

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

图书基本信息

书名：《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

13位ISBN编号：9787801687517

10位ISBN编号：7801687515

出版时间：2013-4

出版社：研究出版

作者：林一格

页数：214

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

前言

有人说，身安不如心安，屋宽不如心宽，宁可清贫自乐，不可浊富多忧。这实际上是一种人生境界。“屋宽不如心宽”，是为人处世的心态。对于任何事情，要摆正心态，不要斤斤计较，要学会“宽心”和“舍得”，让自己永远处于平和乐观的状态。宽心既是一种心理健康的明显标志，也是人生不可或缺的灵丹妙药。心宽了，才能保持精神的愉悦、心理的健康，让快乐与轻松常伴；心宽了，才不会向困难厄运低头，才不会在泥泞荆棘中惊慌，才不会被生活的风雨摧垮；心宽了，才不会被名缰利锁羁绊，才不会为乌纱铜锈折腰，才不会被纷争算计困扰；心宽了，才不会小肚鸡肠地待人，才不会心眼如豆地对事，才不会为鸡毛蒜皮之事而耿耿于怀；心宽了，就能平和豁达，坦荡磊落，从容洒脱，不刻薄，不猜疑，不气恼。世间道路坎坷曲折，人生也不会一帆风顺。人生之路上人们总是患得患失，在得与失的选择中彷徨不已。有人说，生活需要智慧，是的，面对生活中得失带来的困扰，真正智慧的做法就是要学会舍得。把心放宽，把手放开，宽心而后舍得，这是人生的一大智慧。舍得，是一种理智，是一种豁达，它不盲目不狭隘。舍得对心境是一种放松，对心境是一种滋润。它驱散了乌云，清扫了心房。有了它，心境才能从容坦然，生活才会阳光灿烂。有这么一句话：“一个人的快乐，并不是他拥有得多，而是他计较得少。多是负担，是另一种失去。少非不足，是另一种有余。舍弃也不一定是失，而是另一种更宽广的拥有。”可见，宽心与舍得才是快乐的源泉，得而有所舍才是人类智慧之心。舍得，是一种精神；舍得，是一种领悟；舍得，是一种成熟；舍得，是一种智慧，舍得，是一种境界。舍得，是一种生活中必然的选择。一个真正有所为的人，在面对抉择时，总是能够作出正确的选择，该舍弃的毫不犹豫，坚决舍弃，该珍惜的义无反顾，永远珍惜。有一种智慧叫做宽心，有着一种艺术叫做舍得。生命的坦然在于学会了宽心，生活的快乐在于懂得了舍得。让我们学会宽心，懂得舍弃，把握正确的航向，让我们的人生之旅闪耀着熠熠的光辉。

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

内容概要

《做人要懂得宽心处世要学会舍得》讲述人生路上多波折坎坷，有悲欢离合，有得志失意。我们看世界的眼睛，对待生活的态度，决定了人生的色彩。告诉你宽心，本身就是一种内在的获得；舍得，本身就是一种玄妙的收获。看《做人要懂得宽心处世要学会舍得》教你收获宽心的智慧，掌握舍得的艺术。

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

书籍目录

上辑 宽心的智慧 第一章 凡事宽处想，越想越宽广——心宽是一种博大的胸怀 1.停止那些无聊的抱怨 2.从不同的角度看事物 3.哪里有怒气，哪里就有冲突 4.微笑是冬日里的一抹阳光 5.为了健康，避免生气 6.善良：感化心灵的良药 7.把自己融入到身边的大世界 8.微笑着对待生活 第二章 宽容别人，善待自己——心宽是一种处世的智慧 1.宽容是一种美德 2.宽容更是一种智慧 3.忘掉不快，释放自己 4.把情感装入理性之盒 5.用宽容治疗心中的毒瘤 6.善待他人就是善待自己 7.得饶人处且饶人 8.与人方便就是与己方便 第三章 宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来——心宽是一种积极的心态 1.快乐就是一种心态 2.不要把情绪带回家 3.用积极的心态对待不幸 4.把心放宽，远离偏激 5.积极的心态助你成功 6.给自己一份好心情 7.别让心灵荒芜 8.雨过了，总会天晴 第四章 幸福走一生，心宽福自到——心宽是一种永恒的幸福 1.幸福是一种自我感觉 2.对生活常抱一颗感恩的心 3.心胸坦荡，寝食无忧 4.严以律己，宽以待人 5.学会选择幸福 6.习惯性的宽容可以带来平静 7.善待自己，快乐生活 8.幸福无所不在 第五章 贪大求多烦恼生，淡泊明志俭养德——心宽是一种品格的升华 1.以平常的心态对待财富 2.欲望越多，痛苦越多 3.金钱得失不过是人生浮云 4.好好活着，不要祈求太多 5.金钱与地位不能画上等号 6.不被外物所蒙蔽 7.淡泊名利，无求而自得 8.生活中还有比金钱更重要的东西 9.减少欲望，宁静淡泊 第六章 人生境界高，心宽境自阔——心宽是一种人生的境界 1.缺憾是最真实的完美 2.每个生命都有优点和欠缺 3.快乐是可以分享的 4.想开一点，学点洒脱 5.生活永远是豁达的 6.重视生命的“亮度” 7.宽恕别人，升华自我

下辑 舍得的艺术 第一章 弯得下才能站得高——舍得己 1.低头弯腰保护自己 2.喜怒不形于色 3.做人还是谦虚一点好 4.不要让你的光芒抢了别人风头 5.“会哭的孩子有奶吃” 6.放下自己的面子，给足别人面子 第二章 屈得了才能伸得直——舍得气 1.忍是医治磨难的良方 2.忍让有度，不走极端 3.忍耐是一种美德 4.退却是为了更好的前进 5.小不忍则乱大谋 6.忍是弯曲的艺术 7.好汉宁吃“眼前亏” 第三章 放得下才能拿得起——舍得名 1.人的一生有得有失 2.看得开，放得下 3.鱼和熊掌不可兼得 4.放弃是另一种胜利 5.放弃需要巨大的勇气 6.勇敢地面对人生的丧失 7.丧失是成长和收获的源泉 第四章 退得出才能进得去——舍得权 1.成全别人的好胜心 2.将欲夺之，必先予之 3.做人不能太较真 4.适可而止，留有余地 5.养成谦虚礼让的美德 6.大智若愚总是智 7.以进为退，以退为进 第五章 输得小才能赢得大——舍得利 1.做事不可急功近利 2.糊涂亏，莫计较 3.吃亏是福心中留 4.吃亏越多，幸福越多 5.不要只把目光停留在眼前利益 6.弃小私得大私，以小利换大利 7.与人为善是一种崇高的道德修养 第六章 忘得了才能看得开——舍得情 1.天下没有不散的宴席 2.放手，让爱的人走 3.强扭的瓜不甜 4.给彼此一些私人空间 5.不要把偶像当情人 6.离婚不是终点 7.失恋不能失态 8.现在拥有的才是最好的 9.放弃也是一种美丽

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

章节摘录

版权页：我们每一个人的人生都会有这样或那样的不足，能如残缺之圆继续在人生之途滚动并细品沿途滋味，就能达到完整。这就是生命所能赋予我们的：不求事事如愿，但求问心无愧。古语云：“甘瓜苦蒂，物不全美。”从理念上讲，人们大都承认“金无足赤，人无完人”。正如没有十全十美的东西一样，世界上也不存在神通广大的完人。在认识自我、看待别人的具体问题上，许多人仍然习惯于追求完美，求全责备，对自己要求样样都是，对别人也全面衡量。难道那些伟人、名人果真那么十全十美、无可挑剔吗？绝非如此。任何人总有其优点和缺点两个方面。美国大发明家爱迪生有过一千多项发明，被誉为“发明大王”，但他在晚年却固执地反对交流输电，一味主张直流输电。电影艺术大师卓别林创造了生动而深刻的喜剧形象，但他却极力反对有声电影。人是可以认识自我、把握自我的，人的自信不仅是相信自己有能力和价值，同时也认识到自己有缺点和毛病。我们不苛求完美，因为我们每个人的两重性是不易改变的。所以，我们应当保持这样一种心态和感觉：我知道自己的长处、优点，也知道自己的短处、缺点；我深知自己的潜能和心愿，也看到自己的困难和局限。人类永远具有灵与肉、好与坏、真与伪、绚烂与孤独、坚定与犹疑等等两重性。自我容纳的人，能够实事求是地审读自己，也能正确理解和看待别人的两重性，这样就会抛弃骄傲自大、清高孤僻、鲁莽草率之类导致失败的弱点。我们以这种自我认识、相互包容的观念意识付诸行动，就能从自身条件不足和不利环境的局面中解脱出来，不必藏拙，不怕露怯。即使明知在某方面不如别人，只要是自己想做的事，也会果敢行动、我行我素。因为一个人只有经过跌跌撞撞，爬起来再来，才能学会诸多本领和技能。

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

编辑推荐

《做人要懂得宽心处世要学会舍得》文字叙述生动、规范，深入浅出，引人入胜；内容则注重富有情趣，具有灵动的时代色彩，告诉你心宽是一种博大的胸怀，心宽路也宽；心宽是一种处世的智慧，宽人如宽己。

《做人要懂得宽心 处世要学会舍得》

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：www.tushu000.com