

无我不欢我这辈子都得乐一乐

我这辈子都得乐一乐!

记得小时候，妈妈总是对我说：“无我不欢。”那时候的我并没有深刻理解这句话的含义，但随着岁月的流逝，我才慢慢地体会到了其中蕴含的深刻道理。

生活中的许多事情，我们常常因为自己的想法和期望而感到烦恼。但有时候，改变一下心态，把注意力转移到周围的人和事上，那份快乐就像是打开了闸门一样，自然而然地涌现出来。

比如去年，我参加了一次远足活动。起初，我只为了完成挑战而去。那天出发前天空阴沉得像块巨石压在身上，一路上雨点点地下了好几场，看起来似乎是个糟糕透顶的决定。不过，当我们穿过湿漉漉的小径时，不经意间发现了一片被雨水浇灌得格外鲜绿的小草丛。那些小花儿虽微不足道，却散发出一股清新气息，让人忍不住微笑。我开始意识到，无论环境多么恶劣，只要心中存有一份欢喜，就能让世界变得更加美好。

后来，每当遇到困难或不愉快的事情时，我就会回忆起那个淋湿但充满活力的日子。当你学会“无我不欢”，其实就是在寻找生活中的积极面，从中汲取力量，不再被负面情绪所束缚。这是一种境界，是一种选择，是一种智慧，它教会我们如何在平凡之中寻找非凡。

因此，在这个忙碌且充满挑战的时代里，让我们一起尝试着用心去

感受周围的一切，用“无我不欢”这种简单却强大的力量，为自己编织一个光明、幸福的人生故事吧! </p><p>下载本文pdf文件</p>