肯定自己，欣賞別人

肯定自己，讓我們更有勇氣迎接挑戰；讚美別人，則讓世界多了一份溫暖。有人因為害怕失敗而否定自己，也有人因為嫉妒他人的成就而吝於讚美，然而，我認為，懂得肯定自己，是建立自信的開始；願意讚美別人，則是展現胸襟的表現，兩者就像一對翅膀，缺一不可，唯有同時擁有，才能在廣闊而悠長的人生旅途中飛得更高、看得更遠、體會得更深切。

記得在我國中一年級時，有一次參加全市的田徑跨欄比賽，我和隊上的一位同學順利地進入決賽。當時的我，心情十分興奮而期待，希望能在一年一度的大賽中取得佳績。然而，比賽剛開始沒多久，我就因為一個閃神沒將收腿動作做好而摔攔跌倒，之後任憑我再怎麼努力追趕，都只能望著前方的選手離我愈來愈遠。至於我的隊友，他則因為發揮穩定，跑出了比練習時還要好的成績，最後獲得了前三名的榮譽。當時的我心裡雖然懊惱，但我沒有因此否定自己，因為我知道不是所有事情都能按照自己的期望進行，而對於隊友的成就，我真心為他感到高興，並且為他創下的成績喝采。那一刻，我體會到，肯定自己是除了看結果以外，更要知道在追

尋目標的過程中，自己的付出與努力必定會教會我一些東西；而欣賞別人，除了能在對方身上學習到優點，更能激勵自己往更理想的方向前行。

還有一次，學校舉辦了一年一度的英語朗讀比賽，我雖然花了很多時間練習，但是因為擔心自己站上台面對評審老師時會表現得不理想，所以一直沒有信心，賽前也緊張得坐立不安、手心發汗。當比賽結束後，我如自己所預期的沒有得到第一名，但在評審講評時，老師們都肯定了我的努力，說我雖然緊張，但堅毅的眼神令他們感動，而在場的同學們也都稱讚我的發音比以前進步、聲調的掌握也非常流暢。那時，我才發現，原來只要勇敢踏出第一步，就值得為自己鼓掌。而當我看到得獎的同學站上司令臺領獎時，我沒有因為落選而感到失落，反而在下課時真心向他說：「恭喜，你真的表現得很好！」看見他開心的笑容，我也真切地感受到分享他人榮譽與喜悅時的快樂與滿足。

這兩次的經驗使我領略到，肯定自己並不是驕傲自滿，而是相信自己的努力會帶來成長；欣賞他人也不是認輸，而是找到一扇窗看見他人的美麗風景。當我們懂得肯定自己，也願意欣賞別人，人與人之間便能少一分比較，多一分尊重，

少一分嫉妒，多一分真誠。

每個人就像一顆顆獨一無二的星星，只要勇敢散發自己的光芒，也願意欣賞他人的光亮，就能讓整片夜空更加美麗、耀眼、璀璨。