# 作文素材：宽容（5篇）

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-08-01

*第一篇：作文素材：宽容1.君子莫大乎与人为善。——《孟子》2.人有拂郁，先用一忍字，后用一忘字，便是调和气汤。——陶觉3.你的教鞭下有瓦特，你的冷眼里有牛顿，你的讥笑中有爱迪生。你别忙着把他们赶跑。你可不要等到坐火轮、点电灯、学微积分，才...*

**第一篇：作文素材：宽容**

1.君子莫大乎与人为善。——《孟子》

2.人有拂郁，先用一忍字，后用一忘字，便是调和气汤。——陶觉

3.你的教鞭下有瓦特，你的冷眼里有牛顿，你的讥笑中有爱迪生。你别忙着把他们赶跑。你可不要等到坐火轮、点电灯、学微积分，才认识他们是你当年的小学生。——陶行知

4.慷慨，尤其是还有谦虚，就会使人赢得好感。——歌德

5.君子忍人所不能忍，容人所不能容，处人所不能处。——马南

6.没有经过琢磨的钻石是没有人喜欢的，这种钻石戴了也没有好处。但是一旦经过琢磨，加以镶嵌之后，他们便生出光彩来了。美德是精神上的一种宝藏，但是使他们生出光彩的则是良好的礼仪。——洛克

7.在风度上和在各种事情上一样，唯一不衰老的东西，是心地。心地善良的人单纯朴实。——巴尔扎克

8.一个人要帮助弱者，应当自己成为强者，而不是和他们一样变成弱者。对于他们已经做了坏事，不防宽大为怀，如果你愿意。对于他们将做未做的坏事可决不能放松。——罗曼.罗兰

9.谦逊是美德的色彩。——提奥格尼斯

10.要在座的人都停止了说话的时候，有了机会，方才可以谦逊地把问题提出，向人学习。——约翰.洛克

11.我所遇见的每一个人，或多或少都是我的老师，因为我从他们身上学到了东西。——爱默生

12.三人行必有我师焉;择其善者而从之，其不善者而改之。——孔子

13.良药苦于口而利于病，忠言逆于耳而利于行。——《孔子家语》

14.己所不欲，勿施于人。——《论语》

15.我们不要把眼睛生在头顶上，致使用了自己的脚踏坏了我们想得之于天上的东西。——冯雪峰

16.君子成人之美，不成人之恶。小人反是。——《论语》

17.不要对一切人都以不信任的眼光看待，但要谨慎而坚定。——德谟克里特

(二)凡人俗语

18.当你快乐时，你要想，这快乐不是永恒的。当你痛苦时你要想这痛苦也不是永恒的。

19.你要包容那些意见跟你不同的人，这样子日子比较好过。你要是一直想改变他，那样子你会很痛苦。要学学怎样忍受他才是。你要学学怎样包容他才是。

20.毁灭人只要一句话，培植一个人却要千句话，请你多口下留情。

21.欣赏是一种脱俗的境界，一种健康的心态。

22.当你劝告别人时，若不顾及别人的自尊心，那么再好的言语都没有用的。

23.请你用慈悲心和温和的态度，把你的不满与委屈说出来，别人就容易接受。

24.多用心去倾听别人怎么说，不要急着表达你自己的看法。

26.活在别人的掌声中，是禁不起考验的人。

25.不要刻意去猜测他人的想法，如果你没有智慧与经验的正确判断，通常都会有错误的。

27.如果你能像看别人缺点一样，如此准确般的发现自己的缺点，那么你的生命将会不平凡。

28.对人恭敬，就是在庄严你自己。

29.仇恨永远不能化解仇恨，只有宽容才能化解仇恨，这是永恒的至理。

30.不要因为小小的争执，远离了你至亲的好友，也不要因为小小的怨恨，忘记了别人的大恩。

31.说话不要有攻击性，不要有杀伤力，不夸已能，不扬人恶，自然能化敌为友。

32.太过于欣赏自己的人，不会去欣赏别人的优点。

33.与任何人接触时，要常常问自己，我有什么对他有用?使他得益。如果我不能以个人的道德、学问和修持的力量，来使人受益，就等于欠了一份债。

34.一般人在遇到对方的权势大，财富大，气力大，在无可奈何的情形之下而忍，这算什么忍耐呢?真正的忍是，就算他欺负了你，对不住你，但他什么都不及你，你有足够的力量对付他，而你却能容忍他，认为他的本性和我一样，只是一时糊涂，或在恶劣的环境中受到熏染罢了，你不必与他计较，能在这样的情况及心境之下容忍那才是真正的忍耐。

季羡林自评

我国当代文化名人季羡林先生成就斐然，一位学者却在某报上公开说他“自封大师”。季老的夫人和许多了解他的人都很气愤。季老却毫无怨言，还出来开导大家。他说：“人家说得对，我本来就不是什么大师。只不过我运气好，好事都往我这儿流。我就两条，爱国和勤奋。我总觉得自己不行，我是样样通，样样松。”又讲，“人家说得对的是鼓励，说得不对是鞭策，都要感谢，都值得思考„„”

[点拨]季羡林先生可以这样淡然的对待别人的看法，可见他的严于律己和他心胸的宽阔。

[适用话题]此素材可以运用到“理解”“宽容”的话题中。

忘记仇恨

这是大学毕业临走时，前来为我们送行的老师给我们讲的一则寓言故事。

古希腊神话中有一位大英雄叫海格力斯。一天他走在坎坷不平的山路上，发现脚边有袋子似的东西很碍脚，海格力斯踩了那东西一脚，谁知那东西不但没被踩破，反而膨胀起来，加倍地扩大着。海格力斯恼羞成怒，操起一条碗口粗的木棒砸它，那东西竟然张大到把路堵死了。

正在这时，山中走出一位圣人，对海格力斯说：“朋友，快别动它，忘了它吧，离开它，远去吧!它叫仇恨袋，你不犯它，他便小如当初，你侵犯它，它就会膨胀起来，挡住你的路，与你敌对到底!”

讲完后，教师语重心长地说：“你们即将走向社会，难免与别人产生摩擦误会，甚至仇恨，但别忘了在自己的仇恨袋装满宽容，那样你们就会少一份障碍，多一份成功的机会，否则，你们将永远被挡在通往成功的道路上，直到被打倒。”

[点拨]忘记仇恨,才能心理平衡、解放自己。你宽恕了，你的怨恨、责怪、愤怒就没有了。宽恕是消除怨恨、责怪、愤怒的良药。“念念不忘”别人的“坏处”实际上最受其害的就是自己的心灵，搞的自己痛苦不堪，何必呢?这种人，轻则自我折磨，重则就可能导致疯狂的报复了，疯狂的结果是自我毁灭。生气是用别人的错误来惩罚自己,宽恕是心灵的解脱。

化敌为友

林肯冲破重重阻碍当上总统之后,仍任用了一个能力很强的原先的死对头任部长之职。幕僚和随从们都十分不解。“他是我们的敌人，应该消灭他!”大家愤怒地建议。

“把敌人变成朋友，”林肯解释说，“既消灭了一个敌人，又多得了一个朋友。”

从这里，我们可以看到，宽容者有着宽广的胸怀和巨大的智慧。善于忘记仇恨，是成就事业者的一个特征。既往不咎的人，才可以放下沉重的心理包袱,大踏步地前进。只有忘记仇恨，宽宏大量，才能与人和睦相处，才会赢得他人的友谊和信任，才会赢得他人的支持和帮助。

在日常工作生活中，宽容表现为“三不”，即“不责人小过，不揭人隐私，不念人旧恶”。要成就事业,牢记一条原则就可：记着别人对你的恩惠，忘记自己对别人的仇恨。

[点拨]忘记仇恨，才能提高自己，开阔自己。在人与人之间，在许多情况下，人们误以为“仇人”的，又未必就是真的是什么“仇人”。退一步说，即使是“仇人”吧，对方心存歉意，诚惶诚恐，你不念旧恶，礼仪相待，进而对他格外地表示近亲，也会使为“仇”者感念其诚，改“仇”为善。把“仇人”看作朋友，坚持感情的输入，坚持礼让。如果你这样做了，说明你正在一点点地提高自己，开阔自己。

[适用话题]此素材可以运用到以再现“宽阔的胸襟”“对人宽容也是对自己宽容”为主旨的话题作文中。

**第二篇：宽容作文素材**

关于“宽容”的素材汇总

1、宽容小故事

孔子的学生子贡曾问孔子：“老师，有没有一个字，可以作为终身奉行的原则呢？”孔子说：“那大概就是‘恕’吧。”“恕”，用今天的话来讲，就是宽容。

2、宰相肚里能撑船

三国时期的蜀国，在诸葛亮去世后任用蒋琬主持朝政。他的属下有个叫杨戏的，性格孤僻，讷于言语。蒋琬与他说话，他也是只应不答。有人看不惯，在蒋琬面前嘀咕说：“杨戏这人对您如此怠慢，太不象话了！”蒋琬坦然一笑，说：“人嘛，都有各自的脾气秉性。让杨戏当面说赞扬我的话，那可不是他的本性；让他当着众人的面说我的不是，他会觉得我下不来台。所以，他只好不做声了。其实，这正是他为人的可贵之处。”后来，有人赞蒋琬“宰相肚里能撑船”。

3、负荆请罪

蔺相如因为“完璧归赵”有功而被封为上卿，位在廉颇之上。廉颇很不服气，扬言要当面羞辱蔺相如。蔺相如得知后，尽量回避、容让，不与廉颇发生冲突。蔺相如的门客以为他畏惧廉颇，然而蔺相如说：“秦国不敢侵略我们赵国，是因为有我和廉将军。我对廉将军容忍、退让，是把国家的危难放在前面，把个人的私仇放在后面啊！”这话被廉颇听到，就有了廉颇“负荆请罪”的故事。

4、仁义胡同

明朝年间，山东济阳人董笃行在京城做官。一天，他接到家信，说家里盖房为地基而与邻居发生争吵，希望他能借权望来出面解决此事。董笃行看后马上修书一封，道：“千里捎书只为墙，不禁使我笑断肠；你仁我义结近邻，让出两尺又何妨。”家人读后，觉得董笃行有道理，便主动在建房时让出几尺。而邻居见董家如此，也有所感悟，同样效法。结果两家共让出八尺宽的地方，房子盖成后，就有了一条胡同，世称“仁义胡同”。

5、唐代娄师德教育他弟弟为官待人要宽容。他弟弟说：“有人往我脸上吐唾沫，我自己把它擦去。”娄师德说：“这还不行。你把它擦去，还是违背发火人要侮辱你的意愿。我看还不如让唾沫自然干掉为好。”

6、林肯总统对政敌素以宽容著称,后来终于引起一议员的不满,议员说:“你不应该试图和那些人交朋友,而应该消灭他们.”林肯微笑着回答:“当他们变成我的朋友,难道我不正是在消灭我的敌人吗?”一语中的,多一些宽容,公开的对手或许就是我们潜在的朋友.7、鲍叔荐管仲

春秋时，齐襄公被杀后，公子小白和公子纠为争夺王位而战。鲍叔助小白，管仲助纠。双方交战中，管仲曾用箭射中了小白衣带上的钩子，小白险遭丧命。后来小白做了齐国国君，即齐桓公。

齐桓公执政后，任命鲍叔为相国。可鲍叔心胸宽广，有智人之明，坚持把管仲推荐给桓公。他说：“只有管仲能担任相国要职，我有五个方面比不上管仲：宽惠安民，让百姓听从君命，我不如他：治理国家，能确保国家的根本权益，我不如他；讲究忠信，团结好百姓，我赶不上他；制作礼仪，使四方都来效法，我不如他；指挥战争，使百姓更加勇敢，我不如他。”齐桓公也是宽容大度的人，不记射钩私仇，采纳了鲍叔的建议，重用管仲，任命他为相国。管仲担任相国后，协助桓公在经济、内政、军事方面进行改革，数年之间，齐转弱为强，成为春秋前期中原经济最发达的强国，齐醒公也就了“九合诸候，一匡天下”的霸业。

8、酒不治秃 有一次，原东德都柏林空军俱乐部宴会招待空战英雄。一位年轻士兵在斟酒时不慎把酒泼在乌戴将军的秃头上。顿时，士兵悚然，全场寂静。

倒是这位将军悠悠然，他轻轻拍了拍士兵的肩头，说：“老弟，你以为这种治疗方法管用吗？”

语音刚落，全场立即爆发出响亮的笑声，人们为将军的宽容、幽默而欢呼。

9、李世民重用魏征

在唐高祖李渊执掌朝政时，魏征原是太子李建成的主要谋士，魏征曾为太子李建成出谋划策除掉李世民。玄武门之变，李世民取得皇位后，是为太宗。在追查李建成余党时，魏征被李世民抓获。按当时惯例，理当治其灭门之罪甚至株连九族。但太宗李世民是个明智重才的皇帝，没有这样做。太宗在审问魏征时问道:“你为什么为李建成出谋划策，与我作对?”魏征态度坦然并无惧色，说：“人各为其主，可惜李建成不听我的劝告，否则今日胜负成败尚未可知!”太宗见他机警刚直，是个难得的人才，便不计前仇，不仅没有给他治罪，而且加以重用，任命他为谏议大夫。

10、楚王脱帽

春秋时期，楚王请了很多臣子们来喝酒吃饭，席间歌舞妙曼，美酒佳肴，烛光摇曳。同时，楚王还命令两位他最宠爱的美人许姬和麦姬轮流向各位敬酒。

忽然一阵狂风刮来，吹灭了所有的蜡烛，漆黑一片，席上一位官员趁机揩油，摸了许姬的玉手。许姬一甩手，扯了他的帽带，匆匆回到座位上并在楚王耳边悄声说：刚才有人趁机调戏我，我扯断了他的帽带，你赶快叫人点起蜡烛来，看谁没有帽带，就知道是谁了。

楚王听了，连忙命令手下先不要点然蜡烛，却大声向各位臣子说：我今天晚上，一定要与各位一醉方休，来，大家都把帽子脱了痛快饮一场。

众人都没有戴帽子，也就看不出是谁的帽带断了。后来楚王攻打郑国，有一健将独自率领几百人，为三军开路，斩将过关，直通郑国的首都，而此人就是当年揩许姬油的那一位。他因楚王施恩于他，而发誓毕生效忠于楚王。

有关宽容的名人名言

1、海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。——林则徐

2、度尽劫波兄弟在，相逢一笑泯恩仇。——鲁迅

3、世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。

——法.雨果

4、不会宽容别人的人，是不配受别人宽容的，但谁能说自己是不需要宽容的呢？

——屠格涅夫

5、有时宽容引起的道德震动比惩罚更强烈。——原苏联.苏霍姆林斯基

6、唯宽可以容人，唯厚可以载物。——薜渲

7、人心不是靠武力征服，而是靠爱和宽容大度征服。——斯宾诺

8、一个伟大的人有两颗心：一颗心流血，一颗心宽容。——纪伯伦

9、《尚书》有云：“有容，德乃大。”

10、紫罗兰把它的香气留在那踩扁了它的脚踝上。这就是宽怒。” ——马克吐温

11、泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能成其深。（李斯）

12、宽宏精神是一切事物中最伟大的。——欧文

13、“宽容就像天上的细雨滋润着大地。它赐福于宽容的人，也赐福于被宽容的人。

——莎士比亚名剧《威尼斯商人》中一段台词

**第三篇：宽容作文素材**

诠释宽容的内涵

宽容就是忘却，忘却悲伤的事；宽容就是不计较，不计较别人的错误，得与失；宽容就是潇洒，潇洒走过人生路，宽厚待人，容纳非议；宽容就是忍耐，忍耐批评和误解。宽容是一种品德，是一种气质；宽容他人，你是仁者；宽容自己，你是智者。学会宽容，你的人生会从容，轻松，潇洒。人性也得以升华。

宽容的名言

世界上最广大的是海洋；比海洋更宽阔的天空；然而比天空更宽广的是人们的胸怀。

只有勇敢的人才懂得如何宽容；懦夫决不会宽容，这不是他的本性。忍耐是痛苦的，但它的结果是甜蜜的。——（法国）卢梭

遇方便时行方便，得饶人处且饶人。——（明）吴承恩《西游记》

宽容就像天上的细雨滋润着大地。它赐福于宽容的人，也赐福于被宽容的人。——莎士比亚名剧《威尼斯商人》 宽容事例

例子1宽容并不是姑息错误和软弱，而是一种坚强和勇敢。最近，某个地方发生了这样一件事情，一名男子喝醉了酒，失手杀死自己的朋友。在法官判决他的罪行时，令人惊讶地是，死者的父亲跪下为他求情。哭泣着说“只要他知错就好”。这位父亲的宽容，虽然很多人都无法理解，更多出了许多骂声.唏嘘，但我们不可置否的是这名男子获得新生。这位父亲本可以让法官狠狠地裁决他，来平衡自己失去儿子的痛苦。但一个人放弃报复的念头，并敢于宽恕别人的中伤，其灵魂就会显得无比坚强。这位父亲无疑是高尚的.令我们敬佩的。他的宽容，给予了男子另一次生命，赠予了自己另一个儿子，回赠社会一份真情.爱和温暖。

例子2民主党候选人奥巴马竞选美国总统时，两方阵营的幕僚们恨不得挖地三尺找出对方候选人的缺失和弱点，以击倒对方。就在这时，媒体爆出一个惊人事件：共和国副总统候选人佩林的十七岁女儿未婚先孕。这个“丑闻”无疑使佩林十分尴尬，因为佩林一直声称自己是反对早孕的人，而作为副总统候选人，居然连自己的孩子都没管好，如何去管理国家呢？这时候民主党的很多人士都认为这是一个绝佳的机会，只要奥巴马向佩林发出强烈抨击，就会在人气上再胜一筹。这一天，记者们终于截住奥巴马，都急着问同一个问题：“请问奥巴马先生，您就萨拉·佩林十几岁的女儿怀孕一事有何评价？”这显然是一个绝好的机会，但奥巴马只是轻轻的摇摇头，微笑着说：“我想说的是，我妈妈十八岁时便生下了我！”喧闹的现场一阵沉默，他有很多答案可以选择，谁也没有想到，他会给出如此仁慈高尚的回答。现场的沉默终于被一阵热烈的掌声打破，远处传来“奥巴马，奥巴马„„”的呼喊声，奥巴马的支持率猛地上升。最终，美国人民把他推到了最高的舞台，成为美国历史上第一位黑人总统。是奥巴马用博大的胸怀打动了世界。所以，宽容可以驾驭世界，宽容的力量是伟大的。就像纪伯伦说的那样：一个伟大的人有两颗心：一颗心流血，一颗心宽容。正反对比论证

历史上有个叫蔺相如的臣相，由于护驾有功，所以官职一路上升，引起了大将廉颇的忌妒与不满，便处处与蔺相如作对。但是蔺相如面对廉颇的无理取闹，只是笑而避之，从而有了“负荆请罪”这个故事。廉颇对于蔺相如如此宽宏大量，深感惭愧，从此两人便联手，一起为赵国奉命效劳。如果他们为了自身的利益而冲突，大动干戈，世代仇恨，赵国怎么有称霸诸侯之时，蔺相如的宽容，使他们化干戈为玉帛，从而使赵国强大稳定统一。

反观历史上那些善于妒忌的人，遇到一点不满便怨天尤人，这些人纵然学问再好，也难成大器。周瑜是个卓越的军事家，才能出众，足智多谋，把庞大的东吴水师管理得井井有条。可是，当他得知了诸葛亮的神机妙算后，虽自知不如，但却不甘落败，于是整天心中盘算着如何打赢诸葛亮，发出了“既生瑜，何生亮”的凄叹后，最终落得个吐血身亡的结局，唉，这又是何苦呢！倘若周瑜能像蔺相如那样宽容大量，我想，他的结局肯定不会是这样！

拥有一颗宽容的心，自己的生活将会如星光般璀璨，不夹杂一丝瑕疵。人应如水，用自己的清洁来洗净他人污浊，有容清纳浊大之度量。道理分析怎样做到宽容

在生活中，我们难免会与别人发生摩擦，当别人不小心踩到你，你应该摆摆手，说声没关系；当别人弄坏了你的东西，向你道歉时，你也应该宽容地付之一笑。人生如此短暂匆忙，我们又何必把每天的时间都浪费在这些无谓的摩擦之中呢？当我们迎来因别人错误的信念而造成的伤害时，我们总会埋怨生活，对人和事小肚鸡肠。然而，为什么我们不在经历伤害时，把它当作上天赐予的挑战？如果我们勇敢上前，并敢于宽恕别人的迷途，我们就会变得无比坚强。接下来的漫漫人生路，又有什么可畏惧的呢？只要拥有宽容的心，人如水一般，人生的困难便是水滴石穿。分析宽容的意义

在这个纷纷扰扰的世界里，人，要活得潇洒，就必须学会宽容。宽容，将使你活得更加轻松、更加有意义。拥有宽容，能使你拥有别人所不能拥的东西。当宽容成为一种品性时，生活算是过到了极致。

宽容别人，其实就是宽容我们自己。多一点对别人的宽容，我们生活就多了一点空间。有宽容的人生路上，才会有关爱和扶持，才不会有寂寞和孤独。有宽容的生活，才会少一点风雨，多一点温暖和阳光。其实，宽容永远都是一片晴天。结尾示例

宽容一点好么？不只因为它该是人人应有的胸怀，还因为那宽容的眼神、轻松的一抹微笑，使人感到这一切都是那么美好。

宽容一点好么？不因为对他人的怜惜，只因为茫茫人海，相遇、相识终是前世的缘分。只因为流逝的生命中，你我都不是那完美的人。

宽容一点好么？因为宽容是一种无私的爱，是一种有感染力的温馨，是一种快乐，一种幸福。红尘之中，因为有了宽容，你我才能够读懂彼此的心灵；因为有了宽容，你我才能跨越那道无情的代沟；因为有了宽容，这个世界才更加的和平与美好；因为有了宽容，我们彼此的脸上才有了幸福的笑容。

所以，请学会宽容，宽容他人，体谅他人，如此，你会发现，幸福一直围绕在你的身边，永远不会消失！

**第四篇：宽容作文素材**

宽容的名人名言和名人事例

1、李斯特义收学员

有个姑娘要开音乐会，在海报上说自己是李斯特的学生。演出前一 天，李斯特出现在姑娘面前。姑娘惊恐万状，抽泣着说，冒称是出于生计，并请求宽恕。李斯特要她把演奏的曲子弹给他听，并加以指点，最后爽快地说：“大胆地上台演奏，你现在已是我的学生。你可以向剧场经理宣布，晚会最后一个节目，由老师为学生演奏。”李斯特在音乐会上弹了最后一曲。

2、六尺巷传奇

清朝康熙年间，桐城人张英官至文华殿大学士兼礼部尚书。邻居是桐 城另一大户叶府，主人是张英同朝供职的叶侍郎，两家因院墙发生纠纷。张老夫人修书送张英。张英见信深感忧虑，回复老夫人：“千里家书只为墙，让人三尺又何妨？万里长城今犹在，不见当年秦始皇。”于是，张老夫人令家丁后退三尺筑墙。叶府很受感动，命家人也把院墙后移三尺。从此，张、叶两府消除隔阂，成通家之谊。

3、彭德怀度量宽宏

红军三军团总指挥彭德怀等30多人前沿察看地形，传令兵手执红 旗边跑边喊让路。只有一个战士坐着不动。彭德怀见人挡路便喊了几句。战士站起来朝彭总 就是两拳。彭总让过他匆匆赶路。事后，传令兵捆来那个战士见彭总。彭总立即让他回去战 士自知闯祸，心里害怕，见彭总毫不在意，深受感动，后来逢人就说：“总指挥真是度量宽 宏呀！”

4、哲学家康德说:“生气,是拿别人的错误惩罚自己.”

5、现代的戴尔·卡内基不主张以牙还牙,他说:“要真正憎恶别人的简单方法只有一个,即发挥对方的长处.”

6、林肯总统对政敌素以宽容著称,后来终于引起一议员的不满,议员说:“你不应该试图和那些人交朋友,而应该消灭他们.”林肯微笑着回答:“当他们变成我的朋友,难道我不正是在消灭我的敌人吗?”一语中的,多一些宽容,公开的对手或许就是我们潜在的朋友.7、三峡工程大江截流成功,谁对三峡工程的贡献最大?著名的水利工程学家潘家铮这样回答外国记者的提问:“那些反对三峡过程的人对三峡工程的贡献最大.”反对者的存在,可让保持清醒理智的头脑,做事更周全;可激发你接受挑战的勇气,迸发出生命的潜能.这不是简单的宽容,这宽容如硎,磨砺着你意志,磨亮了你生命的锋芒.8、与朋友交往,宽容是鲍叔牙多分给管仲的黄金.他不计较管仲的自私,也能理解管仲的贪生怕死,还向齐桓公推荐管仲做自己的上司.9、与众人交往,宽容是光武帝焚烧投敌信札的火炬.刘秀大败王郎,攻入邯郸,检点前朝公文时,发现大量奉承王郎,侮骂刘秀甚至谋划诛杀刘秀的信件.可刘秀对此视而不见,不顾众臣反对,全部付之一炬.他不计前嫌,可化敌为友,壮大自己的力量,终成帝业.这把火,烧毁了嫌隙,也铸炼坚固的事业之基.10、一只脚踩扁了紫罗兰,它却把香味留在那脚跟上,这就是宽恕.\"安德鲁·马修斯在《宽容之心》中说了这样一句能够启人心智的话.11、一个伟大的人有两颗心：一颗心流血，一颗心宽容。——(黎巴嫩)纪伯伦

12、爱人者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之。——《孟子·离娄下》

13、著名作家房龙在他的名著《宽容》中曾经引用《不列颠百科全书》关于宽容的定义：宽容即允许别人自由行动或判断；耐心而毫无偏见地容忍与自己的观点或公认的观点不一致的意见。我国现代汉语词典中对宽容的解释是：宽大有气量，不计较或不追究。

14、孔子的学生子贡曾问孔子：“老师，有没有一个字，可以作为终身奉行的原则呢？”孔子说：“那大概就是„恕‟吧。”“恕”，用今天的话来讲，就是宽容。

15、宰相肚里能撑船

三国时期的蜀国，在诸葛亮去世后任用蒋琬主持朝政。他的属下有个叫杨戏的，性格孤僻，讷于言语。蒋琬与他说话，他也是只应不答。有人看不惯，在蒋琬面前嘀咕说：“杨戏这人对您如此怠慢，太不象话了！”蒋琬坦然一笑，说：“人嘛，都有各自的脾气秉性。让杨戏当面说赞扬我的话，那可不是他的本性；让他当着众人的面说我的不是，他会觉得我下不来台。所以，他只好不做声了。其实，这正是他为人的可贵之处。”后来，有人赞蒋琬“宰相肚里能撑船”。

16、负荆请罪 蔺相如因为“完璧归赵”有功而被封为上卿，位在廉颇之上。廉颇很不服气，扬言要当面羞辱蔺相如。蔺相如得知后，尽量回避、容让，不与廉颇发生冲突。蔺相如的门客以为他畏惧廉颇，然而蔺相如说：“秦国不敢侵略我们赵国，是因为有我和廉将军。我对廉将军容忍、退让，是把国家的危难放在前面，把个人的私仇放在后面啊！”这话被廉颇听到，就有了廉颇“负荆请罪”的故事。

17、仁义胡同

明朝年间，山东济阳人董笃行在京城做官。一天，他接到家信，说家里盖房为地基而与邻居发生争吵，希望他能借权望来出面解决此事。董笃行看后马上修书一封，道：“千里捎书只为墙，不禁使我笑断肠；你仁我义结近邻，让出两尺又何妨。”家人读后，觉得董笃行有道理，便主动在建房时让出几尺。而邻居见董家如此，也有所感悟，同样效法。结果两家共让出八尺宽的地方，房子盖成后，就有了一条胡同，世称“仁义胡同”。

观点：

1.宽容别人，其实就是宽容我们自己。多一点对别人的宽容，其实，我们生命中就多了一点空间。有朋友的人生路上，才会有关爱和扶持，才不会有寂寞和孤独；有朋友的生活，才会少一点风雨，多一点温暖和阳光。其实，宽容永远都是一片晴天。

2.宽容就是忘却。人人都有痛苦，都有伤疤，动辄去揭，便添新创，旧痕新伤难愈合。忘记昨日的是非，忘记别人先前对自己的指责和谩骂，时间是良好的止痛剂。学会忘却，生活才有阳光，才有欢乐。

3.宽容就是不计较，事情过了就算了。每个人都有错误，如果执著于其过去的错误，就会形成思想包袱，不信任、耿耿于怀、放不开，限制了自己的思维，也限制了对方的发展。即使是背叛，也并非不可容忍。能够承受背叛的人才是最坚强的人，也将以他坚强的心志在氛围中占据主动，以其威严更能够给人以信心、动力，因而更能够防止或减少背叛。4.宽容就是潇洒。“处处绿杨堪系马，家家有路到长安。”宽厚待人，容纳非议，乃事业成功、家庭幸福美满之道。事事斤斤计较、患得患失，活得也累，难得人世走一遭，潇洒最重要。

5.宽容是一种坚强，而不是软弱。宽容要以退为进、积极地防御。宽容所体现出来的退让是有目的有计划的，主动权掌握在自己的手中。无奈和迫不得已不能算宽容。宽容的最高境界是对众生的怜悯。

6.宽容就是在别人和自己意见不一致时也不要勉强。从心理学角度，任何的想法都有其来由。任何的动机都有一定的诱因。了解对方想法的根源，找到他们意见提出的基础，就能够设身处地，提出的方案也更能够契合对方的心理而得到接受。消除阻碍和对抗是提高效率的唯一方法。任何人都有自己对人生的看法和体会，我们要尊重他们的知识和体验，积极吸取之间的精华，做好扬弃。

7.宽容就是忍耐。同伴的批评、朋友的误解，过多的争辩和“反击”实不足取，惟有冷静、忍耐、谅解最重要。相信这句名言：“宽容是在荆棘丛中长出来的谷粒。”能退一步，天地自然宽。

8.宽容也需要技巧。给一次机会并不是纵容，不是免除对方应该承担的责任。任何人都需要为自己的行为负责；任何人都要承担各种各样的后果。否则，对方会一而再、再而三地犯禁（错），显示出软弱。

9.有关宽容的格言：

●紫罗兰把它的香气留在那踩扁了它的脚踝上。这就是宽怒。” ——马克吐温

●君子之道，忠恕而已矣。己所不欲，勿施于人。我不欲人之加诸我也，吾亦欲无加诸人。（论语）

●泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能成其深。（李斯）●“宽容就像天上的细雨滋润着大地。它赐福于宽容的人，也赐福于被宽容的人。——莎士比亚名剧《威尼斯商人》中一段台词

●诚挚地宽恕，再把它忘记（英国）●宽宥是人性的，而忘却是神性的（詹姆斯·格兰）●最高贵的复仇是宽容（雨果）

●只有勇敢的人才懂得如何宽容；懦夫决不会宽容，这不是他的本性（斯特恩）

●严以律已，宽以待人

●不会宽容人的人，是不配受到别人的宽容的 －－贝尔奈 ●如烟往事俱忘却，心底无私天地宽。作者： 陶铸

●陆地上最广阔的是海洋，比海洋还广阔的是天空，比天空更广阔的是人的胸怀。

**第五篇：作文素材——宽容**

穿梭于茫茫人海中，面对一个小小的过失，常常一个淡淡的微笑，一句轻轻的歉语，带来包涵谅解，这是宽容；在人的一生中，常常因一件小事、一句不注意的话，使人不理解或不被信任，但不要苛求任何人，以律人之心律已，以恕已之心恕人，这也是宽容。所谓“己所不欲，未施于人”也寓理于此。

学会宽容，意味着您不再心存凝虑

法国十九世纪的文学大师维克多。雨果曾说过这样的一句话：“世界上最宽阔的是海洋，比海洋宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀”。雨果的话虽然浪漫，却也不无现实启示。

相传古代有位老禅师，一日晚在禅院里散步，突见墙角边有一张椅子，他一看便知有位出家人违犯寺规越墙出去遛达了。老禅师也不声张，走到墙边，移开椅子，就地而蹲。少顷，果真有一小和尚翻墙，黑暗中踩着老禅师的背脊跳进了院子。当他双脚着地时，才发觉刚才踏的不是椅子，而是自己的师傅。小和尚顿时惊慌失措，张口结舌。但出乎小和尚意料的是师傅并没有厉声责备他，只是以平静的语调说：“夜深天凉，快去多穿一件衣服。”

老禅师宽容了他的弟子。他知道，宽容是一种无声的教育

在日常生活中，当没有缘份的“对手”，出于内心的丑恶，在你背后说坏话做错事时，此时你想伺机报复，还是宽容？当你亲密无间的朋友，无意或有意做了令你伤心的事情，此时你想从此分手，还是宽容？冷静地想一想，还是宽容为上。这样于人于己都有好处。

有人说宽容是软弱的象征，其实不然，有软弱之嫌的宽容根本称不上真正的宽容。宽容是人生难得的佳境--一种需要操练、需要修行才能达到的境界

宽容，意味着你不会再为他人的错误而惩罚自己

气愤和悲伤是追随心胸狭窄者的影子。生气的根源不外是异己的力量──人或事侵犯、伤害了自己（利益或自尊心等），一言以蔽之，认定别人做错了，于是勃然作色，恶从胆边生；咬牙切齿，怒从心头起。凡此种种生理反应无非在惩罚自己，而且是为他人的错误！显然不值

宽容地对待你的敌人、仇家、对手，在非原则的问题上，以大局为重，你会得到退一步海阔天空的喜悦；化干戈为玉帛的喜悦；人与人之间相互理解的喜悦。要知你并非踯躅单行，在这个世界里，我们各自走着自己的生命之路，纷纷攘攘，难免有碰撞，所以即使心地最和善的人也难免要伤别人的心，如果冤冤相报，非但抚平不了心中的创伤，而且只能将伤害者捆绑在无体止的争吵战车上

三国时，诸葛亮初出茅庐，刘备称之为“如鱼得水”，而关、张兄弟却未然。在曹兵突然来犯时，兄弟俩便“鱼”呀“水”呀地对诸葛亮冷嘲热讽，诸葛亮胸怀全局，毫不在意，仍然重用他们。结果新野一战大获全胜，使关、张兄弟佩服得五体投地。如果诸葛亮当初跟他们一般见识，争论纠缠，势必造成将帅不和，人心分离，哪能有新野一战和以后更多的胜利呢？

宽容是一种博大，它能包容人世间的喜怒哀乐；宽容是一种境界，它能使人跃止大方磊落的台阶。只有宽容，才能“愈合”不愉快的创伤；只有宽容，才能消除人为的紧张。

宽容地对待自己，就是心平气和地工作、生活。这种心境是充实自己的良好状态。充实自己很重要，只有有准备的人，才能在机遇到来之时不留下失之交臂的遗憾。知雄守雌，淡泊人生是耐住寂寞的良方。轰轰烈烈固然是进取的写照，但成大器者，绝非热衷于功名利禄之辈。

俗语有“宰相肚里能撑船”之说。古人与人为善之美、修身立德的淳淳教诲却警示于世人，一个人若胆量大，性格豁达方能纵横驰骋，若纠缠于无谓鸡虫之争，非但有失儒雅，反则终日郁郁寡欢，神魂不定。惟有对世事时时心平气和、宽容大度，就能处处契机应缘、和谐圆满

唐朝谏议大夫魏征，常常犯颜苦谏，屡逆龙鳞，可唐太宗宽容为怀，把魏征看作是照见自己得失的“镜子”，终于开创了史称“贞观之治”的太平盛世

如果一语龃龆，便遭打击；一事唐突，便种下祸根；一个坏印象，便一辈子倒霉，这就说不上宽容，就会被百姓称为“母鸡胸怀。”真正的宽容，应该是能容人之短，又能容人之长。对才能超过者，也不嫉妒，唯求“青出于蓝而胜于蓝”，热心举贤，甘做人梯，这种精神将为世人称道。

宽容的过程也是“互补”的过程。别人有此过失，若能予以正视，并以适当的方法给予批评和帮助，便可避免大错。自己有了过失，亦不必灰心丧气，一蹶不振，同样也应该宽容和接纳自己，并努力从中吸

取教训，引以为戒，取人之长，补己之短，重新扬起工作和生活的风帆

宽容，意味着你有良好的心理外壳

宽容，对人对自己都可成为一种毋需投资便能获得的“精神补品”。学会宽容不仅有益于身心健康，且对赢得友谊，保持家庭和睦、婚姻美满，乃至事业的成功都是必要的。因此，在日常生活中，无论对子女、对配偶、对老人、对学生、对领导、对同事、对顾客、对病人，都要有一颗宽容的爱心。宽容，它往往折射出人处世的经验，待人的艺术，良好的涵养。学会宽容，需要自己吸收多方面的“营养”，需要自己时常把视线集中在完善自身的精神结构和心理素质上。否则，一个缺乏现代文明阳光照射的贫儿，当被人们嗤之以鼻，不屑一顾。

当然，宽容决不是无原则的宽大无边，而是建立在自信、助人和有益于社会基础上的适度宽大，必须遵循法制和道德规范。对于绝大多数可以教育好的人，宜采取宽恕和约束相结合的方法；而对那些蛮横无理和屡教不改的人，则不应手软。从这一意义上说“大事讲原则，小事讲风格”，乃是应取的态度。

深邃的天空容忍了雷电风暴一时的肆虐才有风和日丽辽阔的大海容纳了惊涛骇浪一时的猖獗才有浩淼无垠苍莽的森林忍耐了弱肉强食一时的规律

才有郁郁葱葱。泰山不辞抔土方能成其高江河不择细流方能成其大。宽容是壁立千仞的泰山是容纳百川的江河湖海。

法国浪漫主义文学大师雨果曾说道：“世界上最宽广的是海洋，比海洋更宽广的是天空，比天空更宽广的是人的胸怀。”可见宽容的力量是无穷无尽的。

宽容，是一种气度，一种胸怀。正如林则徐所讲：“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”宽容是齐白石老先生“人誉之，一笑；人毁之，一笑”的坦然；是李斯“泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能就其深”的胸怀。面对别人的过失，瑕疵必报，带给自己的是心灵的负担，带给别人的是无路可走的绝境。漫溯历史的海岸，诸葛亮以“非淡薄无以明志，非宁静无以至远”的宽容铭记于心。然而，同样是才智出众的周瑜，死时也不忘发出“既生瑜，何生亮”的感叹，这又怎么能和诸葛亮七擒七纵孟获的大度相比。与其讲周郎输在才智上，不如说他输在那不能大度的宽容心上。而韩信，身受跨下之辱，待功成名就之日，反而奖励当年威逼他的人，其大将风度，让人油然而生敬意。鲁迅先生讲：“度尽劫波兄弟在，相逢一笑泯恩仇。”讲的也是人要有宽容之心。

宽容，成就自己也成就别人。蔺相如宽容廉颇的狂傲无礼，成就自己美名同时，也成就廉颇的悔悟，终留“将相和”的佳话；鲍叔宽容管仲的过失，推其为相，不仅突显鲍叔的大度，更成就管仲日后的丰功伟业，终有“九合诸侯，一匡天下”的壮举。唐宋明主宽容文人骚客的谈时议政，终有唐宋政治的开明，文化的大发展。历史告诉我们，宽容是一种力量，展现个人的人格魅力，把生的希望留给别人，把发展的可能延续。

历史的呼吸，吹出悠远的箫声；清风的手指，弹出动人心弦的琴曲。透过雾锁重楼的历史，我们发现：，是一种气度，一种胸怀宽容；成就自己也成就别人,宽容充满世界。宽容一种谅解，是宽恕和容忍，是一种力量，它使人产生强大的凝聚力和感染力，使人愿意团结在你的周围；宽容是一缕阳光，化解干戈、冲突、仇恨、斗争；宽容是一种品德，以宽厚仁爱之心待人，会获得别人的宽容、信任、爱戴和帮助；宽容是一根灵验的魔术棒，它可以改善自己与社会的关系，使人与人之间融合在一起。懂得宽容，我们的生活将会更加美好！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！