工作中得到快乐

这些人之所以不快乐，是因为他们都做了相同的决定--让别人来控制他的心情！

当我们的情绪因为别人而低落，心情因为别人而变坏时，我们经常会觉得自己是个受害者，既然无法改变现状，就只会抱怨或者是愤怒。我们把原因怪罪于别人，并且想证明这么一点："我的心情很不好，都是你造成的，你要为此事承担责任！"此时我们就把这一项重大的责任托付给周围的人--要求他们使自己快乐。我们似乎总是承认自己无法掌控自己的心情，只能可怜地任人摆布。其实，这样的人也会使别人不愿意接近，甚至望而生畏。

范仲淹说："不以物喜，不以己悲"。《圣经》里面说："常常喜乐，凡事包容，凡事感恩"。其实这些讲的都是同一个道理：不要让你的情绪受外物或他人影响，保持快乐最重要。

如何才能自己掌握快乐的钥匙呢？以下是几点建议：

做好自己的工作。对自己的工作保持热情与兴趣，不论是做一名小职员还是身为一位主管，快乐地把你的本职工作做好，就能从工作中得到快乐。

与家人和睦相处。家是永远的避风港，不管你受了多大的委屈，不管你有了多大的成就，家人都能为你分担或与你分享，他们和你一起哭、一起笑。享受天伦之乐，也是快乐的一种。

结交几个知己朋友。有那么几个朋友能和你一起畅谈人生、理想，并为着理想一起奋斗，能在任何时候听你倾诉，能把成功的喜悦与你分享，是何等幸事！把酒言欢，知己万盏难酬！

发展一下个人爱好。只会一心一意地工作还不行，那样的人生太单调。培养一些业余爱好，能让自己的人生丰富起来，比如学学琴、跳跳舞、涂鸦、唱歌，都是很好的事情。

要经常给自己充电。增长自己的见识，多读书，多看报，多学习新的知识，所谓"活到老，学到老"，保持生活情趣与好奇心，才能让自己跟上时代的步伐。

尽情打扮自己。保持健康的体魄，让自己充满魅力。女为悦己者容，把自己打扮得漂亮点不仅使别人舒心，自己也会有个好心情；男士经常健身，让自己成为所爱的人坚实的依靠，能让自己保持一份自信心……

在平凡琐碎的生活中，我们要学会把快乐的钥匙掌握在自己的手里。

5．有计划地准备问：一辆车四个轮子，没有备胎，而且时刻有抛锚的可能，你敢上高速公路吗？不会，答：除非谁想找麻烦。

一位喜欢炫耀的穷酸诗人乘船过江。当船划到江的三分之一处时，这位诗人突然诗性大发，面对滔滔江水吟起诗来，几首过后甚觉无趣，因为没有人能够欣赏他的诗。于是他问船

地信网论坛
BBS.3S001.COM
地信酋长制作

夫："船夫，你懂不懂得诗词之美啊？"

船夫摇摇头说："我哪懂得诗呀！我只会划船！"穷酸诗人叹了一口气："唉！连诗歌都不懂，你的人生已经去了三分之一了。"

船走到江中间的时候，穷酸诗人拿出一只笛子吹了起来，陶醉在自己的旋律之中。一曲完毕，穷酸诗人又问船夫："船夫先生呀！你不懂得欣赏诗句，那你总该懂得欣赏丝竹之美吧！"船夫摇摇头说："我哪懂得音乐啊？我一生只会划船！"穷酸诗人更加不屑地说："不懂得欣赏音乐，你的人生又去了三分之一了。"

突然间，天空中乌云密布下起大雨，江水暴涨，眼看就要把船给打翻了。船夫跑到船头准备跳下水，这时，他回头问穷酸诗人："秀才先生，那你会不会游泳呢？"穷酸诗人说："我这一生饱读诗书，欣赏音乐，哪有时间学习游泳呢？"船夫说："那很抱歉，不懂诗书和音乐的我人生还有三分之一，而你的人生即将全部失去了。"说完，船夫就跳进了江里。

还有这么一则故事：

森林里的一个傍晚，野狼卧在草地上使劲地磨着牙，狐狸看到了，就对它说："老兄，今天是周末，天气又这么好，大家都在休息娱乐，你也和我们一起玩吧！"野狼没有答话，继续磨牙，把它的牙齿磨得又尖又利。狐狸奇怪地问道："森林这么静，猎人和猎狗都已经回家了，老虎也已经睡觉去了，现在没有任何危险，你何必那么用劲磨牙呢？"野狼停下来回答说："我现在磨牙并不是因为好玩，你想想，如果有一天我被猎人或老虎追逐，到那时，我想磨牙也来不及了。平时我就把牙磨好，到那时就可以用得上，可以保护自己了。"

这两个故事告诉我们，做任何事情都应该未雨绸缪，居安思危。我们的一生会遇到很多意外的事情，在我们力所能及的时候应该尽量不要放弃任何一个学习的机会。这样在危险突然降临时，才不至于手忙脚乱。别以为现在的安逸就代表永远，人生的过程就如同在江河里行船，狂风暴雨不知道什么时候会来。一辆车四个轮子，没有备胎，你敢上高速公路吗？

不要只会纸上谈兵，只会风花雪月，只会吟诗作乐，不要贪图一时的享受，要时时刻刻准备着，掌握一定的生存本领。这样，在人生大海上航行时，即使大浪袭来也不怕，因为你会游泳。

6．征服心底那座山峰问：比赛登山，你输了。你会以山陡路远为借口狡辩吗？

答：嘿嘿，好像会哦。

父亲带儿子去爬山。车到山脚停下后，父亲指着山说："上山有两条路可行，一条在东南方向，一条在西南方向。东南方向的路离山顶最近，但非常陡峭；西南方向的路离山顶虽远，但道路平缓。"父亲问儿子："你选哪条路上山呢？"儿子想也不想，便指了指东南。父亲点点头，说："这样吧，咱们父子俩来比试比试，我由西南上山，看谁能最先到达山顶。"儿子信心十足，头一仰，说："爸，你一定输。"

地信网论坛
BBS.3S001.COM
地信酋长制作