

幸福是什么？

▣ 唐琬喜

——偶尔为对方而活，也是一种幸福。

我们生活在 21 世纪，我们的世界观、人生观及价值观的取向有时候是矛盾的。人们不再满足于吃饱穿暖，累了能在温暖的被窝里睡上一觉。人们努力地追求奢侈的物质享受、丰富的精神感受及遥不可及的梦想。然而你现在幸福吗？你认为幸福是什么？男人与女人对幸福的定位又是什么？

健康的亲密关系要有一个重要的基础，伴侣之间“付出”（施）与“接受”（受），需要一个平衡。偶尔为对方而活，是一种幸福；而懂得感恩，却是另一种幸福。

男人的幸福

有家的男人最幸福。家的感觉是温馨的。早上起来有热腾腾的饭菜，有个爱你的老婆叫你起床；下班回家总有一个人在家等着，让你觉得自己并不孤单；天冷了，有人提醒你多加一件衣服，不要感冒了；当你深夜回家，家有一盏为了等你而亮起的灯；即使吃着粗茶淡饭，却如进食山珍海味；当你累了，有个肩膀始终让你依靠；当你为家中还没有稳定的经济基础而在外努力，你还暗自庆幸自己已娶到了老婆。因为有了了一个温暖的家，让你成为了一个负责任的人，事业上的

成功会因为你有了家而更出色！

女人的幸福

女人的幸福是你找到懂得欣赏及善待你的人。当你烹调过咸，他会说：咸了下饭正香；当你烹调过淡，他会对你说：吃淡点更健康；当你俩因为经济不富裕而同吃一个饭盒时，他会说：我不饿，你多吃点吧！当他领到薪金时，他会把每一分钱都交到你的手上。

女人的幸福是拥有懂得热爱生活、爱自己、善待自己的一种方式。她是一个有文化、品味、修养、活力、淡定的人。面对不富有的生活，如何令自己能够过上一种既得体又和谐的生活？这就需要一种本领，而她却拥有。

幸福是什么？

“以物为本”的价值观，驱使着人们过分追逐财富，虽促进了经济的发展，却带来了人与人、人与自我的不和谐。拼搏、升职、加薪、买房、买车、送孩子留学，当这些愿望一个个实现的同时，你却发现自己已深深陷入恶劣的情绪而难以自拔。真正的奢侈品是拥有生命、健康、智慧和爱。幸福是你能和你的另一伴为了生活而同甘共苦的过程；幸福是当相爱的人都变老的时候，还相看两不厌，一生一世。珍惜拥有的，就是幸福。

如何善待自己？当你具备能跟自己相处的能力；当你能坦然面对“**即定存在的事实**”，——死亡、孤独。对那些开悟者来说，生活就是挑水、砍柴。快乐，其实很简单。我的幸福是每天吃饱饭，睡好觉，没有追求，你呢？