

<<学会包容>>

图书基本信息

书名：<<学会包容>>

13位ISBN编号：9787563927791

10位ISBN编号：7563927794

出版时间：2011-9

出版时间：北京工业大学

作者：蒋平

页数：258

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>

## <<学会包容>>

### 内容概要

包容是一种宠辱不惊，万事淡然的心态。

包容是一种笑面人生，乐观忘我的境界。

只要你热爱生活，只要你用心珍留生命的感动，阴郁的日子总算过去，你的面前永远会是一片辉煌灿烂的艳阳天。

以一颗包容的心善待每个人，生活总会对你微笑。

## <<学会包容>>

### 书籍目录

#### 第一章 包容是一种境界，源自内心博爱

- 1.包容是高远宽阔的胸怀
- 2.会包容才不会蒙蔽心性
- 3.包容是一种君子的心态
- 4.为人处世要有大气量
- 5.大度和涵养收获一生笑容
- 6.以包容心滋养万物生灵
- 7.用宽容抚慰幼弱的心灵
- 8.包容是人生境界的超脱
- 9.包容是联络情感的纽带

#### 第二章 包容他人缺点，留足宽广后路

- 1.宽容他人带来风和日丽
- 2.面对他人撒谎以诚待之
- 3.给人机会就是给己机会
- 4.指出他人缺点要委婉
- 5.容纳他人缺点成就自己
- 6.包容足以获得甜美微笑
- 7.能容人，人才能与你共进退
- 8.大器量带来大回报
- 9.不以好恶论人才
- 10.包容过失彰显博爱之心
- 11.面对他人缺点要糊涂点

#### 第三章 包容亲人瑕疵，缔造和睦家庭

- 1.包容对方是家庭和睦的良药
- 2.以宽广心胸包容忍耐亲人
- 3.包容亲人，让生命渗透心灵
- 4.说不清搅不明的家事糊涂点
- 5.用包容的心领略人间亲情
- 6.宽容对婚姻中的女人很重要
- 7.宽容能消融亲情间的寒冰
- 8.包容亲人瑕疵，才有恬淡心境

#### 第四章 包容朋友不足，拓宽人际关系

- 1.宽容朋友的无心之举
- 2.包容朋友缺点，走出狭小天地
- 3.包容朋友缺点，进行人脉储蓄
- 4.用包容成就一世的友情
- 5.对朋友有理也要让三分
- 6.不要揭朋友短，戳朋友痛
- 7.心中有爱有宽容就有朋友

#### 第五章 包容自身缺陷，打造完美人生

- 1.自嘲是一种生活的艺术
- 2.原谅自己就是快乐自己
- 3.每天为自己的进步喝彩
- 4.容纳自己真心的渴望
- 5.人最大的对手就是自己

## <<学会包容>>

- 6.内省是自我审视与反思
- 7.学会欣赏自己的不完美
- 8.宽容自己，忘记曾经的错
- 9.给自己找个幸福的理由
- 10.肆意轻狂终将一事无成

### 第六章 包容不同意见，吸纳多方经验

- 1.倾听不同意见，善为他人着想
- 2.接受他人意见，反省自己
- 3.良好的沟通是换位思考
- 4.相扶相持，善为对方着想
- 5.意见相悖时努力改变自己
- 6.让他人保持着“正确”的位置
- 7.真诚地倾听他人的心声
- 8.包容不同意见，成就事业辉煌

### 第七章 包容指责羞辱，微笑面对人生

- 1.包容屈辱，笑对人生
- 2.面对指责莫做无谓辩解
- 3.面对批评指责心胸开阔点
- 4.指责来时要冷静反思
- 5.宽容羞辱换来内心豁达
- 6.沉着应对无端诋毁和诽谤
- 7.忍受羞辱，内心花开不败
- 8.善于包容羞辱是真正的智者
- 9.以坦荡胸襟淡然面对不平
- 10.将羞辱转化为奋进的力量
- 11.以宽广心胸善待为难你的人
- 12.相斗俱伤，相让共得

### 第八章 包容他人误解，修炼博大胸襟

- 1.放下误解，还心灵一份纯净
- 2.放下误会，大度赢得人生
- 3.闭上一只眼，释怀误会冲突
- 4.误会里有喜剧也有悲剧
- 5.请给别人解释的权利
- 6.顶住怀疑，证明自身价值
- 7.浇灭冲动火花，消融误会冰封
- 8.敞开心怀，化解误会

### 第九章 包容生活挫败，看淡世间福祸

- 1.在苦难中追寻人生境界
- 2.在生活挫败中学会从容
- 3.苦难使人变得淡定成熟
- 4.用感恩的心看待世间福祸
- 5.经受挫折才能展翅高飞
- 6.挫折助你从幼稚走向成熟
- 7.坎坷与磨难更能锻炼人
- 8.聪明人在逆境中学会微笑
- 9.勇于把困难踩在脚下
- 10.悲欢离合后品味鸟语花香

<<学会包容>>

11.挫折是生活的浪漫插曲

第十章 包容竞争对手，获得事业双赢

1.把对手扶起来

2.包容对手积聚自我气场

3.欣赏对手比打击对手更有效

4.靠宽容温暖对手冰冷的心

5.让昔日的对手变成今天的臂膀

6.对手或许就是潜在的朋友

7.容纳对手，合作双赢

8.宽容是折服对手的利器

9.对手是前进的动力和催化剂

## &lt;&lt;学会包容&gt;&gt;

## 章节摘录

原谅自己不能成就伟业，不能出人头地，原谅自己不能才华横溢，原谅自己没有成为富翁。原谅自己，别紧紧抓住自己的弱点、缺点、过失不放，太苛求自己，只会使你自己丧失自信和勇气，放弃希望与上进心。

要学会放下包袱，给自己解压，相信以后的人生还有机会。

人和人之间难免有碰撞有摩擦有矛盾，或许对方根本就是无意，或许对方有难言之隐。

退一步天地宽，不妨试着置之一笑，给别人也给自己一次机会，也许会有意想不到的收获。

原谅别人需要有自我牺牲的精神，具有高远的宽阔的胸怀，吃亏并不代表软弱可欺，因为原谅远远比报复好。

原谅还是绝不饶恕？

这是个问题。

人总是会犯错的，而是否能原谅别人，不光是给别人一个机会。

因为人做错事时，更多的是自责和懊恼，若能得到安慰和宽恕，必定会给双方都带来美好而难忘的回忆。

因此，不管怎样，你对任何事和人都应该包容与接纳，要有一种非凡的气度、宽广的胸怀。

因为你原谅了别人、宽容了别人就是原谅了你自己、宽容了你自己。

有人说，宽容是一种仁爱的光芒、无上的福分，是对别人的释怀，也是对自己的善待；也有人说，宽容是一种生存的智慧、生活的艺术，是看透了社会人生以后所获得的那份从容、自信和超然。

夫妻之间没有包容，整天为一些小事斤斤计较，那就不能白头偕老；朋友间没有包容就没有友谊，因为包容是友谊的前提；领导包容，可以使近者悦远者来，人心相和。

一个人如果能原谅仇人，那胸怀自是不言而喻的。

曹操之所以能从仅有几个子弟兵，到剿灭北方群雄，占据中原，拥有百万雄师，与他“山不厌高，海不厌深”的胸怀是分不开的。

所以，在你的生活中难免会有磕磕碰碰的问题，难免会出现一些误会，令你称心如意。

如果每一个人都拿出一份宽容，一份谅解，一份真诚，最终受益的还是自己。

所以，在原谅别人的同时，也就是在原谅你自己，要善待自己就得先善待别人。

## <<学会包容>>

### 编辑推荐

包容是一种宠辱不惊，万事淡然的心态。

包容是一种设身处地.心装他人的品质。

包容是一种笑面人生，乐观忘我的境界。

只要你热爱生活，只要你用心珍留生命中的点滴感动。

阴郁的日子总会过去，你的面前永远会是一片辉煌灿烂的艳阳天。

以一颗包容的心善待每个人.生活总会对你微笑。

宽容他人，摒弃隔膜，留足宽广后路宽容自己，收获微笑，打造完美人生 一个人要想获得终身的幸福，就必须得净化自己。

把那些困扰自己心灵的不健康心态赶出去。

选择积极且正确的心态—包容。

包容就像海一样宽广而浩瀚，它能接纳一切，也能化解一切，包容会带着你跨越那些困难，找到新生；包容是一种无声但又很强大的力量，只有包容的人，生命才会更加饱满。

包容的心态就是善良人品的升华，是人性至美的沉淀。

是崇高精神的凝结，是穷尽一生也品味不完的智慧美味。

拥有包容的心态，会让人感觉到生命的安详和幸福。

<<学会包容>>

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>