

# 人生最重要的 是拥有制造快乐的能力



下班高峰期,车里的收音机总是在这一刻重复地播放一曲曲听似解闷的音乐。在拥挤的车流中,不文明的行车导致的路怒,让我觉得收音机里流淌出来的是一个个噪音,感觉车子就是一个喧嚣的菜市场。终于在我急速想要超越一辆缓慢行驶车的时候,听到了电台里主持人在广告的衔接处,用深沉柔美的声音,把关于快乐的故事娓娓道来……

当约翰·列依还是个孩子的时候,他的妈妈经常告诉他,生活的关键是快乐。随着年龄的增长,列依的一个老师给他布置了一道作业:请写出当你长大后想成为什么。’列依写道,“快乐。’老师把小列依的作业返给他并说:我认为你没有明白作业的要求。’而小列依又把作业送给老师,然后说:我认为你不懂生活。”

朋友曾说我有点路怒症。那时的我不以为然的想那是因为他不开车吧。直到这一刻,当我听到这个故事,我才发现懂得快乐是多么的重要。我总是以为快乐就像生了老茧的字眼,出现的次数越多,越发麻木,越体会不到它的存在。

我仔细观察过身边的人对于生活的态度,惊讶地发觉快乐在人生中是一个多么重要的因素,又或者说,大家是多么容易因为生活中繁琐的事情而频频不欢。有人因为会为自己考砸了的分數而垂头丧气,却殊不知那并不是人生中的最后一次考试;有人因为失恋而郁郁寡欢,却不知道未来还有那么多的希望在等着你;有人因为贫穷而怨天尤人,却不知道你的健康正是很多人都无比羡慕而无法得到的……

周末,和大学毕业多日不见的同学聚会。俩人一直在感慨大学的生活中的快乐和简单,抒发着如今生活中的压力。我不得不说那一刻,我也想面前也有一扇任意门,一打开我便可以回到过去美好的时光生活。

这时候,坐在一旁不善言辞的朋友看着我与同学惺惺相惜的模样,说了一句“你们俩个是借着缅怀的理由借酒消愁吧,生活不就是这样嘛?我们始终会长大,我们始终要面对人生给予我们的每一个考验,我们是要学会接受,不是逃避。”

一番话说得我们俩醍醐灌顶,我们抱怨生活中的不快乐,都是自己让自己不快乐。我想快乐其实是很简单的事情,关键是我们会不会制造快乐,读懂快乐的意义。

这位不善言辞的朋友确实是这样一个乐天派的人,他总是在不幸中制造一些快乐,比如刚毕业参加工作的时候,他每天早上要迎着黑暗与寒风步行一个半小时去上班,平常人觉得这是辛苦,他却把这当成爱丽丝漫游仙境的体验。他会最早来到工作的地方,用红起来的双手托起一杯不太地道的咖啡,微微凸起的脸颊看得出被风吹过的痕迹,绘声绘色地和你讲“警察把我拦下来了,因为我没有走人行横道哦!”说罢调皮地做个鬼脸,就像自己是被司机开着大奔接送的大人物,而不是一个为了打工要披星戴月的苦逼青年。

人生的成就往往会与他对生活的态度相关。那些能够从苦难生活中寻找乐趣的人,总是比那种被现实打败的人,会更容易成功。有人说这是一种幸运,我却觉得这是一种选择,你抱着“一切都会好起来”的态度去奋斗,你的人生就一定会和“完了,一切都完了”的结局是不同的。

快乐不曾远离我们,而是我们远离了快乐。生活不缺少快乐,缺少的是拥抱快乐的心。

文/小婷

## 壹 周热映

### 从失恋 33 天到失恋 33 年的跨越



推荐电视剧 :《陆垚知马俐》

导演 文章

主演 宋佳、包贝尔、朱亚文、焦俊艳、陈赫、李晨

推荐指数 :★★★★☆

看点 如果说《失恋 33 天》让人看到了文章的演技,那《陆垚知马俐》更像是一个升级版的“失恋 33 天”,因为这是用“失恋 33 年”的方式去诠释一个爱的主题,爱一个人,是守候,是陪伴,是等待,更是用时间去度量的一个知己。电影讲述了陆垚(包贝尔饰)在上大学时重逢幼儿园同学马俐(宋佳饰),虽然彼此心存好感,但由于陆垚有严重的“表白障碍症”,只能眼巴巴看着自己的女神马俐与别人谈恋爱。而自此之后很多年,陆垚只能以朋友的名义爱着马俐,也与她开始了一段“友情不甘、恋人不敢”的长跑。

## 壹 周趣玩

### 带屏幕的牙刷见过吗?



如果你真忙得连每天刷牙的 2 分钟时间都没有,那也不是问题。身为牙医和发明家的 Aldo Dominici 最近就推出了一款与众不同的牙刷,它号称只需 10 秒就能彻底清洁你的牙齿。

不同于无聊的普通牙刷,这款名叫 GlareSmile 的牙刷拥有 3 个旋转刷头 and 一块触控屏,可在同一时间通过振动和旋转清洁牙齿的每一个表面。它的两个外部刷头负责清洁口腔前庭,舌和腭,而中间的刷头则会对牙齿咬合面进行清洁。GlareSmile 从下到上的旋转动作号称能像普通电动牙刷那样清除牙菌斑,但所用时间却要短得多。