



人生因智  慧而美丽
Rensheng Yin Zhihui Er Meili

有一种心态 叫包容

◎心胸有多大，事业就有多大；
◎包容有多少，拥有就有多少。



一本让
学生爱读的
温暖读物
★★★★★
推荐图书

施 晗◎主编
鲁 蒂◎编著

(双色插图版)

内蒙古人民出版社

人生因智  慧而美丽
Rensheng Yin Zhihui Er Meili

有一种心态 叫包容

◎心胸有多大，事业就有多大；
◎包容有多少，拥有就有多少。

一本让
学生爱读的
温暖读物

★★★★★

鲁 蒂◎编著

(双色插图版)

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

有一种心态叫包容/鲁蒂编著. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,

2009.9

(人生因智慧而美丽)

ISBN 978 - 7 - 204 - 10133 - 7

I. 有… II. 鲁… III. 故事—作品集—中国—当代 IV. I247.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 138454 号

人生因智慧而美丽

主 编 施 晗

责任编辑 哈 森

图书策划 腾飞文化

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 北京市通州富达印刷厂

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 384

字 数 3500 千

版 次 2009 年 9 月第 1 版

印 次 2009 年 9 月第 1 次印刷

印 数 1 - 10000 套

书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 10133 - 7/G · 3021

定 价 715.20 元(全 24 册)

前言

智慧是塑造美丽人生的先决条件。智慧是我们见微知著、洞幽察微的能力，智慧也是在贫瘠的土壤里种出鲜艳花朵的生活本领，智慧更是感悟人生、品读人性、实践人生的深刻情怀。人生因智慧而美丽，智慧因人生而存在。

智慧中包涵着美德，包涵着胸怀，也包涵着大无畏的勇气和气魄。智、仁、勇三者俱备，即为智慧的人生。智慧从何而来？有人说：“智出于学，慧源于问”，说白了，就是“学问”，它既有名词的赞扬之意，也有动词的探究之涵。真正的智慧，是从学中得到提升，从问中得到启发。智慧是一种真真正正的大学问，智慧是一种真真正正的大人生。

如今，社会节奏加快，越来越多的人不能气定神闲地应对周遭所发生的一切，是源于智慧的少缺，还是人心的躁动。人们在慨叹身不由己的同时，不禁在问：“我们的人生是怎么了？”其实，生活在不断地提示着我们：生活本身就折射着智慧之光，而美丽的生活又要靠智慧来缔造。到生活的大世界里去叩问人生、学习智慧，用智慧把生活塑造，如此良性循环，便成就了我们的美丽人生。

本套丛书深入挖掘生活中所蕴含的智慧，努力探寻人生的真谛，经过精心提炼，鞭辟入里地向你揭示出智慧带给我们的无穷乐趣和裨益。它针对心态、感恩、快乐、爱、人格等人生课题，用启迪思想的哲理之笔，以及触动情怀的优美文字，来帮助读者洗净心灵的铅华与疲惫，让读者的心灵得到呵护与润泽，使其焕发新的生机与活力。让我们用智慧浇灌生命的花朵，让我们用健康的心灵来塑造美丽的人生。

面对现代人忙碌而躁动的生活，如何为他们打开那扇心灵的窗口，让人们的心情得以释放，让人们的人生得以圆满，成为我们思考的一个重要方向。

于是，我们在征求了大量意见和建议之后，组织了大量人力和物力，精心策划编辑，终于成就了今天这套书系。期间，为了使这套书系更能切合广大读者的阅读兴趣和知识需求，我们在烈日炎炎的暑季有幸请到了一批专家学者，他们或帮助选题定稿，或亲自操刀编著，使本书在内容和质量上有了一个质的提升。在此我们表示衷心的感谢！同时也衷心地感谢那些在本书的成书、发行过程中，给我们提供了这样、那样帮助的朋友们！我们向成就这套书系的所有编辑出版人员以及作者致敬。

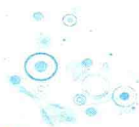
也愿本书的出版为所有在繁忙中生活的人带去一份精彩，让他们在品读那些优美篇章的同时，咀嚼出自己智慧的人生。

编 者

2009年9月



目录



第一章 做个宽容的人

做个宽容的人	3
容忍是一种修养	5
容他人之不能容	7
宽容是种仁爱的光芒	8
得理且饶人	9
跨过心中那堵墙	11
学会谅解	13
宽容的力量	14
宽容的境界	15
宽容是制止报复的良方	19
宽容是一种修养	20
宽容是一种睿智	23
宽容就是忍耐	26
宽容之心	30
率先迈出第一步	31
发泄愤怒的方式	32
豁达的心态	33
学会待人之道	34
宽容伤害过你的人	36

有

一

种

心

态

叫

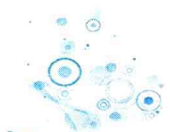
包

容





宽容可以超越一切	37
后退是为了更好的前进	38
理直也不气壮	39
化敌为友	40
宽容别人好收成	41
当你遇到怨恨循环	42



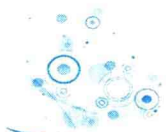
第二章 别跟自己较劲

别跟自己较劲	45
关心自己爱自己	47
善待不是放任	49
学会善待自己	51
给自己一个理想	54
享受平凡人生	55
不要事事不吃亏	56
原谅生活	57
忘却的魅力	59
转嫁你的怒气	60
幸福的滋味	62
写下你的烦恼	63
一切都还在	65
等待是一幸福	66
不断完善自己	67
忍者无敌	69
拥抱生活	70
感觉到被爱	72
在清醒中糊涂	73
给自己以放松	75





捕捉幸福	77
时刻以人为善	79
善待别人就是善待自己	81



第三章 知足是一种境界

保持一颗平常心	85
人,不必完美	86
不做完美主义者	87
知足是一种境界	88
方丈的智慧	89
知足的心态	90
保持积极的心态	91
变换心境	92
好好享受你的所有	93
多注意生活中的美好	94
喜欢你已经拥有的	95
不要抱怨生活	96
知足常乐好心态	97
点亮一盏心灯	98
知足完美	99
给成功定一个期限	101
做什么都要尽力而为	102
你需要的也许只是一块面包	103
思考生命	104
浅谈人生	106
不必完美	107
用心面对生活	110
知足感恩	112

有

一

种

心

态

叫

包

容





贪婪之心不可有	113
我知足,我快乐	115
知足但不停止前进	116
奇 迹	117
23 年来的第一次笑	118
辗转的回报	120
时刻懂得满足	122
放弃是另一种获得	124
失去也美丽	125

人

生

因

智

慧

而

美

丽

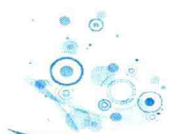


第四章 舍弃之中有获得

选择一个角度	129
有舍方能有得	130
舍 得	131
该放弃时就放弃	132
有种拥有叫失去	133
放弃是种美丽	134
与人为善,定有回报	135
在选择中放弃	136
贝丝的生活	137
退而求其次	138
放弃,也许会更好	139
舍己树	140
放下手中的东西	141
放弃聪明,收获好感	142
取舍之间有包容	144
拿得起,放得下	146
懂得从生活中找乐趣	148



人活的就是自我	149
人活着要有梦	150
包容你的选择	151
抵制诱惑善取舍	152
得而不喜,失之不忧	154
懂得轻重,学会取舍	155
选择你喜欢的	157
舍车保帅	158
平和心态,不浮躁	159
放弃和拥有	161
选择与生命同在	162
放下是种大幸福	162
生命不必如此沉重	163
成功之道	164



第五章 包容生活好心态

人生必须背负重担	167
选择快乐,笑对人生	168
包容生活	169
不要为打翻的牛奶哭泣	170
生活是棵长满可能的树	172
相信善良	173
不以物喜,不以己悲	174
不知不忧亦是福	175
走出苦难的生活	177
迈过苦难,走向欢乐	178
让希望改变我们的处境	179
把微笑养成一种习惯	180

有

一

种

心

态

叫

包

容





走出不完美的人生	183
给自己一个切实的目标	186
生命是自己的	188
找一份我爱的工作	189
做对别人有用的人	190
改变下你的装束	191
也许生活并没有痛苦	193
生活中的“蝴蝶效应”	194
平和的心态是笔财富	195
生活用不到放大镜	198
时间是不可再生的财富	198
从失败中崛起	201
选择阳光	203



第六章 爱的极致是宽容

真爱在于细节	207
真爱不在于形式	207
在生活中发现爱	209
维护别人的尊严	210
爱的极致是宽容	211
只有时间能理解爱的伟大	212
爱在包容	213
善举应当鼓励	214
让爱成为习惯	215
母爱的天平不曾倾斜	216
爱的力量	217
爱没有固定的模式	218
爱,是最大的财富	219



爱,不会受损	220
情深则痴	221
爱需要表达	222
爱有轻重	223
亲情铸成大义	224
大声说出你的爱	225
爱,创造出力量	226
爱的遗憾	228
爱 + 智慧 = 奇迹	229
传递爱心	231
爱的勇气	232
爱要刻在石头上	233
善意的欺骗	234
最温暖的解释	235
你需要为冷漠付费	236
一瓶水中的爱	237
有爱的人生	238
一封特殊的信	239
爱的空间	240
最好的怀念	241
爱需要包容	243

有

一

种

心

态

叫

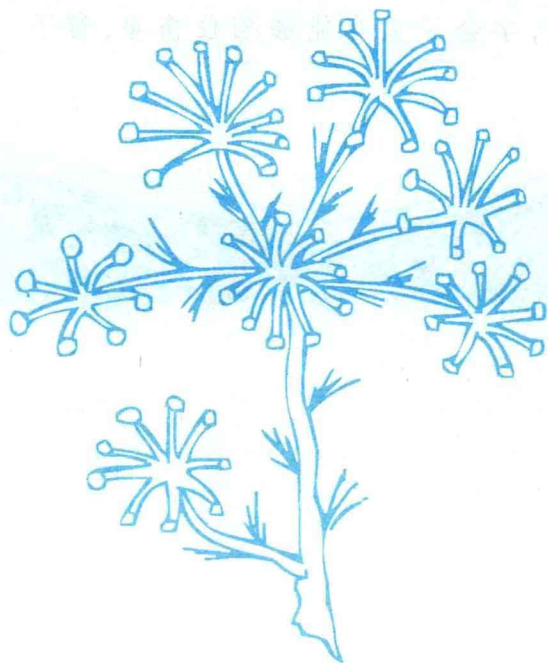
包

容



第一章

做个宽容的人





宽容产生宽容,刻薄产生刻薄,人与人之间的一般情形,大抵如此。由此宽容不但表现为一种胸怀,也表现为一种睿智。容人是一种美德,更是一种修养。俗话说:“将军额上能跑马,宰相肚里能撑船”又何尝不是一种宽容呢,学会了宽容能够挡住伤害,留下温情。



做个宽容的人

宽容他人、宽容自己,宽容他人就是宽容自己;宽容缺点、宽容优点,宽容缺点就是宽容优点;宽容家庭、宽容社会,宽容家庭就是宽容社会;宽容个性、宽容共性,宽容个性就是宽容共性。

在我们生活工作中,人与人之间相处久了,难免会出现这样那样不愉快的事情。

小刚买了一辆新自行车,骑了还不到几天,就让一位同事把车内外轮胎都给捅烂了,你说让人能不生气吗!但冷静一想,事出有因,后来经证实是因为小刚扣了这位同志的当月奖金,他很不服气,所以做了过激的行为。在这件事上这位同志显然做得不对,但事发后小刚并没有跟他计较,只当没发生过什么事情一样。巧的是,第二个月小刚本人也因迟到自己主动的扣了当月的奖金,最后这位同事反而因为这件小事,陷入了深深的自责。

通过这件事,小刚很有感触:宽容是修养、是品德、是内涵、是心态。在宽容面前,争吵和计较大可不必,即使你拥抱着真理,也不妨学些温柔,因为有朝一日说不定你也会犯不可挽回的错误;在宽容面前,赌气和嫉妒都是不好的习惯,不能善待别人的长处和毛病,你将会养成叫别人难以亲近和忍受的坏脾气;在宽容面前,过激最值得商榷,除非你不打算再交往。否则,还不如学学宽容,因为任何女人和任何男人,不可能没有你看不顺眼的缺点和惹你不快的毛病。

有人说:一个人不干事就没有多少缺点,如果干事了,缺点就会伴随而来,干事越多缺点就越多。这几年因为随着学习和阅历的增加,因而工作中比较驾轻就熟,也得到了大多数同志包括领导的认可,但却也得罪了一些人。于是乎告状的、打小报告的甚至检举揭发的接踵而至。很多时候只能自嘲的说:告现在不行揭老底、告本人不行揭老婆、告个人不行揭单位,总之不管是不是捕风捉影还是无中生有,反正是要把你搞臭压垮。面对所有这些,只是泰然处之,照吃自己的饭、照睡自己的觉、照干自己的事、照玩自己的趣。俗话说:没做亏心事,不怕鬼叫门。哲人说,得意时淡然,失意时坦然。既然有那么一种人靠搅舌头、告黑



状、捏是非、造谣言过日子，就随它去吧，跟这些人计较也太看得起他们了。人心都有一杆秤，那秤砣就是自己的良知和群众的口碑，身正不怕影歪嘛！大概这也是一种境界、一种宽容！

在自然中求生存、求平衡，这是天意是规律，就像人生气就要发泄、人有话就要倾诉一样。当你埋怨别人，怨和怒就要发作的时候；当你感受到朋友对你不恭，即将赌气离开的时候；当你实在不能再忍受指责，正酝酿要报复的时候……请张开你的嘴，做几次痛快淋漓的深呼吸，调整一下自己的情绪，然后再来看看自己有什么事要做或者还有什么话要说。即便真的到了无话可说的地步，真的要反目相殴、明争暗斗、文武相纷、恶意中伤……那么，发表意见做出决定的最恰当的时机或最成熟的时刻，不是在争吵之中或者赌气之后，而是在云开日出、相处最自然融洽的时候，因为这时刻最具理智而最少情绪，也就是说，在你表达了宽容之后。

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……

有人说，宽容是一种修养，是一种处变不惊的气度。生活中，经常会发生一些预料之外的情况，宽容便是一种大祸临头而面不改容的潇洒。别人批评了你，想想自己的过失；同事误解了你，想想别人的难处；朋友出卖了你，想想终于又看清了一个人的为人。天下没有渡不了的河，没有过不去的山，也没有解不开的结。人生就是那么几十年，有什么事值得非要耿耿于怀，搞得自己不开心呢？记住：开开心心地生活和工作，比什么都重要！

宽容是一种承受。当自己做错事情的时候，不要给自己寻找任何借口，功过是非任人评说。工作上，尽量不给领导添麻烦；生活上，切记不要放纵自己。高山因为承受着土石树木，所以才变得雄伟；大海正是容纳了百川，所以方显得辽阔。记得弥勒佛像两边的对联吗？

“大肚能容，容天下难容之事；开口便笑，笑天下可笑之人”。如果能对任何不顺心的事情都能一笑了之，生活中还有什么事能使你不开心的呢？记住：任何事情退一步都是海阔天空。

宽容是一种理解，一种体谅。在几十亿人中，能走到一起，本身就是一种缘分。世界上没有和你完全一样的人，能够生活在这个世界上，本身就是一种幸运。让我们抛弃勾心斗角，扔掉尔虞我诈，让心与心相容，让情与情相通。宽容应该是相互的，在一个单位上班，领导与领导之间，领导与同事之间，同事与同事之间，需要相互宽容，不要想到天底下只有自己最聪明，如果你那样想，首先就说明你不聪明。要相信，太阳每天都是新的，就算没有了你，太阳一样会升



起,能在一起工作本身就是一种福份;在家庭生活中,上一辈与下一辈之间,丈夫与妻子之间,兄弟姊妹之间,同样需要宽容,因为,对我们而言,都只有今生,而没有来世。

容忍是一种修养

法国人有句俗语说:“能够了解一切事物,便能宽恕一切事物。”所以我们真想做一个文明的人,便非得首先了解世间的事物不可。

若想获得生活真正愉快,只有努力扩展自己的见识,努力求知。因为知道的愈多,对生活的帮助也愈多、愈加快乐;同时,对事物的了解越多,对社会越有用,人也就越高贵。

世界上多少悲剧、多少恐怖,都是因为人与人之间不能容忍而发生,这些恐怖和悲剧,就算大文豪也不能描写其中万分之一。

不能容忍,实际上和愚昧同一意义,而且这种愚昧,是野蛮人和暴徒的愚昧:因为他们对世间的事物认识不清、由隔膜而误会,由误会而发怒。

法国人有句俗语说:“能够了解一切事物,便能宽恕一切事物。”所以我们真想做一个文明人,首先必须了解世间的事物不可。

我们现在用心理学的眼光,来分析不能容忍者的特性。

心理学告诉我们:每一种特性,都有原因和目的。

现在,我们先来举几个不能容忍的例子,然后再分析它的根源。

比如,我们的小玛丽在家里她母亲举行的宴会上,不小心在她的一件新衣服上洒了一点菜汤,小玛丽对这件扫兴的事,自然很难过、很难堪。其实事件本身,对她的惩罚已经够多了。然而她的母亲却认为,对社会,这是教养不佳的表现,是不能容忍的;如果她母亲虚荣心很重,她便会当着客人的面,狠狠地责骂小玛丽,可怜的小玛丽被母亲责骂后,又被叱离开,使她在客人面前失掉面子,她是如何痛苦呀。然而,母亲却自以为已经安慰了自己的良心了。

又例如:约翰旅行到法国,在法国一个乡村小客栈里开房间,店主领他到一间最整洁的房里,随后,很抱歉地告诉约翰,这间客房里没有自来水和浴室设

有

一

种

心

态

叫

包

容