

无我不欢探索自我超越的生活哲学

在人生的道路上，有一种哲学深刻地影响着我们的行为和态度，那就是“无我不欢”。这并不是简单的乐观主义，而是一种更深层次的生活方式，它要求我们从个人的需求和欲望中解脱出来，去关注他人、社会和自然。这种哲学能够带给我们新的视角，帮助我们建立更加宽广的人生观。



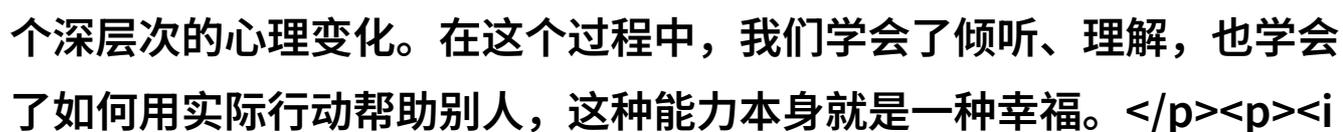
自我超越之路

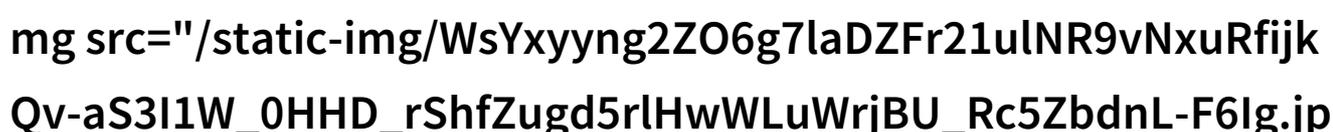
自我超越是“无我不欢”所追求的核心。它意味着放下个人利益与偏见，不为自己的感受所束缚。这是一条需要勇气和智慧同时走出的道路，因为它要求我们面对内心深处的一些恐惧与不安。但正是这样的过程，我们才能真正地理解到自己在世界中的位置，并且找到属于自己的意义。



关怀他人的力量

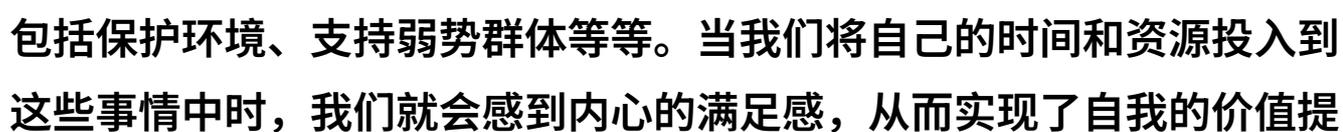
当一个人能够将注意力从自身转移到他人时，他会发现整个世界变得更加丰富多彩。这种关怀并不是单纯的情感表达，而是一个深层次的心理变化。在这个过程中，我们学会了倾听、理解，也学会了如何用实际行动帮助别人，这种能力本身就是一种幸福。

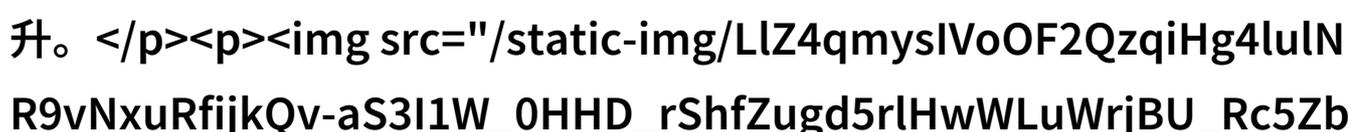




社会责任与担当

每个人都应该承担起对社会负责的角色，无论是在工作还是日常生活中，都要尽己之力去做出贡献。这包括保护环境、支持弱势群体等等。当我们将自己的时间和资源投入到这些事情中时，我们就会感到内心的满足感，从而实现了自我的价值提升。

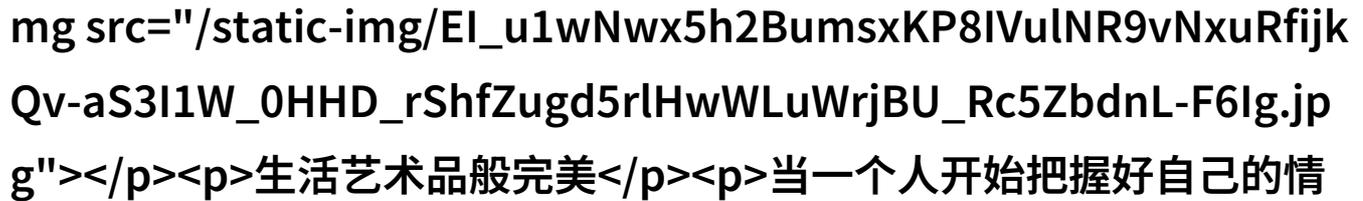




内心平静之道

在现代快节奏的生活中，很多人都陷入了焦虑与压力的漩涡。“无我不欢”提醒我们，要有耐

心，将注意力放在当前这一刻，享受生命中的小确幸。不再被外界的声音所左右，每个人都可以找到内心那份永恒而安宁的地方。



生活艺术品般完美

当一个人开始把握好自己的情绪，不再被负面情绪主宰时，他就能像一位艺术家一样创造出生命中的美妙篇章。他会通过各种形式来表达自己，如音乐、绘画或写作，这样的活动对于心理健康极为有益，同时也能让周围的人受到启发。

心灵上的成长旅程

最后，“无我不欢”鼓励人们不断学习新知识、新技能，以此来拓展自己的人生领域。在不断探索未知的情况下，我们的心灵都会得到洗礼，使得我们的思维变得更加开放，对于未来充满期待。而这种积极向上的态度，是所有成功故事背后的共同点。

[下载本文pdf文件](/pdf/484945-无我不欢探索自我超越的生活哲学.pdf)