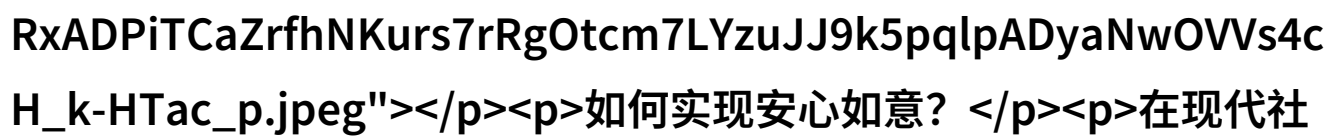
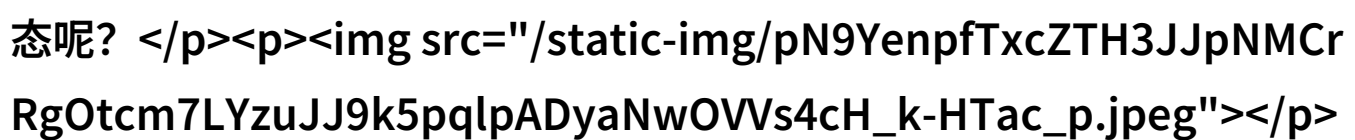


安心如意无忧虑安心如意无忧虑的生活态

安心如意，无忧虑的生活态度

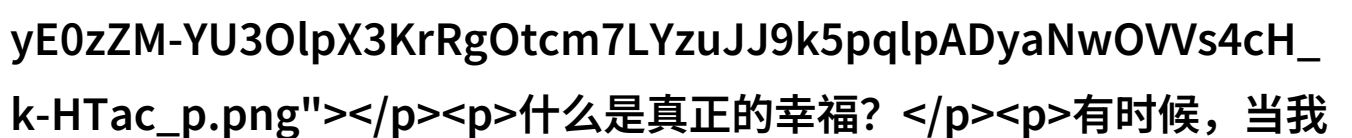
如何实现安心如意？

在现代社会中，人们的生活节奏越来越快，每个人都在追求自己的目标和梦想。然而，这种高强度的工作和生活压力也让许多人感到疲惫不堪。在这个过程中，我们常常忘记了如何保持内心的平静与宁静，如何面对生活中的各种挑战。那么，我们又该如何去实现那一份“安意如思无邪”的状态呢？



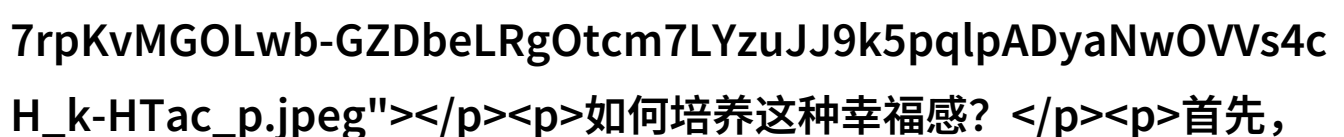
安定的人生观念

“安”字代表着稳定、安全，而“意”则是指内心深处的情感。而“思”，则意味着思考与决策。因此，“安意如思无邪”可以理解为一种对于未来充满信心，同时又能从容应对当前困境的心态。这是一种积极向上的生活态度，它源自于我们对世界的一种理解，对人生的一个认识。



什么是真正的幸福？

有时候，当我们站在山顶俯瞰时，会发现那些曾经认为重要的事情其实并不重要。当我们放下物质财富，不再被名利驱使时，我们才能够真正地体会到生命给予我们的美好。真正的幸福不是物质上的丰富，而是一颗平和的心灵，以及对周围世界的一份热爱。



如何培养这种幸福感？

首先，要学会放下，那些让你感到烦恼、焦虑或是不必要担忧的事物。不必总是将注意力集中在那些可能导致不安的情绪上，学会接受事实而非情绪化地反应。此外，还要培养自己一些健康的兴趣爱好，比如运动、读书或者艺术创作，这些活动能够帮助你释放压力，并且提升你的心理健康。

