

# 《宽容才更从容》

## 图书基本信息

书名：《宽容才更从容》

13位ISBN编号：9787510046216

10位ISBN编号：7510046211

出版时间：2012-1

出版社：朱爱国 世界图书出版公司 (2013-01出版)

作者：朱爱国

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)

# 《宽容才更从容》

## 前言

懂得宽容 才更从容 人到中年，我常常思索：怎样的生活才算充实而有质量，日子怎样过得踏实而又敞亮呢？探寻中华文化精髓，检视自己匆匆步履，审鉴他人成功经验，我发觉只有两个字，一个是宽容的“容”，一个是从容的“容”。古人云“有容乃大”，广告词说“有容乃悦”，只有懂得宽容，才能更从容。 宽容人生，生活从容。升官发财，哪个不想呢？这用不着遮遮掩掩，也用不着狭隘地理解。从某种意义上讲，这也是积极人生的一种表现。有更高的职位，就有更多的机会去体现人生的价值，更好地为这个社会做点有益的事；财富越多，创造的税收就越多，为社会做的贡献也就越大。但升官发财并不是人人都能实现的。岗位、职位和财富总是有限的，既然跳起来都不能摘到桃子，不如安守天命。人生旅途，不可能尽善尽美，总会有些缺憾，留有余地才能更好地进步。即使你采取超常手段，得到了命中本不属于你的东西，迟早还会失去，甚至是得不偿失。水满则溢，月盈则亏，这是亘古不变的真理。所以，我们经常看到一些高官由座上宾沦为阶下囚；经常看到那些驾着上百万豪华轿车的夫妻，脸上面无表情；经常看到那些衣食无忧、家财万贯的家庭，为了金钱让亲情冰冷。反而是那些踩着三轮车的夫妻，那些寄居城市角落的打工者，有说有笑，把日子过得从从容容。懂得对待人生的宽容，方可领略生活的从容。 宽容处境，做事从容。人人都想有一个良好的工作环境和生活处境，都有改变处境或保住现状的愿望，都想在那块天地里自己说了算，干自己喜欢干的事，爱能爱自己的人。但人生在世，不如意者，常十之八九，一些处境由不得你选择，一些工作由不得你挑三拣四，既然暂时不能改变它，你就要努力学会适应它。韬光养晦，积蓄力量，说不定哪一天就有曙光出现。其实，每个人的追求不一样，每个人的能力不一样，事事都不能强求。有时，你好不容易换了一个新环境，建起新的坐标体系，经过一段时间，你可能会觉得还不如从前；有时你好不容易实现了一个阶段性的愿望，得陇望蜀，你还会有更高的追求，还会有缺憾。很多事情有一个水到渠成的过程，脚踏实地地走好人生每一步，敞敞亮亮地过好每一天，这才是最重要的。明代养生学家吕坤就说过“事从容则有余味，人从容则有余年”。所以说做人做事还是留有余韵的好。宽容过后是从容，从容过后是笑容。 宽容他人，自己从容。容人之量，是个人修养的内涵形态；容人之度，是个人修养的外在彰显。能宽容别人，就会减少很多没必要的不愉快，就能和谐地处理好相应的人际关系，做该做的事。现代医学家、美国哈佛大学威迪安特教授近年公布了一项报告，他对208位男性大学生从18岁起做了整整60年的跟踪研究，发现寿命最长的是那些从容不迫、宽容别人、心胸坦荡的人。有这种能力的人，比加强体育锻炼、饮食习惯良好的人更加健康长寿。宽容，既要容人之长，亦能容人之短；既要感恩于对自己有过帮助的人，也要宽容于伤害过自己的人。现实生活中，的确有人一阔就变脸，变得没道理；的确有人过河就拆桥，绝不藕断丝连；的确有人见死不救，为富(为官)不仁。但“金无足赤，人无完人”，或许你在指责别人时，你自己同样也有这样的毛病。宽容是一种仁爱的光芒，不但释怀了别人，也善待了自己。能留给别人思考的时间，就是撑起自己的蓝天。正如古希腊一位哲人所说：“学会宽容，世界会变得更为广阔；忘却计较，人生才能永远快乐。”不会宽容别人的人，不配受到别人的宽容。 宽容不公，心态从容。宽容历来是中华民族的一种传统美德。潜移默化中，我们心里都撒下了宽容的种子。但是生活在这个大千世界，面对纷争，面对误解，面对不公，面对伤害，我们该如何行使宽容？毫无疑问，宽容的确是一种崇高的生活态度，心存宽容需要一个人的良好修养。因为你的宽容有时候或许会使你受到不同程度的伤害，然而如果你因此放弃了宽容，你的生活就会变得狭隘、自私。我很欣赏一句话：“把别人的伤害刻在沙地上，潮起潮落间便了无痕迹；而把别人的关爱刻在石头上，任凭风吹雨打永不消褪。”心理学家们普遍认同这样一个规律：心的改变，态度就跟着改变；态度的改变，习惯就跟着改变；习惯的改变，性格就跟着改变；性格的改变，人生就跟着改变。世界上没有一个人，每一天的日子都晴空万里，而在一个乐观豁达的人眼里，即使是狂风骤雨也能泰然处之，而这人必有宽容之心、宽宏之度。忘记昨日的是与非，忘记一些不和谐的指责和误解，笑对人生，快乐就会如影随行！ 宽容世态，眼界从容。芳菲园林看蜂忙，觑破几般尘情世态；寂寞衡茅观燕寝，引起多少冷趣幽思。人是有感情的动物，对变化的社会和生活的变化都会做出反应和评判。有的人总是戴着有色眼镜看世界，认为当今社会人心不古，世态炎凉，这也看不习惯，那也看不顺眼；总抱着九斤老太的逻辑，认为今不如夕，外国的月亮比中国圆。由此表现在处理人际关系上，狭隘偏激，看不到别人的优点和长处，见不得别人的成长和进步；表现在工作上就是得过且过，牢骚满腹，看不到事业的成效和社会的发展，散布消极，搬弄是非。诚然改革开放，飞进几只蚊子是正常的，但我们的社会发生了翻天覆地的变化，老百姓得到了看得见的实惠，这是社会的主流和矛盾

## 《宽容才更从容》

的主要方面。“仓廩实而知礼节”，物质生活富足了，社会才能更和谐。把尘封的心胸打开吧，让狭隘偏激淡去；把包容的心态敞开吧，让豁达回归社会。宽容看世态，谈笑自从容。这些年，我劳累奔波，艰难打拼，有过鲜花和掌声，有过坎坷和迷惘，有过屈辱和泪水，有时人格和尊严受到挑战。但我把握一个处世的基本原则，那就是不要太委屈自己、勉强自己、为难自己，随遇而安，与世无争。凡事从容处理，荣辱坦然面对，遇到困难多往好处想，受到不公不作无用辩解；对有恩于自己的人涌泉相报，对伤害过自己的人宽怀面对。所以这些年，于浮躁中寻点平静，于纠结中自我给力，伤不起也要Hold得住，有时迷惘但不迷失。坚守人格长城，严把做人底线，严肃对待每次托付，慎重践行每次承诺，一切以工作和大局为重，虽然没有实现夙愿，但一切都向好的方向发展。有时，憋得难受，不想跟任何人说话，不想发表任何见解，就拿起笔，通过文字来宣泄。写完了，也就释然、坦然了。这些文字，汇编成册，就成了这部书——《宽容，才更从容》。 作者2012年5月于湖北武昌

# 《宽容才更从容》

## 作者简介

朱爱国，湖北省武穴市人，教育硕士，高级教师。先后当过中学教师、乡(镇)政府秘书、教育局行政干部、省刊编辑记者，在国家教育部工作过。多年从事文字材料工作，多次参与国家重大教育课题调研，重大教育政策制定和重要领导讲话稿起草。在《半月谈》《人民教育》等报刊杂志发表各类作品620余篇，参与了《“三个代表”干部学习读本》《悠悠楚风润校园》《有爱就有幸福》《湖北农村改革三十年》《民生之本强国之基》等书籍的编写工作，出版个人专著《直击教育前沿》。

# 《宽容才更从容》

## 书籍目录

A. 人生百味1. 勿以恶小而为之勿以善小而不为2. 战胜孤独3. 换种角度看风景4. 借你一双慧眼5. 永保奋进者的姿态6. 常怀仁爱之心7. 重要的是体现人生的价值8. 严谨对待每一个工作环节9. 消失的鞋掌10. 幸福的门槛有多高11. 享受淡泊12. 感受崇高13. 品味和谐14. 始于绝望的希望15. 把握交友的尺度16. 世上唯有知识贵 身体健康是第一17. 坐火车的滋味18. 不怕被人利用19. 别让人利用你的情感20. 给点阳光就灿烂21. 厚道之人有好报22. 细节体现和谐23. 处世精髓在中庸24. 春打六九头25. 我是残疾我怕谁26. 善意的谎言27. 人心在于沟通

B. 时事管窥28. 把学习作为人生第一需要29. 关注弱势群体30. 善待推销者31. 公平办刊32. 撑门面与顾场面33. 服务与创收34. 自古寒门多俊彦35. 创新莫离谱36. 把优质服务渗透到每一个角落37. 人人都是投资环境38. 由喝摔碗酒想到的39. 坚持过紧日子40. 推进校园新文化运动41. 学校补习放开如何42. 从的士司机看城市形象43. 让生命更有尊严44. 百年梦圆45. 该不该拜孔子46. 以感恩的心待教师47. 乡下喜宴城里人办48. 好教师影响孩子的一生49. 这些年教育成绩不容否定50. 别再忽悠咱老百姓51. 由小姐到美女52. 乱处方拷问医德53. 有多少旅途让人放心

C. 书史赏鉴54. “义”是一把双刃剑55. 谁共我醉明月56. 有感于谭震林当下级干部的“出气筒”57. 严嵩的取宠之道58. 徐阶的斗争策略59. 张居正的用人艺术60. 解缙的失意之谜61. 袁枚的洒脱之处62. 刘备的人格魅力63. 不会变通的海瑞64. 政治流氓索引65. 落魄江湖志难酬66. 小吏者说67. 古来名士皆寂寞68. 学而优则仕的伤痛69. 皇帝的衬衣不好洗

D. 山水流连70. 返朴归真趣无穷71. 一树樱花一树春72. 洪湖泛舟73. 金沙风韵74. 九畹溪漂流记75. 拜谒神农76. 东湖漫游77. 宜城大虾78. 显陵幽思79. 草原壮行80. 延边印象81. 凤鸣九巛看远安82. 风雪高速路83. 一池春水漾温泉84. 一柱擎天罄锤峰

E. 亲情有痕85. 可怜慈母心86. 明月千里寄相思87. 给孩子一点创造的空间88. 伤心总在离别时89. 母亲节的感动90. 儿子的心愿91. 我爱我家92. 让孩子多睡10分钟93. 母亲的饮食观94. 骑着单车上名校95. 天道酬勤96. 第一次过生日97. 组织的温暖98. 回家的幸福99. 老娘在不觉老100. 永不磨灭的记忆后记：因为从容才更宽容

### 章节摘录

2. 战胜孤独 在都市打拼，几易工作岗位，由一名“萝卜头”变成“打工仔”，原有优势不存在，一切从头来，心态失落，身心憔悴，十分吃力。然而最艰难的不是工作，而是如何战胜孤独，在孤独中承受煎熬，在煎熬中战胜孤独，在战胜孤独中有所作为。外面的世界很精彩，也很无奈。我住在武昌东湖新村，工作在位于华师西门的湖北教育报刊社，相距2.47公里，步行一趟要30多分钟。每天早上8点多钟，乘单位专车上班；晚上在办公室加班、学习到10点多钟后，一个人往住的地方晃。看着满街的灯红酒绿、红男绿女，都是那么陌生，那么与自己无缘，形单影只；回到房里，偌大的空间，空荡荡的，就我一个人，十分孤寂难熬。到了双休日，同事们欢欢喜喜地与亲人团聚，我也只能孤芳自赏地写文章。遇到单位评模、晋级、分福利时，将我们另类看待，倍感无奈和孤独。仿佛是水中的浮萍，没有根；又仿佛是飘荡的柳絮，不知在哪个地方歇脚。在孤独的时候，我特别想家，想念孩子们，有时候真正是想得心痛。记得2002年11月10日那一天下午，我准备赶到武汉，上星期一的班。临走的时候，女儿一个劲地抹眼泪，我心里很不是滋味，眼泪在眼眶里打转，好几次都要流下来，我连忙掉过头去，偷偷擦拭，生怕影响妻子情绪，感染全家人。后来，妻子与儿子送我到车站，儿子年幼无知，伏在自行车后座上睡着了。妻子连忙想法让他醒眼，跟我说“再见”时，儿子非常不高兴。还记得2002年12月12日，我在广东为报刊社进行刊物形象宣传，有三个星期没有回家，孩子们特别想念我，一敲开门，女儿、儿子都抱着我失声痛哭，妻子也在一旁眼泪婆娑，我也禁不住眼泪刷刷地流了下来。“男儿有泪不轻弹，皆因未到伤心处。”自成年后，我只为死去的父亲流过泪，为我的孩子们流过泪。这刻骨铭心的一幕幕，常在我脑海里浮现。每次从家里来武汉，第一个星期还好，到了第二个星期，就特别地想家，在电话里听孩子们说话，我的声音都变了，称呼孩子们，从学名到乳名到“儿啊！”无限怜爱，不知说什么好。在外，最担心孩子们有什么头痛脑热的，妻子一个人照顾不来，影响孩子们的身体健康。记得2002年年底一个晚上9点多钟，妻子打电话说女儿不舒服，她一个人忙不过来，就把女儿送到一家私人医院，给女儿一元钱，让她打完针，自己坐公交回家，妻子先回家照顾儿子。我当时心里非常难过，恨不得飞到女儿身边，长这么大，女儿除了上学，从来就没有单独行走过，何况这么晚了。我连忙打电话，坚决要求妻子到医院接女儿，另请人照顾儿子。战胜孤独，一是拼命地学习，二是拼命地工作。记得刚到报刊社时，我对电脑非常陌生，编完一篇稿子，找不到人打印，非常难堪。没有办法，借来微机入门书籍，从认识键盘开始，从背五笔字型口诀开始，边学习边实践，每天晚上忙到十点左右，老是挨门卫批评，硬是“摸”出了一篇篇文章。熟能生巧，我现在熟练地掌握了电脑操作技术，能在电脑上编稿和写稿，写稿的速度基本能适应自我思维的需要，能排版、上网、发电子邮件，实现无纸化办公。同时，我坚持看书读报，做读书笔记。刚来时，我对编辑业务不是很熟，校对时，自认为比较细心，可经审读员一审，错误还不少。特别是一些字，如果不是从事编辑工作，可能一生到死都是错的，如“像...一样”的“像”（不是“象”）字，“账务”的“账”（不是“帐”）字，“受到青睐”的“青”（不是“亲”）字，“坐落”的“坐”（不是“座”）字。还有一些标点符号，也容易弄错，如省略号的运用、引号内外标点等。有一期，因这些该死的字，我们刊物的差错率达到万分之三（按规定只能万分之一），编辑部4个人200元的校对费扣了个精光，我当时非常难受。于是我又拼命地学习编辑常识，将一些易错字、生僻字写在本子上，一个个地背下来；并注意积累，不在同一个地方犯类似的错误。以后，我们编辑的期刊差错率都控制在万分之一以内，期期都评为优秀。一次偶然的机，我发现华中师范大学有一个体书亭，出租书籍，每天0.5元，比较便宜。我如饥似渴地借阅了大量的书籍，什么“热度书坊”、“新世纪争鸣小说”、“非常现实系列小说”，看了十几本，200余万字。先前在教委（教育局），忙于政务，除了看报刊新闻及与工作业务密切的内容外，一年难得静下心来一看看一两本小说，这回算是解了渴。不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡。我是一个越是艰难越向前、愈挫愈勇的人。无论在什么地方、什么岗位，都力求使自己所从事、所分管的工作比别人略胜一筹。达到这一点主要靠拼命的干劲和创新精神。在报刊社，我既从事《湖北教育》（政务宣传）编辑、记者工作，还兼任办公室文秘，为社长写材料。遇到临时性、突发性的工作，也责无旁贷地积极参与。在编辑部，除了完成本职工作外，什么收收发发、洗洗抹抹、杂七杂八的事都主动做；遇到棘手的事，勇敢地承担，而且想心思做得让领导满意。一有空闲，就主动请缨，到基层县市采访、搞发行。现在，很多记者只采不写，顶多只说个意图或列个提纲，让通讯员去“操练”，然后坐享其成。我每次都是自己动手，让通讯员沾光。到报刊社不到半年时间，我已在省级刊物上发表文章26篇，其中5000字以上的通讯19篇，在《中国教育报》等国家级刊物上发表文章4篇

## 《宽容才更从容》

。《教育组撤了，乡镇教育怎么管》上载于《中国教育报》网站，被报刊社评为一等奖(第一名)。我这不人喜欢从事娱乐活动，又没有烟酒之类嗜好，一心扑在工作上，几乎是一个工作狂，妻子总说我是一个“劳心病”。不管到哪个地方，哪个工作岗位，总是忙。有两个月，湖北省教育厅借用我从事行风评议工作，编简报，写讲话，整理资料，很少空闲过，有一天我连编带写简报8期，害得印制的同志叫苦；编行评资料选集，20余万字，从封面设计，到资料汇编，到校对，到联系印刷业务，全是我一个人。同时，报刊社那边写稿、编稿、校对的工作，我利用晚上和双休时间完成，没有任何耽误。正如茅盾在《风景谈》中说的那样，一个充满崇高精神生活的人无论在什么环境下都不会百无聊赖，都会拿出一套两套来娱乐自己。我很孤独，也很充实。（2003年5月） P5-7

## 《宽容才更从容》

### 后记

因为从容 才更宽容 有个童话，说是皇帝长着一双驴耳朵，只有皇帝本人与理发师知道这个秘密。皇帝警告理发师无论如何不准对别人讲。理发师发誓，一定要保守秘密。当理发师忍耐了相当长的时间后，他觉得再忍下去实在是痛苦，可如果不遵守誓言的话，就有被杀头的危险。为了摆脱这一痛苦，他在地上挖了一个洞，然后对着洞大声喊了好几遍“皇帝长的是驴耳朵”。人都是这样，有发泄感情、排遣郁闷、寄托思念、抒发感慨的需要，当把这些倾吐出来后，获得一种宁静的心情，保持平和的心态。人们在极端状态下表达情感的方式各异，有的是狂奔大喊，有的是狂歌劲舞，有的是狂饮滥醉，而我则是狂草酣墨。我这人，每每见到一种新生事物，经历一个激动人心的场面，遇到一件不开心的事，就想用语言的点和线把它表达出来，有不写不舒服，不写不痛快的感觉。而且只要写出来，就好像完成了一件庄严神圣的任务，就好像所有的不愉快都烟消云散，又充满了希望和期待，一切都变得亲切美好起来。我自2002年离开家乡已有十年。十年蹉跎，我几乎经历了中国所有的教育层次，有幸见证和经历了中国基础教育特别是农村义务教育的一系列重大改革，参与了一些重大教育政策的研究、制定和组织实施，感受和体验了近年来教育所发生的日新月异的变化。这期间，我到过全国诸多地方，与诸多人物打过交道，领略了诸多风俗民情，有过风光和收获，有过体现人生价值的成就感，更多的是苦闷和彷徨，是压抑和酸楚。这些经历，经过思想过滤，变成一种感悟；这种感悟，经过岁月的沉淀变成处世的经验、处事的谋略、为人的智慧，通过语言呈现，就变成一篇篇札记、杂论。这部书选取的札记、杂论共100篇，大部分是小故事、大道理，一事一议，没有统一的规格和体例，随心所欲，随机而成，有感而发。其中，“人生百味”篇，主要是记述人生经历和生活感悟，于纷扰中寻求宁静，于纠结中寻找做人真谛；“时事管窥”篇，有对社会现象、时事政策的看法，有对人生观、价值观的洞察，大都饱含着积极进取的人生意志，有一定的哲学思辨色彩；“书史赏鉴”篇，解析古人古事，挖掘现实教育意义，以古鉴今，激浊扬清；“山水流连”篇，描绘自然风光，记述风俗民情，抒发流连山水的愉悦；“亲情有痕”篇，有对家庭的眷恋、亲人的思念，有对孩子的怜爱，都是真情实感的流露。所有这些都是我亲身经历的体验和感悟，是人生轨迹的记载和灵感的折射，是心灵的诚挚歌唱，发乎真情，阳光健康，积极向上。武汉作家池莉说她强烈赞同梭罗的观点：如果一个人是真诚地生活着的话，那必定是在一个遥远的地方。我早在十年前就出发寻求个人领地，希望能拼出一番天地。尽管我不可能找到和拥有瓦尔登湖那样偏僻而自由的地方，但我认为，一个人如果能够坚定、真诚地生活，就可以从容地抵达瓦尔登湖，并且宽容他所经过的曲折。为此，我以三首小诗，作为结语。“落魄江湖苦追寻，入眼繁华如烟云；十年一觉高堂梦，赚点碎银养家庭。”“朝秦暮楚苦耕耘，一枝秃笔赢浮名；何当痛饮黄龙府，宁静淡泊享天伦。”“浪迹都市苦打拼，不惑之年常独身；且将浮名都抛却，留点浩气慰平生。”并以此书向所有理解、关心、帮助、支持我的领导和同志表示衷心的感谢！



## 《宽容才更从容》

### 编辑推荐

朱爱国所著的《宽容，才更从容》选取的札记、杂论共100篇，大部分是小故事、大道理，一事一议，没有统一的规格和体例，随心所欲，随机而成，有感而发。其中，“人生百味”篇，主要是记述人生经历和生活感悟，于纷扰中寻求宁静，于纠结中寻找做人真谛；“时事管窥”篇，有对社会现象、时事政策的看法，有对人生观、价值观的洞察，大都饱含着积极进取的人生意志，有一定的哲学思辨色彩；“书史赏鉴”篇，解析古人古事，挖掘现实教育意义，以古鉴今，激浊扬清；“山水流连”篇，描绘自然风光，记述风俗民情，抒发流连山水的愉悦；“亲情有痕”篇，有对家庭的眷恋、亲人的思念，有对孩子的怜爱，都是真情实感的流露。所有这些都是我亲身经历的体验和感悟，是人生轨迹的记载和灵感的折射，是心灵的诚挚歌唱，发乎真情，阳光健康，积极向上。

# 《宽容才更从容》

## 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)