

学会宽容

Learned to Be Tolerant

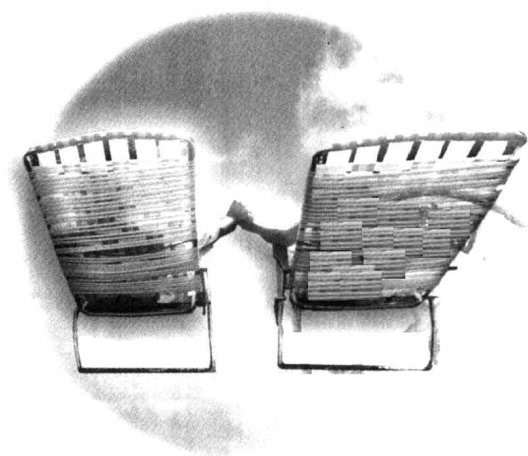
宽容是智慧，是力量。
宽容是爱，是体谅。
宽容是福……



宽容中包含着人生的大道至理，没有宽容的生活，如在刀锋上行走。孩子，如果美德可以选择，请先把宽容挑选出来吧！

—— 富兰克林

中国民航出版社



学会宽容

宽容是智慧，是力量。

宽容是爱，是体谅。

宽容是福……

中国民航出版社

652547

图书在版编目 (CIP) 数据

学会宽容/苏隶东编著. —北京: 中国民航出版社,
2004.7

ISBN 7-80110-585-0

I. 学…

II. 苏…

III. 个人-修养-通俗读物

IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 051210 号

学 会 宽 容

苏隶东 编著

出版	中国民航出版社
社址	北京市朝阳区光熙门北里甲 31 号楼 (100028)
发行	中国民航出版社 新华书店经销
电话	(010) 64290477
印刷	北京星月印刷厂
照排	中国民航出版社激光照排室
开本	880×1230 1/32
印张	8.625
字数	140 千字
版次	2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

书号	ISBN 7-80110-585-0/Z·120
定价	19.80 元

宽容是我们必须的选择

今天的年轻人是幸运的,有无数的机会,也有无数的选择。但毫无疑问,他们又是负重而疲惫的,满眼是无情的竞争和赤裸裸的利害关系,伤害无处不在。在这样一个急功近利的社会,如何对待他人的过失或攻击更成为每一个人都回避不了的问题。萧伯纳说:“虽然整个社会都建立在互不相让的基础上,可良好的关系却是建筑在宽容互谅的基础之上。”一颗不能承受伤害的心灵是脆弱而难以生存的,一颗不能谅解伤害并宽容异己的心灵是狂暴而可怕的,因为仇恨不仅伤害别人也折磨自己。此时,宽容显得尤为可贵,它不仅是一个人、一个社会必要的德性,也是一种非此不可的生存智慧。只有学会宽容,才有足够的心力承担生活的重负。

宽容的内涵非常丰富,宽容是一种非凡的气度、宽广的胸怀,是对人对事的包容和接纳。宽容是一种高贵

学会宽容

的品质、崇高的境界，是精神的成熟、心灵的丰盈。宽容是一种仁爱的光芒、无上的福分，是对别人的释怀，也即是对自己善待。宽容是一种生存的智慧、生活的艺术，是看透了社会人生以后所获得的那份从容、自信和超然。“开口便笑，笑古笑今，凡事付之一笑；大肚能容，容天容地，于人何所不容！”这是何等的气度与胸怀！宽容的可贵不只在于对同类的认同，更在于对异类的尊重——这也是大家风范的一个标志。

智者能容。越是睿智的人，越是胸怀宽广，大度能容。因为他洞明世事、练达人情，看得深、想得开、放得下；也因为他非常狡黠地发现：“处世让一步为高，退步即进步的根本；待人宽一分是福，利人实利己的根基。”

仁者能容。富有仁爱精神的人，也必是宽容的人。他心存恕道，“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼”，不苛求于己，也不苛求于人。所以，与刻薄多忌的人相比，宽容的人必多人缘、多快乐，自然也就多长寿了。

宽容是德，它饶恕所有令自己能接受或不能接受的，是是非非，一个人的胸怀能容得下多少人，才能够赢得多少人。宽容不仅是一种雅量、文明、胸怀，更是一种人生的境界。

序 言

界由矛盾组成,任何人或事情都不会尽善尽美。无论是“患难之交”、“亲朋好友”,还是“金玉良缘”、“模范丈夫”,都是相对而言。不要长久地仇恨任何人与事,这种心态——焚烧如同炼狱的苦痛,真正受到伤害只有自己。学会忘却,生活才有阳光,才有欢乐,记恨他人远不如调整自己划算。

常用宽容的眼光看世界,事业、家庭和友谊才能稳固和长久。夫妻间除了要有爱情有信任,还要有宽容,总是为小事斤斤计较,就不可能白头偕老;朋友间没有了宽容就没有了友谊,因为宽容是友谊的题中之义。领导宽容,就可以使近者悦远者来,天下归心。能宽容,就能发展壮大。知道“月亮脸上也长满雀斑”,因而不去苛责别人的缺陷;知道社会是一张彼此联系的人际网络,无人能独自成功,因而使自己无论何时都记得去体谅身边之人;知道孩子的成长必须有一片宽容的绿荫,而避免因苛责所导致的苦果;知道二人世界必须有宽容做基础,而能品尝婚姻的幸福。宽容别人就等于宽容自己,宽容的同时,也创造生命的美丽。

在这本书里,我们还希望把生命的本质、生活的秘密呈现给大家。明白顺境逆境是人生的常态,而在逆境中坦然处之;懂得欲望是无穷的阶梯,而更珍惜现在所拥有的;知道曾经发生的已经死去,而不对无法挽回的

学会宽容

东西耿耿于怀。宽容对于人而言,是一种更广阔的生命空间。当你学会宽容,你便是真的领悟了生命的内涵,便能站到比别人更高的位置,看起问题和处理起事情来也会比别人更加透彻,更加有效;当你学会宽容,便因知道人生残缺的本质而豁达,它会令你体谅人性弱点,走出生命固有的盲区,由此你将成为生活的智者。

宽容是一种品性,也是一种能力,宽容需要学习,需要磨砺,需要一点一点培养。

那么,请翻开这本书,静静领略、感受宽容的力量。让宽容的智慧,拂去我们心灵的尘埃。

那么,我期望,当你合上这本书时,宽容的种子已播撒在心里,生根、发芽……沉重、怨愤、痛悔的心因为宽容而轻松、慰藉、灵动……

记住:宽容是我们必须的选择,一个人只有学会了宽容,他才有足够的心力走好人生的道路。

编 者

2004年5月26日

于缘缘堂

目录

Contents

学会宽容



1

序言：宽容是我们必须的选择

1 宽容是一种智慧和力量

宽容超越一切 / 3

宽容是最高贵的美德 / 5

宽容是一种善意的理解 / 7

宽容是一种智慧和力量 / 11

宽容就是关注对方的感受 / 14

宽容是一种无声的教育 / 18

宽容的信赖 / 22

宽容的智慧 / 26

宽容是海 / 29

宽容不是软弱 / 32

一分宽容胜过十分责备 / 36

学会宽恕他人 / 40

目 录

Contents

学 会 宽 容



一把珍贵的小提琴 / 44

与人为善 / 49

2 宽容是深藏爱心的体谅

宽恕伤害自己的人 / 55

令人难忘的体谅 / 58

人生需要一颗宽容体谅之心 / 61

成功者必须有一颗感恩的心 / 65

童心的宽容与爱 / 69

向清代人学习 / 72

对“别人”要像对自己的孩子一样 / 74

体会父辈的爱与宽容 / 76

宽容需要尊重差异 / 81

打工者的气度 / 86

擦皮鞋的女人 / 89

目 录

Contents

学 会 宽 容



- 惯犯也有体谅之心 / 92
对上司也要心存宽容 / 95
一次宽容的爱拯救了她 / 100
宽容才能避免致命的误会 / 104
宽容是心与心的体谅 / 106
珍惜善心 / 110

3 宽容是对生命的洞见

- 人生幸福三诀 / 115
不要肩扛仇恨袋 / 118
“若不能把悲痛与怨恨留在身后，
那么我其实仍在狱中。” / 120
丘吉尔面对落选 / 123
只怪他失了手 / 125
别把绳子牵得太紧 / 127

目 录

Contents

学 会 宽 容



- 一块钱损害 20 年的人生 / 129
- “不过损失了 2 马克” / 132
- 生气真的没有用 / 134
- 脾气是匕首 / 137
- 生命的满足 / 139
- 日子总是一天天过去 / 142
- 面对误会怎么办 / 144
- 从对手身上吸取营养 / 146
- 另起一行 / 148
- 瞎子点灯 / 151
- 不完美的圆圈 / 154
- 被上帝咬过的苹果 / 156
- 轮椅生涯 / 158
- 佛桌上开出的花朵 / 160
- 刀子与语言 / 162
- 可以改变的是态度 / 164
- 永不道别 / 166

目录

Contents

学会宽容



亲爱的,我还活着 / 170

4 宽容是成长的绿荫

宽容并不是默许 / 177

让心灵软着陆 / 181

一次宽恕影响一生 / 183

上帝派来的天使 / 186

如何对待家长会的批评 / 189

在包容中孩子发现生命的美丽 / 192

体会孩子的善心 / 197

不要偷走孩子的梦 / 200

父亲备忘录 / 203

我们是在养小孩,不是在养花 / 206

再试一次 / 209

母亲给出的答案 / 211

目 录

Contents

学 会 宽 容



6

5 宽容是幸福家庭的秘诀

丈夫的 10 条缺点 / 217

需要保守的秘密 / 219

妻子喜欢丈夫晚上打鼾 / 224

宽容是善待婚姻的最好的方式 / 229

圣诞节相信爱与宽容 / 231

夫妻之间没有计分卡 / 239

及时给一份宽容 / 243

迟到的宽容 / 246

“因为那是我太太做的” / 250

宽容才能发现美好 / 252

妈妈的形象 / 254

请对老人宽容一些 / 256

要体谅父母 / 260

宽容是一种智慧和力量



1 宽容是一种智慧和力量

宽容超越一切

宽容可以超越一切,因为宽容包含着人的心灵,因为宽容需要一颗博大的心。而缺乏宽容,将使个性从伟大堕落为比平凡还不如。

这是一个让人灵魂震撼的故事。二战期间,一支部队在森林中与敌军相遇,经过一场激战,有两名来自同一个小镇的战士与部队失去了联系。他们俩相互鼓励,相互宽慰,在森林里艰难跋涉。十多天过去了,仍然没有与部队联系上。他们靠身上仅有的一点鹿肉维持生存。再经过一场激战,他们巧妙地避开了敌人。刚刚脱险,走在后面的战士竟然向走在前面的战士安德森开了枪。

子弹打在安德森的肩膀上。开枪的战士害怕得语

学会宽容

无伦次，他抱着安德森泪流满面，嘴里一直念叨着自己母亲的名字。安德森碰到开枪的战士发热的枪管，怎么也不明白自己的战友会向自己开枪。但当天晚上，安德森就宽容了他的战友。

后来他们都被部队救了出来。此后 30 年，安德森假装不知道此事，也从不提及。安德森后来在回忆起这件事时说：战争太残酷了，我知道向我开枪的就是我的战友，知道他是想独吞我身上的鹿肉，知道他想为了他的母亲而活下来。直到我陪他去祭奠他的母亲的那天，他跪下来求我原谅，我没有让他说下去，而且从心里真正宽容了他，我们又做了几十年的好朋友。

在牛津英文字典里，“宽容”的意思是原谅和同情那个受自己支配且无权要求宽大的人。安德森在得知自己的战友对自己开了黑枪之后，完全可以将他置于死地。但安德森竟然从战争对人性的扭曲、人求生存求团圆的天性上原谅了他的战友，依然与曾经想杀害自己的人做了一生一世的朋友。

宽容可以超越一切，因为宽容包含着人的心灵，因为宽容需要一颗博大的心。而缺乏宽容，将使个性从伟大堕落为比平凡还不如。

宽容是最高贵的美德

宽容不受约束，它像天上的细雨，滋润大地，带来双重祝福，祝福施予者，也祝福被施予者。它力量巨大，贵比皇冠，它与王权同在，与上帝并存。

——莎士比亚

宽容是一种最高贵的美德，没有人穷困到无机会表达宽容的地步。施行宽容是接近神灵本性的途径，没有人能比施行宽容的人更强大，更自豪。

有一个关于艾森豪威尔的小故事。

二战后期，盟军准备发动一次大攻势。盟军统帅艾森豪威尔在一天傍晚来到莱茵河畔散步，看见一个神色沮丧的士兵迎面走来。

艾森豪威尔打招呼道：“你好吗，孩子？”那青年士兵