# 人生感悟系列 104一个人想要幸福,就不能太聪明

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-11-23

*第一篇：人生感悟系列 104一个人想要幸福,就不能太聪明一个人想要幸福，就不能太聪明1.一个人想要幸福，就不能太聪明，也不能太傻，这种介于聪明与傻之间的状态叫做智慧。▲人生感悟：人，太聪明了让人防备，太傻了让人摆弄，都没办法获取真心。怎么...*

**第一篇：人生感悟系列 104一个人想要幸福,就不能太聪明**

一个人想要幸福，就不能太聪明

1.一个人想要幸福，就不能太聪明，也不能太傻，这种介于聪明与傻之间的状态叫做智慧。

▲人生感悟：人，太聪明了让人防备，太傻了让人摆弄，都没办法获取真心。怎么办？“难得糊涂”。

2.用人之道：首用圣人，次用君子，宁用庸才，不用小人。

▲人生感悟：是这样，圣人不求回报，君子光明磊落，庸才听话听从，小人“本性难移”。怎么办？“就按上面办”。

3.不想爱了就放手，不想讲了就闭嘴，不想恨了就释怀。

▲人生感悟：一切都会过去的，事事不必太执着。怎么办？“别钻牛角尖”。

4.人是矛盾动物，拥有时不珍惜，当失去之后才觉后悔；什么都有时不满足，当有了熊掌之后却觉得鱼更好。

▲人生感悟：人不能太贪心，不可能什么都如愿，什么都十全十美。怎么办？“知足者常乐”。

5.人生最大的痛苦就是“钻进牛角尖出不来，自己折磨自己”；人生最大的悲哀就是“人在天堂，钱在银行”；人生最大的悲剧就是“白头发送黑头发”。怎么办？“平常心态”。

▲人生感悟：人生苦短、生活太累、快乐为本。怎么办？“平常心态”。

6.在生活上要知足者常乐，在事业上要常乐而不知足。

▲人生感悟：乐观向上、辩证思维、积极进取；相信命运、顺势而行、坦然面对面。怎么办？“平常心态”。

7.别在婚姻中老盯着别人的锅盖看，要知道，家家的锅底都是黑的。▲人生感悟：“家家有本难念的经！”。怎么办？“看主流、看本质”。

8.山盟海誓是一种经常让高山和海洋领受尴尬的重量级承诺。

▲人生感悟：不要轻易相信承诺，一句“拿着”胜过十句“我会给你的”。怎么办？“看行动”。

9.时间是检验真伪的唯一证据。随着时间的推移，真相肯定会慢慢浮出水面。

▲人生感悟：做任何事情，不要总抱着侥幸心理，“要想人不知，除非己莫为“呀。怎么办？“冷静思考、正确决择”。

10.咖啡的苦与甜，不在于怎么搅拌，而在于是否放糖；一段伤痛，不在于怎么忘记，而在于是否有勇气重新开始。

▲人生感悟：真正的痛苦是没有人替你分担，怎么走出阴影只有靠自己。怎么办？“别人只能帮你，只有你自己才能救自己”。

11.人的一生中只有5%是精彩的，也只有5%是痛苦的，其余90%都是平淡的。人们往往被5%的精彩所诱惑，品味着5%的痛苦，然后在90%的平淡中走完一生。

▲人生感悟：人的一辈子真的要被10%控制吗？想开点、看开点，平平淡淡才是真。怎么办？“不忘历史、正视现实、展望未来”。

12.真正的爱情不是知道对方有多好才在一起，而是明知道对方有多不好还舍不得离开。

▲人生感悟：爱一个人，不光要爱对方的优点，也要接受对方的缺点，因为“人无完人、事无完事”，“不离不弃”才是爱情的最高境界！怎么办？“善于理解和包容”。

13.处理夫妻关系的秘密：“男人喜欢捧，女人喜欢哄（善意的哄）；两鸡相斗头对头，夫妻吵架别记仇”。

▲人生感悟：“执子之手，与之偕老”。当初是誓言，后来是责任，再后来是习惯。怎么办？“善于理解和包容”。

14.有的人你看了一辈子却忽视了一辈子，有的人你只看了一眼却影响了你一生；有的人甘愿为你辛劳却被你冷落；有的人让你拥有短暂的快乐你却激情而思绪；有的人一相情愿了N年却被你拒绝了N年；有的人一个无心的表情却让你浮想联翩，这就是人生。

▲人生感悟：“喜新厌旧”是人的本能；得到后觉得不是最好的，得不到的总觉得是最好的。怎么办？“珍惜眼前，不能太贪”。

15.不要因为寂寞爱错人，更不要因为爱错人而寂寞一生，真心信任才能得到幸福。“缘分是本书，婚姻是种缘”，翻时会不经意错过，读时才会泪流。

▲人生感悟：“大千世界、茫茫人海”，缘分是天注定，它既不可预知，也不可刻意追求。封面漂亮的书很容易吸引人的眼球，但值得品味和珍藏却很少、很少；用心血写书的人往往没有时间和金钱去做装潢，但书的内容却常常令人大哭大笑。怎么办？“珍惜拥有”。

16.女人总记得让她笑的男人，男人总记得让他哭的女人；女人常常留在让她哭的男人身边，而男人却常常留在让他笑的女人身边。

▲人生感悟：哭或笑都是真情流露。但对于大多数人来说，笑比哭好。怎么办？“既要笑，又要会哭”。

17.忘记一个人为什么要一辈子？因为，你根本没有试着去忘记，而是一直在怀念，在期待，在做梦！

▲人生感悟：忘不掉的，就别忘掉，就让它深深地埋藏在心底里，但不要全部。

18.在爱的世界里，没有谁对不起谁，只有谁不懂得珍惜谁。

▲人生感悟：应该珍惜的不仅是那个人，还有那份情。怎么办？“珍惜”。

19.能够说出的委屈便不算委屈，能够抢走的爱人便不算爱人。

▲人生感悟：不说出委屈就委屈自己；不放走不爱你的人就得不到爱你的人。怎么办？“天要下雨，娘要嫁人，顺其自然”。

20.路的距离不代表心的距离，少打电话不代表不常常牵挂，不常见面 更不代表没有思念，忙碌的岁月请珍惜丝丝关怀。

▲人生感悟：轻轻的一声问候，融入了我所有的心愿；淡淡的一句祝福，倾注了我无限的真诚。怎么办？“理解万岁”。

21.有些事情，当我们年轻的时候无法懂得，当我们懂得的时候已不再年轻。世上有些东西可以补偿，有些东西永远无法补偿。

▲人生感悟：在成长中成熟，在成熟中衰老。怎么办？“顺应自然，善待人生”。

22.分手后不能再成为朋友，因为彼此伤害过。分手后也不能再成为敌人，因为彼此深爱过。所以我们成了最熟悉的陌生人。

▲人生感悟：春天不是季节，而是内心；云水不是景色，而是胸怀。怎么办？“难”。

23.记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受不能改变的。

▲人生感悟：真正留在心里的，从来不需要想起，因为永远也不会忘记。不要试图去改变别人，真正能改变的只有自己。怎么办？“顺其自然”。

24.我们虽然无法控制他人，但我们能好好控制自己。

▲人生感悟：要控制别人，先控制自己。怎么办？“战胜自己就能战胜一切”。

25.时间在流逝，火车在奔驰，社会在进步，新人在辈出。

▲人生感悟：长江后浪推前浪，前浪死在沙滩上。怎么办？“快快乐乐好好活”。

**第二篇：人生感悟系列 057人生浅谈**

人生浅谈

每个人的生活经历都不同，各有千秋。生活的阅历越丰富，对人生的感想越多，对生活的认识越深刻。

在这个世界上，我们无法选择的事情有两个，一个是自己的父母，一个是无法选择出生在哪个时间段。父母给予了我们生命，把我们带到这个世界上，让我们感受到这个世界的一切，这要感谢父母的恩爱，培育……

不管父母的社会地位高低，贫富如何，那是我们生命的缔造者，养育之恩，终身不能忘怀；不管我们生活在哪个社会时段，注定要投入这个社会发展中，借助这个时空，这个舞台展示自己的才华，塑造自己的美丽人生形象。

生命对我们每个人来讲，只有一次机会，我们要珍惜它，热爱它，责无旁贷。但是，社会赋予了我们生命更大的使命，来到这个世界上，就要建设这个世界，让人类社会不断繁荣昌盛，繁衍生息下去，把美丽的祖国，可爱的家园装点的更加秀丽。因为，上帝缔造者人类时就留下了这个重任，并且要全力以赴去完成。

在人生路上，没有坦途，更没有一帆风顺的事情。要前行，必须克服困难，顽强不屈地向前一步一步的走下去。生活本身充满活力，充满神秘色彩，这是我们大家都知道的。任何事情都有其两面性，有积极的一面，就有负面存在。生活是一块磨石，即能磨练了个人意志，又提升了我们的生活能力，促进了生活积极性。在人生道路上风风雨雨奔波几十年，遍尝人生的酸甜苦辣，悲欢离合的情感历练，一句话，人活着不容易。男人，女人，年轻的，老年人行进在生活道路上，各有各的生活情趣，各有各的难处，每个人都在收获着自己付出劳动的成果。

人生四季，每个季节有每个季节的事情要做的。人生旅程犹如逆水行舟，不进则退，再苦再累也要向前走下去。为了生活的更好，就要不停地拼搏进取，向着理想的目标前进，以只争朝夕的精神奋斗下去，才能收获金秋的硕果，铸就自己的人生辉煌。

**第三篇：人生感悟系列 028坎坷人生**

坎坷人生

对酒当歌，人生几何？譬如朝露，去日苦

多„„人生如一场戏，各有各的演技，人生如一首歌，各有各的唱腔。没有崎岖坎坷不叫攀登，没有痛苦烦恼不叫人生。人生短暂，坎坷相伴。如何面对人生，经历不同，感悟不同。近期，本人有幸参加了一次拓展训练，其中有一个项目叫坎坷人生路，项目的内容要求是有一位聋哑人照顾一位聋哑盲人，两人相伴，翻山越岭，跋山涉水，一路坎坷，相伴相依，走过一段人生之旅。通过这项训练活动，使人感悟颇多，受益匪浅。感悟之一，面对现实。

大千世界，无奇不有，人生之途，坎坷丛生。面对现实，充满信心，定能到达理想的彼岸。两个身有残疾的人，能够克服困难，坚定信心，相互依赖，经历坎坷，最终到达目的地。当今社会，经济快速发展，知识更新频繁，观念不断更新，社会逐步和谐。作为一名公务员，面临的学习、工作和生活的压力越来越大，要求越来越高。如何面对现实，实现跨越，是摆在每个公务员面前一个课题，破解这个课题，只有平和心态，增强信心，快乐生活，用知识、用责任、用愉悦去面对现实，迎接挑战。感悟之二，享受过程。

生命是一个过程不是一个结果，如果你不会享受过程，结果最终也会索然无味。学习是一个过程，人生在世，是在学习中度过的。“才须学也，非学无而广才”。学习使人益德、长识、增才、积学、健体。人们只有不断地学习，才能享受学习的快乐。工作是一个过程，人在社会各有职责，虽然职业不同，但都是在为社会做奉献。生产是奉献，消费也是奉献，为工作而忙碌，为消费而工作，要想把工作做好，就需要将自己投入其中，学会专注。人们常说“一个人的潜能需不断挖掘和开发，才能发挥巨大的作用。”只要你愿意付出努力，严格要求自己，完成任务，追求卓越，将指日可待，只有亲历过程，才能享受过程，用靓丽多彩的过程，装扮闪光无限的人生。

感悟之三，学会感恩。

有一条格言：“怀着爱心吃菜胜过怀着恨吃

牛肉。”如果不懂得感恩，别人就不会再帮助你，感恩使人获得好心情，拥有好心情就一定会更快乐。学会感恩，要感恩父母，父母给你生命，给你幸福，无论你在哪里，无论你干什么，无论你官职大小，无论你贫和富，都不要忘记父母，都要感谢父母。要感恩爱人，爱人是陪伴你度过终生的人，朝夕相处，白头偕老，快乐着你的快乐，痛苦着你的痛苦，知冷知热共度人生。要感恩所有的人们，不管是领导或同事，不管是同学或战友，不管是熟悉的人和不熟悉的人，人生在世，离不开众人的关心和帮助，离不开众人的存在与奉献，人们相处在一个大家庭，享受着温暖，享受着幸福，享受着人生，享受着快乐。感悟之四，团队精神。

一个人的成功需要自我超越。一个团队的成功需要团队精神。人是自然界最伟大的奇迹，一旦意识到自己的潜能，便会焕发前所未有的激情。富兰克林就曾经说过：“不要隐藏你的才华，它们生来就是要被发挥应用的。”每个人的体内都有成功的潜能，尽情发挥，成功就会紧随而至。各行各业的精英，各位成功的人士，都值得我们去学习。一个团队，只要具有一种团结的、拼搏的、进取的、创新的、充满智慧和生机的精神，只要我们敢于挑战，勇于实践，善于创造，乐于奉献，团队的理想和目标就一定会成为现实，我们的明天一定会更加美好。

如果你春，就要春意盎然，如果你夏，就要烈日焰焰，如果你秋，就要秋高气爽，如果你冬，就要白雪皑皑，坎坷人生，快乐旅行，超越自我，铸就成功。

**第四篇：感悟人生系列活动总结**

环境与规划学院

“感悟人生”系列活动总结

“感悟人生”系列活动的命名源自环境与规划学院退休教师瞿鸿模的日记摘抄集《感悟人生》，此书收录了“全国师德先进个人”瞿鸿模1956年以来所写的部分日记，记录了半个世纪以来他对于人生的执着探索和深刻思考，叙述了瞿鸿模老师从少年到老年的思想历程。从少年到青年，从参加西南三线建设到成为一名人民教师，从青年才俊到老有所为，为我们呈现了他始终奋发向上的形象。他勤勤恳恳的学习、工作，认认真真地做人做事，他几乎按照“吾日三省吾身”的要求，时时检查自己的不足，修正自己的错误，“努力做到最好”是他潜在的座右铭。

瞿老师记录了生活中的点点滴滴，曾经转战南北的人生经历在他的笔下是那样平常，在自己家庭贫困的情况下坚持资助贫困学生在他笔下也是那样自然，质朴的文笔使得人生也变得从容——它是让人经过的，而不是让人感叹的。集子中最为感人的段落是瞿老师精心记下的教学心得，还有与学生的一次次谈话，那中间饱含着他对学生的拳拳爱心和真挚的敬业精神，这是所有人都应该引以为榜样的。这些记录也许是对瞿老师曾荣获“河南省文明教师”“河南省高校十佳师德标兵”和“全国师德先进个人”等荣誉称号的最好佐证。

摘抄集付梓印刷后成为了环境与规划学院全体本科生的“床头读物”，也成了该院大学生思想政治教育的重要抓手。为了引

导广大同学珍视青春年华，合理规划人生，努力学习实践，争取成为国家需要的合格人才，环境与规划学院关工委围绕《感悟人生》日记摘抄集组织了一系列大学生思想教育活动。《感悟人生》读后感评比活动

10月，学院组织2024、2024、2024年级的每位同学认真阅读《感悟人生》，并撰写读后感以思考青春岁月、书写人生愿景，于2024年11月12日之前上交到学生会。最终，共收到作品745篇，由学生会组织相关人员逐一进行认真细致地评审稿件，经过大家的共同努力，从2024、2024、2024三个年级每个年级评审出20篇优秀作品，最后将结集打印。对于优秀作品，学院予以表彰。

通过阅读《感悟人生》这本书，同学们的心灵被瞿老师那朴素、未加雕饰的点滴记录所触动，大家关于大学，青春，理想，责任等产生了一系列的思考，意识到大学不能堕落，大学需要进取。

“我的青春我做主”主题演讲比赛

为了帮助学生真正认识大学、青春乃至人生的意义，在发动全体同学学习瞿鸿模老师《感悟人生》日记摘抄集的基础上，学院组织了 “我的青春我做主”主题演讲比赛。同学们均踊跃报名参加，比赛分为初赛和决赛两轮。2024年12月10日下午，“感悟人生——我的青春我做主”主题演讲比赛决赛在该院二楼报告厅成功举办。河南大学原副校长、关工委执行主任贺陆才，工会原主席、关工委常务副主任袁顺友，校学生处处长周保平，校督导组刘德明、刘太昌，院党委书记杨俊中、副书记李从国等领导老师出席活动并担任评委。各级辅导

员及部分学生参加活动。李书记就此次比赛的背景和筹备情况作了说明，希望通过此次活动激发同学们对于大学、青春和人生的思考，希望同学们能够珍视青春年华，合理规划人生，健康成长成才；同时，他还借“一二·九”运动勉励与会同学要继承、弘扬爱国精神，努力把握人生方向。

14名参赛选手依次登台，选手们声情并茂、慷慨激昂的演讲体现了当代大学生的对于青春和人生的思考，展示了青年学生蓬勃向上的活力与激情，选手们优异的表现赢得了观众的深深共鸣和一致好评。比赛结束后，评委老师为获奖选手颁奖并合影留念，袁顺友、刘太昌、周保平及贺陆才老师分别针对本次活动作了精彩点评。评委们对环境与规划学院关工委依靠教师先进典型开展大学生思想政治教育工作的方法给予了充分肯定，并希望同学们要珍惜青春时光，合理规划大学生活，真正成为青春的主人，为漫长的人生之路打好基础。

在参赛期间，选手们相互交流，学习借鉴，比赛的经历成了选手们学习的动力，让自己在挑战面前学会自信地争取成功，这一切让选手们终身收益。

通过这次演讲比赛使我院学生更加深刻的了解到瞿老师充满活力、勤勤恳恳、奋发向上的青年时代，也更加深刻的意识到青春不能浪费、青春需要激情、青春需要自己做主！

“感悟人生”励志报告会

09—10学年开学期间，我院向广大师生发放了由我校退休教师瞿鸿模老师编写的《感悟人生》一书，发起研读《感悟人生》一书，向瞿鸿模老师学习的活动，倡导学生发扬瞿老师刻苦进取，奋发拼搏的学习精神和兢兢业业，一丝不苟的工作作风，在当代大学生心中树立良好的模范形象，促进学生踏实勤奋的学习工作态度形成。由我院学生会于2024年11月21日下午在锥形报告厅筹办的座谈会就是系列活动的收尾与总结。此次座谈会瞿老师亲自到场与同学们面对面地交流，以亲身经历鼓舞感动在座学生，为同学们作了一场励志报告。

学院党委书记杨俊中、副书记李从国，团委书记潘少奇，辅导员宋博均出席了此次座谈会，由此可见学院领导老师对学生工作的高度重视。整个锥形报告厅座无虚席、掌声不断。可见我院学生对瞿老师的仰慕之情及渴望学习进步的积极思想。

座谈会之初，潘老师对“感悟人生”系列活动做了总结，对同学们在活动之中表现的高度热情表示肯定和赞扬。

之后，李书记发表了自己阅读《感悟人生》一书的深切体会和感想，他高度评价了瞿鸿模老师的学习工作精神，称瞿老师的精神是一个时代精神的代表，是后辈应该追随的榜样。李书记说，《感悟人生》这本书他阅读了好几遍，每一次都会在感动和折服中汲取上进的动力，并对同学们发出了继续学习瞿老师精神的号召。

杨书记发表讲话，对我院学生工作的优秀表现提出表扬，并提出“今后应多举办此类活动，是同学们不断受到鼓舞，以更好投入学习工作”的期望。杨书记还希望所有同学将此系列活动做为全面开展大

学学习生活的精神动力之源，拔高思想，锐意进取，为自己的人生留下美好珍贵的财富。

瞿老师在报告中表达了对生活、对社会、对河南大学的深深谢意，并以自身学习、生活、工作经历为切入点与现场师生分享了自己对人生的感悟。他建议同学们在这个大展宏图的时代一定要把握好自己的命运，在后天学习中把身体健康放在第一位，努力学习，积极实践，全面发展。瞿老师还强调培养自学能力是大学乃至人生的重要一环，并介绍了自己在大学学习中的心得体会。最后，他呼吁大家一定要“珍惜人生，热爱人生，善待人生，感悟人生”。

瞿鸿模老师虽已退休，却时刻关注着河大尤其是环境与规划学院学子的学习生活情况。虽年事已高，却精神饱满，容光焕发地为同学们做了这场精彩的励志报告，使大家受益匪浅。瞿老师为同学们讲述了他从少年入学、入团，到青年学习、深造，中年工作、研究，再到退休的生活经历，使我们在他饱含深情的表述中感受到他崇高的人格魅力。瞿老师少年时代就有了比较远大的理想，他对生活有着美好的憧憬和向往，因此学习很踏实刻苦。青年时期的瞿老师充满活力，对生活充满了无比的热爱，他珍惜每一次的学习实践机会，博览群书，拥有了使他终身受益的丰厚文化积淀。由于专业是地学，经常性的野外考察使他开阔了眼界，理论实践结合，掌握了扎实的专业知识。之后他成了一名教师，爱岗敬业，视生如子的他深受学生爱戴，兢兢业业的工作研究态度使他获得了诸多荣誉。但瞿老师低调做人，高调做

事，将一切光环视作继续前进的动力。退休之后，瞿老师依旧保持良好的学习习惯，每日坚持写的日记如今成了我院学生学习的枕边书。

整场报告会，瞿老师讲得激情高昂，同学们听得全神贯注，瞿老师晓之以理、动之以情的话语激起在场同学的阵阵掌声，通过这场励志报告，同学们收获的不仅仅是一位退休老教师的生活经历，更多的是一种生活状态和一份精神力量，我们不禁钦佩瞿老师那从容淡定的人生态度和昂扬的精神面貌，我们学会用感恩的心去面对这个世界，更加用心的去生活，我们发现了自己身边触手可及的力量，引发我们深刻的思考。

总之，感悟人生系列活动，在师生中产生的影响是深远的，它的作用是无法估计的，瞿老师的人生历程和人生态度是一次最好的思想教育课，为我们提供了一份宝贵的精神食粮。很多学生暗暗的下了决心，要向瞿老师学习，立下远大的志向。此次系列活动可以说是在环境与规划学院历史上很有意义的一系列活动。

我们希望踩着榜样的足迹，追随模范的身影，用努力奋斗，用勤劳汗水，去铺设我们自己的人生旅程，这样，当我们也到了回首的年纪，我们就可以自豪地说“我的人生----无悔”！

**第五篇：感悟我的幸福人生**

幸福原来这么简单

经管学院

张敏

幸福是什么？我下不了定论。幸福的含义对于我来说真的有很多种。

有的人认为有钱是一种幸福，是这样吗？看着那些与我们差不多大，却每天都出进工厂的青少年，他们拥有自己的钱包，拥有自己的机动车，他们每天都会光顾超市，他们自由自在，潇洒自如，穿着亮丽时髦。不像我们，每天坐在教室里听课，回到家后还有做不完的作业。也许你会羡慕他们，但是你们有没有觉得他们的文化水平，最高的也不过是初中毕业？他们所谓的“工作”也只不过是出卖自己的力气而已。他们根本不懂得什么是高科技，没有丰富的知识充裕自己的大脑，仅靠着十几年的生活经历来判断是非。试问，这样让一个人走进社会后，会怎样呢？对于我们来说，有一个学习的环境就是一种幸福。

健康是一种幸福。对于张海迪，霍金来说，幸福就是拥有健康的体魄。一个人即使有再多的钱，住再大的房子，开再好的车子，但是他如果不拥有健康，怎能叫幸福？

团聚是一种幸福。在现代社会生活的人，整天忙天工作，到处奔波，有的甚至离家千里，远在他乡。一年仅仅回家两三次，对于他们而言，与家人团聚就是一种幸福。

有家是一种幸福。家中有温情和快乐，家中有父母的关爱和教育，对于孤儿来说，这一切都是他们幻想得到的幸福。

作为儿女的我们，又能做多少能让父母感到幸福的事情呢？当父母下班后，给他们递上一杯热茶，他们就不会再感到劳累；当父母在工作上遇到了什么不顺心的事情，安慰他们几句，他们的心情会变得舒畅，会更加欣慰；这些，对于做父母的来说，都是幸福。还有在现实生活中，与交往时，当别人做错了事情，以宽容的心态来对待他们，别人就会给予你更多的热情和尊重，这样彼此之间都会感到很幸福。

其实，幸福真的很简单。幸福就是一声赞美，一句问候，一个微笑。幸福如同夏日里的树荫，给予我们一季凉爽；幸福就如同寒风里的一抹阳光，雨天里的一把伞，雪天里的一块炭······虽然渺小的微不足道，但是赐予我们的却是莫大的感动的幸福。

走过了那么多条街，看过了那么多的人和事，经历了一次又一次的四季更迭，才发现——幸福，原来就是这么简单。

感悟我的快乐生活

资源学院

董文慧

快乐是人人都想获得，都想追求的。而在现实社会中，人们会时常感觉不到快乐甚至是常感觉不快。还记得小时候，非常想过年，因为过年总能让人感觉快乐——穿新衣服、吃好吃的、放鞭炮、收压岁钱都让人感觉到无比的快乐，现在过年已经没有这种感觉了，甚至还会感到有些孤独。记得小时候走上几里路就为了去看上一场电影，有时是撑着雨伞看露天电影，可是感觉确实是那么地快乐，有时这种快乐的心情甚至会持续好几天，现在电影院的条件好了，有暖气空调、饮料茶水供应，可是确很少有心情走进电影院。

穷的时候过年吃的饺子都不敢放更多的肉，现在想吃什么就吃什么、想吃多少就吃多少，却不知为什么快乐不起来。还不如粗茶淡饭那么无忧无虑，自由自在。现在的人物质条件好了，而苦恼却更多了，很少有快乐的时候。就是自己创造一些机会“放松”一下自己，带来的那种快乐往往也是那么的短暂，转瞬即逝，更多的时间还是陷入在不快乐的痛苦之中无法自拔。

其实，苦恼源于没有节制的欲望。如果我们想保持快乐，不妨把心态放开一些，把得失看淡一些。得失、得失，自然是有得必有失，我们不能做到满足自己所有的欲望，为了快乐应该学会放弃一些欲望，抛弃一些不必要的欲望必定会得到更多的快乐。再说，有些欲望得到满足的同时会带来更大的不幸。美女是可爱，但是爱的结果可能是要承受家庭的破裂、妻离子散的痛苦；贪污受贿是可以享受洋房别墅和香车美女，可是快乐以后需要承受担惊害怕的折磨。有时，快乐也可以自己来制造。一些随手可以满足的欲望如果适当地克制一下，也会给你带来一定地快乐。我们经常会有这样的感觉，如果每天吃一次肉就不感觉肉有什么好吃的，而改为每个月吃一次就会感觉肉是那么的香。

不要追求自己不可能实现的愿望，把目标定在经过一定的努力就可以实现，那你就会得到实现后的快乐；放弃一些没有意义的欲望或者可能带来更大痛苦的欲望，就可以减少不快了的可能；有意识地克制自己的欲望，就可以经常生活在快乐之中。快乐是一种感觉，是一种体验，快乐与财富并不一定成正比，而如果对财富的追求方式错误反会带来苦恼和恐惧。

总之，快乐是会意的一个眼神；快乐是爱的一个微笑；快乐是从心里说出的一句实话；快乐是一颗孩童的心；快乐是一片纯洁的爱；快乐是一个难得的情。

将青春铭记 经管 王亚红

青春就像一根细长细长的丝，绵延在我们的生命历程中。它看似微乎其微，却是人生不可缺少的一部分。

在高中，我们处在温柔的炼狱中，一切都看似那么平静，而背后却是巨大的压力和痛苦的折磨。或许我们认为这种青春是青涩的，然而这又是一种姿态，一种财富，一段值得怀念的时光。

青春只属于那些力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。它不是资产，坐享其成只会一事无成；它不是玩具，任意地玩耍的来的智慧是痛苦；它不是金钱，任意的挥霍换来的只是人生的匆匆。小时候，我们渴望大人的世界，每天盼望着自己快快长大。成年后才发现，青春正在悄悄的溜走。我们只能哀叹早逝的青春。应为那些曾经的美好在我们的念念不忘中，渐渐被我们遗忘。

青春没有想象中的那么简单，需要珍惜和爱护。我们曾经叛逆过，曾经迷茫过，就像萤火虫的光芒连自己也照亮不了。我们的青春应如同烈火，不仅照亮自己，也要照耀别人。只有让青春的田地洒满汗水，才能长出健壮的苗，开出美丽的花，发出迷人的芳香。

用心去呵护青春，将青春铭记。当达到生命的尽头时，你会发现有一种东西一直陪伴这你，那就是无悔的青春。

多彩青春

机电

编辑部—— 尹帅斌

岁月匆匆，转瞬即逝。我们走过了一部分青春，还有青春中最重要的一部分在我们的大学生活……回首往事，历历在目——快乐、欢笑、悲伤、不快……

在这个世界上，每个人都有一块必得有他自己来耕种的土地，每个人亦有那份属于自己的独特的青春记忆！

看那云卷云舒，花开花落；看那日落西山，潮起潮落。在芸芸众生，苍茫大地间，我们就像一粒尘土，不明了，来自何方，又将情归何处。

当那些春去秋来的大雁扑扇着翅膀凌空而过时，我们已然成长，就如同家乡的小巷石桥，塔影钟声，田间小路，深井落花，最终成了一座座拔地而起的摩天大厦。我不是归人，只是过客，那些刻骨铭心的成长，也终于在空白的瞬间，化成了一声轻叹！

青春像是一场盛大的祭祀，寂静与 期盼里开始，荒凉 绝望中结束。开始和结束都是以无声的姿势进行，然而所经历和感受却是两种姿态。我一直在想，我的青春，我的十八岁，到底是以什么样的方式开始，又会以什么样结束？我像所有 迷茫的流浪者一样，一直在漂泊，一直在回忆，不知在哪里停留，哪里又是尽头。

在这个年纪，忧郁是青春的代言，在哭过、笑过、痛过之后，更明白了青春的味道。

青春中，朋友是一笔重要的财富。朋友就像一阵花香，芬芳甜美却又不乏素雅清淡；朋友就像一本书，会出真诚，悟出挚爱，品出真理；朋友就像一场秋雨，温柔细腻而又满怀诗意。有了朋友，我们的青春才不会黯淡！

不是所有人都可以真正的享受青春，但是每个人都应该读过青春。青春是一般太过于仓促的书。有时候，还来不及细细品读，那青春就已然成为了往事……我们偶尔的，都会去赞颂青春的美好。但是，谁又会真正理解，这段唯美而仓促的时光？

看那来来往往的日子和那些走走停停的岁月，曾经流过的泪、绽放过的微笑，其实青春很简单。

“白日放歌须纵酒，青春做伴好还乡。”诗圣杜甫吟着佳句，追忆着逝去的青春。青春是美好的，令人想往的。青春充满了朝气和活力，因为有了青春，人生变得更有活力。只有失去后，才想再拥有。已经步入古稀之年的老人是何等的渴望能返老还童，再度回到美好。

霞彩落珠痕，逍遥梦禅心。对月弄清影，皆是山中人。流星亦微尘，逍遥做本真。若有知音赏，心事付瑶琴。

“青春”多么美好的字眼。令多少人感慨、追逐抑或是追忆呢？令多少人歌咏或是聆听呢？又还有多少人拥有着却不知珍惜白白浪费呢？正是如此诸多的人和物围绕着青春，才衬托出它的美好和生机勃勃！这能不能说是一种永恒呢？我想是的。这是一种真挚的永恒。不管它带走了多少人燃烧的激情、带走了多少人贲张的热血。不管以后会怎样，我依然如斯！

青春，如同握在手心中的沙砾，不论你握得再紧，它终将从你的指缝里偷偷溜走。它永远是年轻的，但永远也是由不得人的。只能是你如何去好好去融合、利用它。青春，如同一本打开就合不上的书。如不珍惜，好好品读，那它终将弃你远逝而去。于你不会存有丝毫怜悯。

青春，永远都是生机勃勃的。老去的只是那些不知所以然的人和岁月而已！走在青春的路上，我逐渐学会了坚强，雨不再淋湿心扉，再痛也要追赶太阳；走在青春的路上，执著风雨中歌唱，留一串坚韧的足迹，让生命在无畏中芬芳。青春路上，我们度过无数快乐、艰辛，青春，让我们难忘。人生短暂，青春亦易逝。激情的少年们，努力珍惜吧！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！