

<<心宽一寸 受益三分>>

图书基本信息

书名：<<心宽一寸 受益三分>>

13位ISBN编号：9787801958570

10位ISBN编号：7801958578

出版时间：2009-3

出版时间：九州出版社

作者：马谨文

页数：286

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>

<<心宽一寸 受益三分>>

前言

世间道路坎坷曲折，人生之路也不会一帆风顺。人活着就要吃苦受累，排除千难万险走出一条路来。要达到此目的就必须心胸开阔。

俗话说：“宰相肚里能撑船。

”也就是说，在人生路上不管遇到什么难事，都能容纳并寻法排除之。

心宽，才能在“山重水复疑无路”时继续走下去，终于寻到“柳暗花明又一村”的辉煌天地。

心宽的人，恼不过一刻，愁不过一时，天大的事压在心头，也能吃得饱，睡得着，保持身体各器官的平衡，不受损伤，正常运行，这能不健康长寿吗？

心宽是一种修养。

处事沉着，肯动脑筋，站得高，看得远，甚至大敌当前也不慌张，如毛泽东指挥战斗，“胜似闲庭信步”、“胸中自有雄兵百万”，这样的胸襟到底有多宽呢，谁也估不透。

要做心宽的人，在日常生活中，就要悠闲一些，平静一些，做到古诗所说的“闲看秋水心无事，坐对长松气自豪”、“此心平静如流水，放眼高空看过云”，有这样闲情逸致的人，心胸自然是比较宽阔的。

不会宽容的人怎能有开心的心态？

事业失败需要宽容，感情受挫需要宽容，人生磨难需要宽容，经济合作需要宽容，人际关系需要宽容，家庭生活需要宽容。

宽容是一种谋略，是一种意志，是一种成熟人性的自我完善。

宽容不是一味地逆来顺受，不是茫然失措的结果，而是一种主动收缩和战略调整。

宽容者必然有着大智慧，大视野，大心胸。

本书正是从这几个方面来详细讲述了心宽的重要性，心宽让我们健康，让我们远离疾病，让我们的家庭更和谐，事业更顺利。

希望每一个人都能从这本书里得到一点启示，戒骄戒躁，平和淡然，你将发现你的心境达到了另一个高度，你的人生将会取得一些意想不到的成就。

<<心宽一寸 受益三分>>

内容概要

一些人意气风发想要有所作为，却心胸狭隘，导致最后一事无成；一些人深爱家人想要家庭和睦，却为小事争吵不休，最后却落个妻离子散；还有一些人稍微不如意就发火抑郁。真是伤肝伤胃又伤人……本书正是针对这些情况，用生活的语言、针对性的故事，让你体会到心宽的益处，教你在各个领域怎么开放自己的胸怀：笑对挫折、善待别人、能屈能伸、包容万物……让你在短时间内学会“宰相肚里能撑船”的心胸，让生活更加美好！

<<心宽一寸 受益三分>>

书籍目录

第一章 心宽一寸，人生受益三分 心宽一寸，受益三分 心有他人天地宽 原谅他人的过失 为他人想一想 一句赞美欢乐多 善待你的对手 己所不欲，勿施于人 遇到事情，忍字为先第二章 放下过去，轻松面对挫折 不为昨天流泪 羞辱成就强者 微笑面对困境 幽默调节身心 相信明天更美好 吃亏带来好运 想赢就不怕输 看淡生活不平 学会一笑置之第三章 改变心态，心情决定事情第四章 肯定自己，世界因你精彩第五章 换位思考，宽容赢得青睐第六章 快乐与否，一切取决于你第七章 面对非议，生气不如争气第八章 坚定信念，跑赢人生道路第九章 摆正位置，不再重蹈覆辙第十章 看淡名利，克服心浮气躁第十一章 忍住性子，不争一时之气

<<心宽一寸 受益三分>>

章节摘录

活出自己的精彩 生命可贵。

不知道有多少年了，我们都是碌碌地走过，模仿着他人的脚步和路线，在镜子中寻找不到自己的形象。事实上，我们不是任何人的替代品，我们每一个人都是一幅美丽的风景，活出自我才不枉在人世走一圈。

时间如梭。

大概从我们降生的那天起，我们便开始忙碌，学走路，学说话，学知识，挣钱养家。

短短的几十年就在我们没有方向、平平淡淡的忙碌中度过了。

然而同样是几十年的生命，有的人便可以名留青史，有的人则一直默默无闻，为什么呢？

那些被我们敬仰的名人总能在有限的生命中做有价值的事情，他们不会让时间在苦恼、埋怨中蹉跎，因此他们活得精彩，他们有不样的人生；而大部分平庸者却忽略了时间的价值，失败、苦难、困境让他们害怕，让他们停滞，结果当老去的时候发现生命一片空白，但是为时已晚。

生命是上帝赐予我们的财富，我们应该好好利用生命的每一天。

相信我们每一个人都是独一无二的，我们不应该总活在他人的影子里，观看他人的风景而忘记了自己的步伐。

过去的时间我们已经无法挽留，我们只能是好好珍惜我们未来的每一天。

每一个人的先天条件是不一样的，不要刻意去模仿别人，寻找自己的价值，活出自己的风采。

在两千年前，燕国寿陵有一位少年，他有一个很大的毛病，就是对自己没有信心，总觉得别人的东西才是好的，而自己处处不如别人，总是觉得低人一等。

他常常哀叹命运待他不公，邻家的某某比他英俊，谁谁比他强壮，甚至连别人的吃穿住行都比他好。时间久了，他甚至忘记了自己是谁，总是在模仿着别人。

有一天，这个少年在路上听到几个人的聊天，说邯郸人走路姿势非常美，于是他心动了，回家左思右想也想象不出邯郸人的步法，于是收拾行囊，打算去当地学习人家走路。

到了邯郸以后，小伙子眼睛都直了，果然是美。

那些小孩儿，走姿活泼而轻巧；那些青年，走姿稳重而潇洒；那些女人，走起来婀娜多姿……他看到谁，就学谁走路的姿势，结果半个月过去了，他不但谁的姿势都没有学会，反而连自己以前如何走路也记不起来了，最后只能爬着回自己的故乡。

这就是邯郸学步的故事。

模仿并没有错误，可是当模仿超过了自我的限度，那么就是过犹不及了。

我们每一个人都有自己的优点和缺点，如果无视自己的价值，非得让自己去走别人的路，那么恐怕最终是迷失了自己。

每一个人都有适合自己的鞋子，如果非得去套别人的鞋子，那不但不舒服，反而会挤坏我们的脚。穿自己的鞋，走自己的路，让别人去说去吧。

对于人生而言，每一个年龄段都有每一个年龄段的精彩，10岁的单纯，20岁的活力，30岁的奋斗，40岁的稳重，50岁的知天命，60岁的人生感悟等，我们没必要站在20岁去羡慕他人的40岁，更没有必然站在40岁去慨叹青春已逝，何必去羡慕别人呢，站在当前，就要活出当前的精彩，那么生命才没有遗憾。

生命是短暂的，我们不能在自怨自艾中任其流逝。

既然我们没有能力阻止生命的终结，那么我们更应该珍惜在世的每一天，让自己活得潇洒而有价值。

不要被一些物质利益所俘虏，做自己想做的工作，说自己想表达的意思，体会自己想体会的人生。

快乐是最重要的，一个快乐的人才拥有一个精彩的人生。

浮名利禄都是过眼云烟，不要为了一些虚无缥缈的东西而强迫自己去做自己不喜欢的事情。

或许有些人为了追逐一些名利，喝了违心的酒，说了违心的话，即使他最终被提拔到了那个窥视已久的高度，那么他依然是活在他们的控制下。

<<心宽一寸 受益三分>>

生活的真谛不是物质的享受，而是精神上的享受。
愉悦、潇洒、乐观的你才能自由自在地生活。
记住：活得精彩不是你拥有了无数的财富，也不是你拥有了至高的地位，而是活出好心情并能把这种快乐传播给周围的人。
健康、快乐的生活才是真正的生活。

<<心宽一寸 受益三分>>

编辑推荐

人人都想要安逸的生活、成功的事业、愉悦的心情，只要你做到内心豁达，心胸开阔。你就可以做到“海纳百川”，在生活的方方面面游刃有余；否则你只能看到艰难的道路。遥远的未来只能过着愁苦的日子。处处无法释怀！

谦让别人一寸，别人回报你三分！

你的心有多大？

芝麻一样小还是大海一样宽？

海洋般宽广的胸怀助你走向成功，芝麻般细小的心让你寸步难行！

成功而懂生活的人都不会是心胸狭隘者，一时的体谅成就你的生活与事业！

宽容是一种气概，一种素养，一种谋略，一种意志，是一种成熟人性的自我完善！

<<心宽一寸 受益三分>>

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>