

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

图书基本信息

书名：<<有一种智慧叫包容与感恩>>

13位ISBN编号：9787510403897

10位ISBN编号：7510403898

出版时间：2009-7

出版时间：新世界出版社

作者：张鹏

页数：242

字数：180000

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>

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

前言

包容是一种完美的生活智慧；感恩是一种理想的处世哲学。

人生在世，不可能事事如意。

在逆境面前，你是选择逆来顺受，使自己一步步地沉沦下去；还是想突破牢笼，成就一番事业？

如果你选择了后者，想要挣脱逆境的牢笼，那我就送你两把钥匙——一把是包容，一把是感恩。

人世中有很多智慧，拥有了它们，在生活上你将一帆风顺，在事业上你将平步青云。

可是有两种智慧，很多人并没有意识到它的重要性，因为许多人没有它们也照样可以继续自己的生活。

殊不知，一旦你拥有了这两种智慧，就等于为自己的人生插上了腾飞的翅膀，让你的人生得到质的提升。

很多人都向往大海，羡慕大海的宽阔胸怀，希望能将自己的种种不快和悲伤置于海中，让其随着海浪漂走。

其实，你的心底也有一片大海，一片专属于你的大海，那就是包容。

拥有它就意味着你拥有了海一般宽阔的胸襟，再大的困难和挫折，在你的这片海面前，也都显得微乎其微，你的心灵也会因此而感到平静与淡定。

而感恩则像冬天火炉里熊熊燃烧的火焰，你向炉内添加了炭，温暖了别人，也温暖了自己。

活在感恩的世界里的人，即使身处逆境，感恩的力量也会为他增添温暖。

拥有一份感恩的心，即使身处寒冬，你的身边也会长满缤纷的花朵。

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

内容概要

心胸狭窄的人，心中容不下一粒沙子；心胸宽广的人，心中可以包容全世界。

心灵就像一朵花儿，你用宽容浇灌它，它将开得无比灿烂！

拥有宽容，就拥有了快乐。

你宽容了他人，就等于宽容了自己：感恩就像一棵树，你感恩他人，树上就结出一个感恩之果，你吃了，将甜到你心底。

感恩是一位天使，你感恩了他人，天使会把快乐撒给你。

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

书籍目录

包容篇 第一章 接纳他人 悦纳自己 1.容人之大方被人容 2.善于倾听 3.学会分享 4.学会有修养地竞争 5.不要对别人妄加评论 6.骄横是个人修养的大敌 7.摒弃以自我为中心的意识 8.善待他人也有益自己 9.直面他人的批评 10.清高是做人处世的大忌 11.给下属发表意见的机会 第二章 宽以待人 从容转身 1.给他人留余地,便是给自己留“生路” 2.宽恕别人,救赎自己 3.言语谨慎是做人良策 4.宽容他人就是释放自己 5.仁爱待人,能为你带来幸福 6.切勿揭人疮疤 7.宽恕比仇恨更有力量 8.与人为善才能于己为善 9.不报宿怨,以和为贵 10.在别人困难的时候伸出援助之手 第三章 寸有所长 清浊并容 1.用人不要一味盯住缺点不放 2.合作才有竞争力 3.人至察则无友 4.以短掩长是用人的大忌 5.懂得包容甚至欣赏自己的不完美 6.用人要有气度 7.对有才能的人要甘于放下身份去请 8.戒戴有色眼镜看人 9.取人之长,优势互补 第四章 心宽一尺路宽一丈 1.少一分怨恨,多一分快乐 2.感谢对手 3.把挫折视为最佳机遇 4.淡泊才能长远 5.学会从不幸中获得新生 6.懂得放弃才能抓住幸福 7.怨天尤人不可取 8.世上本无亭,庸人自扰之 9.柔忍处世方成大价之身 第五章 克己是智量大是福 1.善于运用忍耐的智慧 2.予人佳酿,馈我酒香 3.有时退让方显博大胸襟 4.沉默也是一种智慧 5.三省吾身,以求大成 6.宽容是一种大智慧 7.有时韬光养晦是制胜的不二法门 8.学会克制 感恩篇 第一章 感恩生活 从容处世 1.你回报社会,社会也就回报你 2.日行一善而非善行一日 3.施恩的水种出感恩的花 4.感恩之心带我成功 5.造物主赐予生灵最美丽的礼物 6.感恩那双温暖的手 第二章 感恩友情 珍惜知己 1.“她是我最好的朋友” 2.最珍贵的礼物 3.知己难觅,知音难求 4.历尽风霜,友谊长存 第三章 感恩爱情 携手人生 1.刻骨的爱铸就铭心的情 2.玫瑰虽艳,爱情更美 3.廉价而又无价的爱 4.回归纯粹的爱情 5.爱情像花儿一样需要浇灌 6.爱还在那个地方等你 第四章 感恩亲情 感受温暖 3.为你敞开着母爱之门 4.母爱的姿势 5.无法阻隔的感情 6.平分生命的感情 第五章 感恩老师 美化心灵 1.心灵的美化师 2.做自己心灵的监考官 3.每个人都会成为好学生 4.激励改变孩子的一生 5.美丽的惩罚 6.一句话拥有改变命运的力量

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

章节摘录

包容篇 第一章 接纳他人 悦纳自己 1.容人之人方被人容 我们身边都可能出现这样的事情，有一位学生刚刚从大学毕业，凭借自己的出色表现，很快在一家公司找到了工作。由于他专业知识扎实，头脑又灵活，很快就融入了工作之中，获得了同事的羡慕和上司的赞扬。可他却有点儿恃才傲物，自命不凡，别人的事情，他都爱插手，虽然提的意见有时很有见地，但别人都不买他的账。

一次开会时，上司提了一个方案，他马上进行反驳，并提出了自己的意见，上司表面点头允许，心里却对他产生了怨恨情绪。

后来公司找了一个借口将他辞退了。

同时，也会有这样一种奇怪的现象，某位严厉的领导对一般人很苛刻，听不进丝毫不中听的话，可对某一个人却网开一面，即使他顶撞自己也不以为意，其实也没什么好奇怪的，这位敢于顶撞领导而又不被责怪的人，大半是个无私、正直的人，而他的无私与正直很多时候恰恰体现在对其他人，包括对批评、诋毁自己的人的包容上。

清则无鱼，过分反之，水至招摇，漠视别人，往往会被众人排挤隔离。

唐朝著名宰相狄仁杰任并州都督府法曹时，同僚郑崇质奉命出使一个很遥远的蛮荒之地。彼时郑崇质有一个年老多病的母亲，让他不顾其老母而径自远行，很是于心不忍，担心自己走后母亲无人照料。

狄仁杰见状对他很是同情，便求见时任主管长官的长史蔺仁基，对蔺说：“郑崇质的母亲如此老弱，我们怎么能忍心让他在万里之外还要为老母忧心呢？”

于是他自告奋勇，主动代替郑崇质出使。

狄仁杰的举动使蔺仁基大为感动。

此时蔺仁基正和司马李孝廉闹矛盾，两个人不但在公事上互相拆台，而且在平时也互不理睬，都以看对方出丑为乐。

面对正直无私的狄仁杰，蔺仁基大感惭愧，于是主动去找李孝廉，把狄仁杰的事说了一遍，感叹道：

“与仁杰相比，我们能不自惭形秽吗？”

李孝廉也深受震动，二人从此便冰释前嫌。

狄仁杰时时都能秉着从大局出发的原则，不仅对同僚爱护，即使对曾经和自己有过节的人，也摒除个人恩怨，与他们和睦相处。

狄仁杰秉性耿直，喜欢据理力争，有时不免当面顶撞武则天，但奇怪的是，对臣下一贯非常严苛的武则天，对狄仁杰却十分敬重，不仅不介意狄仁杰的顶撞，反而会常常爽快地接受他的建议。

有一次，武则天到洛阳附近的三阳宫避暑，一个来自西域的和尚请她去观赏佛教圣物舍利子，笃信佛教的武则天很高兴地答应了。

然而，当她准备出发时，狄仁杰却跪到了驾前，振振有词地说：“佛不过是夷狄之神，不应凌驾于天下之主之上。”

再者，山路险狭，极不安全，陛下此行实在有所不宜。

当时武则天只是一笑置之，仍然坚持上路。

但是走到半路，她却越想越觉得狄仁杰说得有理，于是又下令打道回府，一边还自我解嘲说：“这是为了成全朕这位直臣的气节。”

武则天平时尊称狄仁杰为国老，而不直呼他的名字，这更是其他大臣望尘莫及的殊荣。

狄仁杰晚年腿脚不便，武则天便让他在朝见的时候不用行跪拜之礼，并开玩笑说：“每次见到你跪，朕的身子也会痛起来。”

当时的大臣都必须在宫中宿值，考虑到狄仁杰年老体弱，武则天就免除了他的这项差事，并对其他大臣说：“你们尽量不要去麻烦狄公，除非是军国大事。”

与其他许多在武则天手下或被杀或遭贬的重臣相比，狄仁杰这样一个并不曲意逢迎、明哲保身的人却能平安无事，实在是一个奇迹。

当然，对于一个耿直的人而言，人们的赞赏和美誉并不是预期要获得的，那只不过是命运额外的

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

奖赏。

但是，虽然说耿直并没有错，但只有以包容为基础的耿直，才能成全自己的良心，才有可能得到人们的赞赏和美誉，获得别人的接纳和认可。

2.善于倾听 人们常说“和气致祥”，即认为和气相处能带来吉祥。

一个家是如此，一个单位和一个社会更是如此，那么我们又该如何保持和气呢？

古人指出“长傲”、“多言”是破坏和气的两大因素，而要做成熟、理性的人，就应该谦虚，并且做一个好的倾听者。

人们常说“会说的不如会听的”，每个人都有表现自己的欲望，如果你能适时地做一个倾听者，包容别人在表现这些欲望时可能对你产生的侵害，理性地对待一些不中听的话，那么一定会获益匪浅。

勒布朗在纽约的一家百货商店买了一套衣服。

可这套衣服穿在身上却很令人失望：上衣退色，把他的衬衫领子都弄黑了。

他不得已又来到那家商店，找到卖给他衣服的店员，告诉她事情的情形。

勒布朗想诉说此事的经过，却被店员打断了。

店员一再声称，他们已经卖出了数千套这种服装，勒布朗是第一个来挑剔的人。

正在勒布朗和店员激烈争论的时候，另一个店员也加入了，他说所有黑色衣服都要退一点颜色，并强调这种价格的衣服就是如此。

听到这些，勒布朗简直火冒三丈，店员不仅怀疑他的诚实，并且还暗示他买的是便宜货。

勒布朗正想骂他们，正好店里的经理走过来。

他懂得他的职责，也正是他使勒布朗改变了态度。

首先，他先静静地听勒布朗讲述了事情的经过，当勒布朗说完时，店员们又开始插话表明他们的意见。

而此时经理却站在勒布朗的立场与他们辩论。

他不仅指出勒布朗的衬衣领子明显是被那件衣服所染，并坚持说，不能使人满意的衣服就不应该在店里出售。

他承认自己不知衣服退色的原因，并请勒布朗提出他的请求。

就在几分钟前，勒布朗还准备要店员换掉那套可恶的衣服，但现在却决定听取经理的意见：再试穿一周，如果到时仍不满意，就来换。

勒布朗非常满意地走出了那家商店，一周后这衣服没有毛病，勒布朗发现原来这家商店还是可以信任的。

那位经理把顾客纠纷解决得如此漂亮，究其原因，在于他的出发点是从顾客的立场出发，不激化矛盾。

当然，他的目标是将关系缓和下来，不仅没有降低顾客对商店的信任度，还维护了商店的形象。

更重要的是，他采取了最佳和最有效的策略，那就是做一个好的倾听者。

假如他也是企图狡辩，只会惹来另一次冲突，同时会显得缺乏诚意，绝不会得到顾客勒布朗的信任。

我们不得不承认，倾听确实是一件奇妙的事。

诚然，每个人最关心的都是自己。

在任何时候都要做一个善于倾听的人，鼓励别人多谈论自己。

这样，不但能够让你得到对方的信任和喜欢，还可以使你更清楚地了解对方，认清自己。

作家鲍威尔曾说：我们要聆听的是话语中的含意，而非文字。

在真诚的聆听中，我们能穿透文字，发掘对方的内心。

人们都喜欢倾听者，有同情心的倾听者和亲密的朋友一样重要，无论对个人还是对团体都能起到积极的作用，并且让人们感觉他们相当可靠、值得信赖。

倾听者会在考虑自己的需要时，先考虑他人的需要，并且会支持和帮助他人。

倾听者喜欢进入他人的心灵和头脑，他们乐于分享他人深层次的感受。

人们倾向于向倾听者打开心扉，是因为人们渴望被关怀，而且真诚的倾听者也确实做到了这一点。

当他人受到伤害时，倾听者也同样有受伤的感觉，就如同他自己经历过一样，当他人心痛的时候，他们的心也真的痛了起来。

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

为了帮助他人克服这种伤害，他们总是和他人更接近，所以他们愿意听更多人诉说以得到心灵的宽慰。

每个人都喜欢倾听者，倾听者是无法抗拒的，因为他们富有同情心，有一颗可以温暖他人的包容的心，他们愿意分享人们的弱点，愿意听人们诉说不愉快的情绪。

如果在倾听时目光游移不定，注意力分散，甚至左顾右盼，就不是一个真正的倾听者。

在倾听时，还应该进行一些恰当的交流 and 引导，让对方在倾诉过程中，对于所面对的问题有更多的认识 and 了解，并且鼓励他凭借自己的力量，寻求解决问题的方法。

其一，你可以在谈话中用你自己的话，重复一遍你所听到的，例如：“你认为……”一方面，你可以借此向他表示，你用心倾听了他的讲话；另一方面，你也给他一个机会，使他能够对他所说的话，进行一些修正和补充。

其二，在谈话的过程中，你应该适当地分析对方的心理状态，可以从你的角度评价对方的感情状态。

例如：“你这样生气，对……”你所说的，可能正是对方并未意识到的事情，你就有可能说中了问题的重点，同时也能使他清楚地意识到自己的问题所在。

这样一来，你就做到了真诚倾听、帮助别人排除了忧虑，你的人际关系也就在这个过程中建立了，既了解了对方的内心世界，又赢得了对方的喜欢，解决了实际问题。

倾听可以化干戈为玉帛，让你与别人得以互相容忍，从而真正实现“和气致祥”，何乐而不为呢？

……

<<有一种智慧叫包容与感恩>>

媒体关注与评论

蜜蜂从花中啜蜜，离开时营营的道谢，浮夸的蝴蝶却相信花是应该向他道谢的。

——泰戈尔 不会宽容别人的人，是不配受到别人宽容的。

——屠格涅夫

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>