



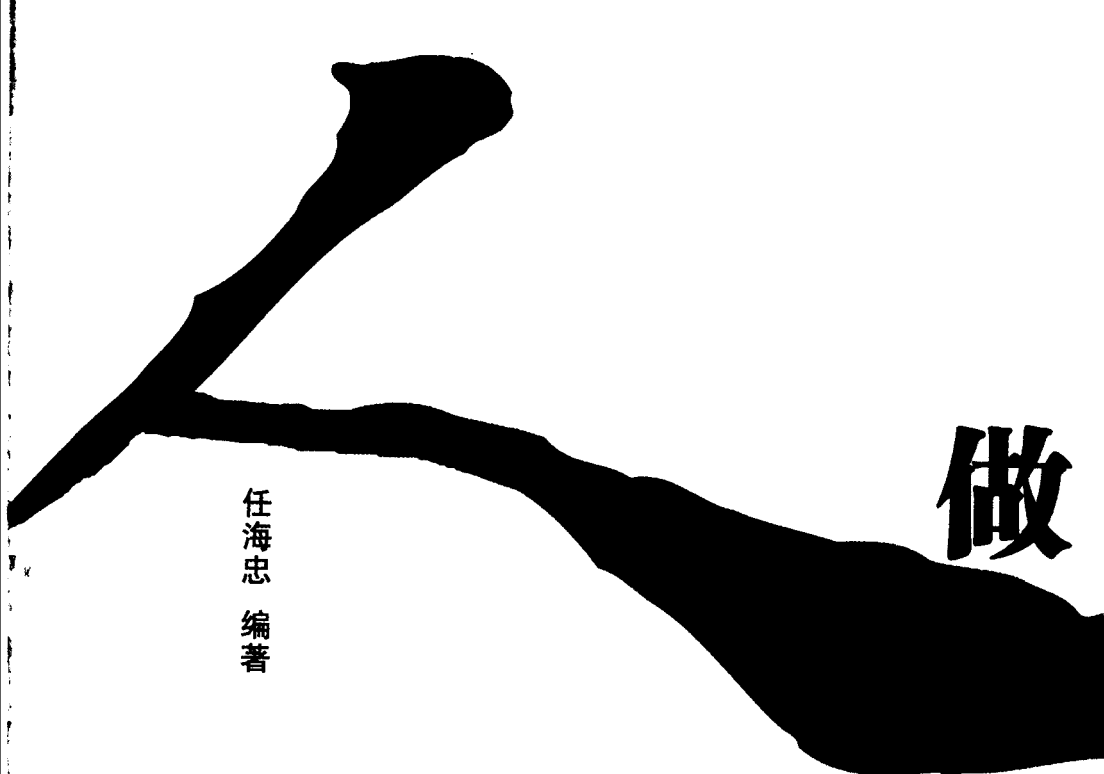
做

还是低调点

- 低调是一种境界
- 一种品格，一种修养，一种谋略，一种海纳百川的胸襟，一种圆熟睿智的情怀，更是赢得人生、取得成就的金光大道
- 低调崇尚的是一种埋头苦干的作风，是一种执著追求的精神
- 一种精益求精的风格，更是一个人立命安身的永久鞭策

任海忠
编著





做

还是低调点

- 低调是一种境界
- 一种品格，一种修养，一种谋略，一种海纳百川的胸襟，一种圆熟睿智的情怀
- 更是赢得人生、取得成就的金光大道
- 低调崇尚的是一种埋头苦干的作风，是一种执著追求的精神
- 一种精益求精的风格，更是一个人立命安身的永久鞭策

任海忠
编著

京华出版社

图书在版编目(CIP)数据

做人还是低调点/任海忠编著. —北京:京华出版社, 2005. 6

ISBN 7-80724-037-7

I. 做... II. 任... III. 人间交往—通俗读物
IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 040164 号

做人还是低调点

著 者 ☐ 任海忠 编著

出版发行 ☐ 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 楼 2 层 100011)

(010)64258473 64255036 64243832 (发行部)

(010)64251790 64258472 64255606 (编辑部)

E-mail: 80600pub@bookmail.gapp.gov.cn

印 刷 ☐ 北京市东茶坞印刷厂

开 本 ☐ 960mm×640mm 1/16

字 数 ☐ 180 千字

印 张 ☐ 14 印张

印 数 ☐ 1-10000

出版日期 ☐ 2005 年 6 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 7-80724-037-7/G·713

定 价 ☐ 22.00 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系

稳妥的进取之道（代序）

低调是一种境界，一种品格，一种修养，一种谋略，一种海纳百川的胸襟，一种圆熟睿智的情怀，更是赢得人生、取得成就的金光大道。低调崇尚的是一种埋头苦干的作风、一种执著追求的精神、一种精益求精的风格，低调更是一个人立命安身的永久鞭策。

低调做人，就是在为人处世时摆正自己的位置，低调点，谦虚点，该说则说，该做则做，友善和气，甘于让人。低调做事呢？就是脚踏实地，勤劳多干，从小事做起，从细节抓起，涉猎各方，扎扎实实干出实绩。

低调做人是成事之道。因为不心浮气躁，就能以平常心面对喧嚣的世界，就能咬定青山不放松，把事情做深、做细、做透。你看那牛，“吃的是草，挤出的却是奶”。

低调看起来是与唱“高调”的社会背道而驰，其实，低调不仅要求“多”、“快”、“好”，更要求的是“精”、“准”、“稳”。

其实，我们谁都讨厌那些唱高调的人，他们的高调，在不知不觉中伤害了别人的尊严与面子，同时也显示了他自身的狂妄与无知。我们更讨厌那些言过其





做人还是低调点

实、夸夸其谈的人，他们在开始与人相处时透支他人的好感，结果却因许诺兑不了现而令他人失望。

人生经验证明：先唱高调而后令人失望，还不如先低调一点，而后给人许多意外的惊喜。高调使人与人之间的关系日渐疏远，低调反而更让人相处长久。低调是一种更成熟的智慧，低调更能显示出谦虚、持久的做人品德，低调更是平淡人生真实生活的反映。

一个人的处世态度，决定着他的生存质量。越来越多的人开始看重为人处世，开始注重自己在别人心目中的位置。为人处世是一门艺术，是人生旅程中必须掌握的哲学理论。既然是艺术，是哲学，就要学习并了解相应的技巧与原则。

现今社会的迅猛发展，“多”、“快”、“好”的高标做事态度已经成为越来越多的人的共识，否则，似乎就要被这个社会所淘汰，所抛弃。然而，你是否注意到，历览古今，纵观中外，真正成功者往往只是少数。他们最能保全自己，发展自己，并最终成就自己。其中的秘诀就是：做人还是低调点。

稳妥的进取之道(代序)	1
-------------------	---

一、解读低调	1
--------------	---

低调是一种境界,一种修养,一种海纳百川的胸襟,一种圆熟睿智的情怀,更是赢得人生、取得成就的金光大道。低调不是放弃、颓废,不是悲观、懦弱。相反,它是一种执著追求的精神,一种精益求精的风格,更是一个人立命安身的永久鞭策。正确地认识你自己,时刻保持你的低调。

1. 低调不是低人一等	2
2. 低调不是与世无争	5
3. 低调不是悲观	7
4. 低调不是颓废	10
5. 低调不是懦弱	13
6. 低调是宽容	16
7. 低调是客观地认识自己	18

二、低调做人的智慧与谋略	22
--------------------	----

做人做事应该未雨绸缪,居安思危,这样在危险突然降临时,才不至于手忙脚乱。“书到用时方恨少”,平常若不充实学问,不讲究智慧谋略,临时抱佛脚是来不及的。智慧谋略不仅仅是才干,而是一个人安身立命的本钱。要低调做人,也要学习和掌握一定的智慧与谋略。

1. 韬光养晦	23
2. 先予后取	25
3. 与人为善天地宽	27
4. 实施侧向思维	30
5. “忍”字当头,等待时机	33
6. 欲速则不达	37
7. 以迂求直,循序渐进	39

8. 假痴不癫	41
9. 沉默才是金	44
三、低调做人的行动原则	48
当人们的行动有明确的目标,并且把自己的行动原则与目标不断加以对照,就会清楚地知道自己的进行速度以及与目标之间的距离。但行动要掌握一定的节奏,不可急于求成,也不可掉以轻心,只有这样行动的动机才会得到维持和加强,也才会实现最终的目标。	
1. 从细节入手	49
2. 把握现在	52
3. 该放弃就放弃	55
4. 做事不要找借口	60
5. 做好眼前事	63
6. 撞了南墙要回头	65
7. 合理确定先后顺序	67
8. 摆正自己的位置	70
9. 做事要切合实际	71
10. 凡事要量力而行	73
四、低调做人的自我心态	77
苦难对于强者来说只不过是一块垫脚石,而对于弱者来说则是一个万丈深渊。在苦难中取得什么结果,关键是看采取什么样的态度。低调做人,心态往往比事态更为重要,良好的心态引导低调的人沿着正确的行为和方向前进。	
1. 正视现实	78
2. 控制自己的情绪	80
3. 莫要自以为是	85
4. 学会自我反省	87
5. 敢于嘲笑自己	90
6. 为人豁达大度	93
7. 看轻自我是福	96
8. 像普通人一样生活	99

9. 忘却超智慧	102
----------------	-----

五、低调做人的职场法则

108

职场如同商场、战场,充满着激烈的竞争,必须掌握一定的技巧,方能得以“求生”。在恰当的时机,应该保持一种低调,适当弯腰侧身,才能建立良好的人际关系和职场信誉。

1. 摒弃“怀才不遇”的想法	109
2. 付出得多回报也多	111
3. 凡事不可太计较	113
4. 坦率承认错误	114
5. 消除妒嫉心理,保持谦逊态度	116
6. 善待对手	119
7. 做好自己不愿做的事	124
8. 不独享荣耀	126
9. 与同事化敌为友	129
10. 多多赞美你的下属	131
11. 虚心接受批评	134
12. 给下属留面子	137

六、低调做人的交际技巧

142

其实,交际是一门人人必学的艺术,是艺术就要讲究一定的技巧。人际交往中,往往是因为你只知进而不知退,只知争而不知让,换来的必定是灾祸。所以,适当的韬光养晦、谦让容忍、保持缄默不仅是明哲保身之术,而且还能广结人缘,为成功铺下平坦之路。

1. 远离“小人”也别得罪“小人”	143
2. 站在对方的角度上看问题	144
3. 耐心聆听别人说话	147
4. 把优越感让给别人	151
5. 有理也要让三分	154
6. 君子之交淡如水	156
7. 包容之心是富贵	158
8. 屋檐之下要低头	160

9. 做自己最可靠的朋友 162
10. 把磨擦降到最低限度 164
11. 学会婉转地拒绝别人 167

七、低调做人的爱情观 171

俗话说：“小不忍则乱大谋。”真正懂得爱情的人，能够在爱情观里保持一种低调，能够对爱加以宽容和谦让。而适当的宽容和谦让，换来的则是爱情的永恒。

1. 给爱一个容器 172
2. 爱有时候需要学会放弃 176
3. 细语柔情，屈身有术 178
4. 善待妻子的唠叨 182
5. 找一个尊重你的人 183
6. 爱情需要双方悉心维护 187
7. 用心去理解男人的“难”处 189

八、低调做人的成功之道 192

人世间的许多事，只要想做，都能做到，该克服的困难，也都能克服，用不着什么钢铁般的意志，更用不着什么技巧或谋略。只要一个人还在朴实而饶有兴趣地生活着，他终究会发现，造物主对世事的安排，都是水到渠成的。伟大的成功和辛勤的劳动是成正比的，有一分劳动就有一分收获，日积月累，从少到多，奇迹就可以创造出来。

1. 做小事，赚小钱，再赚大钱 193
2. 只要勤奋——白手可以起家 197
3. 放下架子找准定位 198
4. 像蜗牛一样慢慢爬行 200
5. 避敌锋芒，以保己存 204
6. 容人之长，补己之短 206
7. 成功忌忘形，失败莫气馁 208
8. 志当存高远，姿态要低矮 211
9. 永不言败 214

一、解读低调

低调是一种境界，一种修养，一种海纳百川的胸襟，一种圆熟睿智的情怀，更是赢得人生、取得成就的金光大道。低调不是放弃、颓废，不是悲观、懦弱，相反，它是一种执著追求的精神，一种精益求精的风格，更是一个人立命安身的永久鞭策。正确地认识你自己，时刻保持你的低调。

一
解读低调





1. 低调不是低人一等

人生最可怕的事情就是不能正确看待自己，许多人在谈论某企业家、某世界冠军、某电影明星时，总赞不绝口，可一谈到自己，便一声叹息：“我不是成才的料！”他们认为自己没有出息，没有本事，不会有出人头地的机会，理由是：“生来就比别人笨”，“没有高级文凭”，“没有好的运气”，“缺乏社会关系”，“没有一技之长”，“没有资金”等等。这样会使自己妄自菲薄，缺乏直面社会和人生的勇气，难免会产生低人一等、矮人三分的感觉。

低调并不是低人一等，低调做人必须摆脱“低人一等”的感觉。低调与低人一等的本质区别就在于是否产生自卑心理，缺乏自信。低调的人虽目前处于“低人一等”的劣势，但却能强化自信，厚积薄发，积累经验，成就大事。俗话讲得好，“要想人前显贵，必须背后受罪。”纵观古今成大事者，无不是经过艰苦磨练和低调历练，经过“低人一等”的磨难，而最后一飞冲天、一鸣惊人的。

受过“胯下之辱”的淮阴侯韩信，自幼家贫，所以衣食无着落，想去充当小吏，却无一技之长，没被录取。因而只得终日游荡，后来韩信穷困潦倒实在没

有办法，只好把家传的宝剑也拿出来叫卖，谁知过了多日，竟没人买。

一天，他正把剑挂在腰间，沿街游荡，碰到一个屠夫，那屠夫有意给他难堪，嘲笑他说：“看你身材高大，腰佩宝剑，可是却是懦弱无能之辈。你要有种，就拿出剑来刺我，若是不敢刺，那就从我的胯下爬过去。”说完，两腿一叉，站在街心，挡住了韩信的去路。

韩信打量了一会儿屠夫，随后弯腰就往他胯下钻。整个街市的人都大笑韩信，认为他胆小懦弱。韩信真的是如此吗？不是，这正体现了韩信的过人之处，他能够忍受公众给予自己的侮辱。这是常人难以做到的，但这正表明了他的内心具有常人所不可企及的坚强意志。不久，韩信随刘邦南征北战，屡建奇功，使敌人闻风丧胆，为汉王朝建立立下了赫赫战功。

由此可见，韩信之强大，绝非是一屠夫所能阻挡的，他当时甘于受胯下之辱，表现出一副懦弱无能的样子，也完全是必要的。胸怀大志者，怎能与市井无赖多生是非？虽然他可能毫不费力就能让屠夫死于自己的剑下，然而他也必然要为命案费力劳神，对他施展才华、寻找机遇横生枝节。所以他初示软弱，正是他日后强大的基础。

低调的人能够正确认识、分析自我，正确认识自





做人还是低调点

己的优势与劣势，不会以自己的短处与人家的长处相比，更不会以自己的劣势与人家的优势相论。假如，你为了谋求一份工作而去拜访该公司的董事长，你要先明白一个原则，你谒见的是一个身处高位的人物，在他面前似乎是矮人一头，虽你有求于他，但求不求在你。李白有一句诗讲：“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜！”面对高层人物你就心生畏惧而自卑，那么你就不可能做成事，也不会谋到职位。所以，你要摆正自己的位置，摆脱“低人一等”的心理，发挥自己的所长，以平常之心对待，显出足够的自信，就会在处事过程中从容自如，游刃有余。

低调做人，就是在为人处世时摆正自己的位置，低调点，谦虚点，该说则说，该做则做，友善和气，甘于让人。

《领导文萃》有一段记载：富兰克林被称为美国之父。年轻时，应一位老前辈之约，昂首挺胸走进一座低矮的小茅屋，一进门，“嘭”的一声，他的额头撞在门框上，青肿了一大块。老前辈笑着出来迎接说：“很痛吧？你知道吗？这是你今天来拜访我最大的收获。一个人要想洞明世事，练达人情，就必须时刻记住低头。”富兰克林记住了。富兰克林成功了。

低调不是河水低流，不是唯唯诺诺，更不是低声下气。它是人生的“过门儿”，是做人的“软起首”，

是生活的“琼浆液”；它像曲子的过门是低调的，它像钉子的一边是削小的，它像黄牛的头是低着的，是憋足了劲的。

2. 低调不是与世无争

《菜根谭》中说：“路径窄处，留一步与人行；滋味浓时，减三分让人尝。此是涉世一极安乐法。”这话的意思是说谦虚是美德。告诫人们在道路狭窄之处，应该停下来让别人先行一步，有好吃的东西不要自己独享，要拿出一部分与别人分享。如此，你的人生就会快乐安祥。但谦让也绝非是一味地妥协、让步，要知道世间的事总是相对的，虽是目前的一种退缩、退让，退一步海阔天空，但这可能是你的进步，退一步而进两步。

某山区支部书记带领群众修路时，放炮炸石砸断了一家农户的梨树，这棵梨树是这家农户的财源，主人揪住支书要他赔。支书说，秋后一定赔偿，但主人不肯，主人的兄弟一拥而上，把支书打了一顿。村里的党员和群众都火了，要求狠狠整治打人者。第二天开村民会，闹事的人也觉得理屈，准备挨批。

不料，支书竟先做自我检讨：“老少爷们，我还年轻，得大家帮扶。哪个活我安排错了，哪句话我说得





做人还是低调点

不对，大家提出，我做检讨。”被打的事一字不提。

后来闹事的人找到支书，当面认了错：“你是为全村，我是为自家，我们错了。以后听你的，你说怎么干就怎么干！”

支书为了山区能开辟富裕之路，他忍下了个人委屈，他的忍让和退缩，不是屈服，而是一种坚强。换一种方式想，如果支书不谦让闹事的人，纠集人去整治他们，会是怎样一个后果，又会在群众中产生什么印象？不说道理自然明。

人人都有自尊心，人人都有好胜心。你做每一件事时，重视和尊重对方的自尊心，必须抑制自己的好胜心。如果对方与你有同样的特长或爱好，对方与你争强好胜，你最理智的办法就是先让一步，即便对方的技艺不如你。当然一味地退让，对方或许变本加厉，对你视而不见，想尽各种办法或是手段来压榨、欺凌你，你就要有必要施展你的才能，让对方知道你不是一个弱者，你是一个能手。但当对方觉得自己不如你时，表现出自卑或屈服时，你就要化干戈为玉帛，把优越感转让给对方，对方一定对你产生敬佩之心，与你和睦相处。如果互不相让，最终导致的结果会是两败俱伤。

低调者并不会与世无争。低调者该忍的则忍，该让的则让，不会逞一时英豪，一时勇气，最后使事情

落败甚至危及自身。低调者所表现出来的行为举止，都是在用理智来指导自己如何面对社会，直面人生。无关紧要的较量要毫不犹豫地谦让。这样为人处世，表面上看是退让，是与世无争，实际上是进，是保，是与世大争。

3. 低调不是悲观

什么是悲观？悲观就是在生活当中遇到挫折，遇到不如意的事，遇到失败，把罪责都归咎于“生不逢时”，对未来不存在任何希望和期盼，把自己所有的精力都用在解释“人生是痛苦的”这个命题上面。

低调人虽然行事从事低调，但他们从来不悲观失望，因为他们永远知道如何避免失败。低调的人不会用种种负面的假设去证明自己的正确。“社会太不公正”，“我总是吃亏”，“我处处碰壁”，“你为什么就比我强”，他们很乐意承认自己的错误，因为这些错误，常常都是在他们预计之中的。人生永远不可能是一帆风顺的，总是会遇到困难、挫折，总是会麻烦不断，况且每一个人都不是完美无缺的人，总是会出现差错与失误，但低调的人能预见到事情发展的曲折性，预计到所有的事情都可能会出差错。所以，在事情出现问题的时候，他们根本就不会失望，不会悲观。





做人还是低调点

同时，低调者也不是盲目地乐观，他们的乐观是建立在对未来有一个理性分析之上的，他们做人就是要苦中作乐。苦中作乐不是自找麻烦，不是消极退却。一个人是可以既征服着困难，又生活得很快乐的。每个人都有自卑感，当我们试图摆脱它时，便容易陷入好高骛远的境地，所以自卑往往是忧愁的总根源。一个快乐的人，并非完全没有自卑的时刻，而在于他能把握自卑，不轻易受它驱使，而是利用它为原动力，使自己过上丰富多彩的生活。悲观者说：“蔷薇有刺。”而乐观者则说：“刺里有蔷薇。”一个小小的语序之差，道出了忧愁与快乐的本质。

低调者会告诉你，做事就要脚踏实地，特别要做到“勤快”二字，勤即多干，从小事做起，涉猎各方；快即高效，干出实绩，为民谋利。无论做人做事，都要首先对得起那份薪水，虽然有时条件是艰苦些，工作是辛劳点，但那是锻炼人的地方，也是出人才的地方。人生是十分艰苦的，成功并不是举手之劳。

低调的人都明白，对未来不可能正确预测，对人生并不能未卜先知。所以，他们总是对未来采取谨慎的态度，理性地分析，苦中作乐。同时，在这个前提下，他们知道许多事情不会奏效，不会顺其自然，不晓得会发生什么。所以，还是应该乐观一点，凡事往好的方面想，人生才会比较愉快，比较幸福。当忧愁