊梅 李昕昕 编著

为人处世的大智慧
圆满行事的真本领

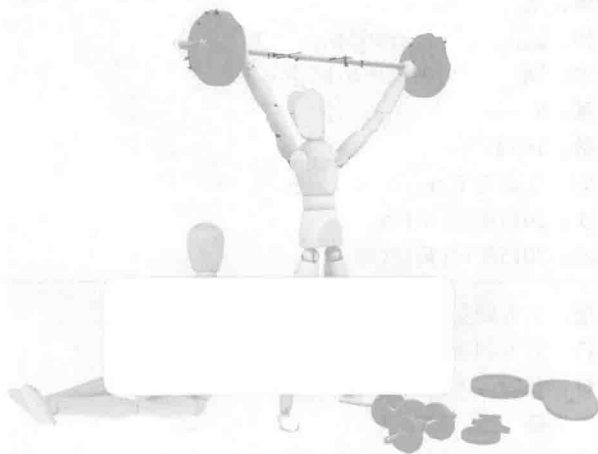
北方妇女儿童出版社



DIDIAO ZUOREN,
GAODIAO ZUOSHI

低调做人， 高调做事

杨俊梅 李昕昕 编著



北方妇女儿童出版社
长春

版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

低调做人，高调做事/杨俊梅，李昕昕编著. —长春：北方妇女儿童出版社，2015.1

(悦读时光)

ISBN 978-7-5385-8832-3

I. ①低… II. ①杨… ②李… 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 (2014) 第265060号

出版人：刘 刚

策 划：师晓晖

责任编辑：刘 莉

制 作： (www.rzbook.com)

开 本：787mm×1092mm 1/32

印 张：8

字 数：160千字

印 刷：北京天宇万达印刷有限公司

版 次：2015年1月第1版

印 次：2015年1月第1次印刷

出 版：北方妇女儿童出版社

发 行：北方妇女儿童出版社

地 址：长春市人民大街4646号

邮 编：130021

电 话：总编办：0431-86037970

发行科：0431-85640624

定 价：18.00元

常言道：“木秀于林，风必摧之。”人生原本就是一场充满艰难的修行，与其让自己处在风口浪尖，倒不如放平心态，低调做人，高调做事。

低调做人是一种古老的智慧，也是一种豁达的人生态度。懂得低调做人的人是成熟的人，他们为人谦和，性格内敛，不显山不露水，却在人际交往中进退自如，并最终成就自己的事业。低调做人看似柔弱，却是比强势更可取的生存策略，是一种睿智的表现。人生多舛，世事艰难。每个人在自己的一生中都要经历无数的坎坷与波折，只有懂得低调做人才能守得云开见月明。

人在职场，没有谁会一帆风顺，面对困境要懂得低头。每个人都是满怀希望、雄心勃勃地走入职场的，可是随着时间的推移，只有少数人取得了成功，大多数人要么在原地踏步，要么在激烈的竞争中黯然退出。低头是一种智慧，不论是上司还是同事乃至客户，没有人不喜欢个性谦和、懂得进退的人。

走入职场，我们会卷入激烈的竞争。职场虽然没有硝烟，但时刻遵循优胜劣汰的法则。对于每一个职场中人来说，每时每刻都要面对挑战 and 抉择。对此，很多人无法应对，他们在职场中碌碌无为、失意迷茫。那么，那些成功的人是拿什么来应对竞争，成为职场最终的赢家，获得更广阔的职业空间的呢？

其实，在职场中，每个人都有成功的机会，也都会遇到困难。如果总是抱怨困难太多，那么只能说明你要么是能力不够，要么是方法不对。懂得低头可以使自己更容易被他人接受，在职场走得更稳，更有机会成为最终的赢家。

高调做事是对自己的一种高要求，正是有了这种要求，我们才能努力向上攀登，从而创造出优异的成绩。一个对自己没有要求的人，是不可能出类拔萃的。有的人总是不屑于做一些小事，认为这些小事根本不能体现自己的能力，殊不知高调地把这些小事做好，反而更能体现一个人的能力。高调做事意味着敬业，意味着勇于承担责任，正是因为保持着这种积极、乐观、向上的态度，我们的人生才能与众不同。

“欲成事先成人”，如果一个人能做到此，那么他一定会给自己开拓出一片广阔的天地。

Part01 不急不躁，保持一颗平常心 / 1

沉得住气，才能压得住事儿 / 2

切忌争一时之快 / 6

多一分忍耐，少一分烦心 / 10

有余地，才有商量 / 14

你们拌嘴，我管听 / 18

克制自己，方能克制事态 / 22

生气不如争气 / 26

接纳不完美的自己 / 30

在得与失之间保持一颗平常心 / 34

不要让小事耽误你的行程 / 36

人生中不存在绝对的完美 / 39

舍弃是尝试收获的第一步 / 42

舍弃怨恨，用博爱包容一切 / 45

Part02 放低姿态，赢得更广阔的空间 / 47

与其打架，不如放下 / 48

尊重差异，善待异己 / 52

正确对待别人的错误 / 56

遗忘有时也是一种美德 / 59

战胜你体内的“黑小人” / 63

体谅是隔阂的“润滑剂” / 67

退一步海阔天空 / 71

有理也得让三分 / 75

忍小谋大，退便是进 / 79

Part03 悦纳不公，坦然面对人生的不如意 / 83

加班不加薪，这个不必太计较 / 84

主动做分外的工作，会有意外的收获 / 89

接受不公平，等待解决问题的时机 / 94

不管遇到什么不公平，你都不要抱怨 / 98

过去的失误已经过去了 / 103

积极争取，该得到的终会得到 / 108

把苦难当成一场凄美的约会 / 113

坦然总与有心人同在 / 118

Part04 认准目标，全力以赴心中的梦 / 123

- 接受自身的不完美 / 124
- 给自己一个准确的定位 / 127
- 抓住迷雾中的微弱亮光 / 131
- 加深对自己的了解 / 134
- 从新的角度看自己 / 138
- 让梦想照进现实 / 141
- 确定奋斗目标 / 143
- 始终走在正确的道路上 / 147
- 适合自己的目标才是最好的 / 150

Part05 注重细节，做个卓越的管理者 / 153

- 管理者应具备优秀的素质 / 154
- 管理者应细分权力给下属 / 157
- 学历不等于能力，别把“低分高能”者拒之门外 / 160
- 做一个体贴入微的管理者 / 163
- 企业的竞争是细节的竞争 / 166
- 从细节看服务水平 / 169
- 不要轻视一个小的决策失误 / 172
- 自己主持会议应做充分准备 / 175
- 从细节入手，加强团队沟通机制 / 178

- 细心留意你身边的人际环境 / 181
- 认清自己所处的位置 / 184
- 与上级相处，取胜于“细” / 187
- 点点关爱让下属拥护你 / 190
- 点点真诚让同事喜欢你 / 193
- 完善自己做人做事的细节 / 197
- 做事留后路，日后好见面 / 200
- 字字铿锵有力，信守一诺千金 / 203

Part06 自动自发，努力成就完美的人生 / 207

- 像富人一样思考 / 208
- 不畏惧做第一个吃螃蟹的人 / 211
- 学会更新传统观念 / 214
- 幸运永远属于生活的强者 / 216
- 心有阳光才能春暖花开 / 219
- 学会积极地自我暗示 / 223
- 相信自己是独一无二的 / 226
- 激情是成功的原动力 / 230
- 坚韧是成功者的必备素质 / 233
- 让快乐成为面对人生的习惯 / 237
- 制造自己的不可替代性 / 240
- 积极地完成工作比抱怨更有效 / 243
- 竞争激烈，主动才不会被淘汰出局 / 247



Part 01

不急不躁，保持一颗平常心

人世间繁杂俗物太多，人们常常在互相攀比、竞争中迷失自我，到头来连最初拥有的东西也会失去。保持一颗平常心，走自己的路，去追求自己真正想要的东西，生活就会平静下来，充实起来，变得幸福。





沉得住气，才能压得住事儿

因为“乌台诗案”的缘故，苏轼在官场屡遭奸人排挤。他为此常常烦躁郁闷，埋怨世道不平，抱怨官场黑暗。当时文人流行禅定，为了排解心中烦闷，苏轼也开始练习禅定，还为自己取了一个别号：东坡居士。东坡居士坚持锻炼了一段后，禅定功力大增，一次能静坐一个多小时。他便以为自己已经达到了一定的境界，非常得意，于是大笔一挥，作诗曰：“稽首天中天，毫光照大千。八风吹不动，端坐紫金莲。”写好之后，他命书童将此诗送给江对岸金山寺的好友佛印禅师。佛印看后，在诗上批注“放屁”，然后让书童带回去复命。

一心等待好消息的苏轼看到“放屁”二字之后大怒，连夜渡江，打算找佛印理论。来到金山寺之后，苏轼看到佛印的禅门紧闭，门上贴着一张纸条，写道：“八风吹不动，一屁过江来。”苏轼猛然醒悟，为自己的沉不住气羞愧不已，承认自己的火候不到，回去继续修炼了。

“八风”是人们容易动摇内心的八种态度：利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐。一般人遇到“八风”中任意一“风”，都



会或喜或悲，不能控制自己的情绪，更不能心平气和做事。苏轼自以为已经淡泊到一定境界，但受到讥讽便气得连夜过江找人理论。这就是典型的沉不住气，他的修行离淡泊还远得很。

能否沉得住气，这是最考验人性情的东西。《西游记》中，唐僧与虎力大仙比赛定力，很多外行人会觉得不以为意，不就是比赛打坐吗？烈日炎炎，也许你能忍得住，但若有小虫子去咬你呢？你能忍住痒痛不去抓挠吗？谁能沉住气熬到最后，谁便是赢家。

寒山问拾得：“世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我，我当如何处之？”拾得说：“只是忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他，不要理他，再待几年你且看他。”这便是我们为人处世的重要原则。

人生在世，谁也无法做到被所有人喜爱，总有一些人不认同你的做法，总有一些事充满波折。是像苏轼那样受到刺激便怒气冲冲地反驳，还是像虎力大仙一样遇到切肤的痒痛就再也无法克制自己呢？都不是！否则到了最后，吃亏的还是我们自己。

美国一位大学校长参加了州议员竞选。若无意外发生的话，凭他的资历、学识以及精明能干的条件，他很有可能竞选成功。但在选举期间，竞争对手放出谣言，说他与一位年轻女教师有不正当关系。校长对这种恶意中伤的行为非常气愤。为了澄清事实，每次演讲他都努力为自己辩解，清清楚楚地讲述自己跟这位女教师所有的关系往来。他的演讲重心都放在澄清上面，反而将自己精心准备的精彩部分给削弱了。最糟糕的是，很多选民原本

并不知道他与女教师的事儿，听了他的演讲之后，反而误认为他果真有点暧昧。事情越描越黑，他最终因此落选。

沉得住气，才能压得住事儿。任何事情的完美解决，一定是在大家都心平气和的状态下完成的。一听到别人“谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我”，便忍不住争个脸红脖子粗，不但无利于事情的解决，还会暴露自己的不足。

一位年轻人工作积极努力，为人正直善良，但评先进年年落选。眼看又到年底了，他是提名对象，但结果好像已经提前出来——据说某某已经被内定了。他听到这个消息，过去几年积攒的怨气似乎要爆发。在连续一周做了落选的噩梦之后，他终于忍无可忍，便冲到领导办公室去理论。

听完他的牢骚后，领导惊讶地说：“你从哪里听到这种小道消息的？前几年别人中选都有各自的原因，但今年我最看好的就是你！我一直为有你这样任劳任怨的同事而自豪，只是没料到你也有抱怨……”听到这里，年轻人懊恼万分。

努力而平稳地去做事是每个成功人士的必经之路。一遇到不顺心、不如意的事就做出反应，除了能让别人看见你的不满，还会有什么好处呢？也许你的本意就是让别人知道你不高兴了，让别人知道你不好欺负的。可是别人“不敢欺负”你的同时，也会对你敬而远之，你连收到反馈信息的机会也没有了，更何况有些人根本不理你，丝毫不介意与你针锋相对。白白树敌，这又何苦呢？

佛法说：众缘所成，等到一切条件具备，则能功到自然



成。而欢喜、成就常在沉不住气的情况之下有所闪失，吾人可不慎乎？

时间可以改变很多东西，古往今来那些成就大事的人均有一个特点：能屈能伸。勾践的卧薪尝胆之苦，刘邦的容人之量，雍亲王的戒急用忍，等等。只有沉下心来，才能有效积蓄力量，最终厚积薄发，一举获得胜利。这就要求我们，越是遇到着急的事儿，越不能急于下定论。沉住气，或许能寻求到更好的解决方案。



智慧点睛

为人处世要沉住气，无论别人怎样评价你、刺激你，也要做到一切由他，超脱于世外，这样方能避免不必要的争端，也避免落得一个小气的名声。



切忌争一时之快

郑庄公出生时难产，母亲武姜因受到惊吓，所以不喜欢他。武姜对小儿子却百般宠爱，想让他成为王位继承人，但郑武公没有答应。郑武公死后，郑庄公继位。武姜请求郑庄公同意共叔段到分封地制邑，郑庄公无法反驳母亲，就分给弟弟城池，封他为京城太叔。京城太叔不守规矩，封地的城墙长度超出了先王规定的范围，大夫祭仲因此建议郑庄公注意此事。郑庄公无奈地说：“这是我母亲的主意，我有什么办法呢？”祭仲毫不留情地说：“大王的母亲从来都不满足京城太叔的权力，大王您应该及早遏制，避免他越来越猖狂。”郑庄公说：“多行不义必自毙。先不管他，将来他肯定会自己垮台。”

不久，京城太叔将郑国西边和北边的土地划为己有。大臣公子吕认为，京城太叔的所作所为已经与国君一样了，不能任由他这么胡闹，否则百姓会困惑谁才是国君。郑庄公仍然不予理会，说：“你不用在意他，他在自掘坟墓。”京城太叔更嚣张了，又将郑国另外两处划为自己的封地。子封向郑庄公献策：“现在应该是时机消灭他了，他的领土如果进一步扩大，百姓会拥护他，



这样就不利于大王的地位了。”郑庄公却说：“他对国君不义，对兄长不亲，即使他的领土再大，最终也会垮台的。”郑庄公仍然不予理会。京城太叔愈发胆大，他修整了自己的城池，备好了军队和武器，准备向郑庄公发起进攻，母亲武姜也做好了内应的准备。郑庄公得知他们的阴谋之后，对大臣们说：“现在我们终于可以还击了！”

战事开始之后，一切如郑庄公所料，京邑的百姓都起来反对京城太叔。郑庄公一举取得了战役的胜利。

我们不得不承认，郑庄公是一个老谋深算的人。看到弟弟的越轨，他不加理会，而是一味地纵容，让弟弟一步步走向天怒人怨的境地，然后再抓住时机，一举讨伐。

成大事者不拘小节，更能忍小节。不争一时之快，是因为时机还未到，时机一到，一定会将对手打得落花流水。这是为人处世的一种策略，更是一种生存智慧。

刘邦有“流氓皇帝”之称，脸皮厚，比任何人都能忍。相传他进咸阳宫之后，面对大秦的金银珠宝他忍住冲动，拱手送给了项羽。因为此时他的力量还远远不及项羽。韩信破齐后讨封“假王”，刘邦虽然生气，也忍下这个不安分的手下，还大度地封他做了齐王，



因为刘邦欣赏他的军事才华。楚汉之争初期，刘邦被项羽打得无处可逃，连父亲和妻子都不要了，退守成皋，据险坚守。项羽为了诱刘邦迎战，将刘邦的父亲绑在鼎上，对刘邦说：“你赶快出来投降，否则我就煮了你父亲！”刘邦不急，反而笑着说：“我跟你曾经结拜兄弟，我父亲也是你父亲，你若煮了我们的父亲，就分我一碗肉羹吧！”项羽无奈，对刘邦说：“天下动乱多年，只因我们的缘故，现在天下不是你的，便是我的。我愿意与你一决雌雄，不必连累天下的百姓。”刘邦耍赖道：“我跟你斗智不斗勇！”依旧坚守不出。最终，刘邦逼得“力拔山兮气盖世”的西楚霸王无路可走，与他草草议和。

刘邦的“忍功”虽然是懦夫行为，却笑到了最后。他活生生拖垮了项羽，如愿以偿地获得了天下。反观项羽，就有些急功近利，沉不住气。

人生在世，很多东西是不能硬争的。时机不到，即使再勇武、再不服气，又能如何？不如掩盖锋芒，积蓄力量，等待最佳时机。

康熙末年的“九子夺嫡”可谓精彩：蠢蠢欲动的大阿哥胤禔，两度废立的太子胤礽，不甘寂寞的老三胤祉，一身才华和好名声的老八胤禩，后起之秀胤禵，这五股势力，虽然有强有弱，但除了无人支持的胤祉，哪一股势力都不比老四胤禛差。即便老三胤祉，比他还多了一个年长的优势。可这些人锋芒暴露太早，都无缘皇帝宝座。胤礽第一次被废，大阿哥胤禔首先跳出来建议杀掉胤礽，被康熙帝当众指责“秉性躁急愚顽，岂可立为皇太



子”。大阿哥倒台之后，三阿哥胤祉成了优秀的长子，他比较有自知之明，看康熙帝没有将天下托付给自己的意思，鉴于胤禔和胤礽的前车之鉴，退出皇位之争。最倒霉的要算老八胤禩，他在朝野的呼声最高，是胤礽第一次被废后储君的热门人选，但因为太急于获得首肯，支持者太多，反被康熙帝误认为结党营私，以“胤禩柔奸成性，妄蓄大志”为由，拘禁了他。此后多年一直打压不断，直至他失去争储的任何机会。最后剩下的只有四阿哥胤禛和十四阿哥胤禵，至于康熙帝最终选择谁，当时众臣无从得知。可以肯定的是，前面那么多有机会成为储君的“出头的椽子先烂”，过早被打压了，而那些暗藏韬略的人得到了有效保护，成为笑到最后的人。



智慧点睛

“夫唯不争，故天下莫能与之争。”很多时候，你的忍让、等待、隐藏，都是获得胜利的有力武器。因为隐忍也是一种实力，为人处世忌争一时之快。



多一分忍耐，少一分烦心

勾践是越国的国君，在他指挥的战斗中，吴王阖闾被斩落脚趾，伤重而死。阖闾之子夫差背负着家仇国恨，俘虏了勾践。勾践买通了夫差的大臣，以割地、赔款、进献美女的条件保住了自己的命。夫差为了以防万一不肯放勾践，将他扣押在吴国为奴，时不时地给顿羞辱。在这样艰难的日子里，勾践没有任何怨言，为夫差牵马，被吴国百姓推搡打骂，受尽屈辱。

有一天，夫差病了，在宫中养病。勾践知道后，一脸焦急地来探病。当他得知夫差刚刚大便完毕，竟然闻闻夫差的大便，又用手指蘸了一点儿尝尝，然后对夫差说：“恭喜大王已经痊愈。因为粪便是黑色的，闻之有奇臭，尝后又有苦味，说明肚子中的毒物已经通过粪便排出。毒物既除，大王的病也就好了。”夫差听后，既感动又震撼，便准许勾践回国。

勾践回国后，励精图治，使越国重新变得强大起来，并趁夫差与中原大国争霸的时候攻打吴国，逼死夫差，成为一方霸主。

勾践看着像是毫无还手之力的小白兔，谁能想到他会像狼一样疯狂地反扑？这就是忍耐的威力。成大事者，必能容忍命运赐