

# 心量决定气量 格局决定结局

## 解密古往今来大人物的成功秘诀

看得见的是胸围，看不见的是胸襟；  
看得见的是结局，看不见的是格局。

曾国藩

谋大事者首重格局。

马云

脑子里整天想钱的人成不了企业家。

吕苻 / 编著

人生大格局  
生命大境界

# 心量决定气量 格局决定结局

解密古往今来大人物的成功秘诀

看得见的是胸围，看不见的是胸襟；  
看得见的是结局，看不见的是格局。

吕苻 / 编著



中国华侨出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

心量决定气量,格局决定结局 / 吕苻编著.—北京:  
中国华侨出版社,2013.11

ISBN 978-7-5113-4238-6

I. ①心…<sup>1</sup> II. ①吕… III. ①成功心理-通俗读物  
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第264490号

## 心量决定气量,格局决定结局

---

编 著 / 吕 苻

责任编辑 / 宋 玉

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 787毫米×1092毫米 1/16 印张/18 字数/240千字

印 刷 / 北京溢漾印刷有限公司

版 次 / 2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4238-6

定 价 / 33.80元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3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)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

## 前 言

浮躁、计较、贪婪、怨恨、攀比、固执、脆弱、烦恼，这些情绪可能每个人都曾经经历过，它们并不简简单单是一种负面情绪，还会让我们的心容易迷失本性，也就更加容易受外物的影响被打败。“不以物喜，不以己悲”，在今天以科学的观点看来，不仅有哲学意义，还能够保证身心全面健康。例如忌妒这种男人女人都会有的通病让我们气量狭小，而无法容人之好；目光短浅则让忍辱负重四个字跟我们绝缘；喜欢抱怨的人就会丧失生活的勇气，消极处世；对人苛刻、猜疑不仅于事无补，还可能毁了自己；傲慢会让我们失去谦和，无法融入团体……

这些负面情绪都可以归结为心量狭小，它对我们的人生就像是扁桃体发炎一样，虽然没有致命的打击，但总能让你心神不宁，无法全身心投入到更有价值的事情中。它让我们不受欢迎、做不成事、干不了大事，简而言之，就是心量小则成就小，心量小则幸福感小。

那么什么是心量大的表现呢？心量大的人懂得感恩，懂得宽容，处世淡然，一切随缘，他们善良勇敢，处事公正，但是大智若愚，奉行难得糊涂。心量大的人往往能够看准时机，当机立断；他们对自己的人生有远见、有规划，懂得全情投入和忍一时之愤；心量大的人不仅坚韧不拔而且脚踏实地，还有一颗等待机会的恒心……

“鱼与熊掌不可兼得”，要想心量大，先要学会平衡二字，两样重量差不多的事

物放在你的天平两侧，你站在哪个点就决定了你的气量。在家靠父母，出门靠朋友，你需要朋友，但是如果你依靠朋友，那就错了，你能依靠的只有自己，牢牢记住，只有你自己！因此，你要学会受委屈，坚信“吃得苦中苦，方为人上人”；学会给别人留点儿余地，有理也给别人三分余地，要知道，与人方便就是与己方便；学会扬长避短，去经营自己的长处，把兴趣和事业结合起来，才是成功的真正“捷径”！

不单是气量与气量，人生的格局也在决定着我们的结局。

每一个人，在心里多多少少都会有一个对自己人生格局的规划。这就像一个国际象棋盘一样，每一个方格里面都安放着属于自己的定期目标。我们不需要把目标定得非常巨大，这样看起来会非常难以完成，我们可以把所有的格子填满，把目标分解成一个一个小目标，这样我们就会发现，原来完成一个目标也并不是什么困难的事情。

这个时候，我们应该充分地了解一件事情，那就是我的未来我做主！只要我们的眼界开阔了，我们的世界就会变得更加丰富多彩，同样，你的见识也会随之增加的，拥有了丰富经验的你，还有什么可畏惧的呢？

同时，在我们的人生格局中，我们还要学会一件事，那就是舍与得，俗话说得好：鱼和熊掌不可兼得！在所有的事情上，这句话都同样适用，所以，在两件事发生冲突的时候，你就要学会取舍，在进行比较后，选择出你最需要的，放弃相对来说还有发展空间的。这样我们才可能把事情的作用发挥到最大化，对于朋友也是一样的道理，人没有十全十美的，我们要做的是看见他的可取之处，而不是天天盯着他的缺点看，这样我们的关系才会一直和平融洽，你的人际关系也会蒸蒸日上的。

气量决定气量，格局决定结局。本书就通过阐述气量与气量，格局与结局，告诉你成功的路途怎么走。

CONTENTS

## 目录

### 上篇 心量决定气量

世人常常烦恼在胸，不能释怀，因此总会被纷杂的世事所扰，找不到心灵的出路。殊不知，这皆是因为很多人心量小的缘故。心量小，便容不下别人，心量小，便容不下世界。只有放宽心量，才能拥有超人的气量，才能在人生的旅途中宽容、淡然。

#### 第一章

#### 我们为什么会苦恼——因为心量小

浮躁——因为心量小而一激起波澜 \ 002

计较——因为心量小而计较出无穷烦恼 \ 005

贪婪——因为心量小而被欲望驱使 \ 008

怨恨——因为心量小而耿耿于怀 \ 011

攀比——因为心量小而迷失本性 \ 013

固执——因为心量小而放不下 \ 016

脆弱——因为心量小而容易被打败 \ 018

烦恼——因为心量小而令心灵蒙尘 \ 020

#### 第二章

#### 心量大有什么表现——万事存一心

宽容——原谅别人就是成全自己 \ 022

- 感恩——心怀感恩,终得幸福 \ 026
- 自律——宽以待人,严以待己 \ 028
- 淡然——得之我幸,失之我命 \ 032
- 随缘——缘起缘灭,随遇而安 \ 034
- 自然——不强求,不执念 \ 036
- 善良——施恩不求回报 \ 040
- 藏巧——难得糊涂,大智若愚 \ 041
- 勇敢——健康的心态总能迎来成功 \ 045
- 公正——把心放正才能赢得人心 \ 049

### 第三章

#### 如何提高自己的心量——时时勤修行

- 放弃——执迷不悟,不若放下 \ 053
- 取舍——有得有失,方得平衡 \ 057
- 定力——定心定神才能宁静 \ 062
- 沉静——静思冥想才能认识自己 \ 065
- 大气——人有雅量,万事皆可成 \ 067
- 虚怀——虚怀若谷,以微笑迎批评 \ 071
- 气度——以博大胸怀承受不公 \ 074
- 留余地——与人方便,给己方便 \ 077
- 委屈——会受委屈才能学会生存 \ 081
- 胸怀——宽广的胸怀是人格的标杆 \ 084
- 避短——经营自己的长处是成功的捷径 \ 088

### 第四章

#### 心量狭小有什么影响——没有大气量

- 忌妒——气量狭小而无法容人之好 \ 092
- 短浅——心量狭小者不能忍辱负重 \ 095

- 抱怨——心量狭小者消极处世 \ 098  
 苛刻——心量狭小者不能容人 \ 099  
 猜疑——猜疑可能会毁了你自已 \ 101  
 傲慢——心量狭小者不懂得谦和 \ 104

## 第五章

### 大气量的人如何行事——能断且不乱

- 果断——看准时机,当机立断 \ 108  
 远见——看见未来的人才看得到成功 \ 111  
 投入——用尽全力才会有结果 \ 115  
 规划——有规律才能事半功倍 \ 117  
 等待——耐心等待,方能抓住时机 \ 121  
 忍让——忍一时风平浪静 \ 123  
 专注——专心致志,成功在望 \ 126  
 踏实——脚踏实地比什么都重要 \ 128  
 坚韧——人生失意,不可矢志 \ 131

## 第六章

### 如何提高自己的气量——长养浩然气

- 心胸——事业大小由器量决定 \ 133  
 志气——失败了就要笑着爬起来 \ 135  
 谦虚——淡然生活气量大增 \ 138  
 磨难——经历磨难方能取得人生真经 \ 140  
 信念——让不可能变成可能 \ 143  
 宽恕——赞谤由人,笑对嘲笑 \ 146  
 淡定——万事皆以平常心对待 \ 149  
 分享——与人分享才会拥有一切 \ 151  
 吃亏——多吃亏就是多积福 \ 154  
 平常心——面对生活坦然处之 \ 157



## 下篇 格局决定结局

格局，是一个人成功的首要条件，做人如果没有大的格局，那结局也会差强人意。当你不懂得自己的目标，当你丢失了远见，当你不会布局人生，并且你还不懂得取舍，那么人生的格局就丢失了。

### 第七章

#### 格局与目标——格局决定目标高低

目标——以格局定目标,预计未来 \ 162

做事——格局决定目标第一步 \ 164

财富——格局决定眼光与财富 \ 166

成功——目标越明确,成功越简单 \ 168

向前——格局决定目标的远近 \ 170

细化——格局让目标细化并实现 \ 172

竞争——格局决定目标对手 \ 174

### 第八章

#### 格局与远见——格局决定目光长短

眼光——格局决定眼光和门路 \ 177

远见——超人的远见决定财富 \ 180

弯路——远见可以让人生少走弯路 \ 182

视域——站得高才能看得远 \ 183

收获——只有付出了才能有回报 \ 185

角度——换个角度才能开阔视野 \ 187

- 利益——急功近利永远没有大格局 \ 188  
 行动——远见要通过行动去检验 \ 189  
 态度——没有态度就没有远见 \ 191  
 眼界——格局决定高度,高度决定见识 \ 194

## 第九章

### 格局与布局——格局决定布局广狭

- 发展——大格局才有长远布局 \ 197  
 勇敢——布局时要敢于冒险 \ 199  
 挑战——格局大小决定成败 \ 201  
 大局——心有大局,才如鱼得水 \ 203  
 局限——给自己设限的人无大局 \ 205  
 位置——适合的位置能造大局 \ 207  
 抉择——正确的抉择决定布局 \ 209  
 决心——无做大事心就没大格局 \ 211  
 志气——无志无格局,无志难布局 \ 214

## 第十章

### 格局与取舍——格局决定舍得多寡

- 取优——用人可用之处,无须十全十美 \ 217  
 舍得——关键时候正确舍弃才会有所得 \ 219  
 舍躁——寂寞能教会一个人成长 \ 220  
 争取——成功需要一个人的积极主动 \ 222  
 舍荣辱——宠辱不惊才能得到更多 \ 224  
 淡名利——不重物欲才能享受快乐 \ 226  
 舍物欲——放弃多余的第四个面包 \ 228  
 取淡泊——付出大于回报又怎样 \ 230

## 第十一章

### 格局与行为——格局决定生存姿态

- 诚实——知之为知之,不知为不知 \ 235
- 度量——容人之量才能成就大事 \ 237
- 低头——善于向人学习才能出众 \ 238
- 大度——敢于给对手鼓掌喝彩 \ 240
- 竞争——忌妒心是大忌 \ 242
- 敬业——任何时候都不可敷衍 \ 243
- 豁达——开朗能去除心灵杂质 \ 245
- 谦虚——成功必备的品质和修养 \ 248
- 果断——做人做事不拖拉 \ 249
- 忍耐——磨炼自己承受力最好的方法 \ 253
- 主动——以积极心态面对一切事情 \ 256

## 第十二章

### 格局与成败——格局决定成败结局

- 魄力——格局定成败,魄力定格局 \ 258
- 创新——创新能够成就新的格局 \ 260
- 输赢——格局能让你在败局中奋起 \ 262
- 奋斗——格局对了就永远是胜利者 \ 264
- 尝试——格局让你找到新的机遇 \ 265
- 坚持——将真理握在手中,永不放弃 \ 267
- 潜能——格局激发潜能,潜能赢得未来 \ 270
- 格局——识大局才能有好结局 \ 273

## 上篇

### 心量决定气量

世人常常烦恼在胸，不能释怀，因此总会被纷杂的世事所扰，找不到心灵的出路。殊不知，这皆是因为很多人心量小的缘故。心量小，便容不下别人，心量小，便容不下世界。只有放宽心量，才能拥有超人的气量，才能在人生的旅途中宽容、淡然。



## 第一章 我们为什么会苦恼 ——因为心量小

心量太小，就会导致一个人时时处处计较得失，烦恼便如影随形。心量小还会导致人与人之间的攀比，让一个人的心灵过于脆弱，甚至心生怨念。因此，心量是一个人心灵和身体放松与超越的根源，只有放弃小心量，人生才有大气量。

### 浮躁——因为心量小而一击起波澜

现实中常常有人苦苦追寻快乐和幸福的真谛而无所得，殊不知正是种种杞人忧天的心态阻挠了对幸福的感知。如果能有罗马著名哲学家爱比克泰德那样的领悟，一定能发现生活简单快乐许多。因为在他看来，“真正的智者从不为自己没有的悲伤而烦恼，只为自己拥有的欢喜而活”。

世界纷繁复杂，令人念念不忘的往往是“得不到的”和“已失去的”，而实际上人生最珍贵的其实是当下所拥有的。正视你所拥有的一切，喜欢并珍惜它们，才能感到满足和幸福。春秋时期卫国的公子荆就是一个懂得知足常乐的人，无论财产多寡，他都觉得足够，而不贪图更多。对此，孔子曾经赞扬他“善居室”。

一个人知道满足，才容易感受到幸福和快乐，生活才能够变得简单。当

然，“知足”并不意味着没有追求，不思进取，而是要知道控制自己的欲望，在能力范围之内循序渐进地摘取人生的幸福果实。生命就如同行驶在苍茫大海上的一叶扁舟，人生的种种诱惑好似漂浮在大海中的各类宝贝，如果一味地被这些诱惑所吸引，一门心思地执迷于打捞所谓的宝贝而不知满足，最终结果不仅自己疲惫不堪，还可能迷失了航行的方向，甚至让自己的船因为搭载了太多本不重要的欲望而吃重，陷入困境。

丁凯工作的上一家公司规模不是很大，名气也不是很响，给到的薪水和福利也不过中等水平，但公司处于良好的上升势头，很有发展潜力，老板对他也是青睐有加，眼瞅着大好前途触手可及。

然而，在一次业务合作中，对方公司看中了丁凯，私底下向他开出了丰厚的条件挖他过去。丁凯不是没有犹豫，对方公司在业内出了名的喜欢背后耍手段，加上不正当竞争，颇受非议，公司运营出现了很大问题，不少有能力的员工都离职了，选择这个时候加盟他们并非明智之举。可是，一想到对方开出的双倍工资和优厚福利待遇，那套看中的房子仿佛在向他招手，他一咬牙做了决定，很快进入新公司上班。

新公司苦苦支撑了两年，还是破产了，丁凯失业了。本想着在同行业内重新找份工作并不难，谁知之前那段草率的跳槽经历和不光彩的工作背景给他带来了很大的困扰，很多公司明确地表现出对丁凯的不信任。丁凯又沮丧又后悔，只能怪自己被欲望蒙蔽了双眼，内心太过浮躁。

《道德经》有云：“罪莫大于可欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。故知足之足，常足。”意思是说，天底下没有什么比贪得无厌更大的罪过了，人世间没有什么比不知足更大的灾祸了，世界上也没有什么比想得到一切更

大的错误了。所以，懂得知足常乐的人才能够真正获得长久的富足。然而，知足常乐并不是平庸、碌碌无为的借口，而是一种充满智慧的心态，是一种难得的人生修为。

有个富有的人常被人指责自私自利，他自己也很苦恼，前去向一位哲学家求教。哲学家让他走到窗前透过窗户往外看，然后问他：“你看到了什么？”那人回答说：“外面有很多人。”哲学家又把他带到一面镜子前，又问：“这次你看到的是什么？”那人答道：“镜子里只有我自己。”哲学家笑了笑，意味深长地说道：“镜子和窗户都是玻璃做的，只不过镜子背面多了一层薄薄的银，这点银子挡住了你的视线，所以你的眼中就只看得到自己而看不到别人了。”

懂得知足常乐，能够清心寡欲，才能够不被尘世间的各种诱惑烦恼所困扰，内心安稳不浮躁才是最大的精神财富。但是总有些人醉心于追逐欲望虚荣，结果却像司马迁在《史记》里写到的那样：“欲而不知止，失其所以欲；有而不知足，失其所以有。”说的就是：有欲望而不知道控制，连原来的欲望也会失去；有所得而不知道满足，连原来所拥有的也会失去。

在曲阜孔府内宅正门的一面照壁上，绘有一幅传说中天界神兽的图像，它长着龙头、狮尾和麒麟身，看起来威风凛凛，但据说该神兽十分贪婪，虽然已经占有了许多稀罕的宝物，却依然渴望拥有更多，甚至把太阳视作觊觎的目标，试图将太阳吞入肚中，结果活生生被太阳烧死，自食贪得无厌的恶果。据说孔子之所以命人将这种神兽的图案绘在照壁上，就是为了警醒自己的家人无论从政还是生活都要引以为戒，不可贪得无厌。

□ 人人都渴望拥有幸福，对幸福的体验不仅与个人的现实生活状况有关，还

与每个人对自己的期望值紧密相关。期望值低一些，就比较容易知足，很容易感到满意并且享受当下的生活，幸福也就来得比较容易；如果期望值总是高过现实，强烈的落差就很容易带来失望和不满，烦恼多了，幸福慢慢变成了需要费力寻找的东西。

欲望就像滚雪球，越滚越大，蛊惑着人们不停追逐。然而欲望不断得到满足就一定能得到幸福和快乐吗？答案远没有这么简单。支撑充实快乐人生的内心，应该是宽广、沉静、充满活力的，这是被欲望煎熬的浮躁之心所远不能及的。

## 计较——因为心量小而计较出无穷烦恼

除了面对自己，我们每天都可能与形形色色不同的人打交道，每个人的个性不尽相同，在交往的过程中难免会遇到各种矛盾和冲突。如果处处斤斤计较，那么简单摩擦就有可能被无穷放大，最后变成真正的烦恼。要想与人和谐相处，就应该互相体谅，宽容相待，正像《增广贤文》中说的那样：“用心计较般般错，退步思量事事宽。”

现实生活中，有些人爱较真，凡事非要弄个是非明白不可，眼里容不得一点沙子，有理时更是得理不饶人。与玩世不恭、敷衍塞责的人相比，人对事认真的态度无疑是好的。但是过犹不及，太过较真，就容易钻进“牛角尖”，走进“死胡同”，给自己和别人带来不必要的烦恼和精神负担。

太爱较真的人，往往看不到别人的优点，倒是对别人的缺点如数家珍，他们总是盯着别人的疏忽或过失不放，固执己见，与人论短争长，甚至睚眦



必报。他们的过分计较很容易引起不必要的纠纷，为人际交往设置了一些人为的障碍。

有一户人家家境殷实，吃穿自不用愁，日子过得很是富足，可这家人总是吵吵闹闹，不得安生。究其原因主要是婆媳矛盾重重，婆婆精明能干，强势严苛，儿媳刁蛮任性，受不得半点委屈。婆媳之间针锋相对，互相怨怼，整个家气氛压抑。

有一次，婆媳俩又发生了争吵，儿媳一时间怨气郁结，恹恹卧床不起。家人请来了大夫，大夫一番诊断之后，发现她身体并没有什么毛病，一番询问便判断出是心病。于是，大夫支开旁人，故意压低声音对郁郁寡欢的儿媳说：“你的婆婆这么专横不讲理，身为外人我都气愤不已，我有一个好法子能帮你解气还永绝后患，这里是一些慢性毒药，你把它当做补品熬好，每天按时让你婆婆喝下，保证不出一年半载，你婆婆就会毒发身亡，而且没有任何中毒的症状，别人也不会怀疑到你身上。不过，这期间你一定要装作真正孝敬她的样子，好好伺候她，不能让别人看出破绽。”儿媳想了想，觉得这个办法可行，便点头答应了。

有了这条妙计，受气的儿媳顿时觉得精神了许多，开始认真实施她的复仇大计，她亲力亲为地熬药，熬好后又毕恭毕敬地服侍婆婆喝药。面对儿媳突如其来的态度转变，婆婆起初心怀戒备，没少冷言冷语，儿媳却一反常态地百依百顺，一两个月过去了，儿媳始终态度恭敬，服侍得非常周到。婆婆心里的坚冰渐渐融化了，对儿媳也不像往日那样挑剔为难了，两个人你敬我爱的，不仅再也没有吵过架，而且还像亲生母女一般相处得越来越融洽。

半年时间很快过去了，有一天，儿媳突然想起大夫当初说的话。她觉得自己的决定愚蠢极了，因为她现在发现她和婆婆之间并不是真的水火不容，