

心动瞬间

## 执子手,吹散苍茫烟波

| 阚波 文 |

妻的生日是9月24日,结婚八年,几乎没陪她过一次像样的生日,更别提送上一份精美的礼物了。前些年是因为我在部队工作的原因,每年她的生日我都在外地参加演习,有时甚至把她的生日忘记,过后才会补上一个电话。她从不抱怨,似乎也不太在意收到什么礼物,我心里明白,那是她对我爱的包容,对我工作的默默支持。

那年和妻认识是通过一个嫂子的介绍,我们第一次见面似乎也没有那种一见钟情的感觉。她没有化妆,说话声音小小的,有一种淡淡的优雅。那次见面后我就去参加参谋集训,一走就是两个月,期间管理非常严格,打电话也不是很方便,我们几乎没怎么联系。我隐隐感觉自己可能不是她的那盘菜。回来后,我抱着死马当作活马医的想法,约她再见面,也没抱太大希望她能答应。意外的是,她欣然应邀。再次见面是晚上,她还是没化妆,说话声音依然小小的,但这次的感觉似乎和第一次不一样,我看到的全是她的美。餐后我提议送她回家,沿着青祁路慢慢溜达,我一言她一语地闲聊,偶尔两人还会对视一笑,再见钟情可能也就这样吧。

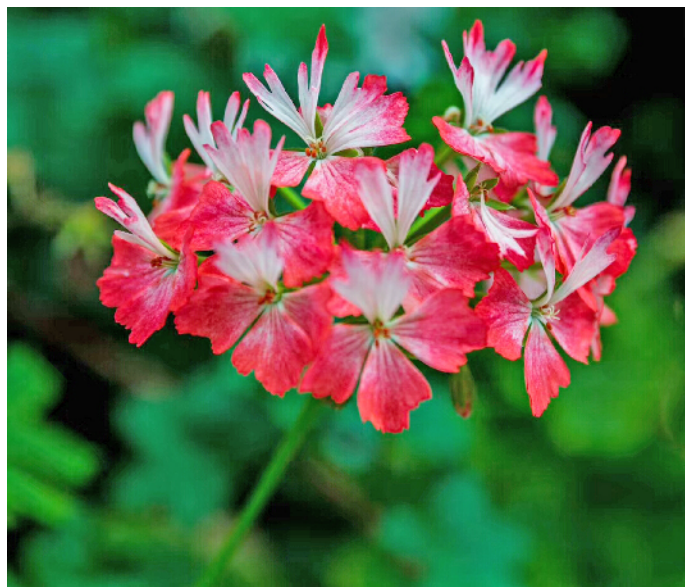
打那以后,我们似乎心照不宣地认为碰到了对的人。她很理解我的工作,知道我请假外出不方便,总是自己坐上一个多小时的公交车来军营看我,说上二十分钟话可能就要再赶公交车回家。结婚后她依然是这样,从没埋怨过一句,我心里很愧疚,让她不要这样来回赶,太累了,她还是那样轻声地说:“没事的,我愿意。”

再后来儿子出生了,我改任主管工作更忙了,每年几乎有一半时间不在无锡,她既要工作还要带小孩,三十多岁的妻头上的白发慢慢多起来。我几次和她说要不我转业吧,这样还能回来帮着您一起分担点,她还是轻声地说:“不要紧的,你在部队好好工作,我和儿子支持你。”我转过头,快速抹掉了眼眶里快掉下来的男儿泪。去年为了响应军改大局,我转业到地方工作,让我对妻这些年的辛劳有了更深的理解,这些年她为我们这个家付出了太多太多。

多少故事今犹在,多少曾经忆可追。我和妻没有传说中的一见钟情,也没有令人缠绵的花前月下,只有我站岗你带娃、我卫国你守家的不同分工,只有相互间的理解与支持。

在这个世界上,能把你放在心上的人不多,懂得善待才能相守,珍惜彼此才有未来。在妻的生日即将到来时候,我想对你说:“我愿意执子手,吹散苍茫烟波。”我愿意一辈子牵着你的手,和你一起面对人生中所有的苦难与迷茫。

“生日快乐,亲爱的!”



秋花

摄影 / 常青藤

你我他

## 练习一个人

| 陆小鹿 文 |

友人说他最近工作压力大,想周末找人打麻将放松一下,奈何总凑不齐人,好扫兴。我给他支招:“不如尝试去做做一个人就可以做的事。”

事实上,这些年,我最大的改变就是学会了与自己玩。一人玩最大的好处是自由自在,比如一个人去看画展。美术馆本身就是一个安静场所,这样的氛围真的非常适合独行。无须说话,只需开动眼睛,或者耳朵(戴上耳机听讲解)。遇上喜欢的画,可以驻足停留,多看一会儿;如果是不入眼的呢,一目带过,也不是不可以。出外看展,我通常会随身携带一本小本子,有时站在心仪的画前,看看、记记,一呆就是十多分钟。很难想象,如果有同行者,我怎么可能如此笃笃定定、慢慢悠悠?

一个人散步也是好。白天散步除了可以看风景,还可以看路人。我在散步时,有过很多偶遇,让人惊喜。记得有一次去北京,在地坛公园散步时遇到一个古稀老人在跳民族舞。收腹挺胸,眉目传神,一起一伏,极尽抒情。他柔美的舞姿吸引了我。我问老人:“我可以点您一支舞吗?”老人欣然同意。后来,他总共为我跳了三支舞。我则坐在公园长椅上,独自欣赏了一个多小时。那个翩然起舞的清晨啊,那般美妙,无法复制。

还有一回,午饭后,我散步到公司附近的上海静安公园,听街头艺人吹萨克斯管。听歌的时候,遇到一个银发老人,带着手写的歌单过来点歌,他说歌单上的歌都是他喜欢了几十年的,吹完一首老人就打赏五元钱。于是,我听到了《云河》《又见炊烟》《不了情》……老人是骑着自行车来的,他来点歌,是因为那天是他的生日,他想订制一场萨克斯管音乐会,祝自己生日快乐。那天春寒料峭,风刮在脸上冷冷的,可是我却听得热乎乎的,一双眼睛想流泪……

晚上散步,对我来说,则有另外的妙处。月华之下,戴一副耳机,独自走着,在乐音里想想心思,思考点正经事儿,梳理梳理情绪,走着走着,整个人就风轻云淡了。最好,能出点汗,回家洗个热水澡,那就更能神清气爽了。

我还喜欢一个人旅行。把年假拆开来,周五出发,周日回家,只需要花费一天年假,就可以收获一个三日游的小旅程。不需要和别人磨合时间,也不需要兼顾或者迁就别人的计划,甚至可以说走就走,也可以偶尔肆意地疯狂一把。2018年我一个人出游了很多地方,做了好几件疯狂的事,比如顶着大夏天明晃晃的太阳,去绍兴乘坐乌篷船。因为去的时候是下午两点,阳光正烈,除了我竟没有第二个游客,我因此得以一个人独拥一条船,四周的景致无遮无挡,享受了VIP待遇,感慨错时出游真是值得。

又比如在广州,因为心心念念想在白天鹅宾馆吃一顿早茶,于是义无反顾过去排队等位。那是我这辈子等位最长的一次,足足等了三个多小时,可是结果很完美,我坐进了极具岭南园林风格的玉堂春暖餐厅,吃到了想吃的粟茸天鹅酥、榄仁萨其马、生滚菊花鸡粥……也感受到白天鹅宾馆早茶的火爆程度,以及广州人民得闲饮茶的那种惬意。余光中曾说:“独游有双重好处。第一是绝无拘束,一切可以按自己的兴趣去做。另一种好处是能够深入异乡,游伴愈多,愈看不清周围的世界。”深以为然。

想一想,一个人可以做的事情其实还有很多,健身、做义工、养宠物、听讲座、泡图书馆……独处既是一种生活方式,也是一种生存的能力。一个能与自己为伍的人,时刻可以不寂寞、不无聊、丰盛、温暖而充实。

幸福手册

## 幸福在当下

| 何健平 文 |

我们每个人都希望过幸福、快乐的生活,但是,什么是幸福呢?怎样才快乐呢?

唐代无尽藏比丘尼有一首《悟道诗》云:

终日寻春不见春,芒鞋踏遍陇头云。

归来笑拈梅花嗅,春在枝头已十分。

诗中,寻春人终日远道“寻春”,“芒鞋踏遍陇头云”,可结果却是“不见春”。就在他“归来”时,却发现“春在枝头”,而且“已十分”。就是说,“十分”之前从“一分”到“九分”的那个春色,都已经被他自己白白地错过了——梅花并不因为主人浪迹天涯而不盛开。

“终日寻春”“芒鞋踏遍陇头云”——忙忙碌碌,辛辛苦苦,汲汲外求的结果,却是“不见春”——感觉不到生活的幸福、快乐,这不正是

我们现代人生活的形象写照吗?

这首诗告诉我们,春色就在你的庭院里,就在离你最近的地方,美好到触手可及,可是人们却偏偏要向外去寻找。

这首诗告诉我们,人生的幸福、快乐,不是向外能够找得到的。

这首诗告诉我们,幸福、快乐就在当下,要从喜欢并享受你当下的生活开始进入幸福、快乐,要从喜欢并享受你当下的工作开始进入幸福、快乐,要从喜欢并享受你当下的家庭开始进入幸福、快乐,要从喜欢并享受你当下的团队开始进入幸福、快乐……不要抵触抗拒,不要盲目攀比(这山望着那山高,身在曹营心在汉),也不要挑肥拣瘦、厚此薄彼、好高骛远。因为,幸福、快乐,不在过去未来中,不在哪个工种中,不在高低贵贱中,就在你当下的生活里,就在你自己的

内心中。

杜牧诗云:“睫在眼前长不见,道非身外更何求?”我们常常舍近求远、舍本逐末,以为要赚很多的钱、当很大的官、拥有很富裕的物质生活,才是幸福、快乐之道,殊不知,幸福、快乐,原本不假外求,只是我们内心的肯定而已。其实,活在当下就是最大的幸福,内心安详就是最大的快乐,一颗知足的心,一颗安详的心,就是人生最大的富足,最大的幸福、快乐。一个不知足、不安详的人,即使他赚再多的钱、做再大的官,甚至拥有整个世界,恐怕也和幸福、快乐无缘。

让我们从今天开始,从现在开始,以接受的心态,以欢喜的心情,试着从一花一木、一饮一啄、一人一事中,去细心体会当下生活中的无限美好和幸福快乐吧,然后,看看你的人生会有什么变化。