

每天都是特别的日子

刘德凤



幸福就在互怼里

李进兰

最近刷抖音，看到广西玉林母女俩的小视频，就想到了一个“怼”。什么是怼？《说文》：“怼，怨也。”《楚辞·九歌·国殇》：“天时怱兮威灵怒，严杀尽兮弃原野。”《孟子·万章上》：“如告，则废人之大伦，以怼父母，是以不告也。”如此看来，怼是个贬义词。但在在我看来，能和家人们怼一怼，实在是一种幸福，在这怼一怼中，幸福指数豁然飙升。

视频里，大玉和母亲，在日常劳作生活中，时不时怼一下，看似吵架，细追，每字每句都蕴藏着爱与关心。尤其是现在的年轻人，谁愿意把太多时间放在老人身上，宁愿滑入手机的世界里，也不愿多说一句话。我想，这也是她们视频火的一个重要原因，更是很多老人们望而不及的场景吧。

我不禁想到了爷爷奶奶，两位老人都属于口才不错的人，用农村话说，就是嘴上抹油的人。在邻居们的眼里，他们一天不吵个鸡飞狗跳誓不休，邻里们摇头叹息，可爷爷奶奶却乐在其中。

有一次，爷爷奶奶为了一个新编织的鸡笼怼得不可开交。从家里到地里，从地里到家里，直到上床睡觉，两人还在争论不休。奶奶说：“你编的鸡笼丑死了，鸡笼不像鸡笼，篮子不像篮子。就像你的人一样，要身材没身材，要相貌没相貌。”爷爷怼到：“人家的嘴巴能酿成蜜来，你的嘴巴只会放臭屁。”“不能酿成蜜才好呢！不然磕了你的牙，还得花钱去补。”……这样的互怼，在爷爷奶奶的生活中天天上映，他们不管不顾，乐此不疲。

当村里同龄的老人们，不是躺在病床上，就是拄着拐杖在土路上摇摇晃晃地行走的时候，爷爷奶奶腿脚灵活，头脑清醒，语言流畅。我想这都得益于他们长时间的互怼吧！

每次想到爷爷奶奶互怼的场景，我就会忍不住告诫身边的亲朋好友：跳出低头一族吧，还是和身边的人时不时怼一下，这种双向沟通比单向沟通更有利于家庭的和睦，夫妻恩爱，亲子关系的和谐和身体的健康。幸福就在互怼里，每天怼一怼，会让我们的相处更融洽，生活幸福指数更高。

给婆婆买的新衣新鞋，她总是舍不得穿，只有哪天去走亲戚，她才从衣柜里取出来穿上。可这样的机会并不多，一年到头也遇上几次这样在她看来很重要的日子。有好几件衣服，连吊牌都没有拆，有好多鞋，我还没见她上过脚，我觉得放着真是浪费了，便劝她。可是，无论我怎么劝说，她依旧执拗地穿着十几年前的旧衣服，说这些衣服，都还没坏，丢了可惜。

一片好心没派上用场，我心里有些郁闷。只好，等机会好好说给她。

那天，见婆婆整理衣柜，翻出好几块30多年的布料，她抚摸着布料，眼含深情。我见了，问道：“妈，这些布料是哪来的呀？”她笑了笑，回我：“都是你姐、你老公刚出生时亲戚送的。”看得出来，这些布料在当时来说还是上好的布料。听老公提起过，他小时候根本就没有穿过新衣服——在他的印象里，他都是捡城里表哥的旧衣裳。婆婆懂点缝纫活，做点小孩衣服也应该难不倒她，可当时为什么就不肯缝新衣服呢？我不禁试探性地说了句：“看这布料，当时应该属上乘好料子，做衣服

肯定很漂亮。”婆婆有些惋惜地回答：“可不是，那时候就想着，把这些布料留到以后派大用场的时候用，谁知道放着放着竟这么多年了，也没有派过一个大用场。”

她拿了一块花布在我身上比画了下了，看了看，摇了摇头，又把一块棉布在她自己身上比画，看了看，又摇了摇头，她说，这花色早过时了，这些布，只能当抹布了。

“抹布也要吸水的呢！你看这块，绝对不行！”我笑嘻嘻地扯出一块尼龙布来，在婆婆面前抖了抖，婆婆立马叹起气来。我赶紧趁热打

铁：“跟您说好多回了，有什么就尽快用，新衣服新鞋就马上穿，留着留着就留成了废品。世上哪有多重要的日子，每一天都是特别的日子呀！”婆婆想了想，觉得我说得挺对，不再辩解什么了。

第二天，婆婆就穿上了新衣新鞋，整个人精神焕发。还特意走到我面前来，问：“好看吗？”“当然好看。”我帮她整理了一下衣领，笑着说：“这样才是好妈妈，您要是再不穿，我都没心情再买了。”我又补充道：“您看，人靠衣裳马靠鞍，这新衣新鞋一穿，人都年轻

了好几岁！”婆婆眉开眼笑，高兴地忙活去了。

从那以后，但凡有什么新东西，婆婆都不再把它放起来了，而是马上将它派上用场。因为她知道，要把每一天都当成特别的日子对待，好东西，就要马上用，才能发挥它的价值。

“每一天都是特别的日子”成了婆婆的口头禅，这句话也时时警醒着我，要珍惜当下的好时光，珍惜身边的人，而且，每一天，都要努力活出自己，每一天，都要过得快乐而有意义。

碗里有真爱

柏红梅



嫁了个不浪漫的老公，生活就像老家屋檐下蓄满水的大水缸，静得能闻天。

那日上班，同事桌上多了一束红艳欲滴的玫瑰花，她得意地告诉我，是她老公送她的生日礼物。在眼热羡慕之余，我决定用身边人身边事来春风化雨。“不就是送束花

吗？这太简单了。”老公觉悟如此之快，让我喜出望外，孺子可教，可见我以往教育方法不当。

“今天我给你一个惊喜。”生日那天一大早，老公就对我说。他竟没忘我的生日，一大进步啊！下班后我急急赶回家，想像桌上那芳香四溢的玫瑰，心里竟有微微的醉意。打开门四下一扫，没有使人眼前一亮的东西，只有菜香味扑鼻而来。“来来来，我给你烧了你最爱吃的椒盐基围虾，这可比玫瑰好多了。”呜呼，我的“润物细无声”在榆木疙瘩面前彻底失败，气得我无话可说。

“发生了什么事？”客厅里的父亲见我面沉似水，关切地问。当他得知原因后竟大笑起来说：“夫妻之间的爱是盛在碗里的，椒盐基围虾，很好！”见我自以为意，父亲说：“我和你妈五十年的共同生活，没有浪漫，有的只是每日三餐。无论是物资匮乏的年代，还是我落难时期，回到家，碗中总是盛着暖心的爱，支撑我走过那些坎坷的岁月，那是最真实最动人的爱啊！”

父亲告诉我，六十年代母亲生我妹妹，好不容易买到二十个鸡蛋，身体虚弱的母亲自己舍不得吃，又怕几个孩子眼馋，把糖

心蛋埋在饭菜里给他吃，父亲动情地说：“那时我心中只有一个想法，就是一辈子对你妈好！”

听完父亲的一席话，我陷入了沉思。与老公结婚以来，我一直享受着他在碗里的爱情，可就像一生都在母亲呵护之下的儿女，对幸福未必真能诚心领会一样，我一直没有感觉到老公每日不厌其烦地变着花样给我做饭做菜，其实那就是最本真、朴实、绵长的爱呀！送玫瑰是爱，那是色彩厚重抢眼人眼目的“西洋画”；烧椒盐基围虾也是爱，那是可以让心灵得到休息的恬淡而雅致的“中国画”。

林语堂先生有句名言：“欲爱一个人，从他肚子起。”台湾女作家张晓风在《一个女人的爱情观》一文中说：“爱一个人，就是不断地想，晚餐该吃牛舌还是猪舌，该买大白菜还是小白菜？”把爱盛在碗里，实实在在，朴实无华，却感人至深，是爱的另一种境界。寻常人家，粗茶淡饭，慢慢滋润着寻常的岁月，含蓄而温馨，天长而地久。

直到这时，我才忽然发现，其实，自己渴望的，也不过是这样平常的生活和平常的情感。

闲情心中生

黄绍祝



闲是以忙作为参照的，忙这一字，似乎暗藏着玄机，人一旦忙起来，便没有其他心思了。俗话说，忙得团团转。晕头转向的人，感受力无疑要减弱，生活中那些细微的美好，便无法感知到。行色匆匆，一定是闲散人看到的，忙人往往不自觉。

忙与闲是相对，它们的分水岭，只关乎一个心字。

忙里可以偷闲，偷到的闲，实乃丢弃在繁忙之外的心情，闲情往往生于心中，人若有散淡之心，闲情逸致便会自然而生。

闲情是一种生活乐趣，对于酷爱读书的人，打开一本心爱的读物，让自己沉浸在文字里，是一种忙，而在这种忙中，有时，思想会因一些文字而横生枝节，旁逸斜出，远离了文本，或陷入一段过往的回忆中，或置身于幻化的境界里，或大脑一时短路造成眼前一片空白……这种美好，无疑是闲情之功。

苏轼有一段妙论，“吾文如万斛泉涌，不择地而出。在乎地，滔滔汨汨，虽一日千里无难；及其与山石曲折，随地赋形而不可知也。所可知者，常行于所当行，常止于不可不止，如是而已矣。”当行当止处，便是彰显一个闲，大凡经典佳构，其妙处多在随手拈来的闲笔，看似轻描淡写，实则作者的真情流露。丰子恺有一文，写郑振铎杭州访他，两位好友阔别十余年，该有多少话要倾吐，不觉已夜深，窗外飘起了雨，下雨天，留客天，却留不住客，丰子恺给郑振铎一把伞，目送他的身影远去，写到这里，文章可以作结了，可丰子恺的笔锋一转，明天他若送伞回来，是不是要送还两把呢？这一闲笔，可谓不不妙，郑振铎豪爽的形象跃然纸上，闲散的笔触，意味悠长。

闲，并非无所事事，闲，从另一个视角来看，也是一种忙；闲情，亦非矫饰故作，附庸风雅，装样子。清代文学家张潮曾说：“能闲世人之所忙者，方能忙世人之所闲。”能享受生活中清闲的人，无疑对生活充满热爱，因为心中有了那份对生活的向往，方才淡然面对生活的酸甜苦辣，闲看云卷云舒。

闲情，犹如清泉出山，有种山野的清气，少沾染铜臭气味，是空山新雨后，浣沙少女归家时，风吹竹叶的沙声响起，是咬着烟管蹲在田头看庄稼长势的悠然，是船夫流淌胸腔的号子……

佛家云，苦海无边回头是岸。世界纷杂，红尘滚滚，如何回头？更何况，人在江湖身不由己，或许学会内视，凡事问心，这大约或是“回头”吧。画家老树有首题画诗，“夜半忽坐起，心中生闲情。风吹花落去，天上月一明。”闲，从某种意义上来说，是一种生活智慧，是一种舍得，舍去了“落花”，得到了“一月明”。

2023年，修炼幸福

陈莉

海子说，从明天起，做个幸福的人，喂马、劈柴、周游世界；毕淑敏说，幸福需要提醒，在许多夜晚，风暴始终没有降临，我们辜负了如银的月光；泰戈尔说，如果你因错过太阳而流泪，那么，你也将要错过群星。2023年，让我们都来珍惜当下，按捺住内心的不安，修炼幸福！

幸福需要心中有情有爱。姑苏阿焦在著作《人间小满》里，抓住的都是生活中的一个个细小的片段，正是在这些细微处感悟到生活的恬淡优美。他的漫画里有许多平常的场景，比如，斜躺在青草地上，就着阳光，喝着酒。他感慨：“一个人喝酒，有寂寞，有释然，更有内心的风月和辽阔。”在温柔的阳光下，一切都消融。

半生过后，我们都已经明了，哪有什么轰轰烈烈，哪有什么功成名就，平凡中踏踏实实，真诚地热爱脚下的土地，周围的人群，所有存在事件的来龙去脉，这就是幸福。

“日有小暖，岁有小安，光阴真美。”你要修炼一颗感知幸福的心，去捕获那些看似寻常的美丽。阳台上的一朵花欣然绽放，牵着孩子的手和风筝一起奔跑，和爸爸妈妈一起包饺子，早起打扫房间的卫生，静静地坐在书桌前和遥远的灵魂对话，何处不是幸福？

幸福需要忘掉自我，多考虑别人。前几天，关注了“鬼脚七”师父的公众号，认真看了他的文章《人生处处是修行》，深有

感触。从他的案例中，看到一个焦躁发火的妈妈和一个委屈巴巴的儿子，仿佛那个妈妈就是我自己。通过他的细致分析，我悟到，原来我之所以无法平和心态，都是因为我总是需要靠别人做得完美来满足自己，也就是我只考虑自己的需求。他分享了寂天菩萨的一个金句：“所有的痛苦，都来自希望自己快乐！所有的快乐，都来自希望别人快乐！”

我想到了我的妈妈，终日为了家人的一日三餐、房屋整洁操劳，从来没有任何怨言，脸上总是那么慈爱的笑容。她总是担心被子没有晒暖和，她没有拖干净，饭菜不合符谁的口味……她所以快乐，是因为无私奉献吧？

想起多年前看到的一个故事也是这样：一个女人心中只有恨，直到一场车祸发生在她家门口，一个医生命令她，挽救那些人，她由此收获了人们的感激和医生的爱情，从而治愈内心。我应该好好修炼一下，在人群中忘掉自己的需求，去帮助别人，去安慰别人，从而得到快乐。

幸福需要从容。“我们来到这个世界，是为了看波澜壮阔的大海和光芒万丈的太阳。”好好品味握得住的幸福吧！就算一切并非完美无缺，我们依然可以微笑，因为它们真真切切地属于你。

2023年，愿尘世里的每一个人都能修炼一颗敏感的心、温暖的心、从容的心，幸福地走下去！

