

散文中最重要的 最重要的是要学会去爱 散文(精选8篇)

通过竞聘，我们可以发现自己的优势和不足，及时调整自己的职业发展方向和目标。如何写一份出色的竞聘申请书是许多求职者面临的挑战。接下来请大家跟着小编一起来欣赏一些成功竞聘的范文和案例。

散文中最重要的篇一

时光飞逝，日月如梭，转眼寇“丛丛”已是大班的学生了。从他降生以来，我深知要把这个小生命哺育成人不是一件简单的事情。也从那天开始，我时刻提醒自己，父母是孩子的第一任老师，父母的形象、做人原则、思想都在潜移默化地影响着孩子。在享受为人父母乐趣的同时，也在努力做好为人父母的形象，教育好孩子是我们的义务与职责。

1. 先定规矩，守规奖励、违反处罚。看电视的时间是15分钟，能够在15分钟后报告家长并关上电视，奖励1分；能够把玩具分类收回原处，奖励1分；到达10分以上，奖励看集动画片或者留到后面争取更大的奖励。

2. 多陪孩子。孩子需要父母的陪伴，爷爷奶奶姥姥姥爷更多的是从生活方面照顾孩子，思想、行为方面的教育还是得由父母来。有的时候，孩子会看眼色，寻求爷爷奶奶们的庇护，这时必须要把这种“歪风”压下来，让他们明白父母是权威。

3. 拒绝无理的要求。孩子想要玩具时，总会“得寸进尺”、“狮子大开口”，这时我们会告诉他这些玩具太多了，不值得购买，看看就行了。家长明确的拒绝，对孩子健康成长是有利的。

爱孩子，要为他“计深远”，让他们健康成长。

散文中最重要的篇二

小小是一个现代的独立女性，结婚之后虽然丈夫很有钱但是她还是坚持自己出来独立工作。她与丈夫是初中同学，在工作之后相恋的。当时的他们刚出来工作对社会不是那么了解，受过了很多的挫折，但是彼此之间互相鼓励，互相安慰，渐渐地产生了情愫，男方深情的对小小说“等我有实力了，我一定娶你！”

两个人的爱情有很深厚的感情基础，也可以说是患难夫妻。后来小小的丈夫发达了，也为小小办了个非常盛大的婚礼。当时的小小觉得自己就是世界上最幸福的女人了。很甜很甜，像一个泡在蜜罐中的公主一样，很幸福，幸福地快要溢出来了。

但是爱情总归是爱情，总是敌不过现实的残酷与时间的无情。首先出现的就是小小还要不要出去工作的问题。小小非常坚持要出去工作，但是他的丈夫本身就有点大男子主义，再加上小小跟他过的苦日子已经够多了他不想小小再辛苦下去。小小妥协了，因为这个男人是爱着她的，因为舍不得才不忍心，所以她幸福地接受了。

但是小小是一个很耐不住的人，一闲下来就整天整天地不知道要如何去度过，每天不是等丈夫下班就是送丈夫上班，这样的日子小小过得几乎要抓狂了！之后她就偷偷出去自己找了份工作。每天都奔波在工作与家庭之间。

不久就被丈夫发现了，丈夫大发雷霆。欺骗对于感情来说是多么致命的！但是小小并没有意识到事情的严重性，对于男人来说欺骗比任何事情都严重的。好几天的冷战是不可避免的了。但是丈夫对小小的爱是多得很多比之小小的话，很快这件事情就不了了之了。小小还是执着于婚后的独立工作。但是感情的裂痕已经产生了。

之后的一件事情就变成导火索了，那就是有关于要孩子的事情。婆婆非常想要抱孙子，但是小小并不想，丈夫也试图说服小小，但是一次次地失败了。就这样两个人渐行渐远……过上了貌合神离的日子。

不久之后两个人离婚了，一对曾经相识相知相爱相守的恋人对于现实给予的压力并没有承受住，被时间被现实重重地压垮，压得麻木不仁而不自知。

散文中最重要的篇三

人生若没有了爱情，犹如花朵得不到雨露的滋润，即使绽放也会很快枯萎。古今中外的文学作品描写爱情的比比皆是，让我们领略爱情的伟大力量，同时也感受到爱情的艰难和无奈。

《简爱》中的女主人公简爱是一个身世不幸但坚韧顽强的女孩，当她的内心中充满了对罗切斯特先生的爱，她就禁不住一边要克制自己的冲动和鲁莽，一边又不能放弃内心对他的热情，当罗切斯特先生遭遇了大火而身体导致残废后，她便不顾一切地走近他，奉献她对他的爱…….

各种各样的人生，各种各样的爱情，幸子和黛玉的爱情是水中月镜中花，充满了凄婉美丽和虚幻；简的爱情执着坚韧而令人感动；郝良为了爱情失去了理智，最终葬送了自己的人生。人生如花，爱情如雨露，我们应该怎样去把握自己的人生之花，怎样去追寻爱情雨露的滋润？每个人都会有自己的思考。这些文学作品中的爱情或令我们感动，或令我们称道，或者给我们以警醒。爱情是火，温暖我们的一生；爱情又是水，让我们时时保持冷静。相信聪明的你一定会拥有一份独特的与众不同的爱情。

散文中最重要的篇四

傍晚的景色总是如此迷人，雨后的夕阳，伴着云霞缓缓下降，娇涩的红晕，蔓延在整个视野，周遭被镀上一层如梦似幻的色彩。女儿从阳台走进来，没有说话，直接拉起了二胡，那特有的低音又回荡在静静的房间里。

我很感性，敏感细腻，渴望浪漫，如孩提时代渴望美丽的糖果。但我依旧在琐碎的事务中，守着平实的小家，安定的工作，懂事欣慰的女儿，我所有的生活重心都给了她。

曾惊闻中学好友自杀未遂的消息，被神经衰弱困扰很久的我战栗不已，朋友盯着我苍白的脸随即问道：你这么多愁善感，会不会做同样的事情？我思量片刻后，很坚定地说：不会！即使有一天这个世界上所有的人都不需要我，曦曦也需要我，我心中，她最重！

其实，从小喜欢安静的我，从没有想过有一天自己会视孩子如生命，可是，我就这样做着！从她的冷暖悲喜，到学玩成败，我深深在意着，牵挂着，我敢说，在我相识的人中，没有任何一个母亲用心如此！

而此刻，这个我生命里最重要的人儿就坐在我旁边，拉着那首我已经很熟悉的曲自《瑶族舞曲》。这是学校艺术节上乐队将要演奏的曲子，女儿利用五一长假正在练习。偶尔听到曲子有些涩涩的，也许是对谱子还不是很熟悉。

我悄悄的在网上查找《瑶族舞曲》创作的背景，曲子所表达的意境，对音乐缺乏一定了解的我，只有临时恶补，现学现卖了。

曦曦，你拉这首曲子的时候，心里在想什么？

什么都没想啊！女儿一脸坦然地看着我，眼神里透着清澈。

我一时语塞，是，女儿做得对！妈妈说过，老师说过，做事情要专心，不要有旁思杂念。可是，女儿忽略了一点，音乐是不同的。演奏好一首乐曲，除了熟练的运用各种基本技巧外，最重要的就是多分析乐曲的内容，把乐曲所表达的含义用心去感受，然后通过乐器把它表达出来。这个道理想来老师觉得她还小，没有必要说，那么这一课就让我来上吧。

我让女儿停下来，坐到电脑前，轻轻的指给她看。这首乐曲描绘了瑶族人民欢庆节日时的歌舞场面。

第一小节，夜幕降临了，人们穿着盛装，打着长鼓，聚集在月光下。随后我点出了第一部分的乐曲让女儿视听。女儿神情十分专注。

第二小节。姑娘们纷纷加入舞蹈的行列，情绪逐渐高涨。一群小伙子情不自禁地闯入姑娘们的舞列欢跳起来，尽情地抒发了兴奋的感情。当第二片段的示例音乐响起时，女儿直接打出了拍子，旋律时而富有歌唱性，时而跳跃，随着手动，头也晃了起来。

第三段再现开始的主题，人们又纷纷加入舞列，欢跳着，旋转着，歌唱着，气氛越来越热烈，感情越来越奔放。

曦曦，这些都是我们需要理解的，不理解乐曲，是很难演奏好一首乐曲的！

噢，妈妈，原来曲子就是这样写出来的呀，一个个跳越的音符的背后，还有这样好听的故事啊！

女儿重新做到了沙发上。手臂轻轻一动，悠扬的旋律就滑了出来。女儿的深情时而专著，时而微笑，表情也随着乐曲的逐渐变化，显示出不同的风采，演奏到乐曲的高潮部分时，女儿一下子笑了：妈妈，沙发在动！

为什么从前没有听你说过沙发会动？我故意这样问。

女儿愣住了。

哦，妈妈，你太棒了！你怎么全都知道！女儿的脸上写满了崇拜。

嗬嗬，我说过，我是你肚子里的虫子，什么都知道！我也得意的很。

女儿看看我，一言不发，随后偎到了我的怀里，轻轻地说：妈妈，谢谢你！

散文中最重要的篇五

今年，我就要满二十了。可这二十年来，我从未提笔写过我的父亲。因为不知该从何下笔，又该如何收笔。再者，这些年他带给我的，怕是这只言片语所涵括不了的。可今天我却特别想写写他，写写关于他带给我的点点滴滴。

小时候，要是有人问我：“谁对我最好？”我都会毫不犹豫的说：“是爸爸”。若是现在还有人问这同样幼稚的问题话，我仍会毫不犹豫的说：“是爸爸”。的确，他是我一生中对我影响最大的人。我的很多兴趣都起源于他，小时候他就是我的偶像。他幽默风趣，乐观向上，能轻松的解决生活中的很多难题。最重要的一点是，他非常非常的疼我。我的同学或朋友不管是见过他的或是没见过他的，都会羡慕的说“左左，你有个很疼你很疼你的爸爸。”这时的我都会很得意的扬起我的的小嘴角，心里边也乐得不得了。虽然我没遗传到他帅气英俊的外表，但庆幸的是我有着和他一样乐观积极的心态，开朗活泼的性格。我想这就是我从他那得到的最宝贵的财富了。都说父爱如山，很沉很重。对我来说，父爱如暖

陽般，总给我希望和温暖，在黑暗中指引着我前进的方向。

首先还是简单的介绍介绍他。在我的心里，他是全天下最有才的人。他会很多种乐器，歌唱得很棒，他画画很有天赋，在中学阶段学过几年。后来可能是因为家里经济原因放弃了继续深造的机会。还记得小时候我家里挂的都是他的画，每每有同学来我家玩，我都会很自豪跟她们说这都是我爸爸画的。可从初中后，他为这个家的生计整天忙碌着，我再没看过他提笔画画，我希望等我工作之后，他能过他自己想过的生活，重拾那些他被迫放弃的梦想，我要让他幸福，因为他为了我曾牺牲自己的幸福。他的文笔也特别好，很小的时候他就在家乡的县，市报上发表过诗文。我看过那些被他夹在记事本里的剪报。很遗憾的是，很多都被当初幼稚的我拿去跟同学炫耀时弄丢一了。也许他还不知道，我一直以他为我的父亲而感到骄傲，是他给了我梦想。所以我希望我将来有一天也能成为他的骄傲，我一直这么想，可惭愧的是直到现在我都还未能真正做到。尽管，每次他鼓励我时都会这样说：“宝贝，你永远爸爸妈妈的骄傲！”可是我真的很心虚。他喜欢诗，爱好文学，我想这一点我应该也是像他了。可不同的是我只会欣赏别人的作品自己却总写不好，而他却两者都做得很好。他喜欢阅读。家里书架上的书基本上都是他买的，而且他都看过，因为他有个习惯，在所有他看过的书的扉页题上他的笔名一夏日梦雪，以及一段意味深长的感言。在我12岁生日的时候，他把书架放进了我的卧室，从此那些书就成了我最好的朋友，也是他给我的又一笔巨大的财富。我知道在他的心中一直有着一个文学梦，他写过很多小说，但遗憾的是很多都没能写到结局，不知是被什么耽搁了，但我一直没问过他，只是小心翼翼的收起他所有的草稿，将它们整理好锁进我的柜子里，也许这一点，他一直不曾知道。我想永远做他的第一个读者但绝不会是最后一个。他帮我实现了我的梦想，我想将来有一天我也能帮他实现他的梦想，我希望能把他所有的小说出版，现在这也成为了我的一个梦想。我从未向他提起过，这还是一个少为人知的秘密，前些日子我向弟弟透露过，弟弟当时很惊讶，不过之后他说了句

很暖心的话：“姐，这是我们共同的梦想，我们要一起替爸爸实现梦想。”爸爸不光只是一个好父亲，还是一个好儿子，好哥哥，好丈夫。连他认识的朋友也没有一个不称赞他的。他就是这么一个“完美无瑕的人”说到这里，又该说什么了呢？对，大家一定很好奇这么有才的爸爸，现在在干什么呢？这就是我的症结所在。姑姑常说，爸爸这辈子总是缺少机会。他们是那辈最优秀的人，却没能成为最舒心的人。他高中毕业后就到社会上闯荡，去过很多地方也吃过很多苦，最后为了我和弟弟的学业，毅然回到了家乡放弃了他的梦想，从事了一个无关他兴趣，无关他能力只是能保障全家生活需要的工作。我知道他内心有多无奈，他年轻时曾频繁奔波于各个城市，换过无数个职业，结交过形形色色的人，他怀着一个梦想，带着满腔激情却始终找不到属于他的位置。渐渐地，梦想被现实打磨的只剩下空壳，曾经的满腔热情早已荡然无存。我在想世界上像他这样怀才不遇的人还有多少呢？他这一待就是十年，在这个小城市他耗去了他生命中最宝贵的十年只为了我和弟弟。他爱我们胜过爱他自己很多倍，我想我现在唯一能做的也只有好好学习不辜负他的爱，他的期望了。记得那天整理他的书桌，无意中发现他又重新开始了写作。我自然是无比的欣喜。他的qq空间里的每一篇日志我都会认真看上好几篇。我一直害怕这乏味单调的生活会抹去他曾经所有的喜好现在知道他又重拾以前的爱好我比他还要高兴。我想我也会把他的文章偷偷的转过来让更多的人看到。前面还说只是简单的介绍现在却写了这么多，是的对于他，我有永远也说不完的话，写不完的文字。只是这些他可能永远也不会看到。

既然是要写父爱当然还是得切题才行。（为了方便写作，从这换一下人称）

现在我仍能想象出20年前，你抱着刚出生的我，嘴角是笑成了哪种弧度。因为早产加上妈妈身体况也不太好，我很瘦很小，很多人甚至怀疑过我能不能健康的长大。从那时起你的心就一直牵挂着过我，未曾停止过。那时家里条件很不宽裕，

你却总给我买最好最贵的营养品，自己节俭着。要不是你，就不会有现在健健康康的我。为了给我取名字，你也是费了不小心思。从小到大我有过两个名字，每一个名字都那么美。我的第一个名字是尚雪，生在六月的我就这样从此与雪结下了不解之缘。我知道你很喜欢雪，所以希望你将来能像雪般，纯洁，高尚，文静。我想我可能是让你失望了，我从来就不像个女孩子，小时候我很贪玩，也很野，胆子甚至比男孩子还大，总之男孩子会的我都会，上树，下水，打架无所不能。但那时你也没责备过我，管束过我。在此，我要感谢你给了我一个无比自由，无忧无虑的美好童年。可奶奶后来听算命先生说，我的'名字不适合我，以后生活会多磨难。尽管你不相信迷信，但你却不敢拿你最心爱的女儿的幸福来冒险，于是我便有了现在的名字，紫菡。菡是荷花的意思，我知道你同样喜欢荷花，你同样寄予我期望，希望我能像荷花般“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”，拥有崇高的气节。我想这次我可不能再让你失望了。我会尽力做到最好，配得上这个美丽的名字。其实这个名字给我带来了无数的欢乐，除此外还有一些小小的尴尬。因为特别的姓又加上好听的名，特别的姓名就诞生了。老师总能最先记住我的名，所以经常关照我。很多同学，都是被我的名字吸引了。我的好多朋友也都是因为这结识的。我不知道我这是应该欣喜还是悲伤。我一直是在沾这个名字的光。什么时候，别人才会因为我的人而记住我的名字而不是反过来呢？但比较起来，它带来的快乐还是占大多数的，尽管有时会尴尬于那些慕名而来的人，满怀期望而至，失望而归的表情。最害怕别人说：“人如其名”。所以，我曾也小小的抱怨过，但现在我有的只是感激，我想我一定要做的更好，做到真正的“人如其名”。

说完名字，就要说我的性格了。我的性格有很大一部分是受你的影响。和你一样，我幽默，爱笑，开朗，乐观。所以我一直是大家眼里的开心果。我喜欢交朋友，和你一样善言谈。同时也遗传你的感性。可以说真的很多方面我就是你的复制品。我爱好着你所有的爱好，不过只是爱好而已，不像你那么擅长，我只是单纯的很有兴趣，却做不到你那么好。我的

人生观，价值观都深受着你的影响。看淡名利，看轻金钱，重情重义。 还有好多好多，我想这一下是写不完了。。。

记得我第一次学骑自行车的时候，是你一直陪在我身边反复地教，我怕摔，你的手就没离开过我的后座，最后我终于克服了内心的恐惧，是你让我第一次感觉到什么是安全感。记得我第一次因为摔伤而住院，你陪在我身边，每当伤口疼得实在受不了的时候，你就让我咬你的胳膊，以致后来我痊愈出院的时候，你身上青一块紫一块的牙印还未消去。记得我第一次高考失败，我一个人躲在房里哭了一整天，谁也不愿见，是你一直在窗外安慰我，给我讲很多励志的例子，鼓励我不要放弃，是你给了我重新开始的勇气。记得我第一段感情结束时，心情很低落，我没有跟你说，你却看出来，那段时间你买了很多关于青少年感情的书籍，仔细研究后你帮我分析了我的原因，还教我怎样一步步走出来，可你自始至终都没责备过我半句。你为我做的这么多，我都记在心里。有这样一个如此疼我的父亲，我还求什么。你总怕在生活上亏待了我，哪怕自己过得苦一点，也要让我吃好穿好用好。所以，从小到大，我从没为经济上的事烦心过，别人有的我都有，甚至别人没有的我也有。我过的比我同等家庭条件的孩子幸福得多，只要是我开口要的，再难的你都会做到。你已经尽了你最大的努力给我创造最好的条件，你却还责怪自己。我讨厌自己总是得寸进尺并心安理得的接受你为我做的一切牺牲。我真是太不懂事了。。。。

今天写下这么多，聊以表达积压在心里已久的感情。我不是有恋父情结，可我会一直把你放在生命中最最重要的位置。你为我做了这么多，这份情，这份恩，我即使用一辈子也报答不完。。如果有来世，我愿做你的父亲，做你为我做过的这些，甚至还要更多。

散文中最重要的篇六

回应：世界是同一个世界，但从不同的心眼望去便产生了不同的世界。我们虽然都活在同一个地球上，但却在各自的感知里。世上从没有两个人真正相遇过，但一个好消息是，在本质上，世上只存在过一个人。世上从没有两个人真正相遇过，但为什么看起来我还能理解你？因为在本质上我就是你！因为我理解我，所以我能理解你。

每个人有自己的业力，在本质上虽然谁也改变不了谁，谁也替不了谁的业，但每个人却为另外的人提供了改变他们自己业的机会。别人能成为我望见自己的镜子，这就是别人对我的意义。这是一个欢乐的宇宙，别人在以影像的方式进入我的世界，在那影像的世界中，我知道无论发生了什么，我无所得、无所失，我只有一个劲地发笑。在那本质什么都不存在的心里，我们绝对的安全。这是多么棒的事实啊！我喜欢生命它本质上什么都没有。

发现了生命本质上什么也没有，而曾经以至于现在我们还仍然玩的那么投入时，你不得不感到高兴和开心。当曾经以为的生命中的真实在觉悟之光中像雪融化在阳光下将什么也不剩下时，在你以为什么都将消失了时令人惊喜的是喜悦诞生了！喜悦是肢解构了所有的有之后生长出来的花飘出的香，喜悦是心意识到什么都不真实后的自然欢舞，喜悦是心领悟到它完全安全、绝对安全下的自由奔流。这喜悦不是努力的结果，它是觉悟自然的开花，就像玫瑰花不是玫瑰努力的结果，是它来到有的顶点后的自然开放一样。

没有人能够找寻到喜悦，努力的双手触及不到它，依靠奋斗的双脚走近不到它的身边。那本性的喜悦，源自心认识到它什么也不真有只有无穷无尽的相时的自喜。没有人能送一样叫作喜悦的礼物给你，就像没有人把你领到觉悟的面前一样，这事必须靠你自己来进行，去参悟心所曾迷惑它自己的过程！

生命给了它自己一个笑话，去认识到那笑话的可笑性。当你认识到那笑话及那笑话的可笑性时，第一次喜悦就像爆竹爆炸一样地掀翻你的世界，人们称它为狂喜，那是集中的喜悦的爆发；此后那喜悦像温暖的阳光，它均匀而柔和地散布满整个宇宙。

觉悟是生命里最重要的事。因为当你不觉悟时，你的一切行为是在自我欺骗，你活在自我欺骗里。你相信的越真，你自我欺骗的越很。人生最重要的事是自我觉悟去认识生命自己给自己的幻相。当你觉知到生命这一切的真相时，解脱是觉悟的自然结果，自由是生命本来的样子，而喜悦是见证那是玩笑时的笑。觉悟是觉者所要强调的事，就像学校里的教授所强调的他的学科内容一样。如何获得生命的自由或喜悦？觉悟！如何觉悟？朝内看心念。了解念，全知心，即觉悟。

散文中最重要的篇七

温暖一生的故事，寄托一生的梦想，感动一生的情怀，执著一生的信念，成就一生的辉煌，炮烙一生的记忆。今天让我们一起来阅读毕淑敏：这一生你最重要的事情是让自己幸福。希望对大家有帮助！

毕淑敏：这一生你最重要的事情是让自己幸福

我到40多岁的时候才觉得幸福是那么重要，此前我一直觉得自己不是一个幸福的人。后来我才知道，是我错了，幸福不是那么惊天动地的，不是那么大张旗鼓的，不是像我们想象的需要很多的金钱、需要那种万丈光芒的时刻。只要我们每一个人努力去争取、去奋斗，我们就会享有自己的幸福。

我最早关注到幸福这个问题，其实还是得益于一位德国的哲学家费尔巴哈。他说过，人活着的第一要务就是要使自己幸福。我当时看到这个说法挺惊讶的。我们会觉得我们有很多

的小目标，我们会被这个社会的大的舆论所引导，被一些潮流所裹挟。可是，你一定要清楚，这一生你最重要的事情是让自己幸福。

我刚才说过，我到40岁的时候才明白了这些事情，源于那时我看到一个小的故事：

西方某个国家在进行的一个调查研究，题目是“谁是世界上最幸福的人”。因为在报纸上发出了征集答案的征文，成千上万的信函就飞到了报社。报社组织了一个评选委员会，想看看民众中对于幸福、对于谁是最幸福的人有怎样的答案。最后，按照得票的多少，第一名是给自己的孩子洗完澡后怀抱婴儿的妈妈；第二名是给病人治好了病后目送那个病人远去的医生；第三名是，孩子在海滩上自己筑起一个沙堡，夕阳西下的时候，这个孩子看着自己筑起的沙堡时自得其乐的微笑；第四名是给自己的作品划上句号的作家。

我看到这个答案以后，心里充满了悲凉。在某种程度上，这四种幸福在那个时候的我身上其实都已经历过。我有孩子，给他洗过澡，有抱过他的时候；我原来是医生，也有治好病人目送病人出院的时候；我可能没有在海滩上筑起过沙堡，但是在我们家附近工地上的沙堆挖过坑，然后看着旁边的人不小心掉进去；那时候我已经开始写作，所以也给自己作品划上过句号。我之所以难过，是因为我集这些幸福于一身，可是我未曾感到幸福。我想，不是世界错了，是我自己错了。我对于幸福的认识和把握，对它的追求，其实有重大的误区。就在这种情况下，我写了一篇散文叫《提醒幸福》，后来收入全国统编教材二年级语文里面。

四十不惑，中国的古话很有道理，时候不到真的不行，到了之后突然就明白了，所以我40多岁才明白了幸福。我现在看年轻时候写的日记，怎么能有那么多痛苦，但现在其实已经全忘记了。我原来觉得幸福是毫无瑕疵的，它应该没有任何阴影，应该那样纯粹和美好。但我现在要告诉你们，幸福其

实是一种内心的稳定，我们没有办法决定外界的所有事情，但是我们可以决定自己内心的状态。或者简单地说，幸福其实是灵魂的成就。

我特别希望，年轻的朋友们从现在开始就懂得珍惜自己的生命和幸福，能明白所有的困苦都是生命过程中我们必然会遇到的。20多岁就能明白幸福该多好，你们会减少很多苦闷。当然，其实无论什么时候认识到幸福对我们如此重要都不晚，只要生命存在，我们就依然可以学习、可以成长。

在我明白了幸福以后，最重要的一个改变是，我觉得人生可以把握了。在此之前，我能把握的部分很少，因为心灵内部的那种无助感，那种随波逐流，那种对前程的不确定感，所以常常有一种深层的不安存在着。我现在越来越安宁了，我知道世上有一些事情我无能为力，这些我们都不要去费气力了。但是有一部分是可以改变的，我们怎么看待自己，怎么看待世界，我们把能改变的那部分尽我所能，按照我们的意志去加以改变。把这些事情做好以后，我心里面的稳定感就极大地增强了。我知道我一定会有灾难，因为世上不可能都是阳光灿烂的日子；也知道一定会有人性的幽暗之处在四面八方存在着，而当我把它们看得更清楚以后，我反倒对这个世界多了一份理解。我现在会觉得，这个世界就是如此泥沙俱下，但我依然对它充满希望，依然可以安然面对。

我学习心理治疗的时候是接受人本主义的流派，我特别喜欢马斯洛说过的一句话：“做人是一件有希望的好事情。”我觉得人本主义流派有两大重要的出发点，一个是人性本善，另一个是人是可以改变的。我特别喜欢这两个基本的出发点，第一个和我们儒家的“人之初性本善”观点天然吻合；关于第二个，其实任何时候我们都不要把这个世界和自己看得太悲观，我们应该对别人和自己都充满希望。我喜欢这样的一个流派。

我当心理医生的时候，听过许多苦难、挫折、沮丧、悲哀甚

至仇恨的诉说。这让我感动于人世中相依为命的信任感和生命处于困境仍寻求解脱之法的韧性。这会让我有一种很坚定的信念，即我在这种危机的时刻要和他们在一起，要尽我的力量，以我内心的温暖去帮助他们。但我仍然知道，每个人的命运是由自己决定的，最后的决定权在他们自己手里，而我会将自己一生所经历的艰难困苦中收获的经验与之分享，会尽我所能帮助他们走过生命中非常泥泞而混乱的时期。当然，我也会确保自己内心的坚定，而不被那种滚滚的浊流所吞没，我们只是助人自助，最终的力量还是要来自对方的内心。

散文中最重要的篇八

大家好！

一位诗人曾经这样写道：“你需要的话，可以拿走我的面包，可以拿走我的空气，可是别把你的微笑拿走。因为生活需要微笑，也正因为有了微笑，生活便有了生气。”

微笑，给人以动力。人生道路上，难免有困难，有挫折，不妨微笑面对。我们应用积极的态度对待困难，管它一切如何。微笑去面对失败，在失败中总结经验教训，你会变得坚强；微笑去面对痛苦，一切会烟消云散，烦恼将不再纠缠。

科学家霍金小时候学习并不很好，作业也不工整，老师、同学们都说他“无可救药”了，把他当成了嘲弄的对象。但小霍金并不在意这些，他没有放弃，始终保持微笑，积极、刻苦地学习物理学。终在20多年后，那个“无可救药”的小少年成了物理界一位大师级人物——霍金。

生活并非是一潭碧波荡漾的西湖水。有时，生活的水面会轻风抚过，水波不兴；有时，生活的水便会狂风袭卷、巨浪冲天。而相对渺小的我们努力在生活的浪尖上行驶，就必须保持一颗微笑的心，才能面对扑面而来的巨浪。

巴尔扎克说过：“世界上的事情永远不是绝对的，结果因人而异，苦难对于天才是垫脚石，对能干的人是财富，对于弱者是万丈深渊。”我们要微笑面对挫折，迎接失败。

微笑面对挫折，只有时时刻刻微笑才能撑起你的信心，扬起自信的风帆，一直拼搏下去，努力战胜困难！