

发掘更好的自己，才能遇见最好的别人

◎黄志伟

记忆深处里，小时候体育课上，老师组织我们男生搞了一个跳高比赛，标竿上升到 90 厘米时，总有几个男生跳不过，这样就受到别的同学一片嘘声，再这嘘声中，也有无地自容的我，因为我正是这跳不过的男生当中的一个。

后来，老师为了让所有男生体育成绩合格，就再讲了一遍跳高的技巧，我一字一句听到心里去了，临到再一次跳高时，我鼓起勇气，按照老师说的技巧再一次尝试，这一次竟然跳过了，此时，班上所有同学齐刷刷的鼓掌。

这件事一直影响了我许多年，当自己落后时，就要受到别人嘲笑，只有当自己进步了，才能受到别人的尊重和鼓励。做更好的自己，才能遇见最好的别人。

生活不如意十之八九，有阴就有晴，有得到就有失去，有快乐也有不快乐，我们在这种种复杂中，如果深陷其中，就会迷失自我，只有提高自己的高度，让自己在生活的淬炼中，修炼自己的内心，不与乱事乱人纠结，尽量和正能量积极的人交往，让自己时刻保持一种旺盛的状态，时刻让自己处于一种最佳的状态中，那么，生活的美尽向你绽放。

有时，我们难过了，可以允许自己难过一会儿，但是不允许自己自此就沉沦其中，生活有许多切片，这片窗户看到的是小狗死掉，另一扇窗户也许就是鲜花盛开。因此，适时的切换频道和状态，是对自己的把控力的锻炼，这一点很重要。

人生不可能没有遗憾，没有遗憾的人生就是一种遗憾，我们所要做的就是正确心态和方式处理这些遗憾，收拾好自己的心情，轻装上阵，走更远的路看更大的海。既要学会放下心中的执念，又要对得起自己的不甘心，因为我们放下的是

不可能得到的东西，我们的不甘心，是对自己生命的负责。有时，我们边走边泪，心中曾经认为的不可能，都成为了可能，而那些遥不可及的目标，都成为了身后的风景。

你若盛开，花蝶自来，你若精彩，天自安排，有时，我们缺少的只是一种自我精彩的勇气，明明可以让自己变得更好，可是放弃了机会，明明可以证明自己，却缺少了勇气。很多时候，不是我们不行，而是我们不敢去想，不敢去试，害怕失败比失败本身这件事更值得可怕。

其实我们每个人都可以发掘更好的自己，做最好的自己，只是我们失去了自我探索的能力。那些朝九晚五的安稳让我们迷离，那些灯红酒绿的诱惑让我们沉沦，那些纷繁复杂的人情让我们疲惫，那些狐朋狗友的“情谊”让我们纷乱，我们只是一个被欲望驱使的奴隶，而不是主宰欲望的主人，当一个人能够正确处理自己的欲望和生活琐事，那么，这才是一个最好的自己。

而最好的自己往往极其简单的，生活俭朴，不乱于心，不困于情，时刻保持一种轻盈的状态，对突如其来的事，往往有很好的把控力，决不会被自己的欲望所吞没，神清目明，心中有爱，疏而不离，淡泊如水……