

<<宽容>>

图书基本信息

书名：<<宽容>>

13位ISBN编号：9787563932429

10位ISBN编号：7563932429

出版时间：2012-10

出版时间：北京工业大学出版社

作者：武庆新

页数：248

字数：262000

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

宽容是一种大智慧，也是一种高妙的人生哲学。  
懂得宽容的人是富有的，因为他们拥有更为广阔的人生，拥有更加开阔豁达的心境。  
拥有更加舒适 淡然的生活。  
懂得宽容的人是悠游的，因为他们更能以一种从容平和的心态 来面对眼前的一切。  
宽容是一种非凡的气度，是一种积极昂扬的状态。  
在生活的纷繁复杂中，人们若缺乏宽容的心胸，人生之路将越走越窄，苛刻与计较也将无形中给自己的人生设定上限。  
要宽容就要有一颗宽恕的心，就要有一份看轻、看淡名利得失的从容。  
宽容是对他人的谅解，同时也是对自己的原宥。  
学会原谅他人的过失，不仅仅是一种美德，更是对自己人生的一种储蓄。  
人生就像是在走一个盘山公路，爱就是一种循环，对他人的宽容很可能为自己日后发展创造广阔的空间。  
大文学家雨果曾说：“最高贵的复仇是宽容。”  
学会对他人宽容。  
是睿智的做法，是明智的选择。  
如果一遇到他人的责难和批评，就耐不住性子，火冒三丈，或是对他人的批评恶语相向、针锋相对。那么必然会造成彼此的矛盾，给彼此带来更大的困扰。  
所以。  
学会包容、学会忍耐、学会谦让，是非常重要的。  
当然，宽容不是没有原则的让步，不是懦弱的承受。  
宽容是一种理性的生活方式，是一种充满智慧的人生哲学。  
在宽容的世界里，没有耿耿于怀，也没有斤斤计较。  
弘一法师说：“人之谤我也，与其能辩，不如能容。  
人之辱我，与其能防，不如能化。”  
学会宽容，善于用一颗宽容博大的心来应对 他人的责难，应对生活的坎坷是人生最大的财富。  
“水至清则无鱼，人至察则无徒”，懂得宽容的人是拥有大智慧的人，能拥有悠闲自由的人生。  
不管是在生活中还是在工作上，人们都需要有清浊 并容的胸怀，才能更加从容自若地获取人生的成功，赢得他人的喜爱和尊重。  
人们常说：“世界上最宽阔的是海洋，比海洋宽阔的是天空，比天空更 宽阔的是人的胸怀。”  
在生活以及工作中，只要人们多一分宽容，少一分抱 怨；多一分理解，少一分计较；多一分友善，少一分攻讦；多一分谦让。  
少一分争执，那么人生将更加从容、幸福和快乐。  
总之，在人生的征程中，人们会有很多始料不及的际遇，这些形形色色的际遇需要人们用一颗宽容的心去面对。  
生活就在那里。  
持有什么样的人生态度，就会拥有什么样的人生。  
本书立足于人们对幸福与快乐生活的追逐，向人们解读宽容的内涵和价值，希望能够抛砖引玉，给更多想要突破和改变的人们提供一些帮助。

## <<宽容>>

### 内容概要

宽容是一种待人处世的大智慧，宽容的人生更加悠游自在。  
更加淡定自若。

武庆新编著的《宽容(悠游一生的智慧)》立足于人们对幸福与快乐生活的追逐。  
以宽容作为全书的主线，从宽容的内涵、要求以及法则等诸多方面展开内容，细致而津八地诠释了宽容的人生智慧和处世哲学。

希望《宽容(悠游一生的智慧)》能够给更多的想要突破和改变的人们提供一些帮助。

## <<宽容>>

### 书籍目录

- 第一章 宽容是人生的大智慧
  - 用宽容对待生活中的不幸
  - 宽宏的气度是人生成就的支点
  - 广阔的胸襟是待人处世的智慧
  - 豁达处世是成就大事的根基
  - 大度是对宽容的最佳诠释
  - 拥有雅量的人更有亲和力
  - 学会包容他人才能成就自己
  - 拥有气量是宽容的真正要义
- 第二章 懂得争气更要懂得宽容
  - 扫除心灵的尘埃
  - 忍得住怨气才能争气
  - 终止无休止的牢骚
  - 正确对待他人的刻薄
- 第三章 学会宽容，与人善处
  - 宽容的姿态更能化解彼此的矛盾
  - 懂得原谅就是于人于己最大的宽容
  - 心怀怨恨的人很难感受到快乐
  - 对他人宽容就是善待自己
  - 忍让是修养胸怀的要务
  - 善于忍让才能让生活充满阳光
  - 懂得宽容别人才能凝聚人心
  - 学会宽容，让自己赢得更多的机会
- 第四章 于人宽容于己也要宽容
  - 凡事别跟自己过不去
  - 学会宽容自己才能有所成就
  - 活出自我才能活出精彩
  - 挣脱自己心灵的枷锁
  - 善待自己是宽容的开始
  - 心态宽舒才能称为快乐
  - 自责对结果没有任何意义
  - 向前看才是唯一的出路
  - 不要为失去的东西而悔恨
  - 学会喜欢和接纳自己
- 第五章 博爱世间最大的宽容
  - 爱他人就是爱自己
  - 先对他人表达自己的好感
  - 微笑更能赢得人心
  - 以真诚的态度待人
  - 理解他人就是一种宽容
  - 从善意出发更能成就人生的价值
  - 只有用爱才能化解所有的仇恨
  - 理解和尊重是最珍贵的礼物
  - 善良的心赢得充盈的生活
- 第六章 一心平气和是保持宽容的姿态

## <<宽容>>

控制情绪才能掌控人生

掌握驾驭情绪的方法

善于用理智掌控自己的情绪

掌握消解怒气的方法

克服不良的情绪

学会变通才能学会宽容

保持冷静才能走向最后的胜利

生活取决于心态

善于调节自己的心理

第七章 放得开才能真正做到宽容

宽容需要一颗宽恕的心

不要太计较面子

知足者才能常乐

学会低头才能赢得更大的收获

从自己着手是解决问题的关键

非宁静无以致远

保持清心的状态才能获得从容

第八章 , 学会忍耐是宽容智慧的法门

懂得忍让是成就大事的智慧

凡事要以大局为重

小不思则乱大谋

退一步, 你的人生更开阔

懂得进退才能获取成功

淡而处之才能成就宽容的人生

忍耐是包容的前提

第九章 留有余地是学会宽容的密钥

凡事要给别人留有余地

不要揭别人的伤疤

任何时候都要顾全别人面子

学会给自己留有余地

不要轻易责备他人

不要轻易否定别人

说话要学会曲中求直

巧妙地拒绝别人

第十章 懂得放弃是学会宽容的要旨

执著但不要执迷

学会放弃才能有所得

抓得越紧, 陷得越深

不要被名利所累

不满足是人生的大敌

懂得取舍才能有所收获

欲望要适可而止

放弃是为了更有价值的获得

第十一章 精于沟通是宽容处世的润滑剂

懂得沟通的人更容易解决问题

责备和中伤是不明智的行为

避免争论才能赢得好感

## <<宽容>>

愤怒的情况下要谨言慎行

不要逞口舌之快

没有调查就没有发言权

沟通是解决问题的利刃

尽量避免与他人争吵

互访互助，不要得理不饶人

第十二章 学会转换思考方式才有宽容的心

用积极的心态看问题

摆脱对自己狭隘的认识

塞翁失马，焉知非福

走出自己的牢笼

保持一颗宁静而宽恕的心

要敢于从头再来

善于看到失去背后的收获

懂得放手才是睿智

换个角度看问题

第十三章 宽容的心要懂得分享

以协商的姿态与人交涉

于人方便就是于己方便

学会合作才能更好地竞争

学会分享

尽量做大家都喜欢的事

第十四章 宽容之心才能营造幸福生活

宽容就要懂得理解和体谅

让尊重和倾听和谐彼此的关系

妥善平衡家庭和工作的关系

用宽容的心接纳差异

赞美是夫妻间幸福的防腐剂

宽容的心就是懂得珍惜

用责任感关注家庭幸福

善待父母

## &lt;&lt;宽容&gt;&gt;

## 章节摘录

大度是对宽容的最佳诠释大度常常和宽容一起使用。宽容大度是一种美德，也是做人立世的根本。大度的人常常把眼光放得更远——他们不拘泥于小事，不会小肚鸡肠，对他人无关紧要的过失或错误抓住不放。然而，那些锱铢必较、丝毫不懂得包容的人大多是自私自利之徒，是不可能有什么大的发展和突破的。

亚历山大大帝骑马旅行到俄国西部。

一天，他来到一家乡镇小客栈，为进一步了解民情，他决定徒步旅行。

当他穿着一身没有任何军衔标志的平纹布衣走到一个三岔路口时，他想不起回客栈的路了。

亚历山大看见有个军人站在三岔路口，于是他走上去问道：“朋友，你能告诉我去客栈的路吗？”

那军人叼着一只大烟斗，昂着头高傲地把身着平纹布衣的亚历山大上下打量一番，傲慢地答道：“朝右走！”

“谢谢！”

亚历山大又问道，“请问离客栈还有多远？”

“不远。”

那军人生硬地说，并瞥了亚历山大一眼。

亚历山大抽身道别，刚走出几步又停住了，回来微笑着说：“请原谅，我可以再问你一个问题吗？如果你允许我问的话。”

请问你的军衔是什么？”

军人猛吸了一口烟说：“你猜吧。”

亚历山大风趣地说：“中尉？”

军人的嘴唇动了一下，意思是说不止中尉。

“上尉？”

军人摆出一副很了不起的样子说：“还要高些。”

“那么，你是少校？”

“是的！”

军人高傲地回答。

于是，亚历山大敬佩地向他敬了个礼。

少校转过身来摆出对下级说话的高贵神气，问道：“假如你不介意，请问你是什么官？”

亚历山大乐呵呵地回答：“你猜！”

“中尉？”

亚历山大摇头说：“不是。”

“上尉？”

“也不是！”

少校走近仔细看了看说：“那么你也是少校？”

亚历山大镇静地说：“继续猜！”

少校取下烟斗，那副高贵的神气一下子消失了。

他用十分尊敬的语气低声说：“那么，您是部长或将军？”

“快猜着了。”

亚历山大说。

“阁……阁下是陆军元帅吗？”

少校结结巴巴地问。

亚历山大说：“我的少校，再猜一次吧！”

“皇帝陛下！”

## <<宽容>>

”少校的烟斗从手中一下子掉到了地上，猛地跪在亚历山大面前，忙不迭地喊道：“陛下，饶恕我！陛下，饶恕我！”

”“饶恕你什么？”

朋友。

”亚历山大笑着说，“你没伤害我，我向你问路，你告诉了我，我还应该谢谢你呢！”

”有人说，宽容是世间最大的美德，是否宽容是衡量一个人优劣好坏的标准。

确实如此，宽容的人具有伟大的心，常常具有高远的理想。

同时，大度也是成功者必备的心态和处世法则，缺乏气量的人不但不能有什么作为，还往往会沉迷于一时一事的苦恼，给自己凭空增加许多负累，以至于整日对人、对事吹毛求疵、求全责备，郁郁寡欢。

俗语有“宰相肚里能撑船”之说，可见一个人若胸怀宽广、性格豁达，方能纵横驰骋，成就自己的一番作为。

试想，如果一个人心胸狭窄，整日纠缠于鸡毛蒜皮之事，又怎么能够放开手脚，实现自己的理想和抱负呢？

所以，大度是人们修身成事的资本，是人们安身立命、事业有成的重要支柱。

P10-11



## <<宽容>>

### 编辑推荐

多一分宽容，多一分幸福宽容是一种修养，也是一种美德：是一种胸怀，也是一种气度。“水至清则无鱼，人至察则无徒”，宽容是人生的大智慧，懂得宽容的人才能拥有充实丰盈的人生，才能生活得更加悠游畅达。

<<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>