

人生很苦，这是很多人的认知。但是，再苦的人生，也要自己学会从苦中去寻找乐趣。如果没有这种心态，人就会很快倒在这凄苦的人生路上。

所以，不同人的际遇是不同的。际遇的不同，也会造成人的不同心态。又或者说，人的不同心态，也不会造成人的不同际遇。世上事，都是相辅相成的，没有什么一成不变，也不会永远在变化。

不管是平安顺遂的人生，还是坎坷多舛的命运，最能决定人生质量的，还是人的心态。有人说，性格决定命运。这性格里，就是心态起到最大的作用。

人在品味自己的过程当中，会有各种的酸甜苦辣，与其忧愁的生活，还不如学会苦中作乐。这时的我们需要有一个特别好的心态，这个心态我们把它称之为乐观心态，做一个乐观的人，如果不会，那就学习怎么样做一个乐观的人。

没有故事的人，不谈过往，没有经历过苦中作乐的人，也不会谈苦中作乐，愿生活充满微笑，愿每个人做一个求乐，会乐，懂乐的人，这样你可能会长寿，会更亲近自然大道。

或许，生活真的留给你的的是累累的伤疤;或许，人们给予你的是锥心刺骨的伤害。不如把自己从悲伤的情绪中拉出来，换一种态度去对待你所谓的悲伤。

你会发现，生活将会少一份艰难，多一份容易;少一份忧愁，多一份快乐;少一份痛苦，多一份甜蜜。

苦中作乐

苦乐本是一对冤家，但苦却可滋生快乐，即所谓“苦中作乐”也。

人生落魄，餐风宿露，席地而卧，却仍笑言“天当房子地当床”，这是典型的“苦中作乐”。