# 幸福与苦难作文大纲范文推荐38篇

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-01-18

*幸福与苦难作文大纲范文 第一篇我是一个不欢乐、也不幸福的小精灵，爸爸、妈妈整天逼我学这学那，弄的我没时间玩耍，而他们的唯一说法便是“如果你此刻不学，将来怎样成为一个最好的精灵呢？”我不要成为那样的精灵，我拒绝。于是，我离家出走，去寻找与我一...*

**幸福与苦难作文大纲范文 第一篇**

我是一个不欢乐、也不幸福的小精灵，爸爸、妈妈整天逼我学这学那，弄的我没时间玩耍，而他们的唯一说法便是“如果你此刻不学，将来怎样成为一个最好的精灵呢？”我不要成为那样的精灵，我拒绝。于是，我离家出走，去寻找与我一样感到不幸福的同伴。

我听说飞蛾每一天晚上都会扑向有亮光的地方，即使遍体伤痛也要这样。它肯定和我一样不幸福，我去找它。不久，我看到了一只飞蛾，它正向一个灯泡拼命地靠近，即便它全身都有份痕，我急忙过去问：“你是不是和我一样不幸福才这样的呢？”“不是呀，我感到自我很幸福能不断的靠近光明，最终死在它的怀抱里。”“可它只是一个灯泡呀？”“在你看它是灯泡，但对我来说，它就是光明，它就是我的幸福。”说完它便死去了，脸上带着幸福的表情，我将它安葬，沉思着离开。

我想幸福在每个人的眼里都不一样吧，飞蛾与我不一样，我要找一个与我相同的。哦，对了，不是说人类的小孩也整天被家长将时间安排满满的吗？我何不去找一个人类小孩子呢？我特地来到一户穷人家，想必这家小孩肯定会与我一样感到不幸福吧，灯光下一个小孩在写东西。我问他：“你好，我是小精灵，你是不是与我一样不幸福呢？”“不是的，我很幸福，”“为什么？你不仅仅学这学那条件都还很不好，”“正因为如此，我才感到幸福，父母没钱，努力工作供我上学，上各种补习班，我为有这么好的父母而感到幸福。”他仍在写东西，而我则悄悄离开。我在夜空中飞翔，让过去的时光从我身边飞过。

一瞬间，父母亲对我的好我都想起了，是谁在我体弱多病时照顾我？是谁在我受挫折时安慰我？是谁在我受期负时保护我？是父母！我突然很想回家，可我迷路了，怎样办？我哭了，很悲痛，也很后悔。这时父母出现了，原先他们一向在我身边。

原先，幸福就在身边。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二篇**

小时侯，我经常问幸福是什么？但是大人们总会报以一丝微笑，笑着而不答，仿佛在笑我的幼稚与不成熟。当我长大时，我躺在床头，低声问了自己在数年前问过同样的问题，幸福是什么？这是一个简单又幼稚的问题，但是又不得不让人冥思苦想。

幸福是穷人们的一碗救命的米饭？幸福是父母看着摇篮中的孩子成为翩翩的少年郎？幸福是十年窗下无人问，一举成名天下知？但是我的幸福截然不同。那一年，我10岁。我的父母送我出国留学6个月，我起初不认为有什么。没有恐慌，没有伤心。甚至还有点兴奋！我知道我终于可以摆开父母的翅膀和过分的保护与约束。我就如刚出生的鸟儿，对外面的世界跃跃欲试，并不知道父母亲的温柔，急着想要展开自己幼嫩的翅膀独自飞向宽阔的高空。当我到达加拿大，老师带着我来到了我的接待家庭。我知道这就是我暂时的\_家\_了，\_爸爸妈妈\_很友好，但是我却可以不经意的发现那友好下面的陌生。那一天晚上，我睡的很晚。不知道是应为时差的原因，还是应为思念家的关系。想着想着我睡着了。第二天早上，叫我起床的不再是阿麼带有口音的呼唤，换来的是却是\_James time to wake up！\_当我醒来的时候，混混沌沌的环视了一下周围，我心里默念\_这不是家。\_洗漱好后，我变的清醒了许多。但是但我走到客厅的时候，我看到我的接待家庭一家其乐融融的在吃早餐......

我默声坐在他们旁边，眼前的美味佳肴放到嘴里都变得索然无味了。想起父母早上叫我一起吃饭，我却宁愿躲在房间里玩电脑。想起阿麼牵着我的手和我一起去逛街时，我却无情的拽开她，自己一个人走在前面，只应为不想被熟人看到我和落伍的阿麼在一起逛街。我真想对着自己大骂一声混蛋！那些幸福的时光就被我不经意的扔掉了。眼泪不争气的流的下来。

**幸福与苦难作文大纲范文 第三篇**

幸福是什么？

恋人说：“幸福就是跟自己所爱的人在一起，没有什么能将我们分开。”

母亲说：“幸福就是看着自己的儿女一天天长大，为他们铲除道路上的荆棘。”

科学家说：“幸福就是全身心地投入自己的事业，视科学研究为自己的生命。”

其实，幸福很平凡，也很简单。那是一种感觉，如同缥缈的雾，朦胧之后是清晰。生活中处处存在着幸福，一个鼓励的眼神，一个灿烂的微笑，一次成功的体验，一次失败的教训，一段奋斗的过程，都充溢着幸福。

我认为，年轻是种幸福。活力、朝气、自信，在青春的舞台上张扬。

追求是种幸福。有一个目标总让我们欢欣鼓舞，就像飞向火光的灰蛾，甘愿做烈焰的俘虏，从不退缩，从不后悔，只知道确定了就义无反顾。

拥有是种幸福。拥有一双明亮的眼睛，观看色彩缤纷的世界；拥有一对灵敏的耳朵，聆听花落花开的声音。

成熟是种幸福。有正确的人生观、价值观，有辩证的思维，有睿智的洞察力，有深刻的认识。

穿梭在陌生人中间，面包店里刚烤出的热烘烘的面包香味，橱窗里的一件很喜欢的白色T恤，相互搀扶着在街上漫步的老年夫妻，带着疲惫而幸福的神情匆匆赶回家的父亲，在路上跑着跳着的小孩子……总是能让我莫名的感动。

或许，很多幸福就停驻在我们的身旁，停驻在这一分、这一秒。我们所拥有的，就是现在，我们能好好珍惜的，也只有现在的一瞬间。这才是实实在在的幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第四篇**

一支笔，刚画完前唐的雁落平沙，又滴淌着晚清的紫廖渔歌……一杆桅，刚降下暮春的轻烟残月，又升起了霜秋的白荻劲风……历史在轮回，人生在飘逝，我们驾一叶扁舟于江渚之上，寻觅所谓的幸福……如果说幸福就是自由、洒脱，那么李白是幸福的，他不戚戚于贫贱，不汲汲于权贵，不热衷于功名，不屈服于权贵，快意恩仇，睥睨万物；举杯与明月共饮，仰头在林间长啸。胸中的大笔浓墨重彩，挥洒豪情，抒写失意，所以他是快乐的。他的快乐奔放、豪爽：“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里”，“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”。但是，为国而忧，命运多舛的屈原也是快乐的，因为对他来说，幸福就是保家卫国，为民而忧。“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰。”他望着被侵吞的土地，愁容满面，容颜似槁，他感叹“兴世皆浊我独清，众人皆醉我独醒。”他哀痛国家风雨飘摇，但他也快乐，因为自己是清醒的，于是，他带着痛与快乐夹杂的复杂感情，迎着落日的余晖，走进了自己幸福的归宿。如果说，幸福是小桥流水，斜阳炊烟的田园风光，那么，陶渊明是幸福的，富贵如浮云，他只追求生活的宁静与内心的纯洁，“采菊东篱下，悠然见南山”的纯朴生活带给他莫大的欢乐。“舟遥遥以轻飏，风飘飘而吹衣”的境界使他更加洒脱飘逸，“木欣欣以向荣，泉涓涓而始流”的美景曾令他晗首而笑，他悠闲，所以他快乐。

但是，虎门销烟，慷慨激昂的林则徐也是快乐的。因为对他来说精忠报国才是他幸福的所在。“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”。大义凛然的林则徐不会在乎个人的得失，更不会躲避刺向他的明枪暗箭。虎门销烟的壮举，曾让多少中华儿女扬眉吐气，曾让多少外国奸商落荒而逃，抱头鼠窜，那一刻林则徐是幸福的，中国人是快乐的。泰山雄，华山险，黄山奇，峨眉秀，牡丹雍容，荷花冰倩，梅花傲骨，兰花素雅，北国雪飘万里，江南草长莺飞，塞外驼铃声声，水乡牧笛袅袅。美景异彩纷呈，人物个性不同，因而幸福也变得多姿多彩，姹紫嫣红。

**幸福与苦难作文大纲范文 第五篇**

大海如果失去了巨浪的翻滚，也就失去了雄浑；沙漠如果失去了飞沙的狂舞，也就失去了壮丽；人生如果失去苦难的历程，也就失去了幸福。

这让我想起了“壁虎断尾”的故事。一只小壁虎被蛇咬住了尾巴，小壁虎拼命挣扎，尾巴断了，壁虎得以逃命，但小壁虎不会因为这疼痛而去包扎伤口，而是很感谢这疼痛，因为是痛让它知道它还活着，是痛让它得以逃生。小壁虎断尾不是主动的舍弃行为，而是一种求生的本能，这是一种由苦难化了装的幸福。

蝴蝶在茧里奋力挣扎，最终化茧成蝶。破茧而出的蝴蝶，颤颤地张开翅膀，带着摄人心魄的美好，飞向梦寐以求的花丛。凤凰在熊熊烈火中忍受着极度的痛苦，骄傲地扬起羽翎，浴火重生，成为传说中的凤凰涅槃。人生亦是如此，人生多半失意，痛苦在所难免。但是痛苦并不面目可憎，因为痛苦，人生反倒得以升华，有了别样的况味。

黄沙漫漫，路途遥远，往往还会有风沙来袭，这不正是人生的写照吗？从呱呱坠地那刻起，我们就不得不在路上奔跑，路上有鲜花和掌声，也有泪水和失败。人生如同颠簸于穷山恶水之境的一段非凡旅程。我们有时要经历深渊，有时要涉过险滩，但终须归寂于一颗敢于同逆境博斗的心。没有谁可以一帆风顺，当苦难来临时，我们需要坚持，以坚持为盾，以坚持为剑，为自己开辟一片蔚蓝的天空。

人生就像一杯茶，不会苦一辈子，但总得苦一阵子。其实想想，我们的学习又何尝不是如此？宋濂“天大寒，砚冰坚，手指不可屈伸”，仍坚持读书，才有了丰富的知识，终成大学士。在学习中，如果我们遇到挫折就放弃，注定一事无成，注定无法享受成功的喜悦。我们只有在学习中坚持前进，不断努力，才能成功。

没有人喜欢苦难，但不经过苦难的锤炼，就不会取得事业的成功，也不会体会到奋斗的快乐。苦难是化了装的幸福，幸福会在你战胜苦难后悄然而至，让你饱尝苦尽甘来的惬意，让我们“于逆境处捡拾一地馨香”。

**幸福与苦难作文大纲范文 第六篇**

曾经看过很多科幻大片，比如变形金刚，星球大战，阿凡达等等，我也很喜欢科技创新的成果，比如华为苹果手机等等回想上个世纪九十年代的科技革命，为我们人类的发展带来了一片光明，再到今天的人工智能战胜人类，其速度之快，成效之上，科技革命推动人类文明的发展也减轻了人类的负担，迎接时代的潮流，未来将会是科技的未来，将会是实现人工智能代替人类活动的未来，所以人应该迎接科技革命的到来。

从开国到现在逐步体现着科技发展的重要性，就拿手机来说，从开始的只能打电话的手机到后来的诺基亚再到现在的智能手机科技发展的速度之快，成果显而易见，又或者说汽车从刚开始的蒸汽汽车到后来的柴油汽车到汽油汽车，再到现在的绿色环保新能源汽车科技创新的结果，都有体现，迎接科技革命的社会，经济是发展的必然之路，科技可以推动国家的建设，推动国防设施的建设，保证国家安全的必要因素，科技可以推动社会经济的发展，如马云的阿里巴巴让我们享受到了，足不出户便可以在家消费推动电商的发展，促进了电子商务的发展，又或者说格力如果没有科技的推动，哪会有世界五百强之称，又为何会走向世界，让世界爱上中国造科技创新推动和领导了科技革命的成果加速到来，一个国家如果他没有科技实力，那么他是无法掌握主动权的，如非洲南部国家因为没有科技的动力做支柱，唯独依赖第一产业和第二产业支撑，在国际地位上也处于被支配的地位，没有主动权，所以说迎接科技革命很重要。

科技革命的发展可以让一个国家快速发展，促进其经济快速增长，而在未来将会是人工智能的时代，科技的进步将会给人类的社会带来诸多的便利，也会给人类的发展带来契机，人类将会在这场科技盛宴上获得更大的成功，享受科技带来的幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第七篇**

我们应该平静生活。满足于现在，这样才会幸福。有父母的爱，朋友的情谊，以及，陌生人的微笑，暖暖地围绕着。有明亮平和的阳光，蜿蜒的碎石小路，以及，墙角纤弱的牵牛花，静静的包容着。一切都可以很美好.

如果我们能够安静下来。初夏的晴空可以这样好，很贵族气的灰蓝，温润又傲慢，空间中有着童话一般的神秘高远和无尽辽阔，风从远古时代吹过来，带来了那里参天大树散发出来的浓浓的关于森林的味道。花开得很好，有阳光的颜色，在这个温暖的春天里从未受伤。旁边的木栅栏上，一直放着岁月的木刻刀，一刀一刀，留下满脸令人唏嘘的沧桑。一切都静静的存在，不吵闹，不打扰。我们活在这些安静中，同样可以不超脱，不疏离。任山高水低，月落参横。保持饱满的姿态，和光同尘，与时舒卷，戢鳞潜翼，思属风云。把梦想放在云的床上，让它被抬着，在柔棉中飘飞，游走。给自己天青色的天空，让它敞亮我们迷蒙的眼睛

不要说不懂，也别说没办法。怎样让自己生活舒适，每个人都可以选择。如果不喜欢喧闹，那么就远离，就安静。只是别消沉。寂寞是别人给的，孤独却是自己强加的。虽然都是一个人的事，但是却是不同的心境和状态。有时候，如果我们自己可以多想一些，多懂得一些，也许就能少一些聒噪不安，少一些无所适从

懂得如何爱自己，别人才有机会给你幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第八篇**

我目送着他们，两老人互相搀扶着，步伐蹒跚，脸上洋溢着醉人的笑容。他们在追忆青春，在斑斓的霞光中，背影中隐藏着幸福

下课后，我走在寂静的马路上，天色已晚，归心似箭。但两卖山芋的老人吸引了我的视线，饥肠辘辘的我要了只。已是严冬，寒风萧瑟，我冰凉麻木的手触到温烫的山芋，热流立即由指尖传导至全身，肉体一阵麻酥酥的舒服，我沉浸在这暖人的幸福中。

边暖手，边打量他们。粗布大衣打补丁，头上的棉帽几近开裂，老太太许是冻坏了，不断摩着手，面色廖白，一旁的老爷爷见状，心疼的拧眉，拿下只山芋，剥开外皮送到老伴嘴边。老伴咬了一口，烫得哆嗦得脸上浮起红晕，那热气似白鸟般袅袅升空，氤氲在二人中，老太不禁上扬嘴角，弯一起新月似的笑容，而老爷爷也笑了，这一刻，甜润了空气。

老太捧起山芋，小心地似捧着件珍宝，一点点地品尝，目光中流淌着脉脉温情，似在嗔怪，在感激他们就这么对视着，爷爷伸出一双布满伤痕凹印的手将老伴的手紧攥住，揽进怀中，轻轻用老茧摩擦，老伴的脸上已是红云片片，相视一笑。

这笑，如同三月的春光，拂过我的发丝，令我头上一阵温热。我不禁低头咬了口山芋，那漂浮的白气湿了我的眼帘，甜蜜在舌尖似雪莲般艳丽绽开，火热的滚烫一骨碌滚下了喉，顿时，折磨透人的肌感稍纵即逝，满腔尽是甜香，冬季的冷，这样被一颗山芋瓦解。抬眸，两老扶着车，已备归家。老太太将山芋捧至胸前，紧抱着它，老爷爷一手扶着车，一手搀着老伴的胳膊，踏上归途。

两人沐浴在壮美而湿润的晚霞中，谈笑风生。时不时爆出一声声爽朗的笑声，缓缓前行。他们，只是社会中两粒最微不足道的沙砾，朴实得令人忘却，但今天的一刻，有幸被我捕捉到了。他们，永远是冬日中的阳光，拨开愁云惨淡，普彻失意者死寂的心。

最是人间真情暖人心。经历一天学业炼狱的我，被俩老人间最寻常却亦最真挚的情味治愈，捕捉着弥足珍贵的幸福，它也将伴我幸福地普彻漫漫寒夜。

**幸福与苦难作文大纲范文 第九篇**

每个人的幸福都不同，我的幸福是父母给我的厚爱。

一个周末的晚上，我贪心地吃了半张披萨饼，半夜因积食吐了，呕吐物撒满床上地下。“爸爸，妈妈！”我虚弱地叫着。“怎么了？”妈妈一马当先“噼里啪啦”地跑了过来，一看情况立刻脸色煞白，一边扶我坐起，一边吩咐：“老公，拿盆来，淼吐了！”妈妈轻轻地拍着我的背问：“感觉怎么样？”我哼了声：“肚子疼，还想吐！”这时平时慢条斯理的爸爸拿着盆像火车头一样冲过来，连声问：“好点了吗？”“哇”，一身呕吐物是我的回答。

直到今天，我还记得那个夜晚，我吐了五六次，所以爸爸妈妈轮着陪我，一夜没合眼。深夜，当我迷迷糊糊地醒来，听到卫生间传来的低语，原来是爸爸妈妈在边洗床单边交谈。只听爸爸说：“这味儿真冲，我闻着都想吐。”妈妈低声说：“我也是。再忍忍，快洗完了。”过一会，爸爸叹口气：“都怪我，让她少吃点好了！”妈妈抢过话头：“都是我不好，没事晚上买披萨饼干吗？”听到这里，我心里既惊讶又羞愧，原来他们也会感到恶心，只是为了照顾我就必须忍耐，承担起一切。我一直以为爱遥远而神秘，其实它就在父母焦急的眼神里、默默的忍耐和深深的自责中啊！一股暖意涌上我的心头、眼眶，我幸福地笑了！

爸爸妈妈，谢谢你们无微不至地照顾我，这种爱和幸福一定是别人无法给的！

**幸福与苦难作文大纲范文 第十篇**

幸福是什么？幸福是伤心时一句温暖的话语，哭泣时一个轻轻的拥抱，失败时的一句发自内心的鼓励……幸福人人都渴望，有时，它远在天边，有时，又近在眼前。幸福因人而异，但它又无时无刻不在被我们感受着。幸福不一定要轰轰烈烈，感天动地的，它往往藏在细微处，也可以是一种小小的幸福。

记得去年的暑假，炎热无比。一天晚上，正当我在空调房间里美美的看着电视，喝着冰镇可乐的时候，突然“啪”的一下，电视、电灯和空调突然“罢工”了，而且整个家也是，所有的电气设备都停止了！什么，难道是停电了？！这么热的天停电是不敢想象的。我急忙冲出房间，向爸爸妈妈询问情况，结果却在我意料之中，果然停电了。我无奈的回到了房间，烦躁地走来走去。这时妈妈进来了，亲切的对我说：“陶典，很热吧，你先睡，妈妈在旁边给你扇扇，这样也凉快点。”

那一瞬，我的心有那么一点点波动。

我含糊的答了一句，便倒头躺在了床上，享受着身旁阵阵凉风，渐渐的，睡着了……

深夜，我迷迷糊糊的醒了，本以为妈妈早已离去，可是却还是感受到了丝丝微风，我睁开眼睛，发现妈妈靠在床头上，眼睛闭着，但是手还是轻轻挥动。看着妈妈，那憔悴的脸庞，头上夹杂的几根白发，我的心酸酸的。这都是为我操心所造成的呀。可以想象，这大半夜妈妈是多么的疲倦，可是却为了我，不顾手上的酸痛，一下一下地给我带来丝丝凉风。

我的心，早已不能平静，心中那涌动的暖流，流遍了我的全身，眼眶盈满了那晶莹而又幸福的泪。

我抚摸着妈妈那消瘦的脸庞，心中有股说不出的酸楚，我感觉我被母爱包围着，紧紧包围着，让我感觉好温暖，好幸福。我轻轻把妈妈那抬起的手放下，继续沉浸在这温暖而无私的母爱之中，幸福的睡去……

每当夏夜，我都会想起这件事，想起妈妈对我的爱。母爱藏在每件小事中，这正是我能感觉到的小幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十一篇**

幸福是什么？

千百年来，人们不断地探索，想要追求自己的幸福；但幸福，究竟是什么呢？

有人说幸福是伤心时朋友一句安慰的话语；有人说幸福是失落时家人一个关心的电话；有人认为幸福是哭泣时递过的一张手帕；也有人认为，幸福是下雨时的一把雨伞。

可现实生活中，一些人为了金钱而放弃幸福、践踏尊严的行为却给我们简单的心灵上了一把锁。

有了财富就一定可以幸福吗？答案是否定的。

在现实生活中有不少例子，一些腰缠万贯、身价上千亿上万亿的富豪还不如普通人过得幸福，拥有的财富太多，无时无刻不在想着要怎么去安排它们，更是无时无刻不在提防着打自己财富主意的人，心里没有一刻放松过。树大招风，并不是没有道理的。

李嘉诚曾说，他认为最幸福的事，是老两口开了一家小店，打烊后在灯下一起数钱。幸福不在唔财富的多少，而在于财富的拥有者能否自觉节制欲望，不把过多的生活注意力浪费在金钱上。不论钱多还是少，只要能和自己爱的、爱自己的人一起在岁月中从容老去，不惧芳华只刹那，那么这一生便是幸福的。

钱财本是身外之物，应取之有道，用之有度，而那些因金钱而放弃幸福、践踏尊严的人，无疑是我最看不起的。

钱不是万能的，但没有钱是万万不能的。不知什么时候开始，人们的心灵被金钱上了这样一把锁。只希望，人们可以尽快找回自我，重新衡量幸福与财富的重要性。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十二篇**

在我们五彩缤纷的生活中，有欢乐，也有忧愁。就像一杯香浓的咖啡，刚喝下一口时，有香甜的味道，可也夹杂着一丝丝的苦涩，最后，细细品尝和回味，留下的是醇厚的香味儿，那就是幸福。

都说生活中充满幸福，可幸福是什么呢？幸福是极其口渴的时候，喝上甘甜的水；幸福是伤心时，朋友对你关切安慰；幸福是回答不出问题时，老师给予的鼓励。你一定觉得我说的幸福都是生活中一些微不足道的小事儿，可就是这些小事往往是我们最容易忽略的。每个人都有自己所谓的幸福，只是观点和定义不同而已。每个人都有幸福的时刻，我也一样。和爸爸妈妈相比，我们这代人不知道要幸福多少倍。在穿着上，爸爸妈妈每年都会为我买许多漂亮的衣服，我衣柜里的衣服比他们两个人的衣服加起来还要多！听说他们小时候，就算家里有钱的人过年也只买一套衣服。家里条件不好的人，就穿大哥哥大姐姐穿剩下来的旧衣服。

而我们现在的孩子挑三拣四，不好看没个性的衣服都不爱穿，真是身在福中不知福啊！现在的孩子都很挑食，顿顿都要有荤菜，简直变成“食肉动物”了。我一嚷嚷没胃口，爸爸就会给我变着花样地做菜，来调动我的食欲。可他们小时候，不管你想不想吃，有没有胃口都要吃，不吃就饿着。他们所说的玉米面糊糊、窝窝头，简直是难以下咽，可是为了填饱肚子，他们也会一拥而上，吃得津津有味……我们现在住着楼房，小区里安安静静，学习环境特别好。学习桌、矫正椅应有尽有。不像父母住着土房子，普通人家只有一个用来装衣服的木箱子和一个写字台，拥有缝纫机和电视的就算是条件很好的家庭了。现在的人们出行，乘坐公交车、出租车，多数家庭都拥有私家车了，多么方便快捷啊！可那时，谁家有一辆自行车都会让人羡慕不已了！

如果认为自己不够幸福，那么就请你和父母的衣食住行比较一下，难道你还不够幸福吗？其实只要细细品味，你就会发现，如今的生活充满幸福，待你去感悟……

**幸福与苦难作文大纲范文 第十三篇**

倚窗品茗听雨声，点点滴滴在心头。暮然回首，往事如烟，细细清点，原来，幸福，伴我一路同行。

夜未央，星河独流淌。

深夜，原本已躺下的我，不经意间从窗中瞥见窗外繁星似锦的天空。便忍不住推开窗户向外望去。不曾想一阵凉风拂过，夏秋之际的清风分外凉爽，我禁不住打了个响亮的喷嚏。这时突然有房门的响声，我连忙钻进被窝。又过了一阵儿，又是一声门响，却是妈妈端着一碗姜汤走了进来。“快喝了早点睡觉，别再感冒了。”说完，只穿着单薄睡衣的妈妈便出去了。门刚关上就又被打开，妈妈重又进来关好窗户，这才回房。捧着那碗温热的姜汤，萦萦袅袅的水雾一如我眼底氤氲的泪，一股暖流从手心传到心扉。星河依旧璀璨，空气中余留着，姜汤的，幸福的温度。

墨未染，光影独翩然。

白云悠然飘过，阳光不知何时变得刺眼。深红的跑道上我的影子似乎难受的蜷缩成一团。终于到达了终点，我跪坐在草地上任心跳如鼓声般雀跃也不愿起身。“刚跑完别坐着，起来走走。”好友背向阳光，朝我伸出一只手，漫天的阳光铺天盖地的洒落，朦胧的光影似只只翩舞的蝴蝶般扑朔。我微笑的搭上手，任她将我拉起。阳光依旧耀眼，手心中余留着，友情的，幸福的温度。

影未沉，白云独飘婉。

刚下课，窗外的白云淡然飘过，留下一片蔚蓝，一转头却不经意间看见后座一个同学因肚子疼蜷缩着，我赶忙拿来水杯到饮水机处为她打上热水，水的温度从我的手心传递到了她的手心。窗外的云映照着她如樱花般灿烂的笑脸，白云依旧飘然，嘴角边余留着，温暖的，幸福的弧度。

幸福，宛如天使那片白的羽翼，飘落在掌心，像雪花融化成温暖的情谊。

一笔笔清算开来，做一个幸福的人，一路收获幸福，一路播撒幸福。

清点，幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十四篇**

幸福就是一种追求。

“采菊东篱下，悠然见南山”是陶渊明的幸福；“举怀邀明月，对影成三人”是李白的幸福；“明月松间照，清泉石上流”是王摩洁的幸福；“面朝大海，春暖花开”是海子的幸福。

幸福就是一种爱。

丘索维金娜是当今女子体操项目上罕见的高龄选手，男人一样的短短头发，线条有些刚硬的脸庞，丘索维金娜却有颗最柔软的母亲的心。她之所以现在还拼搏在世界体坛上的一个重要原因是为患有白血病的儿子挣得医疗费。她从获得第一枚世锦赛金牌至今已经有17年，是女子体操的“祖母级”的选手，她已经33岁，她是国际体操界唯一一个为儿子而战的选手。

北京奥运会上，丘索维金娜出现在女子跳马决赛场上，她风采依旧，深深地呼吸、起跑、腾空、转体……空中姿态和高度都很好，最终落地稳稳站住，引起赛场上一片掌声，观众为她完美的表面而鼓掌，更为她伟大的母爱而喝采。丘索维金娜获得的是一块宝贵的银牌，而她完美的一跳，却在诠释着一位金牌母亲对儿子无私的爱。作为她的儿子为拥有这份伟大的母爱而幸福。

幸福就是一种诗意

幸福是一个人静静的坐在自家的小院里什么都可以想，什么都可以不想，看云卷云舒；听花开花落。

幸福是独自漫步在乡间所特有的小道上听着牧童的短筁，畅享夕阳西下。

当城市拥挤的人群穿梭于霓虹闪烁之中的时候，乡村的人们晚饭后则会坐在自家的小院前观满天星斗；赏盈盈月光。其中那份淡雅、那份惬意、那份自然足以让人游目聘怀。那份浓浓的乡情定会化作片片相思萦绕我的整个人生直到灵魂，这个时候我是幸福的。

不管是乡村的袅袅炊烟，还是城市的车水马龙。总之我会一直追寻那份属于自己的幸福。

黄昏时分，夕阳西沉。一天当中最美丽，最柔和的时刻到来了，此时，打开电脑，放着自己最喜欢的班德瑞音乐。用指尖轻轻的在键盘上敲打着自己的思绪，让思绪跟着婉转悠扬的音符去追逐，去流浪。然后任凭晚风为我梳理着头发，同时也为我梳理着这一天的心绪。感觉这就是我一天来最幸福的时刻。

雨夜来临了，能够临窗而望，细细的品味窗外的串串雨丝，为这些雨写几句感叹的诗，然后煮一杯热咖啡，让咖啡的味道萦绕整个屋子，余香从窗外溢出飘进淅淅沥沥的雨中同雨丝一起舞蹈。这时候或沉思，或听雨，或倚窗而闻，闻雨的香味。然后任雨把夜拉得好长，好长，我却在这样的夜里独享秋雨带来的惬意与凉爽。此时此刻我感觉好醋畅，好幸福。

我的书房里摆满了唐诗，宋词，摆满了莎士比亚，雨果、马克·吐温、巴尔扎克、泰戈尔、普希金，摆满了故事与童话。每个夜晚我都会咀嚼着这些书里的奥妙与感动、惊险与神奇。然后慢慢的入睡，在梦里面我将和这些先哲们对话，和他们一起畅谈人生。这样的夜于我来说是幸福的。

幸福是一坛陈年老酒，越品越有味道，越品越弥香。幸福是一串灵动的旋律，越听越感动，越听越深情。幸福是一本书，越读越有故事，越读越有感慨。那就让我们一同为追寻幸福的生活而奋斗吧！

**幸福与苦难作文大纲范文 第十五篇**

生命如流水，只有奔向前方浪花翻滚的地方，才是真正的有意义。而我们的幸福，也会如春夏秋冬般呈现不同的形式。

我听过这样一个故事：在戒毒所里有一个清秀的女孩，她本应该和其他女孩一样享受父母的关爱，而她却不得不依靠强制治疗，摆脱对毒的依赖。她上初中前，是班上的好学生，可上初中时她父亲去世了，母亲又结了婚，很少关心她了，她感受到生命失去了意义，没有了幸福，于是她就开始吸毒。第一次，第二次，第三次她就离不开毒了，可毒太贵，她妈妈给的零花钱不够，就开始偷家里的钱，还不够就再偷别人的钱。生命之中，幸福无处不在，只要你细细地去品味，你就会发现，幸福的内涵原来是如此丰富多彩：获得是幸福，成功是幸福，奉献是幸福，挫折也是一种幸福。请你热爱生命，幸福就在你我身边。

还让我想起了一件发生在我身上的事：今年春天，因为一点儿小事我与爸爸吵了一架，爸爸生气就让我出去，我就摔门而去。外面很冷，而且有点黑了，我不禁打了个寒颤。我低着头走着走着，无意间走到了夜市，路边有一个大排档，看的一位阿姨正在炒面条，我忽然感到很饿，便想买一碗，这时发现我没带钱，我便站在旁边，久久不愿离去。阿姨好像看透了我的心思便问明了原因，这位好心的阿姨请问吃了一碗热腾腾的炒面，我被感动的热泪盈眶，阿姨说：“我只请你吃了一碗面，你就感动的落泪，可你的父母为你做了多少顿饭啊，你感动过吗？”我听了呆了半天，马上跑回家，发现爸爸和妈妈正在门口焦急地四处张望，见我跑来爸爸说：“饿了吧，快回家吃饭吧。”我后悔的对爸爸说；“爸爸，我错了。”

幸福就是父母给你的一杯清茶，老师给你的一个赞许的目光，就是你给别人的一声喝彩，你对别人的一次宽容。要知道，每个人的生命是有限的，要在我们有限的生命中，创造美好幸福的每一天。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十六篇**

我从青春的方向，捕捉到的永远是你的身影。

——题记

早晨的天际由酡红慢慢褪成浅绛，高山流水，在旦犹昏；树条交映，有时见日。这时跑道上已出现一个身影，在朦胧的天色中摇晃。走近点，似乎能感受到她的心跳，那有节奏的呼吸声激荡在耳边。也许你会发现一个小身影手捧着一条毛巾在终点等着另外一个身影……

在这场似戏非戏的戏中，我就是那个跑道上的身影，而那个小身影是我的朋友金子。

“加油，还有四圈！”金子撕声大喊着，“我快坚持不住了！”我无力地说道，像一个没有了气的气球，我无法忍受气点的痛苦，但是我耳边时不时传来金子撕声叫喊的声音，我没有理由停下来，我努力的用自己的意识控制双腿的摆动，当我再次跑到终点时，金子异常激动，跳过铁杆，向我竖起了大拇指。我那颗小小的心，砰砰咚咚的，一刹那我感受到了幸福。幸福给我带来了前进的动力，将抱怨化为沉默，将放弃化为希望，我慢慢地加快步伐，闭上双眼，迎接秋天的凉风。在那心血来潮之时，我一口气跑完了三千米，其实在途中，我想过放弃，但是我想到金子，我的双腿就不自觉得迈开了，我的呼吸就不自觉地变得有节奏了，我这个人就不自觉地明白了。

就在我冲过终点的一刹那，我就不自觉地张开双臂拥抱金子，此时此刻，幸福洒满地，我的脸上洋溢着前所未有的幸福，我又一次捕捉到了幸福！金子递给我一条毛巾，我双手颤颤接过毛巾，心底深深的知道我结果真不仅仅是一条毛巾，更是金子给我的幸福。

其实我的幸福很简单。是她，在我最想放弃的时候，送来一句“加油”；是她，在我费力挣扎的时候，送来一个微笑；是她，在我跌落低谷的时候，送来一个拥抱。幸福无声，照亮了天空；幸福无言，滋润了心田。幸福原来来的这么简单，在最艰难的时候也有幸福。

捕捉幸福，温暖你我。

后记：只要用心去捕捉，你会发现，幸福一直都在。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十七篇**

就在窗外花香沁心脾的一刹，我的心突然有一丝悸动，而思绪也不由地开始在这大千世界中触摸幸福。

冬天，下雪了，很冷。妈妈总是把我打扮得像一只大狗熊似的，才肯让我出门。我认为自己的那个样子又愚又笨，因为我实在不太喜欢厚实的服装。那一天早上，妈妈要我系围巾，我偏不系，我认为自己那样子就好像无脖的熊猫盼盼，赶紧跑出家门，还没有到楼下，就开始发抖了，打开大门一阵狂风席卷而来，北风吹得树叶沙沙地响，好冷啊!我不禁打了一个寒颤，我却死要面子活受罪，心想就算再冷也挺着。立起领子，向学校走去。中午放学，在大门口前看见一个再熟悉不过的身影，是妈妈，我奔向她，她麻利地给我系好围巾。被母亲的爱所缠绕，真是太幸福了！

触摸幸福，就在这美妙的自然之间。

每天早上，我们的“老班”都在7:00之前进班。她工作时一丝不苟的严谨，总是令我们钦佩，她从始至终都不放弃任何一名同学的信心，总会让我们折服。她带班的纲领总能使我们勇往直前。她无时不刻教导我们做堂堂正正的人，为我们未来铺好了路。在那一笔笔的批改中蕴藏着辛劳，从一句一句的聊天中流露出对我们的期盼。有时，她引领我们感悟骚人墨客的壮志；有时，她教导我们体味生命的可贵；有时，她告诉我们铭记伟人的箴言。她所做的一点一滴都是为了我们一生的幸福奠基。

触摸幸福，就在这美妙的自然之间。

每当我忙碌得太累时，总是不由得抱怨生活中有太多烦恼，我想到了洪战辉，他大学求学时依然照顾与自己毫无关系的妹妹，虽苦虽累，但他认为妹妹的笑声是他最大的幸福。我了解了他我变懂了用以双关爱他人的眼睛去看世界，我们的生活会平添许多幸福。

触摸幸福，就在这美妙的自然间。

行走在生命的长河里，总有丝丝幸福荡漾心头。那我们何不放缓自己的脚步，瞪大眼睛，敞开胸怀，去感受生活中的美好呢？触摸幸福，让我感到生命的可贵，触摸幸福，让我感到生活的充实，触摸幸福，让我感到人生的快乐。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十八篇**

“幸福是什么？”幼稚的我向小伙伴问出了这个问题。“幸福就是家里有很多钱，很多玩具，住大房子。”小伙伴喜滋滋的回答了我。这真是幸福吗？

想想我家里没有许多钱，我也没有很多玩具，家里房子也很老旧了，我失落的回到家，对正忙着的爸妈说：“我不幸福。”爸妈诧异地看着我：“你觉得幸福是什么？”“有用不完的钱，吃不完的东西。”爸妈的笑容僵在脸上。

爸妈也许是想帮我找到幸福，让我感受幸福吧，几个月后，他们离开我去外地打工，听人说在外务工能挣好多钱，从爸妈离家外出打工后，我每月的零花钱多了很多，每月爸妈都要给我寄回几样好玩的玩具，还零星给我买奥特曼的衣服，在收到这些东西以后，我有了短暂的幸福，可心理总像缺了什么。

“嘟嘟嘟。”妈妈打电话回来了“喂，妈妈，你在哪，怎么不回家？”妈妈好像听出了我声音有些哽咽。“儿子，我在很远的地方挣钱让你变得幸福啊。”妈妈打趣地说：“给你买的新衣服好看吗？玩具喜欢吗？零花钱够吗？”“妈妈，我不要玩具，不要新衣服，我要你们回家。”妈妈那边没有声音了，我也沉默着，好久好久，我们挂断了电话。

那天，天空正下着雪，外面的世界已白茫茫的一片，走出门外，恍惚中两个人影出现在我的视线里，近了，近了，更近了。我擦了擦眼睛，仔细看了看，原来是爸妈，我飞快的迎了过去，拉着爸妈的手走进家门。

“看我们给你买了什么？”一进家门，爸妈赶忙打开那大大的行李箱，里面装着大包大包的零食和各种各样的玩具，望着这些，我心理一点也高兴不起来，“现在你觉得幸福吗？”妈妈问道。我摇摇脑袋：“妈妈我不需要这些，我要你们在家，你们明年不要再去外地打工了，我已经找到了幸福，只要有爸爸妈妈陪在我身边，我就是最幸福的，没钱我也幸福，没玩具我也幸福。”听了我的话，爸妈舒心的笑了。

真正的幸福是什么？有钱不一定幸福；有玩具不一定幸福；有漂亮的衣服也不一定幸福。但有爸妈的陪伴就一定是最幸福的。

**幸福与苦难作文大纲范文 第十九篇**

每个人在成长的过程中都会遇到很多事情，它们就像是一个五味瓶，里面装着“酸、甜、苦、辣、咸”。这些如同我们的人生，丰富多彩。

时间就像一个沙漏，把它倒转，童年的记忆便开始回放。每一年的“六一”儿童节都是小朋友们最快的日子，就在这一天，小朋友的爸爸妈妈都会领着自己的孩子出去游玩。我也不例外，爸爸妈妈答应了要带我去大连旅游，我真兴奋，一大早就起来，把脸洗得干干净净，头发梳得很整齐，穿上了我心爱的碎花洋裙，把行李都准备好，在家里乖乖地等着，一分钟，两分钟，一小时，两小时过去了，我等得不耐烦了，我想：难道他们忘了？或者是因工作忙，去大连旅游的计划取消了?想到这，我气恼、我气愤，扔下行李跑出家门。当我在外面游逛时，有许多的家长都领着孩子去玩，只见他们的脸上都挂满着灿烂的笑容，我一个人孤零零地走在路上，心想:为什么别人有家长的陪伴，而我就没有；为什么老天对我这么不公平；为什么我会有这样的父母……许许多多对父母的埋怨，不禁油然而生，这时，泪水流出了我的眼眶，那泪水里饱含了委屈，气愤和怨恨。我一抬头，在我朦胧不清的视线里出现了两个熟悉的身影，“爸爸妈妈”！我情不自禁地说出口，原来他们没有去工作，而是去订购了芭比娃娃全套装，那是我梦寐以求的，我一把抱住了爸爸妈妈的头，心里所有的不开心都消失不见，然后，我们三个人一起手牵手的回家，虽然没能和爸爸妈妈一起旅游，但是，我的心里没有一丝愁云。低头看了看手中的娃娃，心里甜甜的，因为这就是父母在乎我最好的证明。此时，我感觉全身上下都在被幸福包围，散发着幸福的味道。

成长的过程就是破茧为蝶，挣扎着所有褪掉所有的青涩与丑陋，在阳光下抖动着轻盈美丽的翅膀，闪闪的，微微的，幸福的颤动。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十篇**

幸福是什么，如何发现幸福，如何使自己幸福，对幸福你是如何理解的在开学第一课中我学到了很多，尤其是对幸福的理解我懂了更多，幸福，你仅仅是得到……

生活中有着大大小小的无数的幸福等的你去发现，但是幸福是什么，说幸福就是在你生病的时候妈妈急急忙忙的带你去医院看病你收获了幸福，当你饿的时候妈妈为你端上一桌可口的饭菜你收获了幸福……就像这样，生中一个个的小事一次次诠释的幸福的概念幸福是在你最需要的时候得到你最需要的帮助，同时又说幸福就是当别人需要帮助的时候你伸出了你的援助之手收获了幸福，当别人需要慰藉的时候你来到了他的身边收获了幸福……也如这幸福又再一次次奉献中被诠释，其实幸福就在我们的生活中，只是它在等待你的发现。幸福有很多种，由于每个人看到的世界不同所以看到或是得到的对幸福的理解也就不同，对于不同的感受，没有人可以说清楚也许我们只能说幸福是一种感受，但是我们幸福是我们自己去寻找的，我们因该去找到属于自己的幸福幸福就在生活中，它等的你去发现等的你去收获，当你发现之后你就会觉得生活是如此的美好，当你发现后你就会觉得世界充满希望。让我们理解幸福，发现幸福，的到幸福，分享幸福，播撒幸福，让幸福开花遍地。

活在幸福里的人不会去抱怨生活，生活在幸福里的人会去向着成功迈进。幸福是我们一步步得到的，每一步都需要我们用心去理解，同时我们更要懂得幸福的来源不仅仅是得到，更多的是奉献。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十一篇**

也许，我们从不知道幸福是什么？是因为我们从未失去过。拥有哗哗的自来水也算幸福？撒哈拉沙漠的人会告诉你；拥有三天光明也算幸福？海伦·凯勒会让你知道；听到美妙的音乐，清脆的莺啼也算幸福？贝多芬会让你坚信。幸福就像来来去去的灯塔，如果它乍然亮起，你便会感到无限光明，而若长期处于灯光之下，你却会无动于衷。

蔡志忠认为橘子比喻人生，有人拿到小而甜的橘子会抱怨太小，有人拿到大而酸的橘子却又抱怨太酸。人生并不是十全十美的，我们要学会体会生活中一点一滴的幸福。橘子虽小，甜也是幸福，橘子太酸，大也是幸福啊！

原来幸福在于体会，在于成功的那一瞬间！

放射性，抓不住，摸不着，怎么研究？在所有人都找不出好办法的时候，居里夫人开始了对鐳的提取。她从最简单的步骤开始做起，从成吨的沥青中提取出含鐳物质，再尽进行试验分离鐳。她的试验器材极为简单，常常几十吨沥青中也提取不出几克含鐳物质，更别说再从中重新提取鐳了，在长达八年的反复提取后，在一个夜晚，终于在试验器皿底部发现了像几滴水一样少的发幽蓝色光的鐳。那一刻，鐳的放射性穿透了整个世界。幸福就在鐳的发现的那一刻，尽管过程艰苦困难，可苦尽会有甜来！

在生活中不如意者，常八九，可愤世嫉俗无济于事，不如冲破荆棘，体会战胜困难后幸福的滋味。原来，无论橘子大而酸或小而甜，都是一种幸福！

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十二篇**

幸福就藏在我们身边。——题记

我有一台捕捉幸福的照相机，“咔嚓”又有一张幸福的照片被保存了，幸福，其实很简单。

第一张照片，是一个小女孩双手捧着一瓶水，笑脸盈盈地将这瓶水递给了一位正在扫地的环卫工人，此时这位环卫工人一定是幸福的吧，在辛苦的时候能有人为你递上一瓶水，这就是幸福。当你对别人的爱，别人回应你时，这也是一种幸福啊，幸福，藏在两张笑脸之中。

第二张照片，是一只小狗静静地趴在它的主人身边，它的主人，似乎是个盲人。这时的幸福，像是一颗柔软的糖，含在嘴里甜甜的；像一团小小的火焰，让人感受到发自内心的温暖。在你最无助的时候能有人不离不弃的陪伴，这就是幸福，见到你所想保护、所想去爱的人幸福，心底的幸福也会情不自禁地涌出来吧。幸福藏在不言之中，即使没有对话，沉默中也洋溢着幸福。

一位母亲端着一碗热腾腾的面，小心翼翼地送到女儿房间里，即使双手被烫得通红也开心的露出笑容。而女儿学习劳累时，见到她的母亲端着自己最爱的面走来，脸上也洋溢着快乐，嘴角自然的微微上扬。你在发愁，有一个人送上你最爱的东西，慢慢的疏导你，这是否也是幸福呢？当你最爱的人因你而快乐，因你而微笑，因你而幸福，又有谁不会感到幸福呢？母女之间，最幸福的就是:看到你快乐，我就快乐，看到你幸福，我就幸福。这位母亲就是我的母亲，她曾无数次给过我幸福，无论是以前、现在还是未来，她一直是我幸福的源泉。这时，我的照相机闪了一下，它又将那幸福给捕捉了。

一个人的幸福其实很简单，一张笑脸，是幸福；一阵沉默，是幸福；一碗面，是幸福。幸福其实离我们并不遥远，在生活中的每个镜头里，都藏着幸福。

“咔嚓！咔嚓！”我只希望这台照相机永远响个不停，一直捕捉着每个幸福的镜头。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十三篇**

我一直很憧憬陶渊明的绿色幸福：采菊东篱下，悠然见南山。这样的环境是何等清幽迷人，人住在这儿该是何等的惬意舒心，可是转眼一千多年过去了，原来的清幽惬意已荡然无存，取而代之的是一系列的水污染、森林消失、土地荒漠化、水土流失、全球变暖。这是多么令人痛心的事实。

我们祖先谈论的绿色幸福已让我们亲手给抹杀，我们虽然走向了生活富足的时代，但付出的却是惨痛的代价，我们周围的环境逐渐恶化，地球让我们给脱去了绿色的外衣，换上的却是枯黄的衣服，我们已经犯下了不可饶恕的罪恶。

虽然地球的资源丰富，但是盲目的的开采只会让地球过早的衰老。

地球的天已不在蓝，海已不再绿，20\_年的墨西哥湾原油泄漏事故，20\_年末广州柳州地区的镉污染……这一次次的罪恶都是我们人类所犯下的滔天罪行。

我们犯下的已经太多了，我们留下的已经很少了，让我们停止那罪恶的工作，放下那罪恶的担子，还地球一个美丽的外表吧！

“皮之不存毛将焉附”，这地球已经受不起折磨了，人类在伤害地球的同时也是在伤害我们自己，人与大自然是唇寒齿亡的关系啊！只因为人太多的贪婪、太多的欲望、太多的纷争，就使大自然这个诗意盎然的朋友变的面目狰狞。

卢梭说：“大自然从来不欺骗我们，欺骗我们的永远是我们自己。”是啊，只有我们在欺骗我们自己，而大自然正在惩罚我们伤害他的太多了，我们应受到这些惩罚，我们抛弃了我们应有的责任。

我们错了，错的一败涂地，错的永无弥补，我们失去了多少绿色幸福，我们破坏了多少绿色幸福。

认真反思一下吧！

为了仅存的那一点点绿色，为了给我们的子孙后代留下一点绿，让我们停下正在犯罪的双手，去拾起责任的担子，去亲近共存的朋友，放弃那贪婪的欲望，去换会更多的绿色幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十四篇**

爷爷奶奶真是奇怪的一对，平时两个人很少说话，只要一开口就会拌嘴。“你个死老头子，抽什么烟哪，臭死了。”每当奶奶说到这儿时，爷爷总会咧开他那干瘪的嘴，露出一口被烟给熏黄的牙，而奶奶还是会不停地唠叨，这种情景在我七八岁时是很常见的。

后来，爷爷的身体出现了一系列的毛病，奶奶和爷爷不再总是吵架了。

奶奶比爷爷小五六岁，眼不花耳不聋，喜欢在太阳底下看报纸。每每看到好看的地方时，奶奶总会讲给爷爷听，有时候，爷爷躺在椅子上睡觉，奶奶会坐在他的旁边，默默地守着他。

有时，奶奶会喊：“老头子。”如果爷爷不应声，奶奶便会踏着她的“三寸金莲”过去，用手轻轻推推爷爷。爷爷会睁开眼睛：“干嘛，还让不让人睡觉了！”奶奶也不恼，会抿着嘴笑：“死老头子，人家就想喊喊你嘛！”

在奶奶的悉心照顾下，爷爷的病有所好转，可奶奶却变得像小孩子一样，喜怒无常。我时常避免踩上她的“地雷”，可爷爷总是会不厌其烦的哄她。有一次，奶奶在大冬天的一个早晨，想吃城东的烧饼，爷爷二话不说，骑上自行车就去了，回来的时候肩上结了厚厚的一层冰，鼻子冻得通红的，当他将那放在胸口捂着滚热的烧饼递给奶奶时，奶奶却全然没了要吃的兴致。我埋怨爷爷不该跑老大远去买的，结果奶奶都没吃，可爷爷却只是朝我摆摆手带着宠溺的笑看着奶奶：“没事，随着她吧。”

一天，奶奶说：“你看，多美的夕阳啊！”爷爷走过来，拉着奶奶的手，一切是那么的默契与自然。风吹过，栀子花悠悠然飘下来，爷爷拾起一朵，小心翼翼地别在奶奶的发鬓上，奶奶像热恋中的小女生一般红着脸，低下头，爷爷无声的笑了，眼里是满的快要溢出来的爱。

夕阳投射在他们身上，围成了一个金色的光圈，光圈中是两个人紧紧依偎在一起的身影。我拿起相机，“咔嚓”一声，将这美好的画面定格住了。

现在，“微”家族已经很庞大了，现在，我给这张照片也取了一个名字，叫“微幸福”！

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十五篇**

4岁的时候，他从炕上摔下来，脖子陷进胸腔里。从此，她的下颌总被推出30度，她只能抬头。

上学了，同学笑她，她哭过。

勉强读到了高考了，没有学院能要她，她只有放弃。她也哭过。

回乡下学插秧吧，可是为了把秧苗\*田里，她必须把腰弯了再弯，脸几乎都要扣到膝盖了，才能让眼睛找到那个角度。她也哭过。

她哭得时候跟别人哭的时候不一样。别人需要低下来头，用毛巾擦眼泪。她擦眼泪的样子很滑稽，把头扬着，手高举着毛巾。再脸上擦过去的那一个手势，不像再拭去让人同情的忧伤，倒像轻轻挽起照在脸上的阳光。

后来，她学会了用电脑。她学会了写诗。她的诗到处是高天与飞鸟的痕迹。

她被人当作传奇。

她抬着头，微笑着说：“其实我非常感谢命运给我的这颗永远不会低下的头。”

因为抬头成了习惯，所以上小学时。她看黑板就不像别的同学那样抬头觉得脖子酸痛。

因为只能抬头，所以她像乡下姐妹们一样俯身大地练习播种就变的非常困难，但她正是因此看到了更辽远的天空。不能行走，但必须飞翔。

因为只能抬头，所以她觉得自己天生就是一个朗读诗歌、书写诗歌的人。

因为只能抬头，所以她哭泣的样子，显得那样的神圣，于是她在哭泣的时候，天上的神也在她的眼睛里放进了阳光。

因为只能抬头，所以她的视线只能永远向上、向上......

她把手放在额上，再一次轻轻拭去眼泪——不，是轻轻挽起阳光——她说，无法低头，便不得不昂首：只能抬头，就永远不想再屈服！不能改变的是苦难本身，而能够享受的，却是在苦难中挣扎着站起来的双倍的幸福

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十六篇**

幸福是什么呢?我常常问自己。也许它就是妈妈的一个慈祥的微笑，或者是同学的一个佩服的眼神，或许也是老师一句鼓励的话语。在生活中，幸福常常与我相伴相依。记得有一次，我们全家人围在一起看电视。当看到一个做菜的栏目时，我便睁大好奇的眼睛看，生怕错过了一个小小的细节。看完后爸爸提议让我们一起做这道菜，也好尝尝自己的手艺。这时全家人一边哼着歌一边开始行动起来。提水的提水，切菜的切菜，烧火的烧火，忙的不亦乐乎。不大会，一盘美味出炉了。

我们都狼吞虎咽地吃起来，三下五去二整盘菜就吃光了。我抬起头看看大家，不知怎的他们都在看着我笑呢!这笑让我有点不知所措，我跑到里屋一照镜子才知道自己出丑了。原来我吃得太慌了，连鼻子上都沾了菜渣。晚上我把这件事记在日记本里，在脑海里慢慢回忆这幸福的时刻。不仅和家人在一起是幸福的，当看国家举办什么重大的活动，我也会感到幸福与快乐。当从电视上听到前任奥委会主席\_宣布20\_奥运会的举办国是中国的时候，小小年龄的我就跟着大家一起拍手叫好;在赛事播出的日子里，当自己国家的某一位运动员手捧奖牌站在领奖台上时，我也会情不自禁地为他们喝彩欢呼。

如今世博会也在上海这个文明的大都市举行，为了接待世界各地的朋友们，工作人员费尽了心机，设计儿童房和孕妇房，工作人员历经千辛万苦，为的就是让全世界的人来了解中国，认识中国啊!现在世博园区每天都会接待四五十万客人，由此我感受到祖国一日比一日更加繁荣昌盛，怎能不由衷的感到幸福呢?现在我懂得了：有爸妈的关爱是幸福，学习条件的优越是幸福，伙伴们在一起玩耍是幸福，祖国的和平安定是幸福……幸福是一杯淡淡的茶，它要你用心品尝其中的滋味，幸福是一缕凉爽的风，会给你带来无限的遐想与惬意。幸福的感觉真好!

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十七篇**

幸福无处不在，在每个人的身边都有千万种幸福，让你感到温暖。幸福是什么？幸福就是在你需要，帮助的时候有人帮助你；幸福就是在你生病时，有人来看望你；幸福就是有人陪伴在你身边，有人爱着你；这就是幸福。

我记得有一次，我发高烧了，度。被妈妈知道后，她焦急万分，差点晕倒。妈妈急忙背我去医院，将我送往医院。当时是晚上，而且还停了电，妈妈就借着电筒的灯光，跑向医院。妈妈跑了好多家医院，都关门了，终于看见一家正要关门的医院，妈妈急忙冲了过去。妈妈对医生说：医生，医生，快快点忙我的孩子看以看病吧！说完，医生马上点燃了蜡烛，帮我量体温，打针，输液，忙了好大一整阵子，终于让我的病减轻了许多。当我从熟睡中清醒过来时，妈妈就端了一碗荷包蛋给我，对我说：孩子，快吃了吧！当时我感动得哭了，因为这是爱，这是幸福！泪水也是那样的甜，那样的晶莹。

我现在很幸福，因为我有着爱我的父母。不只我们要幸福，也要把幸福传递给别人，还要学会关爱幸福，不要抛弃幸福，要把幸福传递给全天下的人。

幸福是那样的珍贵啊！有了幸福我们真温暖啊！

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十八篇**

友谊就是，希望对方比自己更幸福。

——前记

回想小学六年的时光，虽然几乎每天都过的一样，但，每天都过的很快乐：

春天，在蒙蒙的春雨下踏遍校园的每个角落，让春天那温柔的风儿吹去我们的烦恼；夏天，每天舔着冰淇淋在大树下谈天说地，任夏风吹拂着头发拍打我们的脸颊；秋天，在柔和的阳光下偷果园里成熟的水果，让衣鞋沾满泥土的芬芳；冬天，顶着呼呼的北风到某同学家里做功课，笑声、书声在北风的带动下传得很远很远……

不知为何，突然好想念姐妹们甜美而又怪异的笑声，突然好想念姐妹们幽默而又不乏关怀的话语，突然好想念和姐妹们相处的每一天……

姐妹们，如果有一天，我们在路上相遇，那，我们还会是好姐妹吗？

拿起床角的那本同学录，来回翻着。怎么这么快呢？小学六年的时光眨眼间就流逝了。至今仍无法忘却毕业考试后姐妹们的话语：“要过得幸福，知道不？”

可是，姐妹们，没有你们，我怎么能过得幸福呢？

可是，姐妹们，我不要幸福，我只要你们过得幸福。

天使将幸福洒向世界各地，每个人都得到。

**幸福与苦难作文大纲范文 第二十九篇**

事情发生在几年前的一个风雨交加的清晨。现在想起来虽仍觉得好笑，可那如红浆灌入体内的感受却依旧真切。

那天清晨极冷，街道上冷冷清清的，平时在路边吆喝的极为勤快的小贩这次没来。天色灰暗昏黄，箭一样的雨倾泻而下，打在地上的声音直刺耳膜，我不由得拉紧了被窝。突然，客厅传来一阵怪异的响声，我感到十分诧异，一个恐怖的念头立即现入脑海：有小偷！我赶忙爬起来，随手拿了一只拖鞋，踮起脚尖，轻轻走了过去，凉意便迅速从脚尖蔓延至全身。到了房门口，我偷偷向客厅望去，一个身穿黑色雨衣，头戴一顶园帽子的人站在那里，手里好像摆弄着什么东西。他身上湿漉漉的，衣服的下摆还在滴着水。我不知当时哪来的胆子，轻轻走到他身后，对着他的头就是用力一拍，可我发现他戴的是摩托车帽，这拖鞋敲打的力量根本就不起作用。“我完蛋了！”我心想。他脱下摩托车帽，露出一张消瘦的脸。“妈妈”，我不由得叫出声来，原来弄出这怪异响声的人是我的妈妈，恐惧一下子不见了。我好笑的问她：“你在这里干什么？”妈妈说：“我刚才出去买了几个你爱吃的叉烧包，快过来吃吧。”说着从雨衣里掏出一袋热乎乎的包子。我接过这袋包子，感觉接到手的不是叉烧包而是妈妈一颗暖暖的心。我拼命抑制住快要夺框而出的泪水，大口吃着香喷喷的包子，浓浓的香气直达心底。

妈妈是个很严厉的人，所以她对我的爱就掩藏在她严肃的外表下。她不善于表达自己的感情，可有时她不经意间的举动却体现她对我无微不至的关爱和体贴－当我写作业写得太晚的时候，她会未我端上一碗香喷喷的面条；在我早上起床时，她会为我整理好凌乱的床铺；当我放学回家后，那乱糟糟的书桌不知何时变得整整齐齐……

我感激，因为妈妈的爱；我幸福，因为妈妈的爱。妈妈的爱，是我失望时的希望，是我前进的动力，是我犯错时宽容的抚慰，更是我幸福的源泉！

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十篇**

厨房的垃圾满了，老妈大声喊道：有谁愿意扔垃圾吗？结果没有人答应。

一阵沉默过后，老爸使出了杀手锏：一元谁去扔？我和姐姐依然继续玩耍，不去理会老爸的诱惑。但我心里却有了些打算我决定等老爸将价格提到一定价位的时候，抢先一步接单。拍卖继续：2元有人扔吗？结果还是一片寂静，而姐姐却偷偷瞟了我一眼，仿佛在说：你怎么看？我马上朝她翻了个白眼，意思是：别理他！姐姐也不再说什么，继续管自己玩。

过了一会儿，老爸又叫道：3元有谁愿意？我和姐姐还是一动不动，不是扔垃圾太累，而是我们懒得动！

当价钱涨到4元时，我看姐姐已经有点坐不住了。这可使我心里有点慌，我的计划是涨到10元呀！这家伙4元钱就坐不住了，这可怎么办呀？

我的预感是对的，当价位涨到5元时她心动了。我的心彻底塌了，白白计划了这么久，现在5元钱都没有了，唉，都怪

自己太贪财了正想着，姐姐回来了。我决定不再理会这个抢了我钱财的人！

当姐姐准备从老爸钱包里拿工钱时，她问我，老爸的钱包在哪儿？因为心里嫉妒，所以我便态度极不佳地指给她看。

她拿到了钱心里很开心，看我闷闷不乐，便顺手将2元钱塞进我手心。这使我十分惊讶，什么？她居然愿意与我分享她的辛苦跑腿钱？这真是出乎我的意料！那一刻，我呆呆地站在原地，满脸通红。我很惭愧，她却对我笑笑

我心中有一阵暖流流过

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十一篇**

年轻的心灵应乘云而行，谁读幽冷而坐呜，呃，一条七律便道尽了书生之气，斥方遒之志。

古人云，知足常乐，仿佛没有志气，没有大局观，很容易知足。但是有人说：格局小了，人生的路就会越走越窄。幸福呢？

为什么以上观点有差异？原因在于人。这一切都源于人们对自身能力的评价，以及随着时间的推移人们对社会变化的适应能力。野心勃勃的人，自然是人杰地灵，却因为这个而志存高远，所以这辈子只能得过且过，没有野心的人，只能局限在井底看天。盲目自大只能是自杀，懦弱自卑容易一事无成，固执只能被社会淘汰。

所以对于想要生活幸福的人来说，适当的大局和事业无疑是一切的基石。

以前有一只青蛙坐在井里看天空，以为天空那么小。这个想法有多可笑？很多人都像这只青蛙一样陷入困境，甚至不知道。混日子真的是知足常乐吗？恐怕不行。因为这个世界上没有人愿意\*庸，他们都向往蓝天，向往外面的世界。

大风整天刮着，大鹏帮助震动了9万英里。他的翅膀不仅满足于在艾叶间翱翔，也满足于与汾的决战。他的视野如此广阔，以至于他把目光投向了各个方向。

也许大家都听过先赚他一个亿的有趣故事，也有很多人在嘲笑，但不知道王健林的小招牌能让无数人看起来很亲近，那些还在开玩笑先赚它一个亿的人也只能在嘲笑。

这说明愿景有多重要，格局有多重要，适合自己的愿景才是最重要的。

作为年轻的一代，要有取云的胸怀，不要志存高远，要结合自己的情况逐步调整目标。但是，我们不要野心勃勃，在今天和谐稳定的生活中安逸自在，浪费时间，浪费岁月。这样的幸福是安逸的生活制造出来的虚假氛围。烈士们的暮年还很遥远，他们想驰骋在更广阔的疆域里，体会做出贡献的骄傲和快乐。至于崇高的目标，就更不能接受了。想多做少的人，最后只会竹篮打水一场空。

青少年要把心中的云带上，瞄准适合自己的方向，看到适合自己的愿景，才能拥有人生的幸福！

——钱与幸福的英语作文 (菁选2篇)

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十二篇**

幸福从何处来，幸福从彼此间的关爱来。幸福从何处来，幸福从小孩子那欢快的笑声来。幸福从何处来，幸福还从满口的美食来。

随着第一缕阳光撒进人们的窗帘，人们都从美梦中清醒过来，家家户户都忙碌起来，开始置办年货，我也情不自禁地动起手来，妈妈说大年夜就应该吃饺子，我听到后便立即拿起面团，兴致勃勃地开始包起了饺子。

我准备了各种各样的料理，将它们分配好，做成了饺子的陷料，我拿起了刚做好的面团，搓了几下，像妈妈一样，把大面团分成了一个个小面团，这一个个小面团就像是一枚枚白白嫩嫩的小鸡蛋，我用擀面杖把这一个个“小鸡蛋”擀成了一块块“白玉盘”（面皮），我拿了一块放在手中，可是并没有把之前做好的陷料拿出来，而是从口袋里摸出了一枚硬币，悄悄地放在了面皮上，然后将面皮一合，第一个又白又嫩的饺子就包好了。今天只要谁吃到它，新的一年就会非常幸运。接下来我又拿起了一块面皮，盛放进满满的馅，再把饺子皮两端往中间一合，轻轻一按，一个鼓鼓囊囊的饺子就做好了。

半小时后，一个个圆滚滚的饺子堆成了一座小山，此时我也迫不及待了，把一个个饺子抛入水中，这情景就像是一位位跳水运动员，从我的手心中跳了下来，我把锅盖盖了上去，静静等待这饺子出锅的那一刻。终于等到了饺子浮出水面的那一刻，我端着盘子走到了锅子的面前，小心翼翼地将饺子夹进盘子里，端到了桌上。闻着饺子的清香味，我再也忍不住了，夹起了一个饺子就往嘴里塞。我轻轻一咬，饺子里的汁液便涌了出来，弥漫在唇齿之间，因为是我亲手做出来的，感觉分外美味。我又夹起了一个饺子放入口中，只听“咔”，我觉得牙齿好像咬到了一个东西，便把这个东西拿了出来，“呀！”我惊喜地叫出了声，竟然吃到了这枚“幸运币”，我大叫着，欢呼着······

走出门外，我把“幸运币”举高头顶仰望着天空，我觉得满口都是幸福。

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十三篇**

有人说幸福像一棵忘忧草，可以忘记你的烦恼；也有人说幸福像一份礼物，每个人都奢求自己可以得到那份礼物；而我认为幸福就像是你的一颗心，每天都充满着快乐和痛苦。或许成功，运气，实现理想和甜蜜的爱情是被大家公认为是最幸福的，其实不然；幸福就像是一种快乐，每个人都有获取她的自由，每个人都可以选择自己幸福或者不幸福，在那些经历过几次失败的人，那些处处碰壁的人以及那些对未来失去希望的人往往会认为自己是一个最不幸的一个人了，或许他们可以绕开它们，绕开那些不幸的事情，或许他会收获到更多的快乐和幸福，因为一扇门的关闭总会伴随着一扇门的打开同时存在的。或许收获快乐很简单，有时候只需要十几秒的时间就够了，就像你在某个特别的时候你看见一个美的事物，你细细的品味它，然后用笔记录下来，微笑着的品味着它，这个将会成为你的幸福的篮子，第一次收获的一份快乐或许会为你的幸福的篮子放上第一份丰硕的果实。

也许某一天你遇到了不幸的事了，你想放弃的时候了，你就将幸福的篮子的一个个翻起来看看，或许它会让你不会感到太痛苦，甚至会给你第二次希望，这就是幸福的篮子。

那个令人遐想的春天快过去了，炎热的夏天又到了，“时间”究竟在我们生活中扮演着什么角色呢？

当幸福来敲门的时候请紧紧抓住自己的幸福吧！幸福就是当你关上一扇门的时候，一扇门正在为你开启着。

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十四篇**

小朋友时代，还没有长高的时候，那是我记忆中淡忘的最快的，思想在那时单纯，天真。或者幸福，或者不幸。人说：“记忆里美好的会藏在心里很久很久，只是你忽略了它的存在。

我恐惧，生怕真的有一天，谁偷偷开启了我记忆里的宝箱，却发现空空如也，幸福的小箱子真的脆如玻璃，一碰即碎吗？等到旁人日复一日的从我的生活中走过，停留住的人儿有几许？霎时间，我无助的感受，原来一切很残酷。思绪一瞬间被扰乱，我徘徊不前。

你是幸福的，我就是快乐的。隔壁一个老太太整天都乐呵呵的，她总不闲着，每天在自家的花园里撒播幸福的种子，她是幸福的，因为她收获了劳动的乐趣；门外一片欢声笑语，原来一群可爱的小朋友兴致勃勃地玩着游戏；一个盲人老伯伯，每天风雨不改地为路\_奏乐曲，他不痛苦，脸上洋溢的明明是幸福。从一件件小事，却觉得是那么的温情。看看我自己，难道我还能抱怨自己不幸福吗？是不是忽略了什么？当别人付诸行动努力让我更幸福，我真的感受不到吗？其实，我比谁都要受宠，在家里有爸爸妈妈如珠如宝的疼爱，亲戚朋友的关心，同学老师的关怀…一切一切，比什么都来的真实。而今，我真的记起来了，不是我愿意记起，而是时机没到，现在记忆里埋藏的点点滴滴，终于被挖掘出来了。我刹那间醒悟。

细雨清风，只要不断努力就可以把一切貌似强大的事物刮倒，即使是滴水，也可以把顽石滴穿。我的幸福，给了不断的累计，汇成了焕发生命光彩的彩虹。那不一般的平凡的爱，给予了我简简单单的幸福。我懂了要好好爱护自己，关心他人，珍惜生命。也许以后的日子里，我一定紧紧把握住，重视身边一切爱我的人及我爱的人，用我的实际行动，只要对方幸福快乐，我就比谁都幸福！不要总是当别人是路人甲，好好重视关心他吧！也许在未来的某天，你会真正嫁给幸福。

那时将会有非凡的美好，要给你幸福的翅膀翱翔…

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十五篇**

幸福，一个普遍而又平凡的词汇，每个人都会说，每个人都做得出来。但，就是这么一个平凡而又普通的词汇，有人却用生命来演绎。

晴朗的天空，一对夫妇带着孩子爬雪山，突如其来的雪崩将他们困在山洞中，母亲为了保护孩子而被冻死。

虽说幸福可以平淡如水，但有人却用生命去诠释了幸福的定义。那是舍生忘死，是轰轰烈烈。一致认为幸福是一杯清茶，苦涩过后是回味酒香的清甜；幸福是一杯咖啡，浓而醇，在浓浓的奶香中发出诱人的香气，让人回味无穷；幸福是一杯酸甜的柠檬汁，酸酸的，但过过后的甜度让人终生难忘；幸福是一杯温热的牛奶，暖暖地，全部都是爱。

我喜欢平淡如水的幸福，没有大风大浪，却又平淡温热；我喜欢幸福是与父母牵手在夕阳下散步；我喜欢幸福是与朋友分享那份喜悦；我喜欢幸福是在田野间谛听着音乐感受自然的气息；我喜欢幸福是阳光懒懒散散地照在我身上，那种感觉很温馨；我喜欢幸福是……

幸福，每个人都可以触手可得，但珍惜起来起来却很不容易。幸福好比细小沙粒，就算你怎么挽留，它都会从指缝中溜走。

瞧——幸福就是雨后那灿烂的彩虹和夺目的光芒。

其实，幸福可以很简单，简单到什么都可以没有留下。

正如一句话说得：快乐的回忆，拥有的精彩！这一瞬间，幸福多么近……

是啊，幸福其实一直就在我们身边。

汪清一中初三：匿名

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十六篇**

幸福是一只淘气的小鸟，当你苦苦地寻觅或守望她时，殊不知她就悄悄栖落在你肩头，只是由于你的左顾右盼而忽视了她的存在。

人们往往过分追逐未知的漂渺的幸福，而对波澜不惊的平谈生活中的幸福视而不见。我们一直在追赶幸福，可为什么不好好享受现有的幸福呢？不懂得满足，是永远不会品尝到幸福的甘甜的。汽车上年轻的母亲逗引着怀里的小宝宝，宝宝咿咿呀呀回应着妈妈，母子俩让整个车厢都弥漫起幸福的空气；公园里，一对耄耋老人默默地沿河散步，他们互相搀扶着，言语此时已失去了功效，也许他们就是这样相互扶持着走过了漫长的人生，不悔地实践着当初“执子之手，与子携老”的诺言。这又是何等质朴而动人的幸福！

别说自己不幸福，只是你还未感悟到。出生是一种幸福，品尝人生五味是一种幸福。相信吗？就连经常被认为很平庸、很普通的自己都是由幸福堆积成的——对于盲人来说，幸福就是光明；对于聋子来说，幸福就是聆听；对于哑巴来说，幸福就是倾诉；对于瘫痪的人来说，幸福就是自由奔跑。作为一个健全的人，无论怎样平凡，竟然拥有了所有这些幸福，难道还不幸福吗？

幸福是一件绝对崇高剔透的东西，它买不来，抢不到。披金戴银不是幸福，纸醉金迷不是幸福，高官厚禄不是幸福，幸福容不得半点世俗的灰尘。幸福决不是欲望满足的附属品。幸福是内心深处的一坛陈酒，由里及表，向周身蔓延出浓郁香味，幸福是心灵方舟停靠时的踏实感、归属感和愉悦感。幸福是蒙娜丽莎深远而神秘的微笑。

其实，感悟幸福也是一种幸福，当幸福经过你身旁，握她在手，携她同行，度过一段快乐的旅程，享受一份可贵的生活馈赠。

感谢生活，感谢生命吧，用你的心感悟幸福，你会发现幸福真的不是远在云端的飞鸟，她就跳跃在你身旁，你甚至可以一数她身上的翎毛——只要用心，用心去感悟。

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十七篇**

幸福的定义有很多，每个人各有不同的想法，但是有一点是可以确定的：幸福是不能用金钱买的，而是要靠自己努力去争取的。而随着我们的成长，对幸福的感觉也有所不同，像幼年时，刚交到朋友的喜悦；像青少年时，初上家政的喜悦、吸收到知识的幸福；像年轻时，情窦初开的幸福；像成年时，结婚的幸福……，其实幸福就在身边，垂手可得。

在寒冷的冬夜中，我躲进温暖的棉被和电毯的被窝，只觉得热力自身下源源不绝的流入我的体内，顿时冰冷的手脚俐见暖和，在温暖的被窝哩，我想到了流浪的孩子们，他们跟我同年纪的小孩，现在大概在寒冷的街上卖东西吧？他们没有保暖衣物，没有电脑，有的，只是一个冰冷的世界。我觉得，我真的好幸福。

以前，我经常“身在福中不知福”，一直吵场嚷嚷的想要买洋娃娃，买零食，完全不管钱是从哪里来的，只顾着自己的私欲，直到一天彻底改变我的晚上，我没有睡着，偷偷爬起来，想要上厕所，结果听到了一个震撼的消息─爸爸被别人骗走了很多钱。我有如大梦初醒般，跑回房内对自己以前不懂事的行为偷偷地哭了一场。

其实，只要用心体会，许多大大小小的幸福就在身边，幸福的范围是很广大的，不分男女老幼妇孺，不分贫富贵贱，不要让自己沉在负面的沼泽中，任由它深陷下去，要挣扎，勇敢地爬到只属于自己的幸福、光明的世界。

**幸福与苦难作文大纲范文 第三十八篇**

人生应当有追求，而追寻理想的过程是幸福无比的，因为它是人生意义的精华所在。

曾几何时，我因屡遭困境而茫然，慢慢怠惰了自己的心志，毫无目的地虚度着年华，浪费着青春。有到拜读了《钢铁是怎样炼成的》一书，我的心被保尔的对生活的热情激活，是他让我领悟生命要有追求，要有奋斗，才能在你临时死回忆自己的一生而不感空虚。

是的，人生要有追求。

陈胜为人佣耕而发“王侯将相宁有种乎”。“燕雀安知鸿鹄之志哉”，这便是他人生的追求。也正是这鸿鹄之志激发着他揭竿而起，领导了\*历史上第一次农民起义，可谓古今第一人。陈胜的追求是远大的，且不言是否能如其所愿，单就他有如此大志，亦足以称其为勇者。况他能为着自己的目标去打拼去奋斗，乃致最终丧命他也毫无惧色。也许有人悲怜陈胜，痛惜其未成大业。而我则认为他无需人同情，反而倒是我们自己可怜。他虽一介农夫尚能立志宏远，为志奔波，最终笑傲天地，何等豪迈雄壮，身虽死而犹让人敬畏不已！仰瞻古人，我们叹服，但作为今人，我们岂能输给古人乎？是故，人生的追求乃实现人生意义的关键，我们必须立志。

幸福是一种感受，是一种没有浸染任何杂质的来自人内心净泉的一滴水，有了它你的心变得甜了。

人生多磨难，为着自己的志向去斩荆辟棘，去奋斗不息，这便是幸福。爱因斯坦说的好，一生做自己喜欢做的事情这便是幸福。然则，人是不能始终如愿的，在前行的路上总是雾霭沉沉，贫道纷出。你的信念，你的追求便决定了你的人生选择。记住，命掌握在自己手里，任何人都帮不了你。按照自己的意愿选择一条属于自己的人生之路，并坚定地迈着坚实的步伐走下去，这便是莫大的幸福。

在苍穹漆黑的夜晚，默然向天发问：幸福在何方？一个声音会告诉你，路在你的脚下，幸福就在你的前方……

借着这春风，向天地宣读你的壮志，许下你的今生之愿，伴着幸福的芬芳去乘风破浪吧，请你坚信，乘风破浪必有时，沧海浩瀚终有岸……

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！