

<<包容与舍得的人生经营课>>

图书基本信息

书名：<<包容与舍得的人生经营课>>

13位ISBN编号：9787563927593

10位ISBN编号：756392759X

出版时间：2011-7

出版时间：北京工业大学

作者：胡明媛

页数：266

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>

## <<包容与舍得的人生经营课>>

### 内容概要

由胡明媛编著的《包容与舍得的人生经营课》内容介绍：忙碌的现代人，常常被工作、被生活、被感情所烦扰，甚至奴役，似乎人生的不如意愈来愈多，而留给幸福与成功的空间则越来越狭小。真是如此吗？

不尽然。

事实上，现代人往往是被自己的心困住的。

欲望太多，计较的太多，对人对事不够包容，得失荣辱看得太重，舍不得，放不下，看不开，容不得，成为我们追求幸福和成功的最大障碍。

《包容与舍得的人生经营课》从包容与舍得两今方面，轻松讲述成功与幸福人生的经营秘诀，为那些追求幸福与成功以及正为现实生活所苦恼的朋友们点燃一盏生活的明灯。

## <<包容与舍得的人生经营课>>

### 书籍目录

#### 第一章 包容是一种幸福的哲学

包容是一把无刃剑  
包容使人高贵  
包容是过错的清洗剂  
没有华丽的完美，但有真实的质朴  
包容的气度在于不生气  
包容不是让步，而是理解

#### 第二章 容事容人，才能容得下自己

及时原谅别人的错误  
谅解不是说说就算的事  
别人的自尊心留存空间  
用包容熄灭仇恨的怒火  
好了伤疤就要忘了疼

#### 第三章 幸运与不幸，都只是过程

泥泞的路才能留下脚印  
清理人生的暗角，自己拯救自己  
忍受是另一种意义上的宽容  
不必跟命运争吵，学会顺其自然  
关上一道门后，总有一扇窗打开  
逆风也要飞翔

幸运与不幸，皆靠自己的驾驭

#### 第四章 包容是一种谦逊的心境

容得下他人才能容得下自己  
别把自己太当回事  
韬光养晦，谦卑处世  
人因自谦而成长，因自满而堕落  
看到自己的短处  
低调为人，高调做事  
低姿态攻破他人嫉妒的壁垒

#### 第五章 走出自己的“心墙”

包容能够成就一个人  
养成宽容的习惯  
忘记该忘记的，铭记该铭记的  
因为不争，所以天下没有人能与之争  
扩大心量，稀释烦忧  
没有跨越不了的事，只有无法逾越的心  
把别人的意见看做赏赐而不是包袱

#### 第六章 多讲人好，不去计较

发现他人的闪光点  
用凸透镜看人优点，用凹透镜看人缺点  
摘下有色眼镜，不以一时荣辱取人  
多点雅量面对嘲笑  
气量大一点，生活才祥和  
凡事不能太较真  
看到并懂得欣赏他人的长处

<<包容与舍得的人生经营课>>

- 第七章 慈悲是包容的内涵
- 第八章 对手也是朋友，幸福从不孤单上路
- 第九章 只要心安，贫富皆福
- 第十章 幸福在于失意时的忘却
- 第十一章 敢舍敢放，空出所有才能建设一切
- 第十二章 以舍医贪，欲望恰到好处
- 第十三章 看得破的人，处处都是生机
- 第十四章 少说点话，多办点事
- 第十五章 先做牛马，再做龙象
- 第十六章 给人情预留足够的空间
- 第十七章 情若适度，烦恼不生
- 第十八章 投入工作，进得去也要出得来
- 第十九章 快乐法门：提不起时要放下

## &lt;&lt;包容与舍得的人生经营课&gt;&gt;

## 章节摘录

一天，南风和北风争吵起来，它们都认为自己比对方更加强大，恰逢一位穿着大衣的老人从它们身边经过，于是它们决定比试一下，看看谁能先让老人把大衣脱下来。

北风首先发威了，它吹出凛凛寒风，瞬时寒气逼人，但是老人并没有把大衣脱下来，反而将衣服裹得更紧，急匆匆地向前走。

北风终于放弃了，它无可奈何地朝着南风耸了耸肩。

南风微微一笑，徐徐吹拂，渐渐的，天暖了起来，颇有几分春暖花开的感觉，老人放慢了脚步，将大衣脱了下来。

这则出自法国作家拉封丹笔下的寓言被称为“南风法则”或“温暖法则”，从中不难看出，温和和友善的力量，有时候比暴力更强大。

唐玄宗开元年间有位梦窗禅师，他德高望重，既是有名的禅师，也是当朝国师。

有一次他搭船渡河，渡船刚要离岸，这时从远处来了一位骑马佩刀的大将军，大声喊道：“等一等，等一等，载我过去！”

他一边说一边把马拴在岸边，拿了鞭子朝水边走来。

船上的人纷纷说道：“船已开行，不能回头了，干脆让他等下一班吧！”

船夫也大声回答他：“请等下一班吧！”

将军急得在水边团团转。

这时坐在船头的梦窗国师对船夫说道：“船家，这船离岸还没有多远，你就行个方便，掉过船头载他过河吧！”

船夫看到是一位气度不凡的出家师父开口求情，只好把船撑了回去，让那位将军上了船。

将军上船以后就四处寻找座位，无奈座位已满，这时他看见坐在船头的梦窗国师，于是拿起鞭子就打，嘴里还粗野地骂道：“老和尚！”

走开点，快把座位让给我！

难道你没看见本大爷上船？

没想到这一鞭子正好打在梦窗国师头上，鲜血顺着脸颊流了下来，国师一言不发地把座位让给了那位蛮横的将军。

这一切，大家都看在眼里，心里是既害怕将军的蛮横，又为国师的遭遇感到不平，纷纷窃窃私语：“将军真是忘恩负义，禅师请求船夫回去载他，他不但抢禅师的位子，还打了他。”

将军从大家的议论中，似乎明白了什么。

他心里非常惭愧，不免心生悔意，但身为将军却拉不下脸面，不好意思认错。

不一会儿，船到了对岸，大家都下了船。

梦窗国师默默地走到水边，慢慢地洗掉了脸上的血污。

那位将军再也忍受不住良心的谴责，上前跪在国师面前忏悔道：“禅师，我……真对不起！”

梦窗国师心平气和地对他说：“不要紧，出门在外难免心情不好。”

“出门在外，难免心情不好”，这句话中包含的宽容与善意，将对那位蛮横将军的内心产生怎样的冲击呢？

包容是一把无刃剑，瞬间使彪悍的将军“丢盔卸甲”。

梦窗国师用一句简单的话感化了冒犯他的人，如春风化雨，这般风范，令人肃然起敬。

温和的力量是强大的：声音温和，就能够渗透到更加辽远的空间；目光温和，轻轻拂过便能卷起心扉的窗纱；表情温和，与人的沟通交流便更加容易。

包容对方的一些疏漏，多一些理解、多一些宽容，会让人与人之间的关系更近，也会让人与人之间的误解、疏离瞬间化为乌有。

两千多年前，老子就曾经说过“柔胜刚，弱胜强”，正如太极能以柔克刚。

“9月5日参加一个重要的谈判”，“9月6日参加公司的高层管理会议”，“12月7日去美国检查分公司的工作”……很多人的日历都被提前安排得满满的。

也许，他们是真的很忙，总有做不完的工作。

## <<包容与舍得的人生经营课>>

但是，无论多么忙，我们总是可以在日历上留一些空白页。

当你在繁忙的工作之余，看到日历上没有任何计划的空白页，你的心中会很奇妙地有一种安详宁静的感觉。

“留白”是完全属于你的时间，你可以想做什么就做什么，也可以什么事都不做。

在你的日历上留白，会给你一种平静的感觉，感觉自己拥有大把珍贵的时间。

在你容许给自己的生活留白之前，你永远找不到时间去做你真正想做的事。

但是只要你能为自己留一些空白时间，你就能为自己做一些事，而不只是在应允别人的要求。

通常你周围的人会要求你做一些事，或者你的邻居、朋友与家人需要你为他们做些什么。

除此之外，你还有些社会责任，有些是你爱做的，有些则是你应尽的义务。

当然，来自工作，甚至陌生人的恳求也是不断的，譬如电话拜访或推销员的打扰，感觉好像每个人都想侵占一点你的时间，只有你自己一点时间也没有。

唯一的解决之道是与自己定个约会。

和自己定约会的方法很简单：在日历上留出几个不让任何人打扰的空白日子即可。

当你在看自己的日历时，你会发现这个星期六的两点半到四点半之间是属于自己的时间。

除非是有特殊的事情发生，任何人都不能从你手中抢走这段时间。

## <<包容与舍得的人生经营课>>

### 编辑推荐

开垦一亩心田收获一种人生 因为包容而丰盈，因为舍得而宽阔。

包容是一种人生境界。

因为包容，所以会看到另一番风景；因为包容，所以更从容；因为包容，幸福有了一片容身之地。

舍得是一种做人智慧。

因为舍得，人生处处充满生机；因为舍得，所以富有；因为舍得，我们的未来才更加宽广。

以从容的生活态度，以宽容的处世智慧，破解幸福生活的密码，达到最幸福的境界。

<<包容与舍得的人生经营课>>

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>