

放低自己并不是退步或者滞后，而是对自己有足够的认识，内敛含蓄，以低求高，取得更大的发展空间，无论在商场还是日常生活中都是一种看似平淡，实则高深的处世谋略。

低调的力量

DIDIAO
DELILIANG

程 然 编著



**低调是一种气质，
是一种更优雅的人生态度！**

真正有大智慧和大才华的人，必定是低调的人。

低调的人才华和智慧像悬在精神深处的皎洁明月，早已照彻了他们的心性。他们行走在尘世间，眼神是**慈祥**的，脸色是**和蔼**的，腰身是**谦恭**的，心底是**平和**的，灵魂是**宁静**的。

 中国出版社
国家一级出版社 ★ 全国百佳图书出版单位

低调的力量

DIDIAO
DELILIANG



程 然 编著



中国社会科学出版社
国家一级出版社 ★ 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

低调的力量 / 程然编著. —北京: 中国社会出版社,
2013. 10

ISBN 978 - 7 - 5087 - 4518 - 3

I. ①低… II. ①程… 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 (2013) 第 198484 号

书 名: 低调的力量

编 著: 程 然

责任编辑: 魏光洁

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话: 编辑部: (010) 66026807 (010) 66061723

邮购部: (010) 66081078

销售部: (010) 66080300 (010) 66085300

(010) 66083600

传 真: (010) 66051713 (010) 66080880

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 170mm × 240mm 1/16

印 张: 14.25

字 数: 180 千字

版 次: 2013 年 10 月第 1 版

印 次: 2013 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 30.00 元



在崇尚放飞个性、张扬才华的今天，人们普遍都喜欢争强好胜、英雄称霸，唯恐自己落在别人后面，低调的能量往往被大多数人忽视了。

实际上，不管你本人实力有多么强劲，只要表现得太过张扬了，往往会成为众人觊觎的主要目标，只会影响自己的发展壮大！在天时、地利、人和等各种条件都不具备的时候，如果一味地争强好胜，很可能不仅不会成功，还可能拼掉本来就不多的资本。“君子藏器于身，待时而动”。也就是说，成大事者有才能、有本事但不会轻易显露，而是要等待时机，一发命中。

放低身段并不是真的放下，而是一种欲“扬”实“抑”的策略，如果你能在取得显著成绩时，依然能够放平心态，看到别人的长处，承认自己的不足并不断改进，你就能够为自己积蓄更多的能量，得到更大的发展。

越是功成名就的人，身段放得就越低。这种低调的处世方式，并不像表面上看起来的那样麻木迟钝。事实上，它是一种透彻世事之后的沉着与通达，将内敛退让的人生智慧发挥得淋漓尽致，对自己的事业发展更为有利的同时还能够保命安身，得以善终，这又何乐而不为呢？

能看低自己的人总是很知足，对获得的成就珍惜有加。放低你的身段，不是鄙视自己，也不是自卑，而是自己清醒中的一种经营。

CONTENTS | 目录

前 言 / 1

第一章 放低身段是人生的大智慧

大度才能做大事 / 3

藏拙守愚，最佳的自我保护之道 / 6

唯不争，故天下莫能与之争 / 9

有所不为，方能有所为 / 12

地低成王，低调积蓄力量 / 15

善于处下，才能居上 / 18

第二章 低调做人，心宽似海有容乃大

善待他人，就是善待自己 / 25

上交不谄，下交不渎 / 28

自知者明，找准自己的位置 / 31

不平面前心平气和 / 34

退一步，迎来海阔天空 / 38

宠辱不惊，守住自我 / 41

第二章

埋头做事，蛰伏中等待时机

柔弱胜刚强，取胜之道 / 47

用守愚来化解对手的锋芒 / 50

放下身段，用合作代替竞争 / 54

耐得住寂寞，自然能一飞冲天 / 57

脚踏实地，根深才能叶茂 / 60

第三章

淡泊世事，看天边云卷云舒

世态炎凉，以平常心看待 / 69

富贵平常事，看开不看破 / 72

成事在天，尽人事听天命 / 76

名利身外之物，得失随心 / 79

塞翁失马，福和祸的转化 / 82

顺其自然，凡事不必太计较 / 85

第四章

处世低调，圆通而不圆滑

放下身架，才能提高身价 / 91

把握好“聪明”与“糊涂”的界限 / 94

得意不忘形，才能马到成功 / 97

谨慎地对待“出风头” / 100

示好于人，主动吃亏是风度 / 103

把自己放低，才能看得远 / 106

第六章 放低姿态，谦逊赢得好人缘

刚柔相济，才能圆融通达 / 113

修炼自制力，豁达中方显智慧 / 116

给人面子，留得余地好相见 / 119

必要时也当当“配角” / 122

有话不直说，委婉地提出意见 / 125

不露声色给人台阶下 / 128

第七章 放低身段去生活，知足者常乐

欲望越小，人生越幸福 / 135

学会放下，没有解不开的结 / 138

有心攀比，幸福打折扣 / 142

无欲则刚，平平淡淡才是福 / 145

金钱身外物，贪心的人失去更多 / 148

快乐来源于自己的心态 / 152

第八章 把姿态放低，巧妙地达到自己的目的

出奇制胜，请将不如激将 / 159

无路可退时，适当地耍耍“无赖” / 163

设身处地，投其所好 / 167

礼下于人，必能达成目的 / 171



打好感情牌，瓦解对方防范之心 / 174

第九章 人在江湖，放低身段才能进步

忠诚比能力更重要 / 181

低调内敛，走好顺风路 / 184

诚信为本，坦诚之人才有所靠 / 188

赚钱之前先学会吃亏 / 192

千里马也需要被伯乐发现 / 194

孤军奋战，不如乘势而行 / 197

第十章 低下头来不是示弱，是韬光养晦

枪打出头鸟，君子应时而动 / 203

趋利避害，懂变通才有出路 / 206

示弱图强，清醒中的苦心经营 / 210

扮猪能吃虎，隐忍是一种策略 / 213

先礼后兵，麻痹对手的特殊战略 / 216



第一章

放低身段是人生的大智慧

◎大度才能做大事◎

有句话说“人生如战场”，但人生毕竟不是战场。战场上，“实力”决定一切，包括输赢，而人生赛场不一定如此，除了能力、学识、人脉等“硬性”的要求之外，“个人魅力”也占了很大的比重，要有兼收并蓄、海纳百川的大气，虚怀若谷，没有容人之量，就难以让别人为自己所用，更难以让人尽其所用。

富弼是北宋著名政治家，在重用文人的宋朝，政治明星辈出，人才济济，如范仲淹、司马光、欧阳修、王安石等，和他们相比，大器晚成的富弼既无文坛上的威望，科举考试也一再受挫，然而，他却深得这些大人物的赏识，为相7年，被列为宋仁宗时期的“四真”之首——真宰相。

富弼能成就大事的一大性格特点，就是“大度”，据说，他年轻时走在洛阳大街上，有人在背后指着他骂，旁边有人告诉他：“有人在背后骂你呢。”富弼继续走他的路，头也不回地道：“他肯定是骂别人吧。”那个人说：“不会，人家说了，骂的就是富弼。”富弼还是不加搭理：“可能有人正跟我同名同姓，他肯定是在骂别人。”这话传出去，骂他的人反而十分惭愧，后来专门给他道歉。

人人都说，“宰相肚里能撑船”，确实，要有做大事的心胸，就得有容忍小事的气魄，如果因一些小事情而冤冤相报，是很不值得的。试



想想，如果有人骂他一句，富弼也回敬一句，这样唇枪舌剑地“礼尚往来”，那样肯定会两败俱伤。既浪费精力又伤和气，富弼哪来的精力和心思在仕途上进步呢？不如以平常心来处了，用宽容大度的心去说服对方、感化对方，那样反而能赢得对手与众人的尊重。何乐而不为呢？

富弼当了宰相后，更将“大度”发挥到了极致，本来自唐朝以来，官员向宰相行礼，宰相可不用还礼，来人告辞时，简单送客即可，然而到了富弼做宰相，不管前来拜访他的是谁，他都平等对待，客气有加，客人走时，亲自送到门口，看到客人上马，才回来。自此众官员纷纷学习富弼。富弼就是靠着他的才华和肚量，在宰相的位子上坐得四平八稳。

什么是大度？就是大气、大量，有大气魄，就是面对不同的情境和挫折，都一笑视之，等闲看待。量大好做事，树大好遮荫，事业的成功，只靠学识和机遇是远远不够的，如果我们在现实生活中，见到某个人虽然才华有限，却胸襟开阔，凡事为他人考虑，从大局出发，宽以待人，能博采众长，即使他本事平平，也能成事。反之，如果一个人心胸狭窄、患得患失、小肚鸡肠，即使他本事再高，成就也定然有限。

“大人有大量”不是说出来的，而是做出来的，人的一生常常会碰到个人的利益受到他人或有意或无意的伤害，这个时候强忍着退一步，心理上是要付出代价的，然而，要有办大事的气魄，就一定要有容人小过的气量，在这个时候，管一管自己的嘴，控制自己的大脑，如果再能找出一条平衡自己心理的理由，以“做大事”的信念说服自己，就能产生出宽容和大度来。

楚庄王在一次战争胜利之后，大宴群臣，自称：“我已数年没有饮酒，今日与诸位痛饮，不醉无归。”在楚庄王的带头下，一群文臣武将放开豪饮，饮到兴处，庄王让自己最宠爱的妃子许姬出来为大家斟酒，

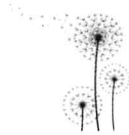
正在酒酣耳热之际，忽来一阵大风，吹灭了宴会上的蜡烛，这时，有人趁天黑之际拉住了许姬的袖子。许姬大怒，顺手把他的帽缨扯了下来。她把帽缨交给了庄王，告诉了她被人调戏的事。建议马上点亮蜡烛，把那个人给找出来。

在男女授受不亲的时代，女人被当众拉扯是很丢面子的事情，尤其是发生在尊贵的王妃身上，这简直是“冒天下之大不韪”。然而，庄王出乎意料地并未大怒，而是突然下令：“且慢点蜡烛，今晚大家痛饮，一醉方休，请把帽缨摘下来！”群臣不解，但无人敢问，纷纷摘下帽缨。这样，一直到酒终人散，庄王和许姬也不知道是谁犯下这弥天大罪。

庄王对许姬这样解释：“武将们是一群粗人，发了酒兴，如果查出来治罪那就都弄没趣了。”而事实上，楚庄王自然清楚，那位武将是可用之才，与其杀之，不如用之。他的宽容很快得到了回报，那位调戏许姬的人在战争中五次杀退敌人的进攻，救了楚庄王的性命，他谢绝楚庄王的奖赏，并主动向楚庄王坦白罪过，要求楚庄王将功抵罪。

胸怀大度，并不是一时的兴起，而是智慧、人格、情操结合的产物，不是毫无原则的一味宽容，越有“包容”精神，所得人心就越多。楚庄王的“大度”不仅保住了那位越轨将军的性命，还笼络了他的感情，得到了他的倾力辅佐，更重要的是，让群臣们都见识了楚庄王的心胸和气魄，人人都乐于为他所用，于是，楚庄王成了春秋时楚国最有作为的国君，称霸中原，威名远扬。

宽容也是一种力量，山不炫耀自己的高度，并不影响它高耸云际；海不显摆自己的深度，并不影响它容纳百川；地不弘扬自己的厚度，但没有谁能取代它作为万物的地位。俗语说“最大的敌人是自己”，只有突破自我的狭隘天地，才有可能取得更大的成功。放低身段，有容乃



大，无论在官场、商场还是日常生活中都是一种看似平淡、实则高深的处世谋略。要想成就一番事业，必须放低身段，善于求同存异，虚心听取各种不同的意见和建议。以宽容对待狭隘，以礼貌谦恭对待冷嘲热讽，这是成大事者理应具备的素质。

◎藏拙守愚，最佳的自我保护之道◎

如今的社会，很多或有才或无才的年轻人，什么事都喜欢“秀”一把，好让自己吸引别人的注意，得到升迁的机会，却忽略了“藏拙”的重要作用。虽然说聪明是好的，但是卖弄自己的聪明却并不算是一种聪明的行为。

“藏拙守愚”是中国人非常看重的处世哲学，不管你有多聪明，多智慧，也不要表现出来，而要谦虚谨慎，不张扬，不流露，甚至给人以“愚”的形象，就是所谓“大智若愚”了。当然，你不能是啥也不懂的真傻，只是要学会装“傻”，看起来糊涂，实则聪明。要明白，糊涂胜精明。这是最佳的自我保护之道。

三国时的刘备，是当时少见的英雄人物，然而，他的发家经历十分艰难，在很长的一段时间里，他都在东奔西逃地投靠这个，投靠那个，没有自己的容身之所。然而，不管他做谁的手下，却始终不甘寄人篱下，始终图谋东山再起。只是他把自己的心思深深地隐藏起来，绝不显露。

刘备曾经做过曹操的下属，曹操的精明与厉害刘备心知肚明，于是，他时时刻刻防备曹操谋害，为了消除曹操的疑心，他开辟了个菜

园，就在住处后院种菜，亲自浇灌，让曹操认为自己胸无大志。他的义弟关羽、张飞对此不解，问道：“兄长你不留心天下大事，却整天忙着挑水种菜，为什么呢？”刘备说：“这不是二位兄弟所知道的。”两人也就不再多言了。

然而，曹操对刘备终究放心不下，有一天，派人请刘备到府中赴宴，刘备不知曹操用意，心里忐忑不安。酒到半酣，曹操借着酒兴，问刘备：“你的阅历非常丰富，一定非常了解当世的英雄，说来给我听听。”刘备自然知道这是曹操借机探问自己的志向，他装作不知，历数了袁术、袁绍、刘表、孙坚、刘璋、张鲁、张绣等人，按照当时人的一般观点，这些人拥兵自重，盘踞一方，确实可称之为一时之英雄。

不料，曹操摇头大笑，认为这些都是碌碌无为之辈。刘备继续装糊涂，说实在不知道了。曹操突然道：“当今天下英雄，只有你和我曹操了。”刘备陡然一惊，正好窗外雷声大作，刘备借机自己怕听雷声，把自己闻言失态轻轻掩饰而过，经此之后，曹操也就不再怀疑刘备胸有大志了。

人在社会上打拼，没有一点雄心壮志当然是不行的。但是，人的野心和豪情一定要和自己的实力相匹配。在天时、地利、人和等各种条件都不具备的时候，如果一味地争强好胜，很可能不仅不会成功，还可能拼掉本来就不多的资本。所以，认清自己的分量，待时而动是很重要的。如果刘备在和曹操相处之时，不是一而再、再而三地收敛锋芒，藏拙守愚的话，可能也不会有他的江山了，早已成了曹操的刀下鬼了。

所以，“君子藏器于身，待时而动。”这句话的意思是说，成大事者有才能，有本事但不会轻易使用，而是要等待时机，一发命中。老子就是个“大智若愚”的高手，实际上他也是官场中人，他做过周朝的守藏室之史，他明白这个道理，所以他说：“俗人昭昭，我独昏昏；俗



人察察，我独闷闷。众人皆有以，而我独顽且鄙。我独异于人，而贵食母。”这种“昏昏”、“闷闷”不就是装糊涂的状态吗？这种人遇事不自作聪明，大发议论，即使心里什么都清楚，却会装作一副什么都不知道的样子。他们凡事不太张扬，不锋芒毕露，不管处在什么样的环境中都能够左右逢源，糊涂使得做人有人缘，做事有机缘，活得随心所欲，游刃有余。因此，那些看上去“稀里糊涂”的人往往可以成为最后的大赢家。

懂得装糊涂的人都不会是真糊涂，一个人过于显出自己高于一般人的才智，往往会对自己不利，甚至招来外力的攻击。藏拙守愚的目的不是“一笨到底”，目的在于麻痹对手，不引起他的注意，是一种暂时性策略。

让我们再来看看三国中另外一个聪明人——杨修的故事。杨修的聪明，小时候就显山露水，在当地小有名气了。就是因为杨修小时候太聪明了，他一直为此扬扬自得，从来没有觉得自己应该适时藏拙，保护好自己，就没有学会藏拙和自保的能力。长此以往，杨修就落下一个坏毛病——不分场合，不管对象，抓住机会就要显摆自己的高人一等。

杨修也是在曹操手下当差，某一次，曹操建造花园时，工匠们请曹操审阅花园工程的设计图纸，曹操看了看，提起笔来在园门上写了一个活字。工匠们不解其意，听说杨修是聪明人，都跑去问他。杨修说：“丞相嫌园门设计得太大了，改小即可。”于是工匠们按他的提示修改了方案。曹操见了新园门，心里很高兴，但是得知是杨修指点的，心里就不怎么乐意了，哪个上司也不希望下属比自己还聪明啊。

类似这样的事情又发生了好几回，曹操都忍住了。后来，曹操平汉中时，连吃败仗，进退两难。有一日，士兵请问夜间口令，曹操随口答“鸡肋！”杨修听到了，马上让随行军士收拾行装，准备归程，并向人

解释说，“‘鸡肋’食之无味，弃之可惜，魏王就要班师了。”曹操早就嫉恨杨修的才华了，见他这次又猜中了自己的心事，于是以“扰乱军心”之罪将他杀了。

杨修的顶头上司——曹老板是一代枭雄，对谋略了然于胸，在他手下当差，仅凭一般的小聪明当然没法混日子，但太聪明了也难混日子，恰似与虎谋皮。社会复杂，人心险恶，很难保障一个有才华的人能够在生存竞争中得到先机。现实中，人们都对那些处世精明，聪明绝顶的人怀有戒心，敬而远之，反而看上去晕晕乎乎的老实人往往更受大家欢迎。所以，不管你学识是否过人，才华是否出众，明智的做法还是放下身段，收敛起你的锋芒，掩饰起你的才华吧。这样，才能最大限度地保护自己，从而发展自己。

◎唯不争，故天下莫能与之争◎

“不争”与“争”是老子经常提到的一个命题，“天之道，利而不害。圣人之道，为而不争”。“是以圣人处上而民不重，处前而民不害。是以天下乐推而不厌。以其不争，故天下莫能与之争。”《道德经》全书八十一章，有七章八处谈到“不争”，可见其地位。老子“不争”的人生智慧熠熠生辉，“不争”是老子处世之道中非常高明的一招。

“不争”的高明在哪里？“和谁都不争”当然是一种人生的至高境界，但是像名、利、权等“身外之物”，如果“不争”，是绝对不会自动送到你手里来的。老子说的“不争”可不是真的放弃，临阵脱逃，让得一千二净，而是一种以退为进、“曲线救国”的方法。如果面对那