

# 《幸福是宽容》

## 图书基本信息

书名：《幸福是宽容》

13位ISBN编号：9787538740639

10位ISBN编号：7538740635

出版时间：2012-9

出版社：时代文艺出版社

作者：开学第一课编写组

页数：186

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《幸福是宽容》

## 内容概要

中外名家用经验书写着人生，用生命创造着价值，用智慧追寻着梦想，他们的名作名篇给我们留下了恒久流传的艺术之美，传递着历久弥新的情感，更让我们在阅读中感悟到人类追求梦想的执著，和实现梦想的勇气。

由《开学第一课》编写组编写的这本《幸福是宽容(典藏版)》收录了中外名家名篇包括：《痛苦不过是过栈》、《不完美才是人生》、《找一个自己的布景》、《蚂蚁人生》等。

《幸福是宽容(典藏版)》是国家教育部、中央电视台联合主办的《开学第一课》活动主题拓展阅读经典系列之一。

# 《幸福是宽容》

## 书籍目录

美腿与丑腿  
健康  
蚂蚁人生  
宽以待人  
向远处看  
我家的财富  
荒漠甘泉  
论老之将至  
树木  
幸福是什么  
希望  
《宽容》序  
贪心的紫罗兰  
追忆曾孟朴先生  
懒惰哲学趣话  
待人贵超然  
久病延年  
胡同文化  
我要笑遍世界  
听听那冷雨  
“无为”是一种境界  
淡写流年  
这时候你才算长大  
孤意与深情  
生气  
每个人都是一个宇宙  
幸福的悖论  
书海茫茫  
两方茶语  
我的戒烟  
五月的北平  
论别人  
劝菜  
沉默  
谦让  
痛苦不过是过栈  
野店  
一片树叶  
关于死的反思——兼为之唱一赞歌  
毁誉  
马缨花  
二月兰  
不完满才是人生  
宽容是一种爱  
心灵的花园  
人就这么一辈子  
放手

## 《幸福是宽容》

玲珑人生  
不一样的自由  
轰毁你心中的魔床  
话说父亲  
母亲与小鱼  
找一个自己的布景  
幸福  
谁掠夺了我们的脸  
不必完美  
人生没有什么是重要的

## 《幸福是宽容》

### 章节摘录

美腿与丑腿 [美]富兰克林 世界上有两种人，他们的健康、财富以及生活上的各种享受大致相同，结果，一种人是幸福的，另一种却得不到幸福。他们对物、对人和对事的观点不同，那些观点对于他们心灵上的影响因此也不同，苦乐的分别主要的也就在于此。一个人无论处于什么地位，遭遇总是有顺利有不顺利；无论在什么交际场合，所接触到的人物和谈吐，总有讨人欢喜和不讨人欢喜的，菜肴也有煮得好煮得坏；无论在什么地带，天气总是有晴有雨，无论什么政府，它的法律总是有好的，也有不好的，而法律的施行也有好有坏。天才所写的诗文，里面有美点，但也总可以找到若干瑕疵。差不多每一张脸上，总可以找到优点和缺陷，差不多每一个人都有他的长处，-也有他的短处。在这些情形之下，上面所说两种人的注意目标恰好相反；乐观的人所注意的只是顺利的际遇、谈话之中有趣的部分、精制的佳肴、美味的好酒、晴朗的天气等等，同时尽情享乐。悲观的人所想的和所谈的却只是坏的一面，因此他们永远感到快快不乐，他们的言论在社交场所既大煞风景，个别的还得罪许多人，以致他们到处和人格格不入。如果这种性情是天性的，这些快快不乐的人倒是更堪怜悯。但那种吹毛求疵令人厌恶的脾气，也许根本就是模仿而来，于不知不觉中养成了习惯。假若悲观的人能够知道他们的恶习对于他们一生幸福有如此不良的影响，那么即使恶习已经到了根深蒂固的程度，也还是可以矫正的。我希望这一点忠告可能对悲观的人有所帮助，促使他们去除恶习；这种恶习实际上虽然只是一种态度，一种心理行为，但是它却能造成终生的严重后果，带来真的悲哀与不幸。他们得罪了大家，大家谁也不喜欢他们，至多以极平常的礼貌和敬意跟他们敷衍，有时甚至连极平常的礼貌和敬意都谈不到。他们常常因此很气愤，引起种种争执。他们如想地位改造或财富增加，别人谁也不会希望他们成功，没有人肯为成全他们的抱负而出力或出言。如果他们遭受到公众的责难或羞辱，也没有人肯为他们的过失辩护或予以原谅；许多人还要夸大其词地同声攻击，把他们骂得体无完肤。如果这些人不愿矫正恶习，不肯迁就，不肯喜欢一切别人认为可爱的东西，而总是怨天尤人，为一切不可爱的东西自寻烦恼，那么大家还是避免和他们交往的好；因为这种人总是和人难以相处，一旦你发觉自己被牵缠在他们的争吵中时，你将感到很大的麻烦。我有一位研究哲学的老朋友，由于饱经世故，时时谨慎、留神、避免和这种人亲近。他像一般哲学家一样，仅有一具显示气温的寒暑表和一具预示晴雨的气压计；但什么人具有这种坏脾气，世界上还没有人发明什么仪器，可以使他一看便知，因此他就利用他的两条腿；一条长得非常好看，另一条却因遭逢意外事件而呈畸形。陌生人初次和他见面，如果对他的丑腿比对他的好腿更为注意，他就有所疑忌。如果此人只谈起那条丑腿，不注意那条好腿，这就足以使我的朋友决定不再和他作进一步的交往。这样一种大腿仪器并非人人都有，但是只要稍微留心，那种有吹毛求疵恶习之流的一些行迹，大家都能看出来，从而可以决定避免和他们交往。因此我劝告那些性情苛刻、怨愤不平和郁郁寡欢的人，如果他们希望能受人敬爱而自得其乐，他们就不可再去注意人家的丑腿了。

健康 [德]叔本华 能够促使心情愉快的不是财富，而是健康。我们不是常在下层阶级——劳动阶级，特别是工作在野外的人们脸上找到愉快满足的表情吗？而那些富有的上层人士不常是愁容满面，满怀苦恼吗？所以我们当尽力维护健康，惟有健康方能绽放愉悦的花朵。至于如何维护健康实在也无需我来指明——避免任何种类的过度放纵和动荡不安的情绪，但也不要太抑制自己，要经常做户外运动、冷水浴以及遵守卫生原则。没有适度的日常运动，便不可能永远健康，生命过程便是依赖体内的各种器官的不停运动，运动的结果不仅影响到有关身体各部分，也影响全身。亚里士多德说：“生命便是运动。”运动也的确是生命的本质。有机体的所有部分都一刻不停地迅速运动着。比如说，心脏在一收一张间有力而不息地跳动，每跳二十八次便把所有的血液由动脉送到静脉再分布到身体各处的微细血管中。肺像个蒸气引擎无休止地膨胀、收缩。内脏也总在蠕动着。各种腺体不断地吸收再分泌激素。甚至于脑也随着脉搏的跳动和我们的呼吸而运动着。世上有无数的人注定要从事坐办公室的工作，他们无法经常运动了。体内的骚动和体外的静止无法调和，必然产生显著的对立。本来体内的运动也需要适度的体外运动来平衡，否则就会产生情绪的困扰。大树要繁盛荣茂也需风来吹动。人的体外运动需与体内运动平衡，此点尤为重要。幸福系之于人的精神，精神的好坏又与健康息息相关。这只要想想我们对同样的外界环境和事件，在健康强壮时和缠绵病榻时的看法及感受如何不同，即可看出。使我们幸福或不幸福的，并非客观事件，而是那些事件给予我们的影响和我们对它的看法。就像伊皮泰特斯所说：“人们不受事物影响，却受他们对事物看法的影响。”一般来说，人的幸福十之八九有赖于健康的身心。有了健康，每件事都是令人快乐的，失掉健康就失掉了快乐。即使人具有伟大的心灵、快活乐观的气质

## 《幸福是宽容》

，也会因健康的丧失而黯然失色，甚至变质。所以当两人见面时，我们首先便问候对方的健康情形，相互祝福身体康泰，因为健康实在是成就人类幸福最重要的成分。只有愚昧的人才会为了其他的幸福牺牲健康。不管其他幸福是功、名、利、禄、学识，还是过眼烟云似的感官享受，世间没有任何事比健康来得更重要了。……

# 《幸福是宽容》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)