

<<给人生加点包容>>

图书基本信息

书名：<<给人生加点包容>>

13位ISBN编号：9787506474306

10位ISBN编号：7506474301

出版时间：2011-7

出版时间：中国纺织

作者：亦辛

页数：262

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>

## <<给人生加点包容>>

### 前言

包容是一种美德，因为它让人在修身养性中升华了人格，净化了灵魂；包容是一种境界，因为它让人化愤恨为大度，化自私为无私；包容是一门学问，它让人懂得了生活，感受到了快乐与温馨；包容也是一门艺术，它让人在繁杂世事中聆听智者的教诲，感悟生活的真谛；包容更是一种幸福，它让人在宽和与充实的心境中，感知所有人的关爱，感知自然万物的和谐相处。

因为包容，我们才会善待周围的人；因为包容，我们才会拥有众多的朋友；因为包容，我们才能够原谅他人的过失；因为包容，我们才会有舍有得；更因为包容，我们才会在生活的磨难中逐渐走向成熟，从而获得真正的幸福。

《给人生加点包容》是智者修身养性的智慧之书，是给人们的心灵以指引与慰藉的心灵鸡汤，还是一本让人摆脱困扰与迷惑，获得阳光般情怀的暖心之作。

本书分别从善良、博大、睿智、看开、变通、忍让、成熟、幸福等八个方面，揭示了包容的点点滴滴：善待他人，让自己的内心充满爱，拥有海一样的胸怀，包容他人的过失，尊重朋友与对手，珍惜眼前的幸福，放弃应该放弃的，试着接受难以改变的现状，换一种思维来思考问题，学会微笑与忍让，不要怕受委屈，以从容淡定、阳光般的心态享受生活…… 全书叙事简洁明快，语言生动有趣，论述精当准确。

在说理的同时，文中还引用了大量的事例。

这些事例贴近生活，贴近现实，富有浓厚的时代气息，具有极强的说服力。

本书是一部难得的修养身心之作，可以放置于枕边案头、随时翻阅体味其精华，也可以在休闲旅游、奔波劳碌之余信手取之、聊以自娱。

希望读者朋友们在阅读本书后，能够从中领略到包容的真谛，看到自己的目标，在徘徊中得到指引。也希望读者朋友们能够从失败的阴影中走出来，从苦闷的心境中解脱开来。

给心灵加点包容，让心灵多点宽慰与理解，把心灵从桎梏中解放，这样我们的内心世界才会是美好的、愉悦的，也才会永远充满阳光般的温暖。

给生活加点包容，不要指责，不要怨愤，不要仇恨，不要你死我活的斗争，因为生活真正需要的是善良与无私、宽容与理解、原谅与倾听、大度与忍让。

给人生加点包容，不要吝惜自己的和善、友爱与温暖，将他们给予自己周围的每一个人，无论是朋友，还是亲人，让他们时刻感受到自己的关怀，如此我们的内心才会有一份坦荡，有一份无私，有一个包容万物的胸襟，有一颗博爱众生的心灵，更会有一个高尚的人生境界。

## <<给人生加点包容>>

### 内容概要

胸怀宽广的人，不仅能够让自己收获心灵的宁静和幸福，也能以博大的胸怀去宽容他人、他事。可以说，包容是对他人的救赎，也是对自己的救赎。

一个人只有学会了包容，才能站到比别人更高的位置，看问题和处理问题也会比别人更加透彻，更加有效。

一个人只有学会了包容，才能变得更加豁达，从而走出生命的盲区，成为生活的智者。

亦辛编著的《给人生加点包容》从心态、品格、定位、人际等方面结合生活中的事例对包容进行阐述，让读者从中感悟包容的真谛与人生智慧。

《给人生加点包容》是一部难得的修养身心之作，可以放置于枕边案头、随时翻阅体味其精华，也可以在休闲旅游、奔波劳碌之余信手取之、聊以自娱。

## <<给人生加点包容>>

### 书籍目录

第一章包容即善良：是善待别人更是善待自己

包容是人间最动人的情操

严于律己，宽以待人

自己够朋友才会有朋友

生气是跟自己过不去

包容他人，会收获人心

容人之过会让人干得更好

包容他人，会提升自己

播种善良，才能收获希望

成人达己，成己为人

原谅比指责更有效

第二章包容即博大：丢开小算盘，着眼于大胸怀

天地只在心间，心宽天地阔

包容，是对差异的认可

海纳百川，在于它有容人之博大

爱自己的最好方法是去爱别人

关爱是沟通心灵之间最近的桥梁

消除恨的最好方法是让内心充满爱

心胸博大让细流成瀚海

宽容之人不与小人计较

博大心态让邻里和睦相处

为人宽厚，以和为贵

第三章包容即睿智：包容人的过失，收获人的真心

欣赏他人长处，活用他人短处

礼让待人是种谦恭风度

成功靠朋友，更要靠对手

与人合作，弥补自己的不足

倾听比倾诉更能赢得人心

善待他人就是善待自己

人情是增进人际关系的要诀

懂得包容，才能赢得朋友

学会包容也是一种成功

第四章包容即看开：放弃该舍弃的，收获该得到的

活在当下，珍惜眼前的幸福

适时地放下，能够更好地拿起

失意时，把烦恼沉入心底

用忘怀填平伤害的洼地

在意外界不如修好自己

忘记该忘记的，别和过去较真

该放手时就放手

有一种爱叫做放手

放弃错的才能和对的相逢

吃亏并非损失

第五章包容即变通：面对无法改变的，及时转弯

如果无法改变，就试着去接受

## <<给人生加点包容>>

以柔克刚，四两拨千斤  
大智若愚，把精明藏在浑厚中  
善待批评是智者的人生哲学  
退却，是为了更好地前进  
学会向生活适时低头  
碰硬时要学会以迂为直  
学会包容，才能妥协  
换一种思维就能获得快乐  
第六章包容即忍让：忍一时风平浪静，退一步海阔天空  
给别人让路，是给自己留路  
忍耐也是化解矛盾的好方法  
一个微笑能使一场争执烟消云散  
包容是一种尊重  
小不忍则乱大谋  
忍让是一种生活艺术  
能忍耐，方能成大事  
忍让是种美德  
付出包容，将收获无穷  
第七章包容即成熟：斗气，生气不如大气、争气  
温和友善永远胜过激烈强硬  
包容者不会有解不开的心结  
用包容为抱怨画上休止符  
讨论而不争论，是一种内心的成熟  
给他人的过错找个理由  
不要怕受委屈  
巧妙化解他人的排挤  
磨难是成熟的催化剂  
包容的人能容忍别人的讥讽  
第八章包容即幸福：得到是福，失去也是福  
包容是心理健康的良药  
包容是幸福的秘诀  
从容淡定是一种福气  
以阳光心态享受生活  
心境平和，内心才会充满喜悦  
完美可追求，但不可实现  
包容生活中的不完美  
包容心越强，人生之路越宽广  
包容缺陷，享受人生  
清心寡欲，才能领略生活的快乐  
参考文献

## &lt;&lt;给人生加点包容&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：包容是人间最动人的情操对别人包容，你才会有慈悲之心。

假如人人能够平心静气地去面对仇恨，放弃不必要的争斗，那么很多悲剧就不会上演，人生也将会呈现不一样的风采。

著名主持人白岩松曾经给自己刚刚出生的儿子写过一封信，并将其作为儿子人生之始的礼物，投进了未来岁月的信箱。

他在信中写道：“如果所有的美德可以自选，那么孩子，就先把宽容挑出来吧！”

宽容能松弛别人，也能抚慰自己，它会让你把爱放在首位，万不得已才动用恨的武器；宽容会使你随和，让你把一些人很看重的事情看得很轻；宽容还会使你不至于失眠，再大的不快，再激烈的冲突，都不会在宽容的心灵里过夜。

于是，每个清晨，你都会在希望中醒来。

一旦你拥有宽容的美德，你将一生收获笑容。

”可以说，宽容是一种崇高的境界。

对很多人而言，宽容别人虽然有些不易，却也不难，关键是要看自己的心灵怎么去抉择。

佛曰：“一念境转。

”假如我们选择了仇恨，那么我们的人生就会夹杂着黑暗。

反之，假如我们选择了宽容，将仇恨的包袱丢弃，做到“予人玫瑰，手有余香”，对方收获的是一份温暖，一丝光明，而我们自己同时也收获一份心灵的感动。

阿尔瓦·古尔斯特兰德在欧洲医学界声名远播。

他不仅是一位医术十分高明的眼科医生，而且还曾获得过诺贝尔医学奖。

他的父亲文诺·古尔斯特兰德同样也是一位很有名气的眼科医生。

老文诺有一家规模不大的眼科诊所，开设在贫民区内。

同在贫民区的还有一家医院，这就是玛尔盖医生所开的医院。

老文诺行医济世，救治了大量穷人，同时他精湛的医术使得欧洲各国的患者也经常慕名前来看病。

时间一长，玛尔盖心里就不高兴了，因为老文诺的小诊所抢走了玛尔盖医院的大量客源。

有人向玛尔盖建议可以请文诺来玛尔盖医院主持眼科，但是玛尔盖认为文诺没有文凭，因此毫不留情地将他拒之门外，还大大奚落了他一番，这使得老文诺内心异常愤懑。

他的儿子阿尔瓦也十分生气，发誓定要干出一番成就来以替父亲争口气。

两年以后，阿尔瓦凭借优异的成绩考入了瑞典医学院。

学业结束之后，他回到父亲的小诊所，继承了父亲的全部事业，与玛尔盖医院竞争起来。

此后，阿尔瓦通过自己的刻苦努力，28岁获得了博士学位，他的博士论文在瑞典首都斯德哥尔摩轰动一时。

30岁时，阿尔瓦被任命为斯德哥尔摩眼科诊所所长。

老文诺家族在阿尔瓦的经营下快速崛起，玛尔盖这时才后悔当初不该把事情做得太过绝情，以至两家关系越闹越僵。

就在这个时候，玛尔盖家的小女儿芬妮患了十分严重的眼疾，而玛尔盖医院里的眼科医生对此竟然都毫无办法。

为此，玛尔盖不惜重金聘请北欧各国著名的眼科专家前来诊治，但是无人能治得了芬妮的眼病。

一想到女儿从此可能要过暗无天日的生活，玛尔盖心痛不已，但却无可奈何。

最后，芬妮无可奈何地提出请阿尔瓦·古尔斯特兰德为自己治疗眼病。

善良的阿尔瓦没有因前嫌而袖手旁观，对待芬妮的病情和对其他病人一样重视，最终治愈了芬妮的眼疾。

阿尔瓦以自己的实际行动展现了包容。

他以德报怨，忘记了别人施加给自己和父亲的歧视与冷遇，并以平和的心态去治疗珍妮的眼病。

这份涵养和胸襟是很多人难以企及的。

这就是包容的力量，这种动人的力量令人感动，令人敬佩。

## <<给人生加点包容>>

包容能让人忘掉别人施加给自己的伤害，也能让人由恶转善，在心灵的洗礼中重新认识自己。而一个能宽恕别人过失的人，实际上也正是世上最解脱、最快乐的人。

## <<给人生加点包容>>

### 媒体关注与评论

包容，不是胆小怕事，而是博大善良；不是缺乏原则，而是与世无争。

学会了包容，就学会了于利益前不计得失，于纷繁中独享恬然；学会了包容，就学会了善待他人，善待自身。

宽以济猛，猛以济宽，政是以和。

——《孔子家语》有容，德乃大。

——《尚书》一个伟大的人有两颗心：一颗心流血，一颗心宽容。

——纪伯伦世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。

——雨果



## <<给人生加点包容>>

### 编辑推荐

《给人生加点包容》：包容是一种学问；包容是一门艺术；包容是一种美德；包容是一种境界；包容是一种幸福；包容是一种财富。

包容具有征服一切的力量！

人生需要包容，包容他人的无礼方能赢得人心，原谅他人的过失方能收获安心，看开自然中的生长消亡方能拥有静心，看淡生活中的取舍得失方能实现宽心。

人生需要包容，它能促进人际关系的和谐融洽；人生应该包容，与人为善者更是与己为善。

<<给人生加点包容>>

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>