

<<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>

<<宽容>>

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！

)

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！

)

<<宽容>>

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

<<宽容>>

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>