

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

图书基本信息

书名：<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

13位ISBN编号：9787802238053

10位ISBN编号：7802238056

出版时间：2012-4

出版时间：中国三峡

作者：王贵水

页数：292

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>

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

前言

我们都生活在这个世俗的社会中，无法摆脱人脉交际、事业成就、婚姻家庭等带来的束缚。

一路走来，我们始终要面对诸多纷扰与困惑。

于是，我们的心累了，常常在问自己，在问苍天大地，我们该如何寻找属于自己的那杯清泉甘霖，如何觉悟得失盈亏？

其实，所有的答案总结成一句话：心宽是一种智慧，舍得是一种境界。

当我们真正理解了这句话的深刻含义后，我们的心就会如一片海洋，可以包罗万象。

所谓心宽，是指原谅可容之言，饶恕可容之事，包涵可容之人；所谓舍得，是指愿意付出，不吝惜。舍得不是舍与得之间的日常计较，而是拥有超越境界来对已得和可得的东西进行决断的情怀和智慧。

古人云：“世上本无事，庸人自扰之”。

心就如同一扇门、一扇窗，一旦宽宽大大地敞开了，无论什么忧愁和烦恼也就都随风而去了。

如果你每天都把这扇门、这扇窗关着或只打开一道缝，那么你就会越看越嘀咕，越想越没路，愁事烦事越堵着你，让你无法呼吸。

生活中有很多疾病和烦事，都是因小心眼而引起的。

比如关于涨工资一事，同是一年入职，有人涨的多，此时心窄的人就会忿忿不平：他也不比我强到哪儿去，为啥就比我挣的钱多呢？

于是越想越生气，爱说话的人找个发泄对象倒一阵子苦水，也就，过去了。

而对于那些不爱说话的人，就会整天把气闷在心里，时间久了，不生病才怪呢！

心宽的人，看人看事都是往好的一面看，从不钻牛角尖，会从另一个角度去想：高职不如高薪，高薪不如高寿，高寿不如高兴。

懂心宽、知舍得的人，眼前总是海阔天空，脚下总是平坦大道，心中总是阳光明媚。

心宽的人即使偶有伤心寂的浮云，也会被微风轻轻拭去，而留下一片光明、一丝清凉、一阵轻松。

有句话说的好：择高处立，就平处坐，向宽处行。

这是句经典的良言，“向宽处行”是至理，只有把心放宽了，人生的路才不会拥挤，血脉才不会堵塞，生活才不会失意。

心宽、舍得，更多的时候强调的是一种心理状态，是一种人生境界。

心宽一点，烦恼就会少一些；心宽一点，快乐就会多一些；懂得舍得一点，日子就会顺一些；懂得舍得一点，成就就会多一些。

懂心宽，知舍得，更是智者的一种选择。

心宽、舍得是一门修身养性的学问，是面对人生时的一种态度。

但在人生的旅途中，我们时刻都会遇到选择和放弃的问题。

人的一生其实是一个不断选择的过程，既然有了选择，那就必然有“得”有“舍”。

正如著名作家贾平凹所说：“舍与得实在是一种哲学，也是一种艺术。”

世间万物皆是矛盾统一体，势必会存在着“鱼和熊掌不可兼得”这种现象。

比如，当我们选择了拼搏，必然要放弃安逸”选择了扎实，必然要放弃散漫。

学会舍得，是任何人都需要参悟的人生大智慧，所以，生活中无论你有多忙，有多累，都要抽出一点儿让自己思考的时间。

好好感悟一下这个“舍得舍得，有舍必有得”的人生大道理吧。

什么时候你悟透了，不仅可以让你得到快乐，还可以让你事事顺心，成就自己完美的人生。

心宽，是一种对待人生的智慧；舍得，是一种人生成功的境界。

我们只有做到心宽，才能做到宠辱不惊，得失自若，才能在平淡人生中享受快乐和幸福；只有看透得失，才能左右逢源，有所收获，才能明白人生的真正价值和意义。

另外，本书还告诉了我们在日常生活中，只有做到心宽，有所舍弃，最终才会有所得。

而这个“得”，或许是一种对待人生淡然的心境，或许是良好的人际关系，或许是一门处世的生存智慧和学问。

不同的人会有不同的答案，只有深入其中，才能领悟至理才能真正收获淡然而富足的人生。

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

对于我们每个人来说，只有这得失中心宽，在心宽中看得失，才能真正达到身心的和谐，达到人生的快乐和富足。

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

内容概要

这本《心宽是一种智慧舍得是一种境界》由王贵水编著，告诉我们：心宽，是一种对待人生的智慧；舍得，是一种人生成功的境界。

只有做到心宽，才能做到宠辱不惊，得失自若；才能在平淡人生中，享受快乐和幸福。只有看透得失，才能左右逢源，有所收获；才能明白人生的真正价值和意义。

《心宽是一种智慧舍得是一种境界》适合大众阅读。

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

书籍目录

第一章 做到心宽，才能达到人生的最高境界

心宽成就智者的胸襟，心宽是治疗不圆满的良药
心宽是一种博大的胸怀，心宽可塑造做人的美德
容人之道，心宽锤炼沉稳的气度
失意是人生必然，权且把心放宽
心宽如海，自己把心拉宽
平和成就智慧之心，映出生命的神圣与崇高
宽心的博爱，包容让人生闪闪发光
心宽孕育着伟大，心宽让生活更美好

第二章 心宽是一眼流出快乐的源泉

生活中要有包容心和豁达感
生活赋予我们每个人同样的精彩
看淡人生得失，拓宽生命的宽度
豁达让身心都活在自由之中
每天给自己的心灵换水，保持清净纯洁
营造宽松的心境，舒缓生活压力
快乐没有排场，坦然面对生活
拥有豁达胸襟，远离烦恼和痛苦
把宽容装进心，远离世事纷争
宽广心胸的人永远充满活力和热情
良好的心态是成功人生的开始
点燃生命之光，每天给自己一个希望

第三章 心宽的人，路才能越走越宽广

有情不必终老，心宽天地宽
善待逆境，用宽心挖掘逆境这块试金石
咬紧牙关，人生没有过不去的坎儿
敢于面对苦难，这是通往快乐城堡的大门
对生命赐予的苦难怀有感恩之心
经历一番寒彻骨，生命才会愈发光彩
坦然面对生活的磨难，用心态改变命运
咬牙坚持，生命之路才会越走越宽广
世上只有完美的心，没有完美的人
自助者天助，做自己生命的支点

第四章 心宽福自来，时刻保持一份淡然的心境

心胸豁达，做人大度
少一点儿贪婪，知足让生命更富足
踏实做人，心灵充实
真诚是一种海阔天空的胸襟
笑对人生得失，让生命活得更洒脱
放下无谓的欲望，解开心灵枷锁
知足，然后随遇而安
无需太多，刚刚好才是最好

第五章 与人为善，路越走越宽广

与人为善，便是于己为善
慷慨大方，不做吝啬鬼

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

给人留余地，便是给自己留退路
换一种活法，卸下精神枷锁
知恩图报，路越走越宽广
勿以恶小而为之，勿以善小而不为
不要计较鸡毛蒜皮小事
放下面子，放下负担
己所不欲，勿施于人
上善若水，顺其自然
学会付出，体味给予的快乐
学会放下是精彩，懂得放弃是收获

第六章 为人大度，有容乃大

宽容大度是人生的必修课
大度是一种值得每个人终身学习的美德
宽容大度，收获挚友
给人方便是一条最好的路
得失常在，开心难求
珍视他人的感恩之心
为人宽容，让爱永驻心间
幸福生活靠自己掌控
宽容大度是幸福之本

第七章 舍得是一种境界

舍弃是一堂人生的必修课
舍得观左右着人生的成与败
选择取舍的艺术
舍之东隅，得之桑榆
舍得舍得，有舍有得
该舍则舍，该得则得
权衡利弊，放小抓大
学会舍得，才能获得快乐

第八章 学会放弃，珍惜现在拥有的幸福

放弃是一种生存之道
以退为进是人生的大智慧
人生需要退而求其次
退一步海阔天空，争一步不如让一步
以退为进，以舍求得
退一步，也许就是柳暗花明
放弃是为了更好地突破自我
能进能退，能屈能伸
退却不是软弱，屈服不要盲目
从分享中体味幸福

第九章 学会舍弃，看淡人生得失

人生是一个不断得失的过程
舍掉小利，成就大事
学会妥协，是一种人生大智慧
欲扬先抑，以退为进
送人玫瑰，手有余香
善待他人，也就是善待自己

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

不苛求公平，世界上没有绝对的公平
得意时不要忘形，学会在高潮时退场
留的余地越大，脚步越从容
患得患失常戚戚，超然物外天地宽
坦然面对人生的得与失

第十章 学会放下，放下才能释然

放下是一种态度，更是一种智慧
放下心中的累赘就能获得快乐
敢于放下，人生才能承受生命之重
不摆架子，放下架子天地宽
放下顾虑，用坦然的态度去迎接生命之花
敢于放下面子，才能更好地获得
敢于承认自己的错误，才能取得进步
满足的人生，活出平常之心
原谅生活的不公平，你才能真正地快乐

第十一章 心宽舍得，才能获得心灵的快乐和成功

有容人之度，方能成人之事
大智若愚是一种境界
少些精明，多些糊涂
顺其自然，让心境悠游自在
学会遗忘，拥有心宽和快乐
内心的满足才是真正的快乐
失败之后，从头再来
做人何必太执著
不要为追求完美所累
每个人都有自己的活法
把握自己，才能点亮人生
约束自己，才能成就自我

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

章节摘录

有宽容之心的人是真正智慧的人，他能够正确地判断问题，找到真正重要和有价值的东西，从而做出正确的选择。

他们会舍弃眼前利益，收获长久利益；他们会放弃小的利益，收获大的利益。

总之，他们会让自己的利益最大化。

林肯总统素来以宽容之心对待政敌，这种做法引起一个议员的不满，议员说：“你不应该试图和那些人交朋友，而应该消灭他们。

”林肯微笑着回答：“当他们变成了我的朋友时，难道不是正在消灭我的敌人吗？”

没有宽容之心的人，总是生活在委屈、怨愤、嫉恨之中，这样的人总喜欢用别人的过错来不断地折磨自己，结果问题还是摆在那里。

由于每个人的时间和精力都是一样的，当你持续地处于怨恨中无法释怀时，怎么还会有精力做应该做的事情呢？

比如大家都争先恐后地去捡地上的果实，你却因为和别人磕碰了一下怒目而视，然后你站在旁边寻思如何才能报复他。

但终究无计可施，这会儿功夫别人已经捡到了很多果实，而你却两手空空。

哪个大，哪个小，一目了然，但是人们往往是人在事中迷。

更重要的是，常常无法释怀的你，还在损害着自己的健康。

据有关资料显示，患心脏病的人常常不是工作辛劳的人，而是抱怨工作辛劳的人；最足以引起高血压的原因，莫过于外表好像很平静，内心却被强烈的怨恨所煎熬。

所以，没有宽容之心，就会在别人伤害你之后，你自己再持续双重损害自己。

但宽容之心是有底线的，它不是包庇、纵容，不是无原则的退让，更不是以损害整体利益为代价的妥协，而是建立在平等交流、和谐共处基础上的相互尊重、相互谅解、相互信任、相互支持。

宽容之心的前提是需要看清问题的大小、轻重，一定不要计较小的、轻的方面，而要坚持大的、重的方面。

如果宽容了罪犯，就如同农夫对待蛇一样，会给自己带来更大的伤害；如果宽容了邪恶，就会带来得寸进尺的罪恶。

有宽容之心是一种智慧，是明辨大小轻重，从而进行取舍的智慧。

因此，它也就是一种生活的智慧，或者说，就是如何处理日常工作生活中的人际关系智慧。

心宽是治疗人生不圆满的良药。

我们无法成为圆满的人，我们只是充满情感，带有某些偏见、自制不足、贪心有余的普通人。

在现实生活中不圆满之事十有八九，面对一些我们无法改变的现状和不可补救的事情，与其斤斤计较，怨天尤人，不如来点宽容和幽默，一笑了之。

善待自己的局限，宽容朋友的欺骗，理解父母的唠叨，将生活过得轻松惬意，让胸襟自然豁达。

人在生命的旅途中需要明白一个道理，无论我们怎样努力，我们也不会得到世界上所有的好东西，即使我们得到一点有价值的东西，也不会永远拥有，迟早会失去。

正如青春不会永驻，生命不会永存一样，个体在时空中都是有限的，所以，我们只有把自己放在地球这样一个巨大的空间范畴和过去、现在、将来这样的时间长河中，才能扩展视野，减少偏见，收敛贪心，自激自励；才会从爱的心田中滋生一种宽容这个不完美世界的心境；才会在播种幸福时不再乎收获的是不是自己。

心宽不是浅薄的玩世不恭、看破红尘。

心宽是一种生命的智慧，是一种以超越自己的悲观，执着追求的人生态度。

心宽不是对假、丑、恶的投降和妥协，而是对它们的包容和吸收。

心宽是对付人生苦难的手段，是为享受生命乐趣服务的。

拥有宽容豁达境界的人，将拥有更多的享受生命快乐的情趣。

但愿我们这些宇宙中的匆匆过客，拥有像大海一样宽阔的心胸。

以豁达的人生态度，宽容的人生视角，健康的心理状态，将平凡的日子过的美好些，让生命染上更多

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

的绿色。

在生活中，当你学会做人、做事，学会合作的时候，是否思忖过你学会心宽了呢？

大雁结伴飞行的启示是深刻的，它们凭借彼此的帮助和鼓舞而向前飞行。

让自己没有忧伤、忧思，远离忧恐、担忧，这一切皆始于其内心的宽和。

由于宽和，所以你才能够忽略很多不开心的细节；因为豁达，所以你可以不纠缠于这个世界给予你的小小得失。

学会心宽是一种谦和的做人品格，是一种踏实的人生态度。

人生就像一阵惊涛骇浪，冲入顶尖则功成名就，但那惊美的一刻短如瞬息，落下来便沉入最低谷。

所以还不如脚踏实地地去追求属于自己的一片天空，从简单的收获中同样可以品味到一份真实的喜悦，而这种喜悦会更持久。

心宽不是怯懦，而是克服困难的一种理性的抉择；心宽不是妥协，而是为了更好、更强地站立。

一个人学会心宽，便成就了一种宽宏做人的胸襟。

心宽不是一种无奈，而是一种力量。

P3-5

<<心宽是一种智慧-舍得是一种境界>>

编辑推荐

这本《心宽是一种智慧舍得是一种境界》由王贵水编著，一部全面解析心宽舍得的至理读本，一音震撼全球亿万心灵的精神读本。

何为宽心？

宽心就是心宽，是放心，是安心，是不被焦急愁闷所困扰，是做到心情舒畅、心安理得。

舍得，即愿意付出，不吝惜。

有舍才有得，要想得，必须舍弃。

舍得既是一种处世的哲学，也是一种做人做事的艺术。

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>