

*Xue Hui Fang Qi*

⑤ 放弃是一种崭新的开始，是一种生活的选择，人生在追求之中放弃，在放弃之中追求

学会

# 放弃

放弃是一种伤痛，然而它像黎明前的黑暗，预示了光明的璀璨  
放弃是一种美丽，然而它像秋天的落叶，孕育了春天的希望

放弃是一种自我超越的人生智慧

赵文明 编著



中国长安出版社

*Xue Hui Fang Di*

◎ 放弃是一种崭新的开始，是一种生活的选择；人生在追求之中放弃，在放弃之中追求

# 学会放弃

放弃是一种伤痛，然而它像黎明前的黑暗，预示了光明的璀璨  
放弃是一种美丽，然而它像秋天的落叶，孕育了春天的希望

放弃是一种自我超越的人生智慧

赵文明 编著



中国长安出版社

图书在版编目(CIP)数据

学会放弃/赵文明编著. —北京:中国长安出版社,  
2007.9

ISBN 978-7-80175-717-3

I. 学... II. 赵... III. 人生哲学—通俗读物  
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 148037 号

学会放弃

赵文明 编著

---

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街 14 号(100006)

网址:<http://www.ccapress.com>

邮箱:[ccapress@yahoo.com.cn](mailto:ccapress@yahoo.com.cn)

发行:中国长安出版社 全国新华书店

电话:(010)65281919 65270433

印刷:北京通州京华印刷制版厂

开本:787×1092 1/16

印张:16.25

字数:300 千字

版本:2007 年 10 月第 1 版 2007 年 10 月第 1 次印刷

---

书号:ISBN 978-7-80175-717-3

定价:29.80 元

## 前言

在人生的大风浪中，我们常常要学船长的样子，在狂风暴雨之下把笨重的货物扔掉，以减轻船的重量。

——巴尔扎克

在一个青黄不接的初夏，一只觅食的老鼠意外地掉进了一个盛得半满的米缸里。这飞来的口福使老鼠大喜过望，它警惕地环顾了一下四周，确定没有危险之后，便是一通疯吞猛咽，吃完倒头便睡。

老鼠就这样在米缸里吃了睡，睡醒了再吃。日子不知不觉地在丰衣足食的悠闲中过去了。有时老鼠也曾为“是否要跳出缸去”进行过心理斗争和痛苦的抉择，但它最终舍不得放弃白花花的大米。直到有一天它发现米缸见了底，才发觉以米缸现在的高度自己就是想跳出去，也没有这个能力了。

对老鼠而言，这缸米是它难以放弃的诱惑。它想全部拥有，其代价就是自己的生命。它多留恋一天，多贪吃一天，离死亡就更近一天。

人生的哲理就像老鼠贪吃一样简单。舍不得丢掉眼前的蝇头小利，不懂得放弃，最后失去的反而更多。我们脆弱的生命背负不了太多的行囊，拖着疲惫的身躯走在人生路上，我们注定要放弃很多。果断的放弃是面对诱惑的一种明智的选择，只有学会放弃，我们才会在生命的旅途中轻装上阵、一路高歌；只有学会放弃，生活才会倍感绚丽、朝气蓬勃。

茫茫人海，滚滚红尘，好多时候人们总是身不由己。正因如此，我们在面对无数大小抉择之时，才要拿得起放得下。放弃未必是失败，未必是损失，因为有舍必有得。得到的或许比放弃的还要珍贵。塞翁失马，焉知非福。不要抱怨什么，得与失本来就是交替轮回的。

放弃羡慕别人的目光，放弃周围琐事的干扰，放弃名与利的争夺，放弃同事间的勾心斗角。需要我们放弃的东西有很多，但我们因放弃而得到的东西则更多。这样，我们就会找到快乐，朋友的快乐，亲人的快乐，工

作的快乐，生活的快乐。走自己的路，让别人去说吧。选择自己喜欢的，放弃自己想放弃的，过自己想过的生活。

当然，放弃是一种艺术，这种艺术的奥妙在于度的把握，有些东西需要放弃，而有些东西则绝不能放弃。在短暂的人生中，我们就不能放弃学习，放弃奋斗，放弃生存。相反，我们要更加积极地去享受这短暂而又精彩的人生，去奋斗，去抉择，在抉择中学会理智的放弃。

生命的价值也许就在于它的一次性。天底下没有卖后悔药的，你永远没有机会后悔。所有的快乐和伤痛，所有的微笑和泪水，只代表过去。选择了生，就放弃了死；选择了希望，就放弃了失望；选择了明天，就不必再留恋今天。本书正是以上述内容为题，分九个方面对“学会放弃”进行了深入的探讨。怨气、平庸、沉重、忧虑、完美、固执、过往、犹豫、虚华都是我们为了活出人生的价值应该勇敢放弃的。积极、豁达、智慧的人生才会幸福，如果你想不断地自我提升、不断地完善自己，那么你就翻开本书吧，在闲暇时细细品味其中的蕴意，在苦闷彷徨时寻找灵魂的归宿。

本书中提出的许多方法和策略对每个人的人生都颇具指导意义，特别在面对人生重要选择关口时，如何保持平和的心态，如何做出正确的选择与放弃，书中都做出了很好的阐释。

“横看成岭侧成峰，远近高低各不同。”不管是浅尝，还是深品，本书都能给你安慰，给你鼓舞，给你力量，帮你开启成功、幸福的人生之门，并劝慰那些还在茫然的人们，勇于放弃生命中的负累，赢得真正的幸福人生。



# 目 录

## 第一章 放弃完美 缺憾未必不是一种美

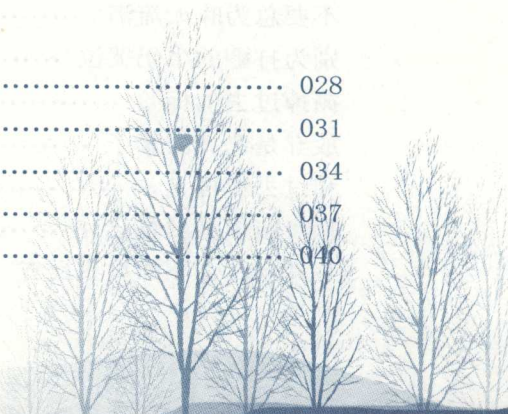
金无足赤,人无完人,上帝并没有创造一个标准的人。世上的每个人都如同是被上帝咬过一口的苹果,他们都是有缺陷的。有的人缺陷大些,那是因为上帝特别喜欢他的芬芳。学会放弃完美,去接受并欣赏生活中的不完美,也许会发现缺憾是另一种形式的美。

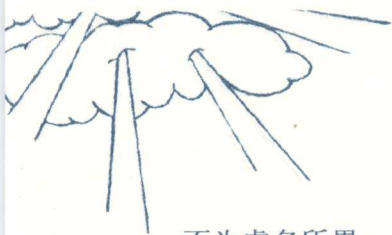
|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不要太苛求完美 .....     | 002 |
| 缺憾未必不是一种美 .....   | 005 |
| 学会宽容别人 .....      | 007 |
| 学会欣赏自己 .....      | 010 |
| 珍惜现在拥有的一切 .....   | 014 |
| 你不能让所有人都满意 .....  | 018 |
| 学会欣赏残缺之美 .....    | 020 |
| 完美主义终究是一种理想 ..... | 023 |

## 第二章 放弃虚华 没有真正的输赢人生

没有永远的成功,也没有永远的失败。成功是由无数次失败加起来的。有时候我们做出了许多自以为成功的事,事后却证明是失败之作,如果能看淡成功和失败的分界,反而会轻松许多。这样的人生态度,看似消极,其实透彻。世间事很少祸福分明,福兮祸所伏,祸兮福所倚。成功潜伏着失败,失败也常常孕育着成功。放下成功与失败的担子,这并不是说你对成功的喜悦与失败的苦恼无动于衷,而是对“得”不必欣喜若狂,对“失”也不必心灰意冷。过得轻松一点,不以成败论英雄,因为,没有真正的输赢人生。

|                  |     |
|------------------|-----|
| 成功的标准不止一个 .....  | 028 |
| 放弃并不意味着失败 .....  | 031 |
| 放弃进攻是最好的进攻 ..... | 034 |
| 生命就是做自己 .....    | 037 |
| 起手无悔大丈夫 .....    | 040 |





|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不为虚名所累 .....      | 042 |
| 保持淡泊名利的平常心 .....  | 045 |
| 归零开始，从头再来 .....   | 048 |
| 懂得放弃才是真聪明 .....   | 052 |
| 守住好心态才能一生幸福 ..... | 055 |

### 第三章 放弃摇摆 坚守生命中的钻石

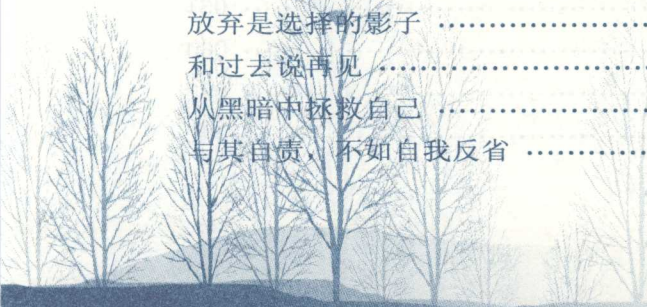
当我们面对选择与取舍时，要学会在思考后当机立断，只有这样才会不拖延时间、不错过机遇。现实生活中能在关键时刻拿出勇气和魄力做出果断决定的人并不是很多，恰恰相反，绝大多数人在关键时刻都会左顾右盼、进退两难，在犹豫不决中错过时机。

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 相信自己能做到 .....   | 060 |
| 找准属于你的位置 .....  | 062 |
| 会选择更要敢于放弃 ..... | 065 |
| 放弃，但不轻言放弃 ..... | 067 |
| 学会放弃，重新选择 ..... | 071 |
| 有所为有所不为 .....   | 074 |
| 有所放弃更有所坚守 ..... | 077 |
| 懂得放弃的真谛 .....   | 079 |

### 第四章 放弃过往 不要沉湎于过去的辉煌或悲哀

一个人喜欢怀旧是正常的，也是必要的，回忆过去才能自省自身。但是一味地沉湎于过去而否认现在和未来，就会成为过去的奴隶。扔掉扰心的烦恼，忘记失败的沮丧，封藏痛苦的记忆，坚定地把许多的过去踩在脚下、抛在身后。选择了瞬间的清醒，就等于选择了瞬间的成长。生命并非只有一处辉煌，包容过去、融通未来，人生还有第二个春天等你创造。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不要总为昨天流泪 .....    | 084 |
| 别为打翻的牛奶哭泣 .....   | 086 |
| 撕掉过去的标签 .....     | 089 |
| 放弃是选择的影子 .....    | 092 |
| 和过去说再见 .....      | 095 |
| 从黑暗中拯救自己 .....    | 097 |
| 与其自责，不如自我反省 ..... | 099 |





|                 |     |
|-----------------|-----|
| 放下过去，憧憬未来 ..... | 102 |
| 相信明天会更好 .....   | 104 |
| 把握现在 .....      | 107 |

## 第五章 放弃平庸 可以平凡但不能平庸

平凡与平庸，是生活的两种状态。因为我们有理想有追求，所以我们平凡但不平庸。平凡不是错误，我们大多数的人都是平凡的，但那不是我们一生平庸的理由，也不是我们没有出类拔萃的借口。平庸的理由可以有千万条，而杰出的原因只需要一点，那就是不甘平庸。

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 远大目标是超越平庸的动力 .....  | 112 |
| 不想平庸就必须珍惜时间 .....   | 114 |
| 努力喜欢自己的工作 .....     | 117 |
| 坚持梦想就会摆脱平庸 .....    | 120 |
| 把苦难当作告别平庸的垫脚石 ..... | 123 |
| 细节决定成败 .....        | 126 |
| 跌倒了就爬起来 .....       | 129 |
| 超越自卑就会成功 .....      | 131 |
| 不要和小事计较 .....       | 134 |
| 给自己合理定位 .....       | 137 |
| 自强改变平庸 .....        | 140 |

## 第六章 放弃沉重 生命之舟需轻载

古语说：“人为财死，鸟为食亡。”欲望永远无边，放纵欲望就会招来无穷的灾难。人生苦短，不要让过分膨胀的欲望侵蚀我们的灵魂，进而消耗我们宝贵的生命。生命有的时候很脆弱，如果拥有太多的欲望则难以负重，只有放弃那些过分沉重的追求，轻装上阵，我们才能领略到生活中独特而简单的美好。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不要给自己的人生加行李 ..... | 144 |
| 别让自己活得太累 .....    | 147 |
| 控制无止境的欲望 .....    | 149 |
| 不要做金钱的奴隶 .....    | 152 |
| 过简单的生活 .....      | 154 |
| 舍掉一些无谓的忙碌 .....   | 158 |



|                   |     |
|-------------------|-----|
| 适合的才是最好的 .....    | 160 |
| 将不必要的欲望关在门外 ..... | 164 |

## 第七章 放弃忧虑 放下就是快乐

一位伟人說：“要么你去驾驭生命，要么生命驾驭你。你的心态决定，谁是坐骑，谁是骑师。”同样，人生的快乐也取决于我们的心态。如果我们不给予自己烦恼，别人也永远给不了我们烦恼；如果我们不给自己快乐，那别人永远也给不了我们快乐。过多的忧虑，就是杞人忧天，放弃忧虑，我们会发现生活原来可以这样轻松和快乐。

|                  |     |
|------------------|-----|
| 快乐只是你的一种选择 ..... | 168 |
| 彻底解放你自己 .....    | 170 |
| 养成快乐的习惯 .....    | 174 |
| 年龄不是障碍 .....     | 176 |
| 时刻记得微笑 .....     | 180 |
| 冲破自我的心理障碍 .....  | 184 |
| 悲哀莫过于患得患失 .....  | 187 |
| 进行积极的心理暗示 .....  | 190 |
| 遇事要有积极的心态 .....  | 195 |

## 第八章 放弃固执 不要为一棵树而放弃整片森林

生命中太多的障碍，都是过分固执造成的。一叶障目，不见泰山。无论什么事，如果你在前进的道路上走得很艰难，你在已经尽力后还不能成功，不妨回过头自检一下自己一直以来坚持的意见和观点，并试着放弃它们。正视现实，咬咬牙勇敢地放弃那些苦撑硬撑却力不从心的事情。静下来想一想，还有那么多的选择，何必为了一棵树而放弃整片森林呢？

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 放弃毫无意义的固执 .....     | 200 |
| 愚公移山不可取 .....       | 202 |
| 别做无谓的坚持，要学会转弯 ..... | 205 |
| 明确自己的目标 .....       | 208 |
| 该放手时就放手 .....       | 210 |
| 不妨半途而废 .....        | 213 |
| 放弃需要勇气 .....        | 215 |
| 不会放弃的人不会拥有明天 .....  | 218 |





## 第九章 放弃怨气 与其抱怨，不如改变

奥地利小说家茨威格说过：“机会看见抱怨者就会远远避开。”聪明的人从不抱怨现状，因为他们知道抱怨于事无补，只会徒增烦恼。所以，他们总是及时做出改变，充分利用自己的优势，发挥自己的潜能，一步步攀登，一步步走向成功。我们每一个生命都是平等的，放弃一切怨气，善待自己，欣赏自己，改变自己，我们就可以拥有快乐而自信的人生。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不要怨天尤人 .....      | 222 |
| 自信的人从不抱怨 .....    | 224 |
| 平衡心中的天平 .....     | 228 |
| 不能改变环境就改变自己 ..... | 232 |
| 学会坦然面对 .....      | 235 |
| 做真实的自己 .....      | 237 |
| 学会化解不快 .....      | 240 |
| 总有一扇窗为你打开 .....   | 243 |
| 有些事情你必须等待 .....   | 246 |





## 第一章

# 放弃完美 缺憾未必不是一种美

金无足赤，人无完人，上帝并没有创造一个标准的人。世上的每个人都如同是被上帝咬过一口的苹果，他们都是有缺陷的。有的人缺陷大些，那是因为上帝特别喜欢他的芬芳。学会放弃完美，去接受并欣赏生活中的不完美，也许会发现缺憾是另一种形式的美。

## 不要太苛求完美

人生确实有许多的不完美，比如：上帝给了一个人美丽的容貌，却不给他博大的思想；上帝给了一个人高深的智慧，却不给他健康的体魄。同样，很多伟人都有弱点，罗斯福身患残疾，拿破仑矮小专制，斯大林严厉刻薄……这些人都不完美，也无法完美。但不可否认的是，他们的心境很完美，他们没有在不完美里哀叹。如果我们一味地追求所谓的完美，就不可能轻轻松松地面对生活，更不可能创造成功幸福的人生。

但是大多数人常常埋怨自己的生活不美满，这不如意那不舒服，总之，在他们眼里，到处充斥着不完美，这影响了他们的心情，破坏了他们的生活。其实，不完美是生活的一部分，拥有缺陷是人生另一种意义上的丰富和充实，同时，损伤和缺憾往往是我们进入另一种美丽的契机。

既然如此，面对诸多的不完美，我们就要用一种平和的心态来对待它。比如，每个人都有缺点，重要的是如何能将这些“缺点”转化为“优势”，将这些“优势”好好运用、发挥，并得到更好的效果。

有一位挑水夫，他有两个水桶，分别吊在扁担的两头，其中一个桶有裂缝，另一个则完好无缺。在每次长途的挑运中，完好无缺的桶，总是能将满满一桶水从小溪边送到主人家中，但是有裂缝的桶到达主人家时，只剩下半桶水。

两年来，挑水夫就这样每天挑一桶半的水到主人家。当然，好桶对自己能够送满整桶水感到很自豪，而破桶则对于自己的缺陷感到非常羞愧，它为只能负起一半的责任而难过。

饱尝了两年失败的苦楚，破桶终于忍不住了，在小溪旁对挑水夫说：“我很惭愧，必须向你道歉。”

“为什么呢？”挑水夫问道，“你为什么觉得惭愧？”

“过去两年，因为水从我这边一路的漏掉了，你只能送半桶水到主人家，我的缺陷，使你做了全部的工作，却只收到一半的成果。”破桶说。

挑水夫替破桶感到难过，他蛮有爱心地说：“我们回到主人家的路上，我要你留意路旁盛开的花朵。”

走在回家的山坡上，破桶突然眼前一亮，它看到缤纷的花朵开满了路的一旁，沐浴在温暖的阳光之下，这景象使它开心了很多。

但是，走到小路的尽头，它又难受了，因为一半的水又在路上漏掉了！破桶再次向挑水夫道歉。

挑水夫温和地说：“你有没有注意到小路两旁，只有你的那一边有花，好桶的那一边却没有开花吗？我明白你有缺陷，因此我善加利用，在你那边的路旁撒了花种，每次我从小溪边回来，你就替我一路浇了花。两年来，这些美丽的花朵装饰了主人的餐桌。如果你不是这个样子，主人的桌上也没有这么好看的花朵了。”

破桶听了之后，心情终于释然了。

“木桶”的不完美成就了路面鲜花的完美，可以说，一种不完美往往是另一种完美的代言。当生命中有个小小的缺口，不要悲观怨叹，因为它可能让我们永远有追求幸福的动力。我们要正视缺陷，不要苛求完美。

过于苛求完美，则很可能遭遇失败。当然，完美主义也有可能会获得成功，但成功的到来并不是因为有了这些完美的标准。研究表明，苛求完美在工作效率、人际关系方面都会受到严重损害，甚至会导致自我挫败。原因是他们以歪曲的、非逻辑的思维方法看待生活。完美主义者最普遍的思维方法是“要么全有，要么全无”。

这首先导致完美主义者的工作效率低下，他们要求一切都尽善尽美，否则不如不做。认真的态度是每个人都需要的，不管是在工作中还是生活中。工作因为认真而变得出色，生活因为认真而变得精致。我们鼓励认真的态度，是为了让自己的人生变得幸福和充实，然而，生活中有些人却往往认真得近乎于偏执，不管做什么事都追求完美，不容许自己有一点点失误，不允许生活有一点点瑕疵，结果常常因为对自己太过苛求而搞得身心疲惫不堪。

任何工作都不可能达到完美的极致，每一个细节都追求完美很可能就忽略了大局。同样，任何事物也是如此，下面的这则寓言就很好地说明了这一点。

很久以前，有位渔夫从海里捞到一颗晶莹剔透的大珍珠，爱不释手。



## 学会放弃

但美中不足的是珍珠的上面有个小黑点，“美珠有瑕”。渔夫想，如能将小黑点去掉，珍珠将变成无价之宝。可是渔夫剥掉一层，黑点仍在；再剥一层，黑点还在；一层层地剥到最后，黑点是没有了，然而珍珠也不复存在了。

渔夫想得到的是美的极致，在他消除了所谓的不足时，美也消失在他追求过于完美的过程中了。有黑点的珍珠不过是白璧微瑕，正是其浑然天成、不着雕痕的可贵之处，如同“清水出芙蓉，天然去雕饰”，美得自然，美得朴实，美得真切。美真正的价值往往不在于它的完整，而在于那一点点的残缺，就如同缺失双臂的维纳斯，它能给人以无限的遐思，美丽也就在这样一种遗憾和遐想中成为极致。

其次，在人际关系中，许多完美主义者感到孤独。这是因为他们害怕自己的意见不被采纳，使自己的完美形象受到影响。他们为自己的言行辩解，对别人却指指点点，评头论足。这样常常伤害别人，影响同事、朋友之间的关系，最终导致他们陷入孤独的境地。

另外，过于苛求完美，还可能伤害人的自尊，损害人的健康。丘吉尔曾经说过：追求完美，事事完美，太苛求了，所以痛苦。追求完美很好，但是太苛求完美就有问题，苛求完美必然会不分主次、斤斤计较、因小失大。苛求完美还会陷入痛苦、失望的境地，长久以往，就会自尊心受挫，情绪压抑，精神不振，继而身体出现异常，得不偿失。

俗话说：“人无完人，金无足赤。”人生确实有许多的不完美，每个人都有这样那样的缺憾，真正完美的人是不存在的，即使是中国古代四大美女，也各有自身的不足。据记载，西施大脚、王昭君双肩仄削、貂蝉耳垂太小、杨贵妃患有狐臭。

人生没有完美可言，完美只是在理想中存在。所以，不管对于事情的结果如何在意，偶尔也该放过自己，毕竟完美是不存在的。正是因为有了残缺，我们才有梦想、有希望。当我们为梦想和希望而付出努力的同时，就已经拥有一个完美的自我了。

其实，人世间，完美与不完美只存在于一念之间。苛求完美只会离完美越来越远，放弃苛求完美，我们会发现人世间的一切都有它自己的独特之美。

俗话说：“水至清则无鱼，人至察则无徒。”现实生活中，如果对人、

对事、对自己都太过于苛求，就会使自己生活在孤寂和焦灼之中，结果适得其反，所以，一定要学会放弃苛求完美的冲动，以免陷入过于苛求完美的陷阱。

#### 心灵感悟：

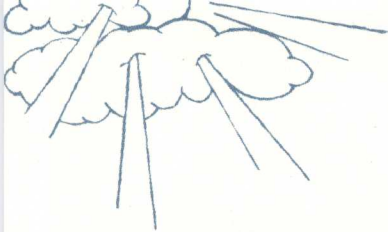
我们可以追求完美，但不可以苛求完美。如果太苛求完美，不仅得不到完美，反而会离完美越来越远。

## 缺憾未必不是一种美

上帝并没有创造一个标准的人，我们每一个人都如同是被上帝咬了一口的苹果，都是有缺陷的。有的人缺陷大些，那是因为上帝特别喜欢他的芬芳。

美国第26任总统西奥多·罗斯福8岁的时候，有着一副非常“抱歉”的面孔，一副暴露在外、参差不齐的牙齿，那种畏首畏尾的神态，不管是谁看见了都觉得好笑甚至是嘲笑。当他在教室里被老师唤起来背书时，更显得局促不安，他的呼吸急促得好像快要断气了，两腿站在那里直发抖，牙齿也颤动得像要脱落下来一样。他背出的句子含糊不清，几乎没人听得懂，背完后，便颓然坐下，就像是疲惫不堪的战士，突然获得了休息。

也许你以为他一定会性格内向、文静怕动、神经过敏、不喜交际、常常自怨自艾，但是你完全错了，他没有因有了种种缺陷而气馁，反而因为有了这些缺陷而加紧了奋斗的奋斗，这种奋斗并不是谁都能做到的。他经过长期的坚持和学习，才把那常常被人鄙视的气喘改成一种沙声，把齿唇的



## 学会放弃

颤动和内心的畏缩改成卓越的口才和自信的行动。

缺陷造就了罗斯福一生的奋斗精神，这无疑是他经营一生伟业最宝贵的资本。绝不把自己看作一个懦弱无能的人，当他看见别的孩子在操场上嬉笑、跳跃、东奔西跑、做着种种激烈的运动时，他也踊跃参加，从不退让。他也能和大家一样骑马、赛球、游泳、竞走，而且常常名列前茅，成为业余的运动家。他常常以那些坚定勇敢的孩子们为榜样，自己也常常体验冒险的精神，勇敢地对付种种恶劣的环境。当他和别人在一起时，他总是用亲密和善的态度去对待任何同伴，主动与他们接近。这样一来，他即使有着内向的自怜心理，也被自己的行动克服了。他深知上帝从来没有创造一个标准的人，只要自己心境舒坦快乐，一切都将顺利得好像预先安排好的一般。

在他升入大学前，就经常自我鞭策，用有节律的运动和生活，恢复了他的健康。他使自己一改以前的懦弱，变成精力超众、强健愉快的人了。他常常乘假期之暇，到亚历山大去追逐牛群、到洛杉矶去捕熊、到非洲去捉狮子，他那种勇敢强壮的姿态，谁还会想到他就是曾在学校里受窘的那个小学生呢？

罗斯福因为有缺憾，才有了奋斗的动力，才有了坚韧的毅力，这一切，又给他带来了人生的转机，缺憾成就了他一生的功名。事情往往如此，越是有缺陷的地方，却容易迸发勃勃的生机。

沙漠干旱无比，为生物的生存带来极大的危机，然而有一种植物，很像草，它顽强地生活在沙漠中，它的生命力很强，即使晒干多年后，再把这根干草拿出来泡在水里24小时，它又会活过来。科学家们由此给这种普通的草取名为“沙漠玫瑰”，认为它是一种最美丽的植物。

人类也是如此，一个人的身上可能同时存在着缺陷和美丽。贝多芬耳聋之后，音乐创作有了质的飞跃，谱写出了《英雄交响曲》这样纯精神的音乐；中国的张海迪、美国的海伦·凯勒，她们都有残疾，但她们依靠自己的顽强意志奋斗拼搏，取得了令人瞩目的成绩。她们的身体是残缺的，可她们的心灵、她们的精神是高尚的，她们的人生因缺陷而更加美丽。

如果缺陷已经属于自己，我们就应该正确地面对它，不必太在意自己身体上的这种缺陷，把精力都放在自己该做的事上，并且积极进取，使自

己更充实。人的一生或多或少都存在着缺憾，有残缺没有关系，可怕的是不思进取，那样才是永远的缺憾。

对于身体的缺陷，我们可以在心灵上进行弥补，让自己更有内涵。我们无法使自己外貌完美，但我们绝对有能力使自己内心完美。我们要拥有一颗晶莹剔透、美丽善良的心，做一个开朗、善良的人，只有如此，才不会让缺陷和完美颠倒黑白。

记得一部电影中有这样一幕，女主角问她又哑又盲的男朋友有什么优点的时候，那男孩儿快乐地指了指自己的眼睛和嘴巴，两个人都笑了，他们心里都很清楚：尽管他有些不幸，可他比任何人都坚忍、善良、乐观、热爱生命，这又何尝不是另外一种美呢？上帝的确是公平的，一个人有什么缺陷，他就一定会在其他方面比别人多一个优点，只要他的心态是积极的、向上的。

缺憾并不是人生的悲剧，只要能够放弃那种悲剧心态，缺憾就能帮助我们创造美，成就美。

#### 心灵感悟：

生命的缺憾，如同维纳斯女神一样，正是因为有了断臂的缺陷而变得更加典雅特别，美丽动人，而且美得更意外，美得更趣味盎然，美得更令人心醉神迷……

## 学会宽容别人

人生没有完美，总会经历这样那样的缺失，保持一颗平常心，学会宽容别人，多想一想别人的优点，少计较别人的缺点，这样你会觉得生活充满幸福感。宽厚仁爱的人生，就是一种幸福，就是一种美丽。