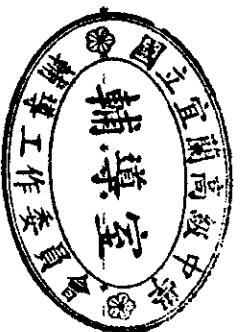


# 宜心



本期主題：換個角度看，世界大不同

你今天心情好嗎？

多心的人注定活得辛苦，因為情緒太容易被別人的情緒所左右。多心的人總東想西想胡思亂想，結果很容易困在一團思緒的亂麻中，動彈不得。有時候，與其多心，不如少根筋。你是一塊磁鐵，相不相信？

當你身心愉悅、喜歡自己、對這個世界充滿善意，美好的東西就自然地被你所吸引。相反的，當你悲觀、鬱悶、覺得什麼都不對勁，負面的一切也就相繼來報到了。因為你是一塊磁鐵，吸引的都是你相信的東西，所以「快樂的你」就吸引讓你快樂的人、事、境。

「煩憂的你」則吸引讓你煩憂的人、事、境。幸運與厄運，在於你如何使用內在的磁力。這是信念的奧秘。

你今天心情好嗎？你不說話，但眼底的神色已回答了一切。那麼，就別讓自己繼續躲在心事重重的甲殼裡吧！「煩惱」這種煩人的東西是想出來的啊！

若是不想就不存在，你沒聽過這句話嗎？去喝一杯咖啡，買一件衣服，剪一種新髮型。去吃一筒冰淇淋，看一場電影。去看一個老朋友，聊一回往事，數一晚星星。讓自己好過的方法很多，而且善待自己是道德的。除非，你堅持躲在潮濕的甲殼裡更快樂。

你今天心情好嗎？希望你也是一塊快樂的磁鐵。（改自網路文章）

## 一顆糖的幸福

一位約莫五歲的小朋友，小朋友看來有點胖胖的，不知道是父母把他打扮得很像家境不好免得被綁架，還是玩辭的，看了就讓人想憐愛。

他手中有一個裝糖的鐵罐，他將鐵罐放在耳邊，不停搖啊搖，糖罐發出鏗鏘的聲音，很清楚就知道裡面只剩一顆糖了吧！

『你只剩一顆糖喔！哥哥買一罐新的給你好不好？』

『喜不喜歡吃糖？為什麼這一顆你不吃，要一直搖一直搖啊？』

小男孩的回答是：『爸爸說賺錢要拿來吃飯的，沒錢買糖糖，我不要吃這一顆，這樣我就可以一直有糖糖，一直搖一直搖才知道糖糖在不在呀！』

換個角度來看，也許我們沒有很優渥的生活條件，但是我們不會因此而失去幸福的權利；有住的地方是幸福，有一頓晚餐吃是幸福，有一台老爺車可以到處跑是幸福，幸福的感覺從不曾離開我們，只是我們認不認為那是一種幸福？

像小弟弟，他可以一直搖那個鐵製糖罐搖到聽不見我跟他說話，那是因為他要確定他的幸福還在……

幸福真的很簡單，一顆糖也是幸福啊！（改自網路文章）

## 好歌分享-欠一個勇敢

長大後變啥模樣 小時候很多想像 一直以為有個寶箱 打開是力量  
我們在溫室成長 沒遇過太多風浪 突然離開那個家鄉 有點不習慣  
不想和別人一樣 就要更努力去闖 滿頭的大汗 我在追趕 很喘 我會趕上  
看 我們並肩看遠方 光線透成了希望  
欠一個勇敢 就能看見未來形狀 看 雨下過後的晴天 光線做成了橋樑  
欠一個勇敢 就能通往圓滿的方向 長大後終於發現 原來想要的力量 一直都在自己手上  
所以別緊張 如果偶爾的悲傷 那也不必太害怕 一首屬於勇敢的歌 我們一起唱  
不想和別人一樣 就要更努力去闖 滿頭的大汗 我在追趕 很喘 我會趕上  
看 我們並肩看遠方 光線透成了希望  
欠一個勇敢 就能看見未來形狀 看 雨下過後的晴天 光線做成了橋樑  
欠一個勇敢 就能通往圓滿的方向

### 輕鬆一下

#### 貪心不足

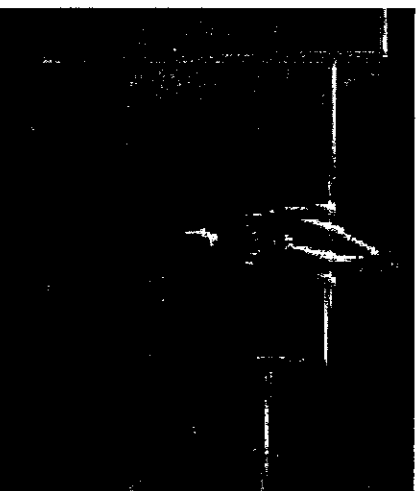
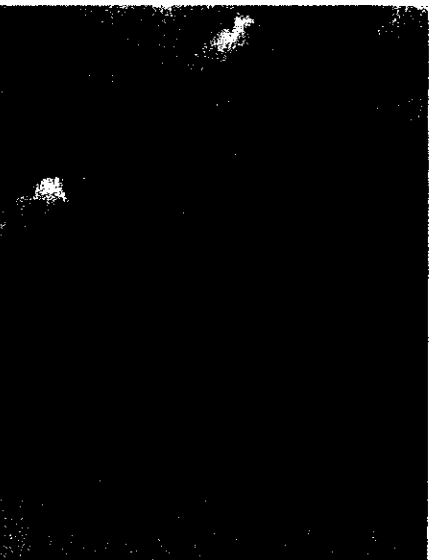
乞丐：「能不能給我一百塊錢？」  
路人：「我只有八十塊錢。」  
乞丐：「那你就欠我二十塊錢吧！」

#### 樹上的吊死鬼

有個小學生不認識“槐”字，便向他的哥哥請教。  
“哥哥，這是個什麼字？” “‘鬼’字。”  
“鬼哪有‘木’字旁呢？” “這是樹上的吊死鬼。”

(有些人總以為是上蒼欠他的，老覺得老天爺給的不夠多、不夠好，貪婪之慾早已取代了感恩之心。)

### 記憶中的天空總是遙不可及，伸長了手也觸摸不着



然而，換個角度，抬起腳，天空頓時就在你腳下！