

成功人生
必读书

CHENGGONGRENSHENG
BIDUCONGSHU

包容的智慧全集

★★★★★

包容是一种智慧，历经岁月的洗礼而愈发通透

包容是一门学问，涵盖万千而挖掘不尽



青 影◇主编

包容是一种哲学，引导着你走向幸福的极点

包容是一种浓缩，汇聚千年的智慧，集结古今的灵气

包容是一门艺术，是人性至善至美的沉淀

内蒙古出版集团
远方出版社



学一种哲理可以度人，读一本好书可以度己

包容的内涵十分丰富，包容的智慧难以道尽。本书在开篇第一章里就从社会交际、家庭、朋友、职场等几个方面分门别类地讲述了包容在各种场合和人际关系中所能发挥的巨大作用。并在后面的几章里细致地阐述了包容所涵盖的内容和养成方法，做到安排有序，方便读者阅读。

包容的智慧全集



49.00元

ISBN 978-7-80723-590-3



9 787807 235903 >

定价：735.00元（全15册）



CHENGGONGRENSHENG
BIDUCONGSHU

包容的智慧全集

★ ★ ★ ★ ★

青 影◇主编



内蒙古出版集团
远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

包容的智慧全集/青影主编. —呼和浩特:

远方出版社, 2011. 1

(成功人生必读丛书)

ISBN 978-7-80723-590-3

I. ①包… II. ①青… 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 011383 号

成功人生必读丛书

主 编 青 影

责任编辑 王 福

出版发行 内蒙古出版集团 远方出版社

社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话 0471-4919981(发行部)

邮 编 010010

印 刷 北京市通州富达印刷厂

开 本 787×1092 1/10

字 数 4500 千

印 张 600

版 次 2011 年 1 月第 1 版

印 次 2011 年 3 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 套

书 号 ISBN 978-7-80723-590-3

定 价 735.00 元(全 15 册)

成功,是一个最具诱惑力的字眼。人人都渴望成功,都愿意有一个精彩的人生。然而,怎样才能从普通走向伟大、从平凡走向卓越呢?本书告诉你:成功是用自己的双脚踩出一条属于自己的路;成功是沿着挫折的阶梯永不停息地往上攀升;成功始于“心动”,成于“行动”;成功是将“不可能”变成“可能”……做人需要修炼,处世需要历练,成功需要磨练,与苦难为伍,与坚持同行,方能创造成功的人生。

这是一个渴望成功的时代,人人都渴望成功,但事实上并不是每一个人都能取得成功。成功者之所以能成功,不仅是因为他们具有超越常人的才华,更为重要的是因为他们拥有决定人生成败的良好心态。良好的心态是走向成功的起点,是生命的阳光和雨露。拥有好的心态,才能成就好的人生!

任何一个人获得成功都不是偶然的。大多数人只会羡慕成功者的荣耀,却很少去探究成功背后所经历的那些苦难和辛酸。其实,如果你想实现人生价值、创造人生辉煌,那么,你就必须要学习和借鉴成功者的优点,如果能够像成功者那样去思考,你就已经成功了一半。

有人曾说,人生最大的快乐就是获得成功。但是,成功是从来不会轻易敲响我们家门的。通往成功的道路总是崎岖而漫长。然而,本书就告诉你通往成功的道路有捷径,本书从认识自我、转变心态、发掘潜能、培养习惯、塑造性格、制定目标、积极行动、跨越障碍、战胜挫折等方面,向渴望成功的朋友们揭示成功的秘密,帮助朋友们快

速走上成功的道路！

成功其实离我们并不遥远，只要你拥有一颗健康的心灵，保持积极乐观的心态，去创造幸福、美好的人生。相信，你一定会从中受益，熟悉成功的规律，掌握成功的策略，从而取得无往不利的成功人生！

编 者

目录

CONTENTS



第一章 包容是成功人生的基石

包容是一种胸怀,包容是一种智慧,包容是一种基本的生活态度。对待生活,包容是一种积极有效的方式,包容生活不是可以淡漠所有的不公,不是为了超脱凡世的恩怨,而是要正视生活的全面,以缓解和慰藉深深的不幸。生活中,如果没有包容,会使人处处碰壁,寸步难行。

1. 包容是一种生活态度	2
2. 学会宽以待人	4
3. 有一颗包容博爱的心	6
4. 好心有好报	8
5. 度量很重要	9
6. 胸怀决定成就	11
7. 宽广胸襟为你助跑	13
8. 学会自我克服困难	14
9. 选择正确的视角	15
10. 学会包容,收获快乐	17
11. 源于包容的快乐	18
12. 无谓的庸人自扰	19
13. 快乐就在今天来临	20

14. 快乐就在身边	22
15. 包容拓宽人生道路	24
16. 敬人者得人敬	25
17. 卑微出身须自强	27
18. 多给自己留条后路	28
19. 包容的可贵之处	30
20. 打造你的金牌人生	32
21. 在高位者气量大	34
22. 有坚强的自制力	35
23. 态度决定高度	37

第二章 包容是人际交往的基础

包容的人能在交际场上如鱼得水,左右逢源。因为他们能做到坦诚,可以用心去聆听朋友的心语,可以宽恕朋友的无心之失,可以成为一个所有人都想交往的朋友。能做到包容的人,就能与别人和睦相处,更好地维持良好人际关系。这种能力将帮助他在事业上或生活上一帆风顺。

1. 包容让你更受欢迎	40
2. 说话有技巧	42
3. 沉默也是一种说话技巧	44
4. 人际交往要忍让	45
5. 支起耳朵学会倾听	47
6. 接纳胜于排斥	48
7. 不宜锋芒毕露	49
8. 职场扫雷很必要	51
9. 合作与竞争同等重要	52
10. 领导人要懂得施恩	54
11. 施恩也有策略	56
12. 尊重下属	58
13. 领导者要包容大度	60
14. 领导者要容才之短	63
15. 待人以诚,待友以宽	64
16. 学会与友分享	66
17. 能够原谅朋友的过失	68
18. 一生知己最难求	69

19. 交友要不失礼节	/ 71
20. 包容是友情的保护神	/ 73

第三章 家人之间需要包容体谅

人生恰如行船,而家就是我们永远的港湾,是我们航行的最终方向。我们就是海上的一叶扁舟,无论我们漂到哪里,家永远是我们停泊的港湾。学会包容,在处理家庭关系时,让你和家人的关系更亲密,让生活更美好。

1. 家是永远的港湾	/ 76
2. 原谅父母的“不是”	/ 77
3. 教给孩子苦难	/ 79
4. 兄弟手足莫相煎	/ 80
5. 七步诗	/ 82
6. 感人肺腑兄弟情	/ 83
7. 二人世界的包容	/ 85
8. 幸福生活需要包容	/ 88
9. 包容才能长久	/ 90
10. 包容的秘诀	/ 92
11. 为对方做出牺牲	/ 94
12. 相互之间要信任	/ 96
13. 空间很重要	/ 98
14. 爱到极致是包容	/ 101
15. 婚姻需要种责任感	/ 103

第四章 抛却恩怨包容你的敌人

敌人不是一个绝对的概念。恨你的敌人只能让你失去正确的判断力,恨不能消恨,只有包容才能消除仇恨。用你的包容之心和宽广的胸怀去了解你的敌人,去接纳你的敌人,并最后化敌为友,消除仇恨和恩恩怨怨。

1. 敌人是另一面自己	/ 106
2. 背负仇恨行路难	/ 107
3. 消灭敌人的最好方法	/ 109
4. 化敌为友,为我所用	/ 111



5. 把敌人当作朋友	113
6. 仇恨能毁了你	114
7. 两虎相斗必有死伤	116
8. 包容自己的敌人	118
9. 改变对抗思路	120
10. 将相和	122
11. 相逢一笑泯恩仇	124
12. 用包容之心放下恩怨	126
13. 冤冤相报何时了?	128
14. 得饶人处且饶人	130
15. 宽恕别人,解放自己	132
16. 用包容之心宽人恕己	134
17. 忘记仇恨就是解脱	136
18. 把仇恨写在沙滩上	138

第五章 拥有一颗包容宽恕的心

“天行健,君子以自强不息;地势坤,君子以厚德载物。”我们既要有大海般海纳百川的情怀,又要有蓝天般宽广博大的心胸。包容,表明你有大海般的胸怀,蓝天般的度量;表明你有器量,能虚怀若谷。用你的博大胸怀去包容别人吧,有时人的胸怀可以容得下整个世界。

1. 无心之失莫计较	140
2. 心境宽和是君子	142
3. 度己度人最难得	143
4. “兼善天下”,顽石点头	145
5. 感化的恩德如同再造	146
6. 用包容感化他人	148
7. 海量之德,容人之过	150
8. 包容是相互的	152
9. 禅师的孩子	154
10. 六尺巷	155
11. 予人玫瑰,手有余香	157
12. 心宽天地阔	159
13. 海纳百川,厚德载物	161
14. 怎样除掉坏脾气	163



15. 宽恕的非典型含义	165
16. 如何宽恕自己	167
17. 要做到心态宽和	168
18. 惩罚不能改变什么	171
19. 原谅别人也会快乐	173

第六章 包容生活中的坎坷风雨

人生注定不会一帆风顺,不过因为有包容,这一路的风风雨雨也可以变成愉悦人心的繁花美景,让你美不胜收。在面对挫折时学会泰然处之、乐观面对,用一颗豁达的心等待雨后的七色彩虹。

1. 面对困境要做到豁达	176
2. 笑对生活中的坎坷	177
3. 不要受到外界的影响	179
4. 自信是成功的第一秘诀	180
5. 为自己找到希望	182
6. 包容是一种境界	184
7. 包容苦难,积极进取	186
8. 苦难是一种财富	188
9. 面对逆境一笑了之	190
10. 做到选择性遗忘	192
11. 古来皆贵从容之美	193
12. 用豁达为自己分忧	195
13. 别纠缠在小事上	197
14. 心胸狭小有害健康	199
15. 别为打翻的牛奶哭泣	200
16. 潇洒始于清淡豁达	202
17. 不可救药的乐观主义	204
18. 乐观生活搏击生活风浪	206
19. 不可自我放弃	208
20. 荣辱不惊,闲看花开花落	210
21. 挫折是一门必修课	211
22. 失败给的不止是挫败感	214
23. 培养自信的方法	216

第七章 用包容的心境淡泊处世

“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”淡泊是人生的另一种境界。面对名利不会迷醉，面对纷争不会贪求，拿得起、放得下，紧随时代的潮流而不被世俗的蝇头小利所迷惑，慷慨前行，坚定自己的信念，勇敢地追求更高的人生境界。

1. 淡泊处世，心境超脱 / 220
2. 放下，放下 / 222
3. 颠倒的生意经 / 224
4. 何所欲，何所求？ / 225
5. 钱老的“母鸡论” / 227
6. 志成全身退 / 228
7. 人生难得是从容 / 230
8. 心随缘，身随世 / 232
9. 心宽眼阔，快乐生活 / 233
10. 做人需静心 / 235
11. 忘却名利叨扰 / 237
12. 知足不辱，知止不殆 / 239
13. 名利不过是浮云 / 240
14. 心无所住，去除浮躁 / 242
15. 做人需要冷静 / 244
16. 心居淡泊，身占先机 / 246
17. 贪妄易毁身 / 247
18. 贪心不足，引火烧身 / 250
19. 李斯的上蔡梦 / 251
20. 找到自己的生活 / 254
21. 要不得的爱慕虚荣 / 256
22. 以佛养心，淡定处世 / 258
23. 养出一颗平常心 / 260
24. 不要心生嫉妒之念 / 262
25. 放下偏执，容人容己 / 264



第八章 对人对己不要苛求完美

现实世界上没有十全十美、完美无缺的东西,金无足赤、人无完人,完美无缺的人并不存在,而一味地苛求完美只能让自己一错到底。其实缺陷也是一种美,有了缺陷我们才能不满足,才会孜孜进取、不断进步;有了缺陷,我们就有了追求完美的无限动力。

1. 完美是一种错觉 / 268
2. 苛求完美很愚蠢 / 269
3. 缺憾会始终伴随我们 / 271
4. 承认自己的耻辱 / 273
5. 美需要被发现 / 275
6. 不过多地苛责别人 / 277
7. 知足者懂得收敛 / 279
8. 才高不要太张扬 / 280
9. 知足者常乐 / 282
10. 祸莫大于不知足 / 283
11. 人贵有自知之明 / 285
12. 平平淡淡才是真 / 288
13. 知足的人不会累 / 290
14. 第二名也可以洒脱 / 292
15. 为别人留有余地 / 293

第九章 谦虚宽容让世界更美好

这个世界丰富多彩,我们的生活变幻万千。包容就像春天的一缕风,给别人带去了舒爽,也让自己舒适无比;包容,就像夏季的一场雨,滋润了别人的心田,也洗去了自己的浮躁。

1. 谦让是一种美德 / 296
2. 知道别人需要什么 / 298
3. 不计前嫌,携手共进 / 300
4. 与对手互相砥砺 / 302
5. 将欲取之,必先予之 / 305

6. 胸襟宽广聚拢人气	307
7. 待人以宽	309
8. 谦虚是进步的动力	310
9. 虚怀若谷有容乃成	313
10. 包容中的变通智慧	314
11. 知识在于活学活用	316
12. 适时地改变方向	318
13. 脑子要学会转弯	319
14. 看问题不能只凭“一面之缘”	322
15. 做最好的自己	324
16. 勇敢向命运说不	326
17. 适应环境改变自己	328

第十章 心胸广阔做到包容忍让

包容是一种气魄,包容是一种大度。包容的可贵体现在你能容忍别人、能克制自己的时候。学会了包容,你就学会了如何去赢得成功。

1. 懂得吃亏不吃大亏	332
2. 吃亏是福	334
3. 忍一时,得一世	336
4. 小不忍,乱大谋	337
5. 忍一时风平浪静	338
6. 忍也是一种胜利	341
7. 隐忍者方成大器	343
8. 刚易折,柔则久	345
9. 量小非君子	346
10. 忍辱负重,待机而动	349
11. 忍辱负重的范雎	350
12. 你的心胸是他人的拐杖	352
13. 不气歌	353
14. 统筹全局,理清头绪	355
15. 不显山,不露水	357

第十一章 心态平和学会自我克制

在生活中要学会克制自己。大凡成功人士都能做到自我克制,用一颗包容的心为自己打开新的天地。在生活不顺心的时候学会克制自己,可以把有限的精力用到自己的人生事业中,做得更好。

1. 以己之长,克人之短 / 360
2. 善于控制自己情绪 / 361
3. 包容比争吵有效 / 363
4. 做事不凭脑门热 / 365
5. 做情绪的主人 / 367
6. 遇事还要冷静 / 368
7. 正确看待别人的指责 / 370
8. 胸怀坦荡有器量 / 372
9. 保持平和自然的心境 / 374
10. 平和的心境取决于内心 / 376
11. 舍与得的智慧 / 377
12. 包容是有限度的 / 378
13. 无原则的包容最害人 / 381
14. 包容中的拒绝之道 / 383
15. 包容≠纵容 / 384



励志心书

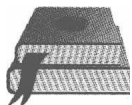
包容的智慧全集



第一章

包容是成功人生的基石

包容是一种胸怀，包容是一种智慧，包容是一种基本的态度。对待生活，包容是一种积极有效的方式，包容生活不是可以淡漠所有的不公，不是为了超脱凡世的恩怨，而是要正视生活的全面，以缓解和慰藉深深的不幸。生活中，如果没有包容，会使人处处碰壁，寸步难行。



1. 包容是一种生活态度

包容是一种基本的生活态度。对待生活，包容是一种积极有效的方式，包容生活不是可以淡漠所有的不公，不是为了超脱凡世的恩怨，而是要正视生活的全面，以缓解和慰藉深深的不幸。

别跟自己过不去，也别跟生活过不去，没理由不滋润、不快活，关键是我们选择什么样的角度看生活与看自己。我们有我们的悲哀，生活有生活的难处，应当学会原谅生活。“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。”古人有古人的悲哀，可古人很看得开，他们把人世间的悲欢离合比作月的阴晴圆缺，一切全出于自然，其中有永恒不变的真理，它像一只无形的手在那里翻云覆雨，演绎着多色多味的世界。今人也有今人的苦恼，因为“此事古难全”。平淡是激情的基础。生活平淡，恰如一杯白开水，清纯自然，放入蜂蜜它是甜的，加上陈醋它就会浮泛酸气，弄进点碱粉，有人敢尝的话就会知道，它是苦的……各种不同的元素以各种不同的组合形式融入生活之中，将本来平淡无奇的生活变得多姿多彩、复杂多变。

苦恼和悲哀常常引起人们对生活的抱怨，哀自己命运，怨生活的不公。其实生活仍然是生活，关键看你取什么态度，态度决定一切。对于什么样的命运或许人会无从选择，但是面对生活的态度我们有绝对的自由和广大的选择空间。什么样的态度决定什么样的生活方式，而什么样的生活方式又会左右我们的生活质量。

沮丧失落的时候，我们对一切都感到乏味，生活的天空阴云密布，看什么都不顺眼；我们看清了自己，再来看生活，也许多了几分包容在里面。生活本身并不是可以实现所有幻想的万花筒，生活和我们相互选择的，不该过分计较生活的失信，生活本来就没有承诺过什么。它所给予的并不总是你应当得到的，而你所能取得的，是凭你不懈的真诚和执著所能得到的。包容是一种胸怀，体现了一种睿智，彰显了一种人性智慧。在生活中，在工作中，在家人、在爱人面前，包容的力量都在潜移默化地起着作用。比如在职场上，如果忽视包容，做不到包容，就会起到相当明显的副作用。在上位的人不能容忍，动辄发怒，就会迁怒于下面的人；如果在下位的人，不顾礼仪，却逞强发怒，一定会冒犯上位的人。只要有一方不能容人，不懂包容，轻易发怒的话，就会伤害更多的人。

人们常说：“将军额上能跑马，宰相肚里可撑船。”一个人的气度可以决定他做事的风格，领导者的气度决定他用人的风格。我们在工作和生活中，要不断地和人打交道，不论是朋友还是同事，或者是客户和竞争对手，每个人都有着自己的个性、爱好和生活方式，生长环境不同，受的教育程度不同，生活习惯也不相同，不可能所有人都是同一个节拍，

