D&D分享系列之
“不抱怨21天”

D&D分享系列之“不抱怨21天”

系列故事三：

宽恕他人，才有疗愈的可能

这是经济大萧条时期的美国。曼莎小姐好不容易才找到一份在一家高级珠宝店当售货员的工作。在圣诞节的前一天，店里来了一位30岁左右的男顾客，他虽然穿着很整齐干净，看上去很有修养，但很明显，这也是一个遭受失业打击的不幸的人。这时，电话铃响了。曼莎去接电话，一不小心，将摆在柜台的盘子碰翻了；盘中有6枚精美绝伦的金耳环掉在了地上。曼莎慌忙弯腰去捡。可她捡回了5枚以后，却怎么也找不到第6枚。当她抬头时，看到那位男子正向门口走去，顿时，她明白了那第6枚耳环在那里。

D&D分享系列之“不抱怨21天”

当男子的手将要触及门把手时，曼莎柔声叫道：“等一下，先生。”那男子转过身，两个人相视无言，足足有一分钟。曼莎的心在狂跳不止，心想，他要是粗鲁我该怎么办？他会不会……“什么事？”他终于开口说道。曼莎极力控制住心跳，鼓足勇气，说道：“先生，今天是我第一天上班，你知道，现在找份工作多么不容易，能不能……”男子用极不自然的眼光长久地审视着她，好一阵子，一丝微笑在他脸上浮现出来。他向她走去，并把手伸给她：“我可以为你祝福吗？”紧紧地握完手后，他转身缓缓地走出店门。曼莎小姐目送着他的身影在门外消失，转身走回柜台，把手中的第六枚耳环放回原处。她的眼睛有些潮湿……

Organization & Individual Development Aligned. ™

如何做更好的自己：

- 无论哪种伤痛，你必须与它们和平共处，因为它已经发生了，你无法改变过去已发生的事，只能“接受”它
- 理解，宽容，以人心打动人心。当你接受并宽恕不幸时，你创造了治愈和继续前进的可能性
- 许多人企图把伤痛归咎于别人，因而偏离了正轨。谴责别人，只会拖延治愈的时间，更加难以治愈

D&D分享系列之“不抱怨21天”

“不抱怨”思考题
【反向】

我们常常会面临这样的的遭遇：

- 别说我认识你，离我远一点！
- 我不想再听你的任何借口了！
- 不要管我，你自己都做不好，凭什么指责我？
- 你真不害臊，你会遭报应的！

Organization & Individual Development Aligned. ™

“不抱怨”思考题
【正向】

其实，只要转变心情，着眼于光明面，
人生就会真的反转：

- 想开点，谁都可能遇到这样的状况，不用管别人的眼光
- 不要束手束脚，既然情况已经这样了，我们就尽量把损失减到最小
- 再给我一次机会，我可以做得更好
- 我们都应该从自己身上找原因，如果确实是我错了，我会向你道歉

D&D分享系列之“不抱怨21天”

谢谢欣赏

D&D祝您：每天都有好心情