



宽容是境界

KUANGRONG SHI JINGJIE

宽容大度是
人的一种高境界

苏燕◎编著

生活如海，宽容作舟，

泛舟于海，方知海之宽阔

宽容是心智的成熟和心灵的丰盈，
有了这种境界，
人就会变得豁达而坚强，
就会变得从容不迫，更加有力量。

宽容是境界

苏 燕◎编著

天津出版传媒集团

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

宽容是境界 / 苏燕编著. -- 天津 : 天津人民出版社, 2018.12
ISBN 978-7-201-13979-1

I . ①宽… II . ①苏… III . ①个人—修养—通俗读物
IV . ① B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 187276 号

宽容是境界

KUAN RONG SHI JING JIE

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路 35 号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (022) 23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子信箱 tjrmcbs@126.com
责任编辑 刘子伯
印 刷 三河市恒升印装有限公司
经 销 新华书店
开 本 710 × 1000 1/16
印 张 16
字 数 200 千字
版次印次 2018 年 12 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 次印刷
定 价 39.80 元

版权所有 侵权必究

目 录

Contents

第 1 章 因为宽容，所以有境界

人生，需要有宽容的情怀·····	3
因为有了包容，才有了一望无际·····	6
有了博大，就有了高度和视野·····	10
拿得起是一种功力，放得下是一种修养·····	14
有了宽容，就有了心静而且虚空的境界·····	18
让包容抚去生命中的黑暗·····	22
因为从容，人生不同阶段的角色才更精彩·····	25
有些事睁一只眼，闭一只眼就过去了·····	29

第 2 章 不去抱怨，适可而止

隐得巧，才更加稳健·····	35
不抱怨，你的人生才不会尴尬·····	38
越抱怨，越消极殆慢·····	42
如果让抱怨变成毒素就不好了·····	45
把欲望控制在一定限度内，别让自己抱怨·····	49

必须从自卑的困境走出·····	52
把理想中的完美，放到现实就惨了·····	55
何必为过去苦苦纠结·····	58

第3章 从生活中找到问题

把生活当作老师·····	63
生活在别人的眼光里，就无法找到自己·····	66
即便众议成林也要保持平常心·····	69
你知道被迷惑了双眼有多可怕·····	73
“两面三刀”的人，到哪也不讨好·····	76
别让锋芒刺得处处滴血·····	79
把事做绝，势必伤痕累累·····	82
浮躁让你变成墙头草，根浅难经风雨·····	85

第4章 有问题就有办法解决

让简朴凸显生活的味道·····	91
固执与执着相差毫厘，谬之千里·····	96
黄金法则——换位思考·····	100
遇事冷静，审慎而行·····	103
得理需让人，刻薄若是非·····	108
因为坦然，所以淡泊·····	112
换个角度看问题，世界充满阳光·····	117

共赢才是王道·····	120
-------------	-----

第5章 充分认识自己，提高修养

不做无知的人·····	127
谦逊者，常有福·····	131
悦纳自我，坚守自己的沃土·····	135
欣赏自己，但不要孤芳自赏·····	138
宽容不仅是释怀，也是善待·····	141
如果有冲突，宽容了就风轻云淡了·····	145
有亏吃，也有福报·····	148
真诚不欺心·····	153
适可而止，见好就收·····	156

第6章 生活没有过不去的坎

不要因匆匆的脚步让自己狼狈不堪·····	161
包容不和谐的声音·····	165
丢掉痛苦，包容幸福·····	168
祸福相依，学会转化·····	170
在夹缝中生存多么了不起·····	173
顺应环境，正确对待机遇·····	176
因为变通，才会进退自如·····	182
总会过去的·····	186

第7章 心态好，生活处处有欢乐

给自己不断地打鸡血·····	191
做一个有趣的人·····	196
用笑声把坏心情赶走·····	202
微笑让你沐浴在阳光里·····	205
只要不气馁，总能打开一扇门·····	209
快乐成了习惯，怎么还会有烦恼·····	212
在无聊中给自己找趣·····	216
有奉献、有收获、有幸福·····	219

第8章 你一定会做得更好

实力就是那么强硬·····	225
别怀疑，你一定做得更好·····	228
在合适的地方才能做好事·····	231
由小到大，细微入里·····	234
既然做事，就必须负责·····	238
能做到的事一定要做好·····	242
走成功的道路·····	247

第1章



因为宽容，所以有境界

人生，需要有宽容的情怀

凡事都是有规律的，季节有春夏秋冬，气候有风霜雪雨，自然界有高山、低谷、河流、沙漠……自然的规律如此，人亦如此，人生存在这个世界上注定要顺应自然的规律。在生活中，我们不要为有缺憾而烦闷和忧愁，要多一分宽容，应当积极地去面对人生。

秦朝丞相李斯说：“泰山不让土壤，故能成其大，河海不择细流，故能就其深。”没有对不美、不如意的鄙薄，就有对短小缺憾的包容；没有对不能的断言，就有“能成”的震撼！

李斯投靠在秦国丞相吕不韦的门下，由于巧舌善辩，被秦王政，也就是后来的秦始皇看中，任命为客卿。所谓客卿，就是外来的官员，李斯本是楚国人，所以这样任命他。

一次，韩国给秦国派来了一个姓郑的水工，相当于我们现在的一位水利工程师。这水工给秦国出了个主意，让秦国开凿一条巨大的渠，引泾河的水来灌溉农田。很显然，这是韩国的计谋，目的就是用如此浩大的工程来耗费秦国的实力，让它没有力量再打韩国。

水渠投入建设后，秦王开始还满意，但是后来越来越疑惑，最后终于领悟了这是个计谋，他很生气，要杀这个姓郑的水工。同时，也对客卿产生了不满，大臣们则开始怀疑所有客卿都居心不良，他们联合请求秦王下逐客令。而李斯也在被逐之列。

可是李斯是一个野心家，他早就看到了秦国的壮大，他把所有的抱负都赌在了这里，怎么能忍受被驱逐呢？于是，他上书秦王，即《谏逐客书》。

李斯劝谏秦王，用人不能只用秦国的人，要广泛地网罗人才，这是符合秦国利益的。嬴政感动于那句：“泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能就其深”，接受了李斯的建议，废除了逐客令，进而重用李斯。

李斯也不负所望，辅佐朝政二十多年间，秦王吞并六国，统一天下，李斯也升为丞相。他又提出了许多改革的措施，使秦国越来越富强。

大海因为能够包容，小溪支流皆汇入，才有辽阔浩瀚的壮观；天空因为能够包容，阴晴雨雪勤变换，才有了自然气象的更替。没有包容，就没有壮阔；没有包容，就没有精彩。孟尝君之所以能够逃脱秦昭王的魔掌，是因为他能够容纳鸡鸣狗盗之辈；曹操官渡之战之所以能够以少胜多，是因为他能够举贤纳士，不拘一格。

在官渡之战前夕，袁绍遣人招降张绣，并与贾诩结好。张绣准备同意，贾诩却当着张绣的面回绝了袁绍的来使，准确地指出袁绍不能容人。贾诩说投降曹操有三点优势：曹操挟天子令诸侯，名正言顺；曹操兵力较弱，更愿意拉拢盟友；曹操志向远大，一定能够不计前嫌。

最重要的莫过于不计前嫌了，因为张绣和曹操之间有血海深仇。而张绣听从贾诩的建议，率众归顺曹操。曹操是怎么做的呢？他闻讯后大喜，亲自接见贾诩，执其手说：“使我的信誉扬于天下的人是你啊！”虽然曹操的用意不过是利用其归顺来获得一个“纳贤”的好名声，但是他的宽容大度由此可见一斑。

而袁绍与之相比，则要差得多。袁绍号称谋士如云，战将如雨，文有田丰、沮授、许攸、审配，武有颜良、文丑、张郃、高览，文臣武将，齐聚帐下，人才济济，但是袁绍却失败了，原因何在？不能容人。许攸、张郃、高览纷纷倒戈，与袁绍的为人不无关系。

而最让人难以忍受的是杀田丰之举。曹操东征刘备，许昌空虚，田丰建议袁绍乘虚而入，但是袁绍以“心中恍惚，恐有不利”为由错失了良机。曹操攻

下徐州，刘备逃到袁绍处，要求他出兵，他不加考虑就同意了。这时田丰劝说道：“以前曹操攻徐州，许都空虚，不及时进兵；今徐州已破，操兵方锐，未可轻敌。不如以久待之，待其有隙而后可动也。”袁绍不听。田丰又说：“若不听臣言，出师不利。”袁绍大怒，将他逮捕下狱。

果然如田丰所料，官渡之战失败，军中将士都说，若听田丰的话，我们怎么会遭这等大祸。狱吏来给田丰贺喜，说：“袁绍不听你的话，大败而回，你一定要受到重用了。”田丰说，“不然，我就要被处死了。”狱吏不明所以，田丰说：“袁绍外宽而内忌，不念忠诚。若胜而喜，犹能赦我；今战败则羞，吾不望生矣。”事实就是如此，袁绍兵败，非常后悔，然而他首先想到的就是命使者拿他的宝剑前往冀州狱中去杀田丰。

袁绍表面上做得很能容人，实际上是不能容人，得罪了自己的人不能容，比自己见识高明的人不能容。焉有不败之理？

曹操煮酒论英雄，当刘备问到袁术、袁绍时，曹操说其不足挂齿。夫英雄者，胸怀大志，腹有良谋，有包藏宇宙之机，吞吐天地之志。能以包藏宇宙、吞吐天地的胸怀度量待人接物，自然就能够见人之长、容人之长、学人之长、用人之长从而成就自己的事业；自然就能够见贤思齐，见恶思改，反省自求，提高自己。

官渡之战不但是一个以少胜多的典型战役，更是一个为人处世的最高博弈，曹操因为深刻地领悟了包容的内涵，能包藏宇宙、腹吞山河，故能问鼎中原。

孔子说：“君子坦荡荡，小人长戚戚。”坦荡的心胸因为能容，故能受人尊敬，得人推崇，被人追随；而戚戚不已，则因为无量、锱铢必较、耿耿于怀，人们只好敬而远之，如此，则难以聚集人气，也很难有所成就。

因为有了包容，才有了一望无际

一位哲人说的好：天空收容每一片云彩，不论其美丑，故天空广阔无比；高山收容每一块岩石，不论大小，故高山雄伟壮观；大海收容每一朵浪花，不论其清浊，故大海浩瀚无比。天空因为容纳了闪电和惊雷，才有风和日丽；森林忍耐了弱肉强食的残酷，才有郁郁葱葱；大海包容了千万条涓涓细流，才有一望无际。这是对包容最生动直观的诠释。

包容大度是成就事业的必须前提。一个人要想成就一番事业，就必须有恢宏的气度，三国时期，袁绍进攻曹操时，令陈琳写了三篇檄文。陈琳才思敏捷，斐然成章，在檄文中，不但把曹操本人臭骂一顿，而且骂到曹操的父亲、祖父的头上。曹操当时很恼怒，气得全身冒火。不久，袁绍失败，陈琳也落到了曹操的手里。一般人会认为，曹操这下不杀陈琳就难解心头之恨了，然而曹操并没有这样做。他慕陈琳的才华，不但没有杀他，反而抛弃前嫌，委以重任，这使陈琳很感动，后来为曹操出了不少好主意。

做大事者必要有容人之量，这样才会有人与你共享，为你效劳，你的事业才能不断发展壮大。从古至今皆然。中国历史上，唐太宗李世民之所以有“贞观之治”的辉煌，与他的包容大度，善于听取不同意见，有直接关系。著名的大臣魏征，原来是李世民的兄长太子建的臣属，在王室争权斗争中，曾鼓动太子建杀掉李世民。李世民发动玄武门政变，夺取政权后，不计旧恶，量才重用，使魏征觉得“喜逢知己之主，竭其力用”，忠心耿耿地辅佐李世民，为唐朝盛

世的开创立下了汗马功劳。

在竞选总统前夕，林肯在参议院演说时，遭到一个参议员的羞辱：“林肯先生，在开始演讲之前，我希望你记住自己是个鞋匠的儿子。”“非常感谢你使我想起了我的父亲，他已经过世了。我知道，我做总统无法像我父亲做鞋匠那样做得好。”林肯接着对那个傲慢的议员说，“据我所知，我的父亲以前也为你的家人做过鞋子。如果你的鞋子不合脚，我可以帮你修好它。虽然我不是伟大的鞋匠，但我从小就从父亲那里学会了做鞋技术”。然后，他又对所有参议员说：“对参议院的任何人都一样，如果你们穿的那双鞋是我父亲做的，并且需要修理或改善时，我一定尽可能帮忙。但有一点可以肯定，他的手艺是无人能比的。”此时，所有的嘲笑变成了真诚的掌声。

包容大度使林肯赢得了众人的信任和敬佩，为他以后当上总统开启了成功之门。反之，鼠肚鸡肠，大小争论，只言片语也耿耿于怀的人，没有一个能成就大事业，没有一个是有出息的人。

周瑜是个将才，可是他没有大将应有的度量。周瑜聪明过人，才智超群，然而，嫉妒心极重，容不得超过自己的人。他对诸葛亮一直耿耿于怀，几次欲害之，均不得逞。赤壁之战，周瑜损兵马、费钱粮，却叫诸葛亮图了个现成。后来，周瑜用美人计，骗刘备去东吴成亲，被诸葛亮将计就计，最后是“赔了夫人又折兵”，又气得周瑜“大叫一声，金疮迸裂”。最后，周瑜用“假途灭虢”之计，想谋取荆州，被诸葛亮识破，四路兵马围攻周瑜，并写信规劝他，周瑜仰天长叹：“既生瑜，何生亮！”连叫数声而亡，可见周瑜度量之小。

一个要想在事业上有所成就的人，首先要具备豁达、开放、包容的胸襟，而后才能事业有成。海纳百川，靠的是宽容的心。做人做事，心胸不可太狭隘。尺有所短，寸有所长；金无足赤，人无完人。赏识别人的优点，包容别人的不足，靠的是有爱人之心、有容人之量。为你的仇敌而怒火中烧，烧伤的只能是你自己。忍不下一口气，就恶言刀枪相向；忍受不了他人的春风得意，就嫉妒诬陷。这样

的人生只能昏暗无光，路会越走越窄。

事实证明，事业越成功的人，也就越有包容之心。包容犹如春天，可使万物生长，成就一片阳春景象。宰相肚里能撑船，不计过失是包容，不计前嫌是包容，得失不久居于心，亦是包容。包容可助你赢得下属的忠诚，保持其积极进取的心；可使你不受一时得失的影响，保持对事情正确的判断。所以，如果你想有所作为，获得成功，那就要学会包容，养成能够容忍谅解别人不同见解和错误的肚量。

生活中有些事情，或许你永远也不习惯，但你必须得学会克制，有包容大度的胸怀。也许你有兼济天下之才，但命运可能将你抛到社会的最底层，根本不给你展露才华的机会；也许你为人正直，作风干练，能力出众，深得同事拥护，但命运或许将你安排你成为一个不学无术、在领导面前溜须拍马，对属下飞扬跋扈的痞子领导的下属；也许你各方面条件都很好，但命运也许阴差阳错地把你推到一个你从来没想过要去的糟糕环境中……生活中我们遇到这种不幸的可能性很大，怎么办？包容。生下来学习、工作、生活都顺风顺水的人可能有，但极少，绝大多数人都要遭遇到种种的不如意甚至是压抑，这个时候，包容大度就是非常明智的举措。

凡·高在成为画家之前，曾到一个矿区当过老师。有一次他和工人们一起下井，在升降机中，他感到了巨大的恐惧。颤巍巍的铁索嘎嘎作响，箱板在左右摇晃，所有的人都沉默着，听凭这机器把他们运进一个深不见底的黑洞。事后，凡·高问一个神情自若的工人：“你们是不是习惯了，就不再感到恐惧？”这位坐了几十年升降机的老工人答道：“不，我们永远不习惯，永远感到害怕，只不过我们已经学会了克制和忍耐。”

包容大度不是懦弱。懦弱是对生活的消极妥协，而是智者暂时的避其锋芒，是更加积极的蓄势待发，两者有本质的区别。有时，盲目的积极有为可能是无谓的牺牲，而有主见的忍耐却是另一种进攻的利器。包容大度是一种坚强。人生的道路很漫长，其间的坎坷或许也很漫长，两三天、两三个月的

忍耐，有时很不够。越王勾践卧薪尝胆，是半生的忍耐；这样的忍耐，需要非凡的心智和过人的毅力，而一旦经历过去，人就会变得无比的坚强！任何成功的人在达到成功之前，没有不遭遇失败的。爱迪生在经历了2000多次失败后才发明了灯泡，而沙克也是在试用了无数介质之后，才培育出小儿麻痹疫苗。

爱默生说过：“我们的力量来自我们的软弱，直到我们被戳、被刺，甚至被伤害到疼痛的程度时，才会唤醒包藏着神秘力量的愤怒。伟大的人物总是愿意被当成小人物看待，当他坐在占有优势的椅子中时会昏昏睡去，当他被摇醒、被折磨、被击败时，便有机会学习东西了；此时他会运用自己的智慧，发挥他的刚毅精神，他会了解事实真相，从他的无知中学习经验，治疗好他的自负。最后，他会调整自己并且学到真正的技巧。”

有了博大，就有了高度和视野

博大的胸襟是掌握全局、把握进退的关键，因为有了大气魄才能定大乾坤，才不至于迷失方向或半途而废。

要想成就大事就应该有旷达的胸襟和气魄。那些笑到最后的成功者，不见得有多么聪明能干，但他们一定都拥有做大事的气魄。因为在进退抉择的重要关头，如果没有这种大气魄，就难以舍弃所得到的东西，或者畏惧可能发生的祸患而犹豫不决。

我们不妨回想一下，那些成功人士的人生经历。你会发现，他们总是能够以一种令人敬佩的气魄面对人生中的磨难和挫折。这种气魄正是他们成就自己事业的一块稳健的基石。

南非的民族斗士曼德拉，因为领导反对白人种族隔离政策而入狱，白人统治者把他关在荒凉的大西洋小岛罗本岛上 27 年。当时尽管曼德拉已经是 70 高龄，但是白人统治者依然像对待一般的年轻犯人一样对他进行残酷的虐待。

曼德拉被关在总集中营一个“锌皮房”，白天打石头，将采石场采的大石块碎成石料。有时从冰冷的海水里捞取海带，还做采石灰的工作。他每天早晨排队到采石场，然后被解开脚镣，下到一个很大的石灰石田地，用尖镐和铁锹挖掘石灰石。因为曼德拉是要犯，专门看守他的人就有 3 个。他们对他并不友好，总是寻找各种理由虐待他。