

快乐的秘诀：收获喜悦 PDF转换可能丢失图片或格式，建议  
阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/481/2021\\_2022\\_\\_E5\\_BF\\_AB\\_E4\\_B9\\_90\\_E7\\_9A\\_84\\_E7\\_c122\\_481049.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/481/2021_2022__E5_BF_AB_E4_B9_90_E7_9A_84_E7_c122_481049.htm) 一个8岁的乡下男孩，一天晚上上床睡觉的时候，突然对他爸爸说：“爸爸，你还没问我今天最高兴的事是什么呢？”于是爸爸问：“说说今天有什么高兴的事，让你躺在被窝里还不安分？”孩子说：“爸爸，我今天在小河沟里抓住了一条小鱼，这是我的第一次。”是的，孩子已经懂得了收获喜悦，更有了与亲人共同分享喜悦的欲望。许多时候，我们成年人反而不太懂得收获喜悦。“人生识字忧患始”、“不如意事常八九”。这是普通人比较准确的状态描写。然而，学会收获喜悦并不难，它不取决于年龄的大小，文化的高低，地位、成就的悬殊等，它取决于人的心态与思维方式上的调整。人活在这个世界上，都希望自己过得幸福，而幸福不是别的，其实只是对自身存在和对自己的生活形态的满足。换一句话说，也是对自身状态的一种完全的认同。曾见过这么一位三轮车师傅，相貌堂堂，问他为什么愿意做这样的“活儿”，他笑着从车上跳下，并夸张的走了几步给我看。哦，原来是跛足，天生的。我心中暗生敬意，为他的自嘲，为他的坦然。坐他的车，如沐春风。他没什么文化，但有好体力，踩三轮车，很环保，也可养家糊口，家中有贤慧的妻子，有帅气的儿子。他说，他有人生三愿，即吃得下饭，睡得着觉，笑得出来。我认为他就是极会收获喜悦的人。同是一个人，如果换一种思维，没有文化，腿有残疾，为了糊口，每天干着伺候人的活，愁还愁不过来呢，还有什么可乐的。所以，人常说“境由心

造”是颇有深意的。只要生计不愁，健康、平安，每天的小日子都可以收获喜悦。眼前是明媚的春天，小草、树叶一天天绿起来，田野上一片片油菜花开得黄澄澄的，一股股清香沁人心扉，桃花一树粉红，艳得让人不忍离去。置身其中，有什么烦恼与忧愁不能排解呢？人生在世，要怀有一种平和的心态，客观地审视自己能选择怎样的生活。客观上改变不了的，接受它；能够创新或做得更好的，改善它。8岁的孩子都懂得收获喜悦，我们成年人难道就总该跟自己过不去吗？只要你睁大好奇的眼睛，只要你对人怀有善意，你总能从司空见惯的老环境中发现有趣的事物，轻松自己的心情。每天，每天，用心去收获喜悦，这样，你会悟出：活着，真好！

编辑：曹斌 [cao@acla.org.cn](mailto:cao@acla.org.cn) 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)