

什么是快乐？

人们对于快乐的定义各种各样，有的人认为富足即快乐，有的人觉得拥有平凡的一生就是快乐，也有一些人把工作学习中的成就感作为自己快乐的源头……对我来说，快乐是生命中每一个令人感动和难忘的片刻，就像夏天的冰淇淋，冬日的暖阳，虽然是一些经常会被忽略的小事，但它们却完整了我们的生命。

通往幸福的道路曲折而漫长，但是获得快乐的方式有很多种，你可以通过健身保持良好的身体形态，在周末的晚上约几个好朋友小酌几杯，畅谈人生，或者跟喜欢的人一起去环岛旅行。无论你是学生还是上班族，你都要专注于自己的任务并在能力范围内努力完成它，你要学会和周围的人和平相处，同时也要向那些需要帮助的人伸出援手，做一个有爱心有同情心的人。你可以在闲暇之余去亲近大自然，放空自己，把自己交给田园，星空，大草原。最重要的是，你要学会和自己的情绪共处，特别是在我们遇到困难的时候，你也一定不能放弃

对未来美好生活的憧憬，要学会自我调节，自我疏导。以上都是我们在平淡生活中获得些许快乐的方法。平时，我会通过看足球赛和打电子游戏等活动保持心情愉悦，我也会和朋友一起出去旅行，学习每个地方的风俗文化，拓宽自己的视野。但是最让我感到开心的时候是我和家人在一起的时光，我们一起吃饭，一起聊天，一起分享生活里的点点滴滴。

生活中也有很多令人难忘、让人一想起来就会为之动容的瞬间。记得有一次我和我的女朋友去商场逛街，我们先去吃了火锅，然后在商场里闲逛了一会儿，走着走着我们发现在商场的三楼有很多娃娃机，其中一个机器里有她最喜欢的卡通人物哆啦A梦，我看到她的眼睛里都闪烁着光芒，便问她要不要试一试并给了她两个硬币，她接过硬币就开心地小跑到娃娃机前。我本以为她夹中娃娃的机率接近于零，让我想不到的是她竟然在第一次就成功了！在娃娃落到洞口的那一瞬间，她更是激动地跳了起来！然后她跟我说这是她人生中第一次夹到

娃娃，我看着她手舞足蹈地跟我讲解哆啦A梦
的奇妙故事，脸上充满了开心的笑容，不自觉
地也笑了起来，那一刻，我的心情又开心又幸
福。虽然后来我们也抓了很多可爱的娃娃，但
我印象最深的一直是她第一次夹中娃娃时
眼睛里的光，那么真实，那么美好。