

能屈能伸 ↗

【读音】 néng qū néng shēn · [播放](#)

【成语解释】 能弯曲也能伸直。指人在失意时能忍耐，在得志时能大干一番。

【英文解释】 Describes the adaptive wisdom of being able to bend (endure hardship) and stretch (achieve greatness) as circumstances require. Philosophically, it embodies the resilience of bamboo or water—yielding under pressure to overcome rigidity. Socially, it praises pragmatic flexibility in one's career or personal trials, advocating for strategic patience over stubborn pride.

【典故出处】 《易·系辞下》：“尺蠖之屈，以求信也；龙蛇之蛰，以存身也。”

【近义词】 [随遇而安](#)、[能伸能屈](#)

【地道英文】 To be able to stoop to conquer; Adaptability is the key to survival.

【使用语境】 Pragmatic, Resilient, Philosophical

【英文近义】 Strategic plasticity, Pragmatic resilience

【成语举例】 这就叫大丈夫能屈能伸。（冯德英《苦菜花》第三章）

【常用程度】 常用

【感情色彩】 褒义词

【语法用法】 作谓语、定语；含褒义，形容人的性格

【成语结构】 联合式

【产生年代】 古代

"能屈能伸"是什么意思？详解其典故、近义词辨析及造句用法

【成语解析】

“能屈能伸”这个成语的意思，形象地描绘了既能弯曲也能伸直的状态。其深层含义是指一个人能够适应不同的境遇，在失意时能忍耐克制，在得志时能施展抱负。这个成语解释了一种高超的处世智慧，强调审时度势、灵活应变的能力。从结构上看，“能屈”与“能伸”是并列关系，共同构成一个完整的语义单位，体现了对立统一的哲学思想。理解“能屈能伸是什么意思”，关键在于把握其“因时而动，顺势而为”的核心精神。

【文化内涵】

探究“能屈能伸的出处”，其文化根源深厚。它生动反映了中国古代，特别是道家“柔弱胜刚强”和儒家“穷则独善其身，达则兼济天下”的思想融合。这个成语的典故常与古代能人志士的处世哲学相联系，例如，大丈夫行事应当“能屈能伸”。它的由来与中华民族崇尚坚韧、智慧的民族性格密不可分，其文化价值在于教导人们不逞一时之勇，以长远的眼光和博大的胸怀应对人生的起伏，这一智慧在“能屈能伸的故事”中被代代传颂。

【使用场景】

掌握“能屈能伸怎么用”对于准确表达至关重要。该成语常用于褒义语境，赞美那些在逆境中坚韧不拔、在顺境中大有作为的人。例如，在评价一位历经挫折最终成功的企业家时，可以说他深谙“能屈能伸”之道。在使用技巧上，多用于描述人的品格或处世态度。一个典型的“能屈能伸造句”是：“真正的强者，往往能屈能伸，不会因一时受挫而一蹶不振。”需要注意的是，它不应用于描述无原则的妥协或变节。

【现代应用】

“能屈能伸在现代的用法”依然十分广泛，其现代意义超越了个人修养，延伸至职场发展、企业战略乃至国际关系等领域。它启示现代人，在快速变化的社会中，需要具备弹性与韧性。“能屈能伸的意思和用法”在现代常被用来鼓励职场新人从基层做起，或提醒企业在竞争中灵活调整策略。正确使用这个成语，能强调一种积极适应、蓄势待发的生存与发展智慧，这正是“能屈能伸在实际中的应用”价值所在。

【扩展知识】

与“能屈能伸”精神相关的成语很多。其近义词包括“随遇而安”、“[通权达变](#)”，都含有适应环境之意；而“宁折不弯”、“刚愎自用”则可视为其反义词，强调的是一种不妥协的刚性。一个著名的“能屈能伸相关成语”是“卧薪尝胆”，勾践的故事正是“能屈”以图日后“能伸”的典范。在文学作品中，此类人物形象众多，他们“能屈能伸”的品格推动了情节发展，也深刻揭示了人物命运与时代背景的关联。