亲爱的善真学子们：

大家下午好！心语课堂要开始了。快快坐好，认真听讲吧！

# 今天我给大家读一封信。

善善老师：

你好！有件烦心事一直困扰着我，我总觉得自己是不是得了红眼病？羡慕同桌体育好？羡慕小明的父母有钱。给他买高级玩具……总觉得人家什么都比我强，觉得自己家庭条件一般，学习成绩只是中等，什么也比不过别人。怎么办呢？我真苦恼。

小A

亲爱的小A同学：

你好！先听我讲个寓言故事吧。在动物界的一次聚会上，虎大王让大家以“假如再让我活一次” 为题说说自己的心愿。猪说：假如再让我活一次，我要做头牛，工作虽然累点，但是名声好，受人爱怜。而我们只是傻瓜、懒虫的象征。

牛说，假如让我再活一次，我要做头猪，我吃的是草，挤的是奶，干的是力气活，可有谁给我评过功，发过奖？做猪多快乐，吃了睡，睡了吃，逍遥似神仙。

鹰说，假如让我再活一次，我要做只鸡，渴有水，饿有米。

鸡说，假如让我再活一次，我要做只鹰，可以翱翔蓝天，云游四海……

动物世界里，动物们想着别人的完美，却看不见自己的优势，是因为他们不知道生活本身的意义。而对于我们人类来说，存在着的精彩真是数不胜数，或许你会羡慕别人的才华，或许你会嫉妒别人的美貌，或许你会渴望别人的成功……每个人的出身、境遇等是不可能相同的，甚至会有天壤之别，你不能拿自己的短板去和别人的长板比。要知道你在羡慕别人时，自己也许正在被别人所羡慕，这样想是不是就会心平气和一些、心满意足一些呢？

小A，在学习和生活中，我也经常会听到各种抱怨声，抱怨自己学习环境不够好，抱怨老师讲的内容听不懂……如此消极的情绪会让人沮丧、萎靡、自暴自弃。**抱怨解决不了任何问题，要想活得快乐些，我们就要用自己的行动去消除那些抱怨之声，这样的生活才是有意义的，才会更快乐！**

**怎么调整自己的心态呢？**首先你要学会换位思考，要永远记住这句话“办法总比困难多”；其次，不论在任何条件下，自己不能看不起自己，哪怕全世界都不相信你，看不起你，你也一定要相信你自己，爱自己！相信聪慧的你一定能做到！

我们不能决定生命的长度，但我们可以控制生命的宽度；我们不能预知明天，但我们可以把握今天；我们不能时时成功，但我们可以事事尽力。只要我们努力了，拼搏了，就无怨无悔了。

 永远支持你们的善善老师（校长）

2024.9.25