

寻找快乐

◎陈子苑

今天你快乐吗？也许你会说，这个世界让人不快乐的事情太多了，因为这个世界是这样的不完美。老板不完美，总是让人不停地加班；同事不完美，我觉得我能力比他强却要和他拿一样的薪水；朋友不完美，总是跟我吐苦水；情人不完美，相处的时间越长爱情的甜蜜就越来越淡……是啊，这个世界总是不完美的，所以我们有理由不快乐。可是，你有没有想过自己是不是一样的不完美呢？不完美的世界，不完美的我们，我们还有什么可抱怨的呢？

每个人都想拥有快乐，可是似乎快乐在这个世界上又总是很稀少，我们常常被一些事情搞得很苦闷，让我们来看看一则小故事：有一个老人，下雨天他愁大儿子染织厂的布晒不干，晴天他愁他二儿子伞店里的伞卖不出去。后来有一个智者后来告诉他，下雨天他应该高兴地看到二儿子伞店里买伞的人络绎不绝，晴天他要高兴地看到大儿子染织厂布晒得很干。从此他的快乐就是那么的容易了。其实，是因为我们的心态不平和、因为我们的心胸太狭窄。放慢生活的脚步，从名利的纠缠中解脱出来，就会发现快乐很简单，只是看你愿不愿意享受这份简单的快乐。

快乐，其实是很简单的事情。首先要有一个快乐的心情，每天，在刷牙洗脸的时候，你不妨对着镜子里的自己保持微笑几秒钟，这样既可以活动面部神经，也可以让自己有个好心情；当你走出家门的那一刻，不要忘了今天又是寻找快乐的一天。理一个新发型，换一种心情，我们可以为此快乐；和朋友小聚一下，发发牢骚，叙叙旧情，我们可以为此感动；和爱人一起做一顿简单的饭菜，感受家庭生活的温馨，我们可以因此知道平淡是真……快乐，不需要太多的条件，只需要你有一颗感恩的心。

因为明白了生活的真谛在于平淡，因为明白了手里幸福得之不易，所以我们能够在生活的点滴之中感受快乐。快乐会传染，所以请你将嘴角上扬，做一个笑脸出来，你会发现人们也同样会给你一个微笑。“笑声犹如音乐，”在可以耳闻笑

声的地方，人生的各种灾祸都遁逃无踪。”著名哲学家罗素说：“美好的生活是一种由爱、激励 and 知识指导的生活。”爱需要快乐的心态，学会了快乐，才能积极面对生活，才能积极解决生活中的种种难题。

快乐，不会从天而降，所以让我们一起去寻找快乐吧！