

# 接纳自己,是人生变好的开始

## 接纳自己是每个人的必修课

有时候,我们能发现别人身上的优点,却总是抓着自己的缺点,陷入自卑的情绪。其实,我们每个人都有自己的闪光点,我们都应该发自内心地接纳自己,给自己提供源源不断的能量和自信。

有困惑很正常,偶尔心情低落也正常,但请你始终相信,你就是这个世界上独一无二的存在,要给自己信心,给自己力量。

在悠长的时光里,能陪伴我们最久的人是自己。当我们不再妄自菲薄,前进的步伐就会变得更加坚定。

## 把握自己的节奏 自会与美好相遇

生活中的许多烦恼,其实都源于我们盲目地和别人攀比,而忘了正视自己的生活。适当比较,找到差距,会给我们提供动力;但是一味攀比,反而可能会让我们迷失自我。

我们每个人都有各自的快乐与烦恼。也许你以为的平凡,正是别人向往已久的美好。

我们都渴望完美,但也不必惧怕遗憾;虽然不能事事如意,但我们还有选择和改变的能力。把握自己的节奏,踏实前行,自会与美好不期而遇。

## 找到热爱 拥抱更好的人生

有人说,这世上最美好的事,大概就是拥有热爱。

热爱有时就像是我们人生中的一个灯塔。当你迷茫了、疲惫了,热爱让你始终心存希望,哪怕在最艰难的时刻,内心也还有一股力量支撑着你,让你坚持下去。

热爱是长在心里的东西,任何人都拿不走。只要怀揣着它,只要肯为它付出,人生就会因为这份热爱而变得丰盛而美好。

来源:人民网

# 有一种胸怀,叫宽容

## 宽容,是一种救赎

宽容不是简单的忘记,而是一种深刻的理解和宽恕。

宽容的力量在于它能够转化愤怒和仇恨,将它们转化为爱。

选择宽容,意味着我们愿意给予他人改正错误的机会,同时也给了自己成长和进步的空间。

在宽容的道路上,我们学会了理解和接纳,学会了在不完美中寻找完美,实现了心灵的升华。

## 宽容,是一种格局

包容别人的过错,不计一时的得失,是一种气度,也是一种格局。宽容要求我们放下个人的得失,以更加开阔的心态去接纳不同的观点和行为。

人生路难,要想走得远,一定要修得一份容人之量。

以一颗宽容的心去对待所有,终有一天,我们能超越自我,拥抱更广阔的世界。

来源:新华社

## 宽容,是一种智慧

宽容,于己是一种智慧。

自我宽容的过程中,我们学会了接纳自己的不完美,理解每个人都有局限性。

宽容自己,意味着在失败和挫折面前,不沉溺于自责和悔恨,而是以一种积极的态度去分析原因,寻找解决方案。在宽容的过程中,我们学会了放下,学会了不计较,学会了以更加开阔的视野去看待世界。

## 巴黎评论·作家访谈8

作者:美国《巴黎评论》编辑部编

出版社:人民文学出版社

出版年:2024年8月

简体中文版《巴黎评论》数字编号系列第8辑,收录传奇文学杂志《巴黎评论》对罗伯特·潘·沃伦、安东尼·伯吉斯等15位著名作家的独家访谈。

## 我在春秋遇见的人和神

作者:李敬泽

出版社:浙江文艺出版社

出版年:2024年8月

著名作家、评论家李敬泽的历史随笔集。五十三篇随笔,五十三次遇见,走进《左传》《史记》《诗经》《论语》,在春秋时代的荒野和歧路上,结识古时那些庞大的灵魂。

## 山谷微风

作者:余华

出版社:北京十月文艺出版社

出版年:2024年8月

本书为余华2024最新散文集,收录余华全新创作的12篇文章及17篇历年精彩文章,创作时间横跨40年。余华用他特有的幽默和通透记录下日常的美好点滴,用细腻感悟和精妙的文字告诉我们,一阵微风,一股海流,一顿美食,一场相遇……都是生活给予的馈赠。

## 正仓院里的唐故事

作者:扬之水

出版社:上海书画出版社

出版年:2024年7月

本书为扬之水2012年至2019年七次赴日本参观奈良博物馆正仓院展览的观展笔记,同时附旅行观展日记。书中详细解读了古琴、古镜、文房用具、香炉、棋盘、金银首饰等正仓院瑰宝。

来源:中青网

