


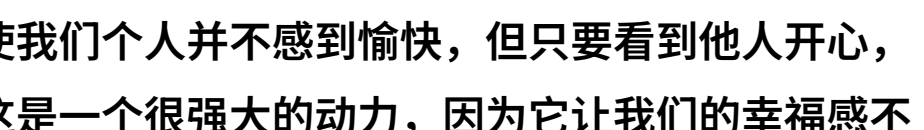
欢笑如潮忘我在其中

欢笑如潮，忘我在其中



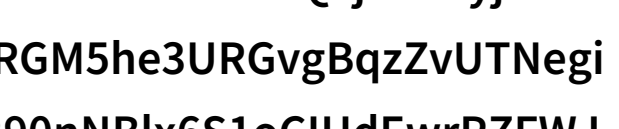
当生活的重压和烦恼像一座座高山一样压迫着我们时，我们需要找到一种方式来释放内心的束缚，让自己能够在快乐中找到平衡。这就是“无我不欢”的力量，它教会我们如何将注意力从自我的需求转移到他人的喜悦上，从而获得真正的满足感。

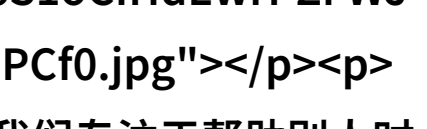
首先，“无我不欢”是一种积极的心态。它意味着即使我们个人并不感到愉快，但只要看到他人开心，我们也能感到欣慰。这是一个很强大的动力，因为它让我们的幸福感不再完全依赖于个人的成就，而是与他人共享。例如，当一个朋友因为你的帮助而取得成功时，即使你自己并没有直接受益，你也会感到非常高兴，这种感觉是难以用金钱衡量的。

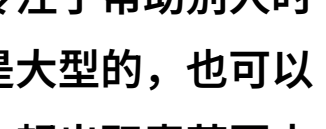


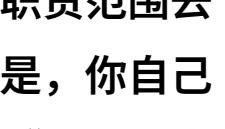
其次，“无我不欢”还体现了一种服务精神。当我们专注于帮助别人时，我们往往会忘记自己的烦恼和痛苦。这种服务可以是大型的，也可以是小细节上的，比如帮忙做一些家务活，或是在工作中超出职责范围去协助同事。在这个过程中，不仅别人才会感激你，更重要的是，你自己也会因此得到解脱，感觉到生活中的意义。

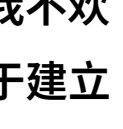
再者，“无我不欢”鼓励人们参与社交活动。社交对于人类来说至关重要，它有助于建立情感联系，提供支持，并且增进理解。在这样的环境下，每个人都能发挥自己的特长，为群体带来更多快乐，无论是通过分享幽默故事、唱歌跳舞还是简单地倾听他人的烦恼，都能为周围的人带去正面的影响。














90nNBlx6S1oCIHdEwrPZFWJmO9Duc1OliQiAodmzzmC1H8ZOofUzqhEAYOPCf0.jpg"></p><p>此外，“无我不欢”还促进了团队合作。当每个成员都为了团队目标而努力时，就算个人并不完全满意结果，也能因团队共同成功而感到骄傲。这一点尤其适用于工作场所，在那里团队合作通常比个人表现更被重视。</p><p>最后，“无我不欢”反映出一种宽容和包容的心态。在现代社会里，竞争日趋激烈，每个人似乎都追求最好的位置。但“无我不欢”提醒我们，即使在竞争中取得成功，也要学会尊重并庆祝其他人的成就，而不是总是试图打败他们。这种心态能够减少冲突，加深友谊，使得整个社会更加和谐稳定。</p><p></p><p>总之，“无我不欢”的哲学是一种美丽的心灵状态，它允许我们把注意力从自我的需求转移到他人的喜悦上，从而发现生命中的更多乐趣。此外，它还教导我们如何成为更好的人，与世界互动，以及如何在困难面前保持积极向上的态度。一旦开始实践这一理念，你就会发现生活变得充满了新鲜感和可能性。而这，就是那些永远不会觉得“没有什么事情让我开心”的人所不知道的一课：只有当你愿意让别人开心的时候，你才真正开始了解什么叫做真正的快乐。</p><p>下载本文pdf文件</p>