

地不畏其低，方能聚水成海；人不畏其低，方能孚众成王



懂得低头，不是自卑，更不是怯懦；它是一种能力、一种品格、一种风度、一种胸襟、一种魄力，是一种处世的姿态，是一种思考问题的角度，是一种与人相处的方式，是一种生存的策略，更是人生的大智慧。



懂得低头 才能出头

大全集

若谷 编著

帮助你从低处走向高处、从平凡走向卓越的成功哲学

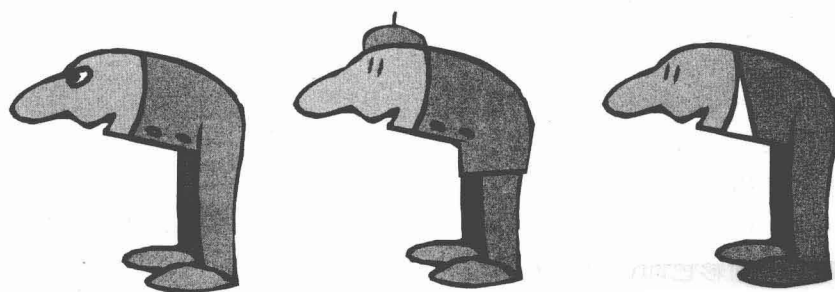


中国华侨出版社

懂得低头 才能出头

大全集

若谷 编著



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

懂得低头,才能出头大全集/若谷编著.—北京:中国华侨出版社,2011.7

ISBN 978-7-5113-1169-6

I. ①懂… II. ①若… 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125391号

懂得低头,才能出头大全集

编 著:若 谷

责任编辑:文 玦

封面设计:施凌云

文字编辑:胡宝林

美术编辑:张军莲

经 销:新华书店

开 本:1020mm×1200mm 1/10 印张:44 字数:700千字

印 刷:北京中创彩色印刷有限公司

版 次:2011年9月第1版 2011年9月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-5113-1169-6

定 价:29.80元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦三层 邮编:100028

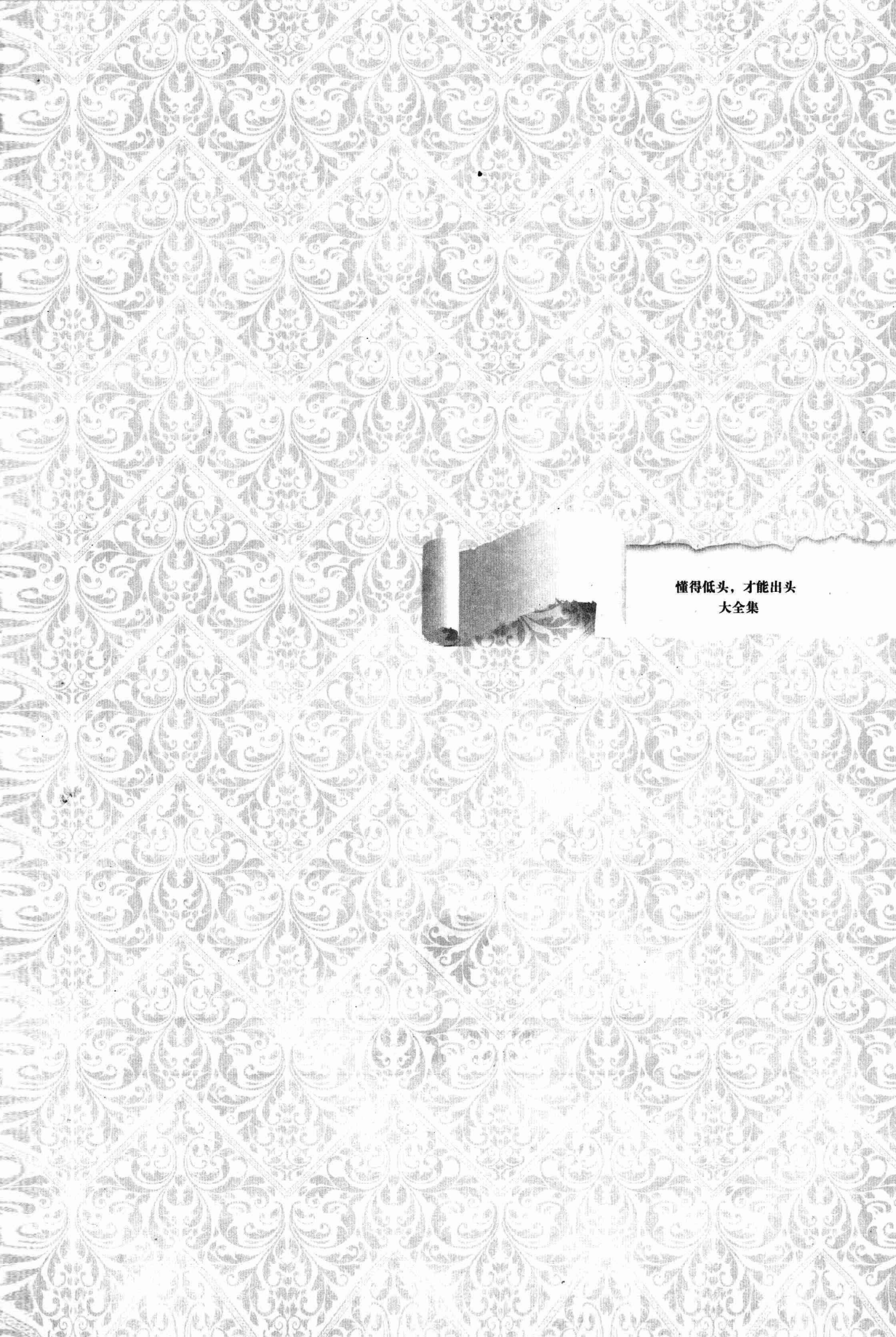
法律顾问:陈鹰律师事务所

编 辑 部:(010) 64443056 64443979

发 行 部:(010) 58815875 传真:(010) 58815857

网 址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com



懂得低头，才能出头
大全集



地不畏其低，方能聚水成海
人不畏其低，方能孚众成王

前言

很久以前，有一个满怀失望的年轻人千里迢迢来到法门寺，拜访住持释圆。

“我一心一意地学丹青，但至今也没有找到一个令我满意的老师。”年轻人满怀失望地说。释圆笑笑说：“你走南闯北几十年，就没有找到一个自己的老师吗？”年轻人说：“唉，很多人都是徒有虚名，我见过他们的画，有的画技甚至不如我呢！”释圆听了，淡淡地一笑，说：“老僧虽然不懂丹青，但也颇爱收集一些名家的精品。既然施主的画技不比那些名家逊色，就烦请施主为老僧留下一幅墨宝吧。”释圆说着，便吩咐小和尚递上笔、墨、砚和一沓宣纸，说道：“老僧的最大嗜好，就是爱品茗，尤其喜爱那些造型流畅的茶具。施主可否为我画一个茶杯和一个茶壶？”年轻人听了，说：“这还不容易！”他研好一砚浓墨，铺开宣纸，寥寥数笔，就画出一把倾斜的茶壶和一个造型典雅的茶杯。茶壶的壶嘴正徐徐流出一眼茶水，注入茶杯中。年轻人问释圆：“这幅您满意吗？”释圆微微一笑，摇摇头说：“你画得确实不错，只是把茶壶和茶杯的位置放错了，应该是茶杯在上，茶壶在下呀。”年轻人听了，笑道：“大师为何如此糊涂，哪有茶壶往茶杯里注水，而茶杯在上、茶壶在下的呀？”释圆笑了：“原来你也懂得这个道理呀，你渴望自己的杯子能注入那些丹青高手的香茗，但你总把自己的杯子放得比那些茶壶还要高，香茗怎么能注入你的杯子呢？涧谷因为低下，才能容纳百川，人要把自己放低，才能吸纳别人的智慧和经验啊！”

俗话说：直木遭伐，水满则溢；地低成海，人低成王。历史上、现实生活中常常有这样的人，他们很有能力，也不乏干劲，但为人傲气十足，处处把头抬得很高，不屑于屈就现实生活中有意或无意设置的一些低矮“门槛”，这些人最终只能处处碰壁，被撞得头破血流，不但成就不了任何事业，甚至连容身之所都没有。诚如大师所言，只有放低自己，才能看到别人身上的优点，悦纳他人智慧。个人的天地是狭小的，世界始终是多样的。当我们在强调自己的个性，不肯让个性“屈尊”的时候，视野、格局也就缩小了。人就如墙角的一朵花，太看重自己的傲人风姿，就容易忘记身居墙角的狭小。所以，一个人要想获得广阔的发展天地，就必须懂得低头做人。

懂得低头的人，才能真正成就一番大的事业。懂得低头，不是委曲求全，窝窝囊囊做人，而是通过少惹是非、少生麻烦的方式，绕过障碍，减少人生不必要的负面消耗，从而更好地展现自己的才华，发挥自己的特长。古人云：木秀于林，风必摧之；行高于人，众必非之。为人做事，过于张扬和显露，不仅显出自己的无知和浅薄，也在不知不觉间伤害了他人的尊严和颜面，招致他人的嫉恨、诋毁和攻击，处处碰壁，使自己的事业和人生陷入困境。放低姿态，学会低头，才能为人们所悦纳、赞赏和钦佩，融入人群，营造和谐的人际关系；才能暗蓄力量，悄然前行，在不显山不露水中成就一番事业。

懂得低头的人，才能拥有和谐、幸福的人生。懂得低头的人懂得付出，懂得体贴，懂得为他人着想，他们能够凡事设身处地从他人的角度考虑，更多地理解他人、珍惜他人，并获得他人对自己的真诚；懂得低头的人拥有一颗最真挚的爱人的心，懂得真正的爱就是无条件的低头、忍让。同时，在面对生活上，懂得低头的人明白生活难免要遭受各种各样的苦痛，只有低头，我们才能顺利地走过生活中的风风雨雨。我们都是现实世界中的凡夫俗子，对于自己做不到的，或者没有办法承受的，我们就要低头承认自己能力的缺失，推掉自己承载不了的负担，让自己快

乐一些、轻松一些，这才是明智之举。

如此说来，懂得低头，不是自卑，更不是怯懦；它是一种能力、一种品格、一种风度、一种胸襟、一种魄力，是一种处世的姿态，是一种思考问题的角度，是一种与人相处的方式，是一种生存的策略，更是人生的大智慧。懂得低头的人能够于红尘万丈中，始终保持一种高洁淡雅的志趣，以平和的心态来看待世间的功利得失，励精图治，且能宠辱不惊、贫贱不移。低头的人，自有其浩然的气度，他们是芸芸众生中超凡脱俗的圣者，他们以豁达随和的处世态度，赢得了世人永恒的敬重，也为自己的生命收获了一份高贵的尊严！

本书从糊涂、吃亏、进退、低调、忍耐、方圆等方面全面阐述了低头做人的哲学基础和现实意义，详尽提供了在日常生活和工作中低头做人的方法和诀窍，帮助广大读者掌握低头做人这门实用的处世哲学，在复杂多变的社会环境中，把握做人的准则，衡量处世的分寸，学会退让，懂得放弃，低姿态做人，高标准行事，在人生舞台上走好每一步，扮好每一个角色，尽快获得事业的成功，找到人生的幸福。懂得低头做人于我们每个人的为人处世都有着至关重要的意义，那么我们不妨开卷细读，于世事沉浮中感悟低头处世的哲学。但愿这本书能成为你人生路上的良师益友，为你解读困惑，指点迷津。

目 录

第一章 低头的处世哲学：地低成海，人低成王

第一节 地低则为海，人低品自高	2
地低成海，人低为王	2
韬光养晦，藏锋露拙	3
天之道，不争而善胜	4
适者才能生存	5
为人谦虚显修养	6
以弱示人，以智取胜	6
处高位时要低头	7
厚积之后方能薄发	8
选择低头，你就是强者	9
第二节 人有五尺，天地却只有三尺	11
天地之间的高度只有三尺	11
放低身段，会使高贵者变得更加高贵	12
鹤立鸡群被鸡啄	13
矮人一截不等于低人一等	14
为什么小丑有时比主角更受欢迎	15
林肯的胡子，为谁而留	16
破碎的葡萄成就红酒的美丽	18
为什么会有有才华的失败者	19
第三节 有一种人生的境界叫弯曲	21
你见过参天大树的根往上长的吗	21
水满则溢，过犹不及	22
凹凸人生：凹为什么总排在凸的前面	23
流入大海的河流会转弯	24
有时太能干也是一种痛苦	25
有一种人生境界叫做弯曲	26
得意时忘形也会让你忘命	27

十二分的才华，一分的表露	28
我们不会飞，是因为我们太重	29
保持谦卑，才能生存得最久	30
第四节 低头实干是为了更好地出人头地	33
叫嚣抵不过低头实干	33
反击别人不如充实自己	34
不要走得太快，否则灵魂就跟不上了	35
无论哪个时代，阿甘都是能获得成功的人	36
付出与得到间的系数永远不会是零	37
在前进的道路上难免犯错误	38
珍惜今天	39
追求美，但不苛求完美	40
蒙在鼓里有蒙在鼓里的好处	41
第五节 低头成事，大人物的“老二”哲学	43
做甘当扶梯的副手	43
身高只是数据，内涵才是高度	43
“争做老二”的人结果最牛	44
飞得太高时，要学会“软着陆”	45
没有花的芳香就当最有生机的绿叶	46
让出功劳，才能平步青云	47
忍耐是痛苦的，但它的果实是甜蜜的	48
第六节 低头做人，出头不过	50
有求于人，必先低于人	50
与人相处要学会站在对方的立场	51
豁达处世，得失自如	52
学会分享，才能在需要时得到	53
你的话必须比沉默更有益	54
走自己的路，让别人打车去吧	55
路在脚下，路也在脚后	56
出头，出头，不要出过头	57
人际交往之道要摒弃势利	59
用微笑融化人际交往中的寒冰	60
得志便猖狂要不得	61

第二章 低头的糊涂智慧：大智若愚，大巧若拙

第一节 糊涂是世事洞明的人生智慧	64
糊涂是洞明人生的智慧	64

吃糊涂亏，积无量福	65
花半开，酒半醉	65
心存忧患意识	66
取舍要有道	67
不争，就是争	68
糊涂是智者最好的外衣	69
梨虽无主，我心有主	70
诚心不可无，诈心不可有	71
第二节 机关不可算尽，聪明适可而止	72
大智若愚，该糊涂时就糊涂	72
看穿是非得失，心中有数即可	72
智者守愚	73
凡事不要太较真	75
第三节 外拙内精，成功一路顺风	78
小事不妨糊涂，大事必须精明	78
守拙养晦，最快找到出手良机	79
顺势糊涂，谬释其意、攻其不备	80
糊涂是自我保全的大手段	81
糊涂是聪明人的百变战术	82
第四节 用装糊涂的方式，让对方真糊涂	84
用装糊涂的方式让对方糊涂	84
言谈常需“和稀泥”	85
把糊涂装得“有意思”	86
糊涂要装得不露痕迹	87
装糊涂要能够灵活变通	89
第五节 假糊涂结得真人缘	91
耍点小糊涂，摆脱尴尬不失风度	91
装傻充愣，避开敏感处不得罪人	92
棘手的事，模糊表态不犯错	93
人生的快乐不是拥有得多而是计较少	94
糊涂——一剂化解仇恨的良药	95
 第三章 低头的吃亏策略：吃得亏中亏，方享福中福	
第一节 好汉要吃“眼前亏”	98
塞翁失马，焉知非福	98
“舍不得孩子套不住狼”	98

不怕吃亏才是真正的聪明者	99
个性灵活	100
机智的能量	101
以退为进	103
第二节 吃小亏，得大利益	105
懂得与人分享，让自己也幸福	105
吃小亏赚大便宜，才是真聪明	106
栽好树，让兔子撞上来	106
舍小利为大谋	108
让一步，收获更大	108
善吃小亏	109
第三节 舍卒保车，鸡蛋不必硬碰石头	111
面对“皇亲国戚”，有理也要吃“哑巴亏”	111
责任伴随权利，担起责任换权利	112
眼光放远，吃眼前亏换长远利	113
以和为贵	113
小帮助大改变	114
 第四章 低头的忍耐功夫：不经寒彻骨，哪得梅花香	
第一节 在忍耐中迎接人生的风风雨雨	118
学会忍耐，磨难变财富	118
以不抱怨迎接生命中的挑战	119
忍耐让生命更具张力	120
忍辱负重，方成大业	121
委屈才能求全	122
切莫感情用事	122
小事更要能忍	123
第二节 忍耐是审时度势的策略	125
勇于承认自身的不足	125
做一枝谦卑的稻穗	125
别跟自己过不去	126
学会适应对方	127
不将侮辱放在心上	128
挖掘自己的潜能	129
第三节 忍耐是成功交际的诀窍	131
忍让获得好人缘	131

谦让成就“将相和”	131
有时不必太认真	132
让他比你更优越	133
饶恕别人等于帮助自己	134
对友不必太较真	135
理直也要气和	136
善忍之人才能图谋大业	137
人生在忍耐中不断前行	139
第四节 忍耐是积蓄能力的谋略	142
在忍耐中养精蓄锐	142
心急吃不了热豆腐	143
放大你的格局	144
学会隐藏真实意图	145
急功近利不可为	146
耐心等待最佳时机	147
 第五章 低头的进退艺术：退步即进步的张本	
第一节 有限退让，换来无限的空间	150
“退”只是“进”的另一个名字	150
以退为进，绕指柔化百炼钢	150
退，意在“半途而止”，而非半途而废	151
大退大进，小退小进	153
存心退让，会有加倍的获得	153
隐忍退让，放长线钓大鱼	154
关键时刻懂得务实妥协	155
知止是一种人生智慧	156
学学狐狸哲学：放弃一条腿，保全一条命	157
不能舍，只好在泥里团团转	158
过于戒备反而失去更多	159
第二节 审时度势，进退有道	161
当进则进，当退则退	161
学会审时度势	162
守住进退的底线	163
练就洞察大势的眼光	164
进退之道在于随机应变	165
行动之前要权衡利弊	166
顺应“功成身退”的天道	167

机会和陷阱，你要分得清	168
懂得放弃才能找到退路	169
第三节 机不可失，时不再来：把握进退的时机	171
细微之中洞察时机	171
把握时机需要好心态	172
在失败中找到进退时机	173
进攻是把握机会的最佳方式	174
坚持是把握时机关键	175
把握时机也要会耍点“心计”	176
磨难之中把握机会	177
狭路相逢勇者胜	178
第四节 欲擒故纵，收获成功	180
退一步可以进百步	180
退一步让你更有理	181
保持“安全”距离	182
恪守“吃亏是福”	183
回头才能靠岸	184
后退带来福音	185
退让不等于软弱	185
第五节 勇于后退，曲径通幽	187
时机不成熟时，要懂得退让	187
后退是为了做好充足的准备	188
后退可以预防“自大”	189
在后退中坚持	190
自省之后才能懂得进退之道	191
不选择是最好的选择	192
迷雾中静观其变	193
 第六章 低头的方圆之道：能方能圆，能伸能屈	
第一节 方是根本，圆是手段	196
方是为人处世之根本	196
圆是宽容应世之锦囊	197
让人格成为一生的守护	198
方能让人放下功利	199
圆能让人懂得分享	200
挺直腰杆成大事	202

圆融求人才不会碰钉子	203
做人要懂得知恩图报	204
第二节 方是原则，圆是机变	207
坚持是方，放弃是圆	207
坚守责任才能践行使命	208
认真但不“较真”	210
圆融之人不会恪守老经验	211
计划赶不上变化	213
创新思想不局限于常规	214
从路径依赖走出来	216
第三节 方是刚，圆是柔	218
过刚则无弹性	218
过柔难以成形	219
阴无阳不利，刚无柔不生	220
上善若水，以柔克刚	222
劣势并非让人永远被动	223
用灵活手段达到目的	224
方圆通融才能久立于世	225
第四节 方是以不变应万变，圆是以万变应不变	227
以己变应万变	227
改变思维，改变人生	229
安于现状就是自我套牢	230
取巧不投机，圆融走捷径	232
脚踏实地，拒绝浮躁	233
稳住方寸，静对非议	234
风雨的日子里需要镇静	236
第五节 方圆合一，无往不胜	238
无为而为，最妙的方圆合一	238
出世心境入世行	239
方圆之人不败于小节	240
毁誉之间，不迷信他人	241
推己及人，方圆合一	243
过分圆滑是世故，终究众叛亲离	245
心有仁念方能远离恶行	246
曲到好处方为上	247
正义在可与不可之间	248
与人争辩，你永远不会真赢	250

轻松愉快，紧抓要害	251
成功做人，就要方圆相通	253
做人的制高点是外圆内方	254

第七章 低头的低调风格：低俯一生，尊荣一世

第一节 低调是做人的最佳姿态 258

低调做人是以低就高的强者攻略	258
低调做人是立足社会的必然要求	259
放低心态才能走稳脚下路	260
低调处世有益于养精蓄锐	261
低调做人是安身立命的天然屏障	262
爬得越高则可能跌得越重	263
低调做人是化解人际风波的最佳策略	264
低调做人才能在顺逆境中安然进退	266

第二节 韬光养晦，深藏若虚 268

韬晦是一门深谋远虑的斗争艺术	268
谋晦之人要懂得隐匿锋芒	269
低调做人者必须锤炼忍耐精神	271
低调者要磨炼自制自律的习惯	273

第三节 低处修心，高处成事 277

于低调中修炼成功心法	277
修身立德，道路将越走越宽	279
积水成渊，潜心钻研者终成大器大才	281
潜能挖掘：走自立自强之路	283
行胜于言：行动比口号更有说服力	286
严谨务实：脚踏实地便能步步为营	289
精益求精：努力将事情做到尽善尽美	291

第四节 放下高调，邂逅低调的华丽 296

在狂妄泛滥的地方危险就大	296
盛气凌人是浅薄和庸俗的表现	297
真正的伟人是平易近人的	299
有一种愚钝叫居安不思危	300
杂草多的地方庄稼少，空话多的地方智慧少	301
卖弄的结果就是把自己卖了	302
低调谦卑不等于窝囊无能	303
没有匍匐的本领，哪能一飞冲天	304

第五节 低调是培养好心态的智慧	306
让心态归零	306
勇敢地自嘲	306
虚心接受批评	307
学会忘记是智慧	308
谨言慎行	309
学会感恩	310
向平凡人学习	311
做一个普通人	312
承认自己不完美	313
胜而不骄，败而不馁	314
学会放下	314
宠辱不惊	315
有错就改	316
要有自知之明	317
夹缝中求生存	318
把功劳让给别人	319

第八章 低头的宽容胸怀：有理让三分，留点余地给他人

第一节 留有余地是一种理智的人生策略	322
为人处世以容人为上策	322
留有余地是一种理智的人生策略	323
忧他人之忧，乐他人之乐	324
律己宜严，待人宜宽	325
自我反省得到他人的尊敬	326
指责只会招来对方更多的不满	327
迁怒是不负责任者的行为	328
尊重他人就是理解和包容他人	328
不要把别人的冒犯放在心上	330
用刀剑去攻打，不如用微笑去征服	331
第二节 放宽心量，悦纳别人的与众不同	333
悦纳别人的与众不同	333
帮助曾经伤害过你的人	333
得理也要让三分	334
要私下指出别人的缺点	335
放大镜看人优点，缩微镜看人缺点	336
对自己的对手“投之以木桃”	337

尊重他人的生活习惯也是一种宽容	338
不因偶尔的过错就丧失对朋友的信任	339
容人小过，不念旧恶	340
要成人之美，不成人之恶	341
以宽容姿态迫使同事放弃“对抗状态”	342
包容他人的四句箴言	343
第三节 化解矛盾，一分宽容胜过十分争执	345
因宽容而避免冲突	345
与他人争执时，懂得后退一步	346
以高姿态化解对方的挑衅	347
低姿态消融他人嫉妒的壁垒	348
不咎既往，冰释前嫌	349
用爱消除隔阂	350
宽容让摩擦去无踪	351
以宽容之心接受建议	352
把心放宽，学会克制	353
第四节 狭路相逢，示弱是最聪明的选择	355
甩掉“金科玉律”的锁链	355
不以己心定善恶	356
摘下有色眼镜，不以一时荣辱取人	357
别把自己太当回事	359
逞口舌之快是做人的悲哀	359
做事情切忌强出头	360
把自己的得意之事放在心里	361
面对错误，学会比别人先认错	362
算计别人将会误伤自己	363
第五节 合作共事，宽容大度方能成就大业	365
人与人，在互惠中成长	365
告别“独行侠”时代，你才可以“笑傲江湖”	366
胸襟开阔方能成就伟业	367
胸襟有多大，成就就有多大	368
能够包容他人才能被更多人接纳	369
回避恶性竞争，不抢同行盘中餐	370
没有永远的敌人：学会妥协，力求共赢	372
应该为普遍利益做些什么	373
找到合适的另一半	374
请相信你的合作者	375