



《山高水长》  
作者:肖永红(60岁)  
江汉区满春街道肖家社区



《绿水青山儿童乐》  
作者:罗果志(88岁)  
江汉区万松街道凌云社区

## 人生如意事常有一二

春节刚过没多久,来了一位来访者赵女士,人到中年,抱怨连连。先是不满自己一生平庸、碌碌无为,而她的同学已经发达了;接着觉得自己的孩子成绩不好还不听话,让她在亲戚朋友面前没面子;进而开始嫌弃自己父母的贫穷和窝囊,不像有些人含着金钥匙出生;最后是抱怨自己的伴侣,相貌普通、工作普通、生活普通。总之感慨人生之大不如意。

我想起中国台湾作家林清玄的一件轶事。林清玄的友人让其为他写一幅字,看到就令他开心。林清玄想了几天后,就写了四个字:常思一二。友人不解。林清玄解释说,常言道,人生不如意常有八九,那不是还有一二是如意的嘛。你不思那不如意的八九,只想那一二如意的事,不就每天开心吗!

这位赵女士所抱怨的,反而正是多少人所羡慕的。有多少人羡慕她一生平安健康,不用背井离乡;人到中年,父母健在,而“子欲养而亲不待”让多少人一生都难以释怀;退一步说你的孩子是学渣,又不是人渣,对多少人来说,拥有一个自己的孩子已是上天的恩宠,我老妈就常跟我们说孩子是菩萨送给我们的礼物;而

拥有一个平凡踏实的家庭就是大多数人的幸福所在。

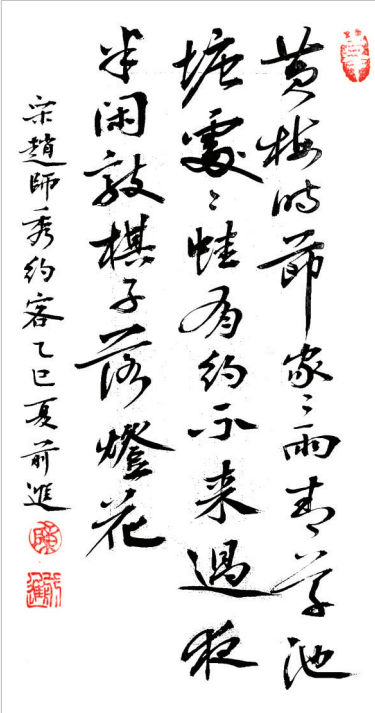
心理学有个半杯水实验,悲观的人只看到杯子里空出的一半,觉得有一半的水已经没了,只剩下半杯了,忧心忡忡;乐观的人看到的是剩余的半杯水,开心满足:哇,我还有半杯水呐。

我们大多数人看到的外部世界是一样的,但生活满意度和幸福感却不一样,人生体验也千差万别,取决于我们看人、看事、看物的方向、角度和心境。

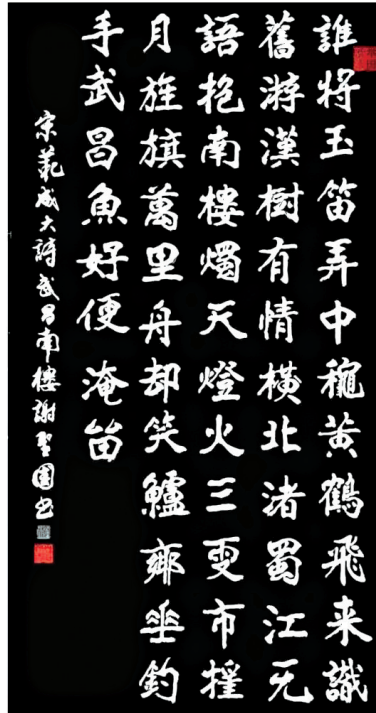
幸福应该是从我们已经拥有的东西(比如已有的半杯水)里去寻求,而不是还没有拥有的那些,那些是欲望。

人生中的八九不如意,有的不能改变,就接受,或换个角度和方向再看;鼓起勇气改变其中能改变的,让如意事再多一二。这也是我们的人生智慧。

作者:陈见闻,见闻幸福管理工作室创始人,香港理工大学管理学博士,中国社会科学院心理咨询师。



《约客》  
作者:陈前进



《鄂州南楼》  
作者:谢圣国(70岁)  
东西湖区常青花园第三社区