

<<宽容>>

图书基本信息

书名：<<宽容>>

13位ISBN编号：9787511329851

10位ISBN编号：7511329853

出版时间：2013-1

出版时间：中国华侨出版社

作者：罗俊英

页数：214

字数：150000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;宽容&gt;&gt;

## 前言

有一个诗人曾经这样写道：“宽容是蔚蓝的大海，纳百川而清澈明净；“宽容是高阔的天空，怀天下而不记仇恨怨愤；“宽容是灿烂的阳光，送你甘霖，送你和风；“宽容是延续生命，生命的辉煌也只有闪烁的一瞬；“宽容大度才能超越局限的自身，一语宽容，雨露缤纷；一生宽容，心系乾坤……”的确，宽容是当得起这样的称赞的。

宽容是一种美德，是一种修养，是一种胸怀，是一种非凡的气度，是对人对事的包容和接纳。

人生在世，要学会宽容！

人生的道路很漫长，在生命的旅程中，我们会遇到很多挫折和困难，也会遇到许多的误解和不满，这时候的你要学会宽容。

只有懂得宽容，友谊才能够天长地久；只有懂得宽容，爱情才能够幸福美满；只有懂得宽容，世界才能和谐美丽。

一个人有了宽大的胸怀，有了可以容纳万物的心，才能够成就一番事业，才能够快乐而幸福地生活。也许曾经的你是一个争强好胜的人，当你苦过、累过、笑过、哭过、让人伤害过、被人宽容过，当你看透世间的风景，你就会明白人生如戏，再认真其实不过是匆匆的几十年。

人生如戏，浮华若梦，世间万物终归是一抔尘土，此时的你一定会领悟到：“人活着，没有必要事事认真，为鸡毛蒜皮的事去计较。

生活让人学会了宽容。

宽容了别人，等于善待了自己。

它能使自己的生活变得轻松、快乐。

经历过风和雨，才能领悟到人生的苦和乐、明白了爱与恨，才知道人生中应该忘记什么，记忆什么，放弃什么，学会什么，那样才是举重若轻。

我想，最该忘记的是你曾帮助的人，最应该原谅的是曾经伤害过你的人；最该放弃的是功过是非、名利得失，最需要学会的便是宽容别人。

”所以，我们要明白，生活就像一个巨大的调色板，既有绚丽夺目的色彩，也有黯淡的冷色，需要我们用热情去勾勒、着色，才能描绘出生活的缤纷世界。

心情也会经历四季，有豁达的心胸便有美丽的风景。

要想切断痛苦的源头，唯一的办法就是学会宽容。

宽容于人，宽容于事，无非是不去逞强斗狠罢了，得到的却是安然、宁静、和谐与友好。

## <<宽容>>

### 内容概要

宽容是一种美德，是一种修养，是一种胸怀，是一种非凡的气度，是对人对事的包容和接纳。人生在世，要学会宽容！

人生的道路很漫长，在生命的旅程中，我们会遇到很多挫折和困难，也会遇到许多的误解和不满，这时候的你要学会宽容。

只有懂得宽容，友谊才能够天长地久；只有懂得宽容，爱情才能够幸福美满；只有懂得宽容，世界才能和谐美丽。

一个人有了宽大的胸怀，有了可以容纳万物的心，才能够成就一番事业，才能够快乐而幸福地生活。

#好书尽分享#：

正能量——正向心态带来非凡的成功（畅销珍藏版）（改变全世界10亿人生活及命运的神奇力量。不可思议的有趣启示，有求必应的美妙体验！

比尔盖茨、巴菲特、乔布斯、奥巴马、马云、柳传志等人都是此书受益者！

)

<<宽容>>

作者简介

新书速递：

陪孩子一起成长的那些年：揭开0~12岁孩子成长的秘密（孩子要成长，家长先上课。

一部爱与成长的回忆录！

一路成长，一路爱，用感觉去互动，以接纳去分享！

新浪、网易读书、中国妇女报等众多媒体及家长强烈推荐！

)

## &lt;&lt;宽容&gt;&gt;

## 书籍目录

## 【学会放下，宽容是淡泊从容的博大胸怀】

- 003 平静对待生活中的不平事
- 005 少些浮躁怒气，多些宽容大气
- 009 宽容大度，方能和谐圆满
- 013 你若能容世界，世界就能容你
- 015 豁达从容，方能随缘自在
- 018 宁静淡泊才是真正的豁达
- 021 心平气和，无欲便安好
- 025 生气并不能很好地解决问题
- 028 没人欣赏你生气的面孔
- 032 宽容生活的瑕疵，切勿苛求完美
- 035 虚心才能有容，有容方成大器
- 037 心胸宽阔，摘掉忌妒的毒瘤
- 040 放下才能解脱，宽恕从心开始

## 【学会原谅，宽容是化解仇恨的心灵良药】

- 045 原谅别人，迎来心灵的晴天
- 048 化干戈为玉帛，有胸怀有气量
- 052 以德报怨是宽容的最高境界
- 054 宽恕别人，也是放过自己
- 056 真正的原谅是从内心接纳对方
- 059 宽容，往往会让结果变得更好
- 062 学会用欣赏的眼光看待别人
- 065 少一个敌人，就多一个朋友
- 068 慈悲没有仇敌，宽容没有烦恼
- 071 记住该记住的，忘记该忘记的

## 【学会忘记，宽容是善待自己的最佳方式】

- 077 不管环境如何，接纳真实的自己
- 080 善待自己，你不能取悦所有人
- 083 看轻自己时，就应对自己道歉
- 087 学会喜欢自己，缺憾也是一种美
- 091 人生当有不同，何必去比较
- 094 别因为小事对自己大加指责
- 098 量力而行，不要过分苛求自己
- 101 善待自己就要懂得欣赏自己
- 105 忘记痛苦，苦水只会越吐越苦
- 107 “看不开”是最大的悲伤之源

## 【学会圆融，宽容是豁达大度的处世哲学】

- 113 懂得分享，独乐乐不如众乐乐
- 116 雅量待人，锱铢必较难成大器
- 119 容人之量是成功的基石
- 123 待人处世，要留有余地
- 126 给别人让路也是给自己让路
- 130 懂得为别人留一分颜面
- 133 忍让，并不意味着懦弱可欺
- 136 退步，是为了更好地前进

<<宽容>>

- 140 忍小节，方能成大事  
【学会感恩，宽容是感谢生活的一种习惯】
- 147 用宽恕的心态感受生活  
150 包容琐碎，给心灵减负  
153 善待挫折，找到另一个出口  
157 感谢挫折，它是超越自我的契机  
160 感谢指出你错误的人  
163 抱怨别人之前，先从自己找原因  
166 感父母之恩，不和父母针锋相对  
169 珍惜身边的每一分真情  
【学会包容，宽容是营造幸福婚姻的载体】
- 177 爱情是水，宽容是杯  
180 用平常心对待婚姻的琐碎  
182 争吵不能解决问题  
186 幸福没有固定的模式  
189 幸福，不需要比较  
192 学会忘记，过去的就过去了  
196 学会换位思考，互相理解  
201 想要幸福，就要告别完美主义  
205 长久的婚姻需要彼此的欣赏  
209 既然于事无补，何必大动肝火  
212 艳羡别人，会遮住自己的幸福

## &lt;&lt;宽容&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：《尚书》有云：“有容，德乃大。”

“宽容大度，方能和谐圆满，历代的圣贤人士都把宽恕容人视为一种难得的品德。

境由心生，宽容最重要的是有一颗宽容的心。

那么，什么样的心才算是宽容的心呢？

宽容的心，简单地说，就是接受别人原来的样子。

一个拥有宽容心的人，他总是能看到事物美好的一面，看待一个人优点总是多于缺点。

对别人的评估，正面价值多于负面价值，鼓励多于责难。

宽容是一种境界，在日常生活中，在处理矛盾和纠纷上也常常能发挥巨大的作用。

对于宽容，我们应该有一个正确而充分的认识，这样才能发挥它最大的作用。

了解宽容的内涵，首先要明白它不是懦弱的象征，在更多时它是一种韬光养晦的智慧，是人们立足于社会上的生存策略。

郑州原武人娄师德，字宗仁，曾做过唐朝的宰相。

《资治通鉴》中说：“娄师德以仁厚宽恕、恭勤不怠闻名于世。

”司马光评价他“宽厚清慎，犯而不校”。

虽然身居高位，但是娄师德一直谦恭勤谨，从不懈怠，严于律己，宽于待人，受到世人的尊敬。

娄师德在做兵部尚书的时候，有一次巡视并州。

进入并州境内，邻近的县令都来迎接他，并且一路随行。

到了驿站已是午饭时分，于是大家坐在一起吃饭。

这时，娄师德发现自己吃的是白米饭，而其他人都是吃的粗糙的黑米饭。

娄师德急忙把驿长叫来，责备说：“你为什么用两种米招待我们？”

”驿长很惶恐地回答道：“一时弄不到那么多细米，所以……”娄师德并没有怪罪驿长，只是语重心长地说道：“这样不好，客人是不应该分成等级的。

”于是自己换了黑米和大家一起吃。

娄师德的弟弟被任命为代州刺史，临行之时，娄师德对弟弟说：“我辅助宰相，你现在又管理一个州，受皇上的宠幸太多了，这正是别人所忌妒的，你打算怎样对待这些人的忌妒以求自免灾祸，保全自己的性命呢？”

”他的弟弟跪下说：“从今以后，即使有人朝我脸上吐唾沫，我也只是自己擦去唾沫，绝不还嘴，不让兄长你为我担忧。

”娄师德说：“这正是我所担忧的。

人家向你吐唾沫，是对你恼怒，如果你将唾沫擦去，说明你不满，不满而擦掉，那不是违反了吐唾沫人的意愿吗？

别人会因此而增加他的愤怒。

不要擦去唾沫，让它自己干了，应当笑着去接受它。

”听了他的教诲，娄师德的弟弟会心地笑了。

而这个“唾沫面干”的故事也流传至今。

为朝廷的重臣几十年，娄师德在矛盾重重的中枢机构中从未有过帮派之争，也从未有大起大落的经历，始终受到人们的推崇，这与他稳重的做人规范是不无关系的。

因此，适当的容忍也是一种有效地自我保护措施，是一种智者的风度。

然而，在现实生活中却总是出现这样一个怪圈，那就是追求完美主义。

越来越多的人总是期望别人从不犯错，他们在自己的心里把身边的人塑造成理想的完美形象，因此，只要别人稍微犯错，或者做事的方式不按自己理想的方式来，那么他们就会在心中把那个人完全否定，会让那个“完美的形象”在心中轰然崩塌。

因为理想和现实的差距太大，于是他们失望，他们生气，然后彼此开始互相猜忌，最终水火不容。

<<宽容>>

媒体关注与评论

人之谤我也，与其能辩，不如能容。

人之侮我也，与其能防，不如能化。

——弘一大师

紫罗兰把它的香气留在那踩扁了它的脚踝上。

这就是宽恕。

——马克吐温

海纳百川有容乃大，山高万仞无欲则刚。

——林则徐

最高贵的复仇方式是宽容。

宽容就像清凉的甘露，浇灌了干涸的心灵；宽容就像温暖的壁炉，温暖了冰冷麻木的心；宽容就像不熄的火把，点燃了冰山下将要熄灭的火种；宽容就像一只魔笛，把沉睡在黑暗中的人叫醒。

——雨果



## <<宽容>>

### 编辑推荐

《宽容:真善美的修心课》是一堂关于真善美的修心课，星云大师、净空老法师、南怀瑾大师、若贝尔得主莫言等最推崇的人生境界！

看得透，想得开，放得下，受得了，耐得住！

宽容不仅是一门修身养性的学问，更是一种人生境界。

人与人相处时，只有用一颗宽容的心去对待周围的人，才会使人生之路越走越宽。

同时，宽容能帮我们戒除忧烦急躁，抑制悔憎恨怨，平息对峙纷争，避免嫉妒猜疑；解疑去惑，达到工作、生活的圆满境界。

## <<宽容>>

### 名人推荐

人之谤我也，与其能辩，不如能容。

人之侮我也，与其能防，不如能化。

——弘一大师紫罗兰把它的香气留在那踩扁了它的脚踝上。

这就是宽恕。

——马克吐温海纳百川有容乃大，山高万仞无欲则刚。

——林则徐最高贵的复仇方式是宽容。

宽容就像清凉的甘露，浇灌了干涸的心灵；宽容就像温暖的壁炉，温暖了冰冷麻木的心；宽容就像不熄的火把，点燃了冰山下将要熄灭的火种；宽容就像一只魔笛，把沉睡在黑暗中的人叫醒。

雨果

<<宽容>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>