

随风 编著

Make you strong

因为宽容，所以强大

100万次的网络点击率 最让读者拭目以待的生存哲理

每天10分钟的人生感悟，能让你终生受益

牵手宽容，就会找到最强大的自己

宽容是一种崇高的精神境界

安时处顺，做到不怨天尤人

别用他人的错来惩罚自己

多一个朋友便少一个敌人

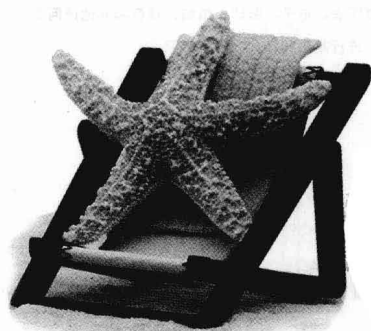
如果你能容得下世界，世界就能容得下你



吉林出版集团
时代文艺出版社

因为宽容，所以强大

随风 编著



吉林出版集团
时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

因为宽容,所以强大 / 随风编著. — 长春: 时代文艺出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5387-3509-3

I. ①因… II. ①随… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第014548号

出品人 陈琛

责任编辑 李天卿

选题策划 刘韦东

封面设计  聚美广告

装帧设计 周凤人

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可

本书任何部分不得以图表、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段

进行复制和转载, 违者必究

因为宽容, 所以强大

随风 编著

出版发行/吉林出版集团 时代文艺出版社

地址/长春市泰来街1825号 吉林出版集团 时代文艺出版社 邮编/130062

总编办/0431-86012927 发行科/0431-86012939

网址/www.shidaichina.com

印刷/北京画中画印刷有限公司

开本/787×1092毫米 1/16 字数/140千字 印张/16

版次/2011年8月第1版 印次/2011年8月第1次印刷 定价/29.80元

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

前言

因为宽容，所以强大

宽容，拆开是“宽”与“容”两个字，首先要“宽”，然后才能“容”。

宽，首先表现在眼界要宽。眼界宽了，才能够容物——接纳、容纳这个世界。林则徐曾写过一幅自勉联：“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”世界之所以多姿多彩，是因为它容纳了不同的山川河流、珍禽异兽、奇花异草；造物主虽然创造万物，却既没有要求所有的山都具有同样的地貌，也没有要求所有的河流都具有同样的曲线；为人处世也是同理，学会倾听与自己不同的观点，勇于接纳不同的思想，才能够不断进步，逐渐强大。

宽，还表现在心胸宽广。心胸宽广，才能够容人。佛教有一桩著名的公案：寒山子问拾得：“世人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我，该如何处之乎？”拾得答：“只需忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他、再待几年，你且看他。”宽容别人，不但是心地善良慈悲的表现，有时，还是一种巧妙处理人际关系的策略，一件拉聚人气、和平解决事端的法宝。古训说“忍一时风平浪静，退一步海阔天空”，宽容并不是软弱地退让，而是一种敢于忘却的智慧。

最后，宽还表现在心境宽。心境宽缓，才能够容己。容己即宽容自己，拥有“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”的闲适情怀；拥有“不以物喜，不以己悲”的高洁情操；像清风明月一样自在而没有矫饰，像白云流水一般自然无拘无碍。

前言

因为宽容，所以强大

宽容自己，就是要在失败的时候宽慰自己，在失意的时候鼓励自己，在失落的时候不放弃自己；宽容自己，并不是自暴自弃、放任自流，而是明知不可为时能够勇敢地放弃，再寻求其他解决之道；是面对别人的辱骂攻讦时能屈能伸，选择暂时退让、忍辱负重，以积蓄力量取得最终的胜利；是不强迫自己去完成一时不能完成的事情，原谅自己暂时的无能为力，再默默奋斗至最后取得成功；是不管遭受了怎样的恩将仇报、忘恩负义，仍能保持一颗正直善良的心，不转移高尚的气节、仁慈的美德。

屠格涅夫说：“宽容是最完美的所作所为。”懂得宽容的人，一定是怀有仁慈之心、正直善良的人，一定是高风亮节、胸怀坦荡的人。让我们从学会宽容开始，慢慢地成为一个完美之人吧！

目录

因为宽容，所以强大

第一章

何不潇洒走一回

- 1. 宽容是一种精神成熟的境界 3
- 2. 宽容，让生命回归简单 7
- 3. 宽容是快乐之本 9
- 4. 让人生在宽容中升华 11
- 5. 凡事看开点 13
- 6. 享受生活，不与人计较 15
- 7. 坦然面对误解 18
- 8. 退一步，会有另外一种风景 20
- 9. 宽容是一种美德，幽默是一种智慧 23

第二章

世界本不完美，残缺也是一种美

- 1. 完美是一座海市蜃楼 29
- 2. 世界并不完美，我们只好依附于残缺 31
- 3. 世界并不残缺，残缺的只是我们 33
- 4. 付出不一定有回报 36
- 5. 成功是从残缺开始的 38
- 6. 用宽容接纳所有残缺 40
- 7. 遗憾是一场美丽的戏剧 41
- 8. 安时处顺，不怨天不尤人 45

目录

因为宽容，所以强大

第三章

我们是自己的救世主

1. 佛曰：放下即是解脱 51
2. 宽容别人善待自己 53
3. 自设牢笼，不要他人影响 56
4. 心情激动之时，你已掉在枷锁里 58
5. 别跟自己过不去 61
6. 勇敢放弃面子 63
7. 别用他人的错惩罚自己 65
8. 宽容曾经伤害自己的人 67
9. 别让偏见蒙蔽你双眼 70
10. 事实，并不是你想的那样 72
11. 给坏情绪一个出口 76
12. 换个角度看问题 78

第四章

宽容是人生最大的储蓄

1. 从宽容中有所收获 83
2. 放开，会拥有更多 85
3. 心胸宽广的人不可战胜 87
4. 多一个朋友便少一个敌人 89

目录

因为宽容，所以强大

- 5. 宽容能助你拉聚人心，累积人脉 91
- 6. 感激羞辱带给你的动力 93
- 7. 让人生的储蓄罐装满幸福..... 95
- 8. 宽容是获得更多爱的法宝..... 99
- 9. 宽容有益于身体健康 102
- 10. 包容个性，才能培养出真正的人才 105

第五章

给别人留有余地，就是给自己留下生机

- 1. 你如能容下世界，世界也能容下你..... 111
- 2. 得理饶人，为自己留条后路 114
- 3. 与人交恶是一场不赢的赌局 116
- 4. 别用别人的错惩罚自己 118
- 5. 宽容使自己成长 120
- 6. 退未尝不是一种成功 122
- 7. 低处的停留，是为了向高处攀登 125
- 8. 救别人就是救自己 127
- 9. 多一点信任，少一点误解..... 129
- 10. 宽容与分享 131

目录

因为宽容，所以强大

第六章

爱情似水，宽容是杯

1. 宽宏大量才祥和 137
2. 爱的精髓是宽容 139
3. 爱让人懂得宽恕 142
4. 爱人之间无对错 146
5. 用宽容让情感完好如初 149
6. 宽容才能维持美好的婚姻 152
7. 体谅家人的苦处 155
8. 不要在家里播下怨恨的种子 158
9. 世间最珍贵的不是得不到与已失去 160
10. 爱是两个人的事 164

第七章

宽容对待工作上的那些事儿

1. 工作中没有完全的公平 169
2. 宽容小节，才能成就大事 171
3. 理直，更要有宽容之心 173
4. 被人利用是因为你有价值 176
5. 责骂的暗语是期望 178
6. 给领导留些面子比什么都重要 181

目录

因为宽容，所以强大

7. 对手是知音	184
8. 用宽容迎向冷面人	187
9. 不要老盯着别人的缺点不放	189
10. 越强大越宽容	192
11. 且慢下手	195
12. 低头做人，高调做事	197

第八章

有一种宽容叫忘却

1. 宽容是人性的，忘却的神性的	203
2. 为了宽容而选择忘却	207
3. 忘却昨日是非，忘却痛苦	210
4. 友情真贵，忘却朋友的伤害	212
5. 在忘却的过程中释怀	214
6. 让记忆里只有美好存在	216

第九章

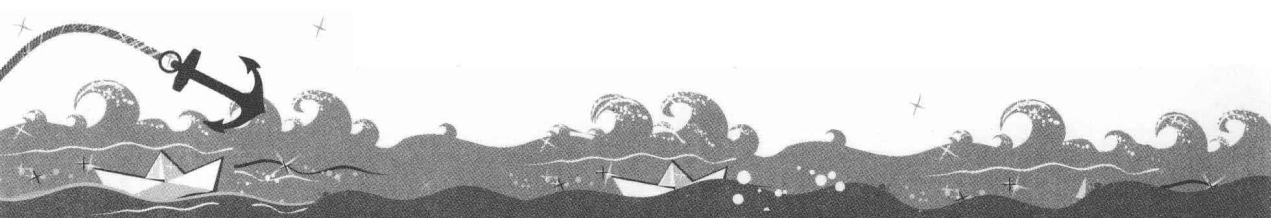
宽容是灵魂最美的音乐

1. 一颗心流血，一颗心宽容	221
2. 人在低处也飞扬	223
3. 挫折只是一场游戏，又何必当真	226

目录

因为宽容，所以强大

4. 用宽容使灵魂闪光.....	229
5. 上帝不会遗忘宽恕的心	231
6. 宽容就是不嫉妒	235
7. 心有多大，世界就有多大.....	237
8. 只有敢于忏悔，才能得到解脱.....	239
9. 宽容是永恒的真善美	243



第一章

何不潇洒走一回



2 | 因为宽容，所以强大

YINWEIKUANRONG, SUOYI QIANGDA



因为宽容，所以强大

YINWEIKUANRONG, SUOYI QIANGDA

第一章

何不潇洒走一回



1. 宽容是一种精神成熟的境界

每一种创伤，都是一种成熟。

——佛教禅语

“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。”

这是北宋苏轼的一首词《定风波》，描写的是乍暖还寒时分，一场急雨骤然而来，词人却竹杖芒鞋、吟啸徐行，视疾风骤雨如无物，潇洒似闲庭信步，处变不惊。该词的旷达豪迈之情跃然纸上，历经千载传诵不衰，“一蓑烟雨任平生”，更成为身处于逆境当中的人们聊以自慰的信条。

写出这样豪迈豁达词句的苏轼，也有年轻气盛的时候。

苏轼初入仕途，是在他二十六岁时。由于在科举考试中出类拔萃的表现，苏轼脱颖而出，成为天下皆知的大才子。就连皇帝的老师——当时的文坛领袖欧阳修都对他赞赏有加，几乎所有的人都认为苏轼的前途将是一片光明。

就是这样一个春风得意的青年，却在他的第一份工作上遭遇了挫折。苏轼做的第一份官职是凤翔府签判，相当于凤翔府太守的助理秘书。最初的一年苏轼很幸运，因为当时的太守宋选非常器重他的人品才学，凡他提出的合理建议都会被采纳，苏轼也因此为凤翔地区的老百姓做了许多实事。一年过后，和蔼仁慈的太守宋选调离了凤翔，苏轼迎来了他的第二位顶头上司——皮肤黝黑、相貌威严、不苟言笑的陈公弼。

陈太守是一干瘦老头儿，素以刚直严厉、不讲情面闻名。上任以后，他处处与苏轼作对：苏轼起草的公文，他一定会在上面圈圈改改，甚至往返多次才让定稿。苏轼很不服气，心想我的文章连皇帝都夸，你凭什么在上面乱改乱画？苏轼参加制科考试时考的是“贤良方正能言极谏”科，同僚们常称他为“苏贤良”。有一次一位典吏这样称呼苏轼时，恰好被陈公弼听到，他立即怒喝道：“一个小小签判，怎么就敢称起‘贤良’来了！”下令杖责那位典吏。苏轼当即很不高兴地顶撞太守说：“大人，你太过分了！”

苏轼曾写了一份反映民生疾苦的禀帖交给陈公弼，这位太守大人，看也不看便进内府去了。苏轼等了很久，也不见陈公弼回应这件事情，于是他更加愤怒，认为陈太守不顾老百姓死活，不是一个好官。恰好这时陈公弼要求苏轼为他在终南山下新建的一座凌虚台作记。苏轼在这篇《凌虚台记》中借题发挥、咄咄逼人，处处明显针对陈太守，他在文中讥讽道：凌虚台建造的地方原来是一片废墟，别看它现在光鲜地矗立在这里，几百年后，谁知它会不会再化作一堆废墟呢？高官显位并不足恃，为百姓做好事的人才能永垂不朽！

文章交上去，陈公弼竟然一反常态，只字不改，命人直接拿去刻在石碑上。苏轼对此感到十分不解，却碍于面子没有去问陈公弼。不久苏轼便被调离凤翔，从此再也没有见过陈公弼。

许多年以后，苏轼经历了人生的大起大落，尝遍人间冷暖，他意识到自己的性格才是导致自己人生悲剧的根本原因。这时他忽然想起了那位曾经处处与自己作对的干瘦老头儿陈公弼，终于明白了当初这位外表严厉的上司，对自己的一番良苦用心。陈太守早已看出苏轼心高气傲、宁直不弯的性格，知道他将来在复杂的官场中必定会遭受险恶，因此才故意打压他的气焰，好让他将来少吃点亏。可惜苏轼当初年少气盛，完全不明白太守大人的一片苦心！

苏轼最终理解了这位用心良苦的长者，然而陈公弼早已去世

多年，苏轼只能满怀愧疚与感恩，为这位老上司写下了一篇近三千字的传记，诚恳地检讨自己当初的鲁莽言行，字里行间充满了感慨与悔恨。

我们都曾年少轻狂，往往因误解而怨恨；待到历尽沧桑，才会恍然大悟，原来这怨恨是多么不应该！这时才会去理解，去追悔，去宽容，去感激。这并不是我们的过错，因为青涩年华里那颗幼稚的心棱角分明、锋芒毕露，却唯独不懂得理解与宽容。单纯的心性，尚未经过残酷现实的磨砺，单凭浅薄的阅历又如何能看清事物的本来面目？

孩子是不会包容的，因为他还不具备智慧。三五岁的孩子看中一样玩具，家长不买给他，他的心中便只会有怨恨，与他讲再多的道理都无济于事。只有当他渐渐长大，学会换位思考，明白拒绝也是一种眷顾、伤害也是一种保护的时候，他才会真正懂得家长的良苦用心，才会真正理解家长，才会放下当初的怨恨。此时的心境，才是真正的谅解与包容，此时的境界，方可称得上成熟。