

# 生活里需要学会相互欣赏

## 阅读提示

人与人之间需要欣赏 ,欣赏是情感的黏合剂 ,是生活的兴奋剂 ,是工作的催化剂 ,是一种催人奋进的力量。美国心理学家丝雷说：称赞对鼓励人类灵魂而言 ,就像阳光一样。没有它 ,我们就无法成长开花。

对于地球而言 ,没有阳光 ,就没有了光明 ,没有了色彩 ,没有了生命。

对于人来说 ,没有相互欣赏 ,就没有了合作 ,没有了鼓励 ,没有了进步。

欣赏可以生成力量。人与人之间需要欣赏 ,欣赏是情感的黏合剂 ,是生活的兴奋剂 ,是工作的催化剂 ,是一种催人奋进的力量。美国心理学家丝雷说：称赞对鼓励人类灵魂而言 ,就像阳光一样。没有它 ,我们就无法成长开花。人与人之间都存在着 情感账户 ,多欣赏、赞美别人 ,就是往 情感账户 里存钱 ,感情得以增进 ;嫉妒、排斥别人 ,则是透支 情感账户 ,感情受到伤害。给别人的掌声越多 ,别人馈赠的鲜花就越多 ,自己内心的幸福感也就会越强。

人性中最深切的心理动机 ,是渴望被人赏识。当这种渴望得到实现 ,许多潜能和真善美的情感便会被奇迹般地激发出来。多用欣赏的眼光看人看事 ,就会给他人前进的道路减少一分阻力 ,给人生之旅撒

播一粒粒会开出美丽鲜花的种子 ,在把慰藉和力量给了他人的同时 ,也把激励和鞭策给了自己。平日里 ,只要你适当地给予家人、亲戚、朋友和同事以赞许和肯定 ,他们就能从你的善意中获得鼓舞和力量。歌德说过 ,最真诚的慷慨是欣赏。千万不要忽略了欣赏的价值和意义 ,正确的欣赏可以给人以正能量 ,甚至可以塑造人。

能够正确地、从容地欣赏别人的人 ,必然是一个明智的人 ,自信的人 ,宽厚的人 ,有担当的人 ,谦逊的人 ,同时还是一个向上、向善、向美的人。不然的话 ,一个心胸褊狭、鼠肚鸡肠、喜欢搬弄是非、见不得人好的人 ,怎么可能颌首微笑、慷慨大方地去欣赏别人呢？

漫漫人生 ,我们无法预测生活中的每一个节点 ;朝夕劳作 ,我们不能避免工作中的每一处失误 ;多彩世界 ,我们难以绕开情感中的每一场波澜 学会欣赏 ,就不会以小人之心度君子之腹 ;理解欣赏 ,就不会以己之言堵他人之口 ;懂得欣赏 ,就不会要求 玫瑰花散发出

和紫罗兰一样的芳香 。

然而 ,现实生活中还有一些人尚未学会欣赏。这种人 ,对人、对事、对物 ,要么以粗求精、以浅揣深 ,要么以一己之心、一时之情来度社会之腹、时令之变 ,明明是 一年好景君须记 ,正是橙黄橘绿时 的多彩多果的秋天 ,却叹息 最是秋风管闲事 ,红他枫叶白人头 ,不仅白白丢掉了欣赏的情趣 ,而且生生平添了几分忧愁、几缕白发。这委实不值得、不必要。

有发现美的眼睛 ,多用 仰角 、少用 俯角 ,学会欣赏他人是做人的一种至高境界 ,欣赏与被欣赏同样是快乐的 ,成功的。欣赏 ,让您在生活中成长为仁者 ;欣赏 ,让您在工作中成长为智者 ;欣赏 ,让您在情感中成长为爱者。以仁者智者爱者的情怀 ,去欣赏生活工作情感中每一天 ,就会有更多的发现 ,收获更多的快乐。当然 ,提倡以欣赏的眼光对人对事 ,不是要搞无原则的一团和气 ,而是倡导谦虚学习 ,激励向善的态度。

（市区 吴金亭 68岁）

## 幸福一瞬间

7虚岁的孙子已经长到1.31米 ,读一年级 ,身体棒棒的。可能是体育课代表的原因吧 ,老师叫他总队长。一次 ,放学后 ,列队走出 ,老师说：总队长出列！孙子从队伍中走到队前说：各位立正！小朋友们说：一、二！总队长说：向前看齐！小朋友

们说：手平举！总队长说：向前看！小朋友们说：手放下。总队长说：稍息 ,立正！整队完毕。

孙子口齿清楚 ,声音宏亮。接孙子回家 ,我说：总队长 ,好威武哦！

（市区 吕云兰 70岁）

只要用心发现 ,幸福就在身边。多观察多体会 ,留住那些让人愉悦、满足、心动的时刻。您生活中的每一个 幸福一瞬间 ,火热征集中。来稿请寄 :丽水市中山街北126号丽水日报报业传媒集团602办公室 ,或发送至邮箱 c215166610@163.com。

| 中国体育彩票超级大乐透第20121期开奖公告信息                                                                                                                |            |      |            |              |    |    |    |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|------------|--------------|----|----|----|----|
| 开奖日期 2020年11月30日 本期全国销售金额 278,202,603元 本期使用第3期追奖球                                                                                       |            |      |            |              |    |    |    |    |
| 本期开奖号码                                                                                                                                  |            | 09   | 35         | 05           | 17 | 28 | 03 | 08 |
|                                                                                                                                         |            | 前区   |            |              | 后区 |    |    |    |
| 本期中奖情况                                                                                                                                  |            |      |            |              |    |    |    |    |
| 奖项                                                                                                                                      | 中奖注数       | 单注奖金 |            | 应派奖金合计       |    |    |    |    |
| 一等奖                                                                                                                                     | 基本         | 12注  | 5,888,553元 | 70,662,636元  |    |    |    |    |
|                                                                                                                                         | 追加         | 4注   | 4,710,842元 | 18,843,368元  |    |    |    |    |
| 二等奖                                                                                                                                     | 基本         | 96注  | 115,346元   | 11,073,368元  |    |    |    |    |
|                                                                                                                                         | 追加         | 41注  | 92,276元    | 3,783,316元   |    |    |    |    |
| 三等奖                                                                                                                                     | 169注       |      | 10,000元    | 1,690,000元   |    |    |    |    |
| 四等奖                                                                                                                                     | 966注       |      | 3,000元     | 2,718,000元   |    |    |    |    |
| 五等奖                                                                                                                                     | 15,787注    |      | 300元       | 4,727,100元   |    |    |    |    |
| 六等奖                                                                                                                                     | 28,536注    |      | 200元       | 5,707,200元   |    |    |    |    |
| 七等奖                                                                                                                                     | 40,624注    |      | 100元       | 4,062,400元   |    |    |    |    |
| 八等奖                                                                                                                                     | 768,917注   |      | 15元        | 11,533,755元  |    |    |    |    |
| 九等奖                                                                                                                                     | 7,670,150注 |      | 5元         | 38,350,750元  |    |    |    |    |
| 合计                                                                                                                                      | —          |      | —          | 173,151,741元 |    |    |    |    |
| 本期一等奖出自 北京(基本6注)、山西(基本3注、追加3注)、辽宁(基本1注)广东(基本1注)、重庆(基本1注、追加1注)、<br>608,127,792.15元滚入下期奖池。 本期兑奖截止日期为2021年1月29日 逾期作弃奖处理。<br>本信息若有误以公证数据为准。 |            |      |            |              |    |    |    |    |

| 中国体育彩票浙江省20选5第20282期开奖公告信息                                                               |        |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------|
| 开奖日期 2020年11月30日<br>本期销售金额 :176,464元<br>本期开奖号码 :02 04 12 15 19<br>本期出球顺序 :12 04 02 19 15 |        |         |
| 本期中奖情况                                                                                   |        |         |
| 奖项                                                                                       | 本地中奖注数 | 单注奖金    |
| 一等奖                                                                                      | 6注     | 11,278元 |
| 二等奖                                                                                      | 443注   | 50元     |
| 三等奖                                                                                      | 5,820注 | 5元      |
| 0.00元奖金滚入下期奖池。<br>本期兑奖截止日为2021年1月29日 逾期作弃奖处理。<br>本信息若有误以公证数据为准。                          |        |         |

| 中国体育彩票排列5第20281期开奖公告信息                                                    |      |          |            |
|---------------------------------------------------------------------------|------|----------|------------|
| 开奖日期 2020年11月30日<br>本期全国销售金额 :12,439,974元<br>本期开奖号码 :95179                |      |          |            |
| 本期中奖情况                                                                    |      |          |            |
| 奖项                                                                        | 中奖注数 | 单注奖金     | 应派奖金合计     |
| 一等奖                                                                       | 47注  | 100,000元 | 4,700,000元 |
| 合计                                                                        | 47注  |          | 4,700,000元 |
| 447,297,760.66元奖金滚入下期奖池。<br>本期兑奖截止日为2021年1月29日 逾期作弃奖处理。<br>本信息若有误以公证数据为准。 |      |          |            |

| 中国体育彩票排列3(浙江省)第20281期开奖公告信息                                                  |         |        |        |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|
| 开奖日期 2020年11月30日<br>本期全国销售金额 :19,434,890元 本省区、市销售金额1,581,806元<br>本期开奖号码 :951 |         |        |        |
| 本期中奖情况                                                                       |         |        |        |
| 投注方式                                                                         | 全国中奖注数  | 本地中奖注数 | 单注奖金   |
| 直选                                                                           | 7,706注  | 1,008注 | 1,040元 |
| 组选3                                                                          | 0注      | 0注     | 346元   |
| 组选6                                                                          | 23,784注 | 1,247注 | 173元   |
| 15,221,564.60元奖金滚入下期奖池。<br>本期兑奖截止日为2021年1月29日 逾期作弃奖处理。<br>本信息若有误以公证数据为准      |         |        |        |

讲文明树新风 公益广告

# 父母的言行

## 将是家中孩子的风向标

文明丽水 关注儿童健康成长

丽水市文明办