

◎生活拼盘



精神颜值

“颜值”是一个网络词语,指人英俊或漂亮的指数,这个词如今用得很多。都说现在是看脸的时代,高颜值的人永远是社会的宠儿。

长得漂亮固然重要,但增加精神颜值更不可缺少。读书、健身、唱歌、跳舞、琴棋书画、养草种花等一切修身养性的美好事物,都值得我们去体验和发展。精神颜值是一种心灵美,对人真诚与善良,才能获得他人的认可与肯定。现代生活充满了压力,唯有修炼自身,才能让平凡的生活充满快乐与情趣。

我有一个文友,爱好文学,她在一家私营企业打工,工资低,劳动强度大,日子过得窘迫。为了提高写作水平,她每天早上五点起床,读书码字。经过几年的努力,不少文章发表于报刊杂志,同时成为省作家协会会员。她对我说,看着自己的文字变成铅字,心里有着极大的成就感,感觉生活充满了诗意和远方。

一直认为,女人无论在哪个阶段,都要活得精彩,活出本真。喜欢看《非诚勿扰》,喜欢里面的黄涵。这位年近百岁的知性女人,发言不多,言谈举止透露出的慈祥,善解人意,得到广大观众的喜爱,观众亲切地称呼她为“黄奶奶”。

年轻的时候,我就想学一门乐器。进入老年大学以后,我报名参加二胡班。随着学校的越来越完善,老年大学新设了文学班,由我和另外两位退休老干部任教。

第一次走上讲台,望向台下这些事业有成的老人们,一个个端坐在座位上,认真地做着笔记,眼神流露对知识的渴望,花白的头发梳理整齐,有的还夹着漂亮的水晶发夹。在阳光下,水晶夹在她们满头的银发上闪着七彩的光,漂亮极了。

每个学期最后一节文学课,会安排大家上台朗诵。他们会经过一番精心的打扮,精神抖擞。有的朗诵高尔基的《海燕》,有的朗诵自己的作品,还有的朗诵古诗词。我不由得惊叹,这是一群气质儒雅的老年人!

老年大学宣传栏里,张贴着许多学员拍摄的照片。照片中的老人,或昂首挺胸,指点江山;或低头浅笑;或摆出可爱的姿势;老人们脸上的皱纹层层叠叠,像绽放的菊花。

老人们的照片很美,清新自

然,画面生动!原来,皱纹是岁月赋予另一种美丽。皱纹不是衰老和无力的象征,是岁月提炼出来的精华。皱纹是人生的点睛之笔,没有这些皱纹,哪来的阅历和智慧?哪里来的淡然和豁达?

人的颜值是天生的,只要内心充满阳光,追寻平淡生活中的闪光点,品书学艺,修身养性。精神颜值越来越高,气质越来越好,容貌颜值也会逐渐提升,生活也会变得温暖、饱满与富足。

文/刘满英

◎感慨人生

本事不是天生的

军校刚毕业时,我被分派到一个连队兼任团支部书记,连队墙体上有一块团支部活动的黑板报,指导员指着这块黑板报对我说:“你作为团支部书记,每周这块黑板报上的内容必须更新一次,力求丰富多彩,积极向上。”

办板报,我天生就是外行,而且不会画画,粉笔字也写得极差。看到刚刚调走的前任团支部书记办的这块黑板报,可谓是图文并茂,字体刚劲有力,色彩搭配适宜。我一下子犯了难,对指导员说:“我哪里有这本事。”

指导员微微一笑说:“没有就学呀,谁天生就有这本事。”

刚刚分派到连队,如果我在战士中找人办黑板报,会让战士怎么看我?自己肯定会威信扫地。没办法,我只好购买了有关办黑板报的书籍,认真学习其中的知识和诀窍,并结合连队团员活动的特点,撰写了几篇小美文。第一期板报办成后,指导员笑眯眯地说:“不错呀,不只是板报办得好,你的小美文写得也很精彩,如果投到军报上,肯定会被发表的。”

听了指导员的夸奖,我激动万分,原来自己还具备办黑板报的本领。于是,我更加努力了,在往后的日子里,我一期比一期的黑板报办得精彩,这事很快被团里政委知道了,一年后便被调到团里做了宣传干事。

同事王庆,结婚两年了,没有做过一顿饭,每天下班回家都是坐在沙发上等妻子做好饭菜吃现成的。前不久王庆的妻子出差了,王庆只好每天到饭馆吃饭,一来到单位就报怨说:“天天在饭馆吃饭,总觉得肚子不舒服,饭菜太油腻,不清淡,没有媳妇做的可口。”

听王庆如此说,同事李艳接过去话茬就说:“做饭又不是女人的专利,凭什么女人做好饭男人吃,你一个大男人,不学着做饭怎么行,你们双方的父母都不在本市,你媳妇生孩子坐月子时,你难道天天叫外卖?让你媳妇在

月子里也吃不到可口的饭菜。”

这话真的提醒了王庆,他竟回家学起了做饭。等妻子出差回来看到王庆正在做饭时,乐得笑开了花。如今的王庆,做的饭菜不比妻子逊色多少。

其实,人的任何技能都不是天生就拥有的,人在生存中需要具备一些基本的工作和生活本领,可是在我们不拥有时总会以从未做过为借口而不愿去尝试,甚至没有勇气和胆量去尝试,其实这只是一种懒惰的思想在作祟,好多我们从没有做过的事,如果真的扑下身子去亲历亲为的体验一下,也许会出现“柳暗花明又一村”的奇效。

文/杨进峰

◎人生絮语



白首不相离

情人节那天,我在朋友圈里看到这样一张图片,一对年老夫妻的背影,两人头发全白,却手牵着手。图片配的文字是,若是老了,这样就好。不知怎的,看着这张图片,心一下子被触动了,眼圈也泛着泪花。

我是被这张图片打动了,打动的不只是头发全白的两个背影,还有配图的那短短的几个字,若是老了,这样就好。我能想象得出,这对夫妻年轻的时候,定是十分相爱的,直至老了,依旧还手牵着手。

忽然间想起了年少时的那段爱情,我与他曾对彼此说过,等到老了,也要牵手在一起。那时对于未来想得过于美好,或许越是相爱,越是伤害。与他的缘分断于十年前,彼此虽然心痛,却始终无法挽回这段感情。

爱情最让人感到无奈的或许就是两个相爱的人最终无法在一起,留下曾经的甜蜜与苦涩,让人回忆一辈子。还记得当年曾有人对我说过,彼此太爱了,就会时时处于紧张的状态之中,相反还无法长久地在一起。

她的话似乎有一定的道理,谁没经历过年少时那份刻骨铭心的爱,又有几个能与那个爱得死去活来的人最终相守呢?爱情最终都是要归于平淡的,无论年少时你将爱情想得如何的美好,最终他都要落于凡尘中。

几年后与我牵手的这个人,谈不上最爱,但却也贴心。十多年的婚姻,虽然平淡但却也温馨。在这段感情中,我的心不再像当初那般忽上忽下,也没有爱得死去活来的感觉,相反是一种安定与踏实。

我想这就是一个女人所要的,最为真实的情感吧。年少时不懂这个道理,直至多年后才体会到。爱情固然美好,然而彼此为此痛苦或者在这份感情中患得患失,这份美好便会黯然失色。

愿得一心人,白首不相离。多么美好的词语,而真正能与你白首不相离的这个人,所给予你的即使不是轰轰烈烈的爱,又有什么关系呢?因为在我看来,这世上最珍贵的感情,就是有一个人,愿意牵手与你共度一生。

文/朱凌

◎城市动画

儿子打工

职高刚毕业的儿子,在一家新开业的连锁快餐店谋得一职,开始了他毕业后的第一份工作。晚上我与妻子合计后,准备第二天一起去快餐店消费一次,为儿子捧个场!

第二天,到了中午用餐时间,我与妻子来到儿子的快餐店。只见,店面清洁,宽敞明亮,员工们穿着整洁干净的工作服,欢迎顾客的到来。我们急切地扫视餐厅,只见儿子已经穿上了工作服,还挺精神。儿子见我们走进店里,笑眯眯地欢迎我们,不过显得有点腼腆!我们与店里的员工,也亲切地打了招呼,说今天到新店来感受一下,品尝一下美味。

我们分别点了一份茄子与牛肉快餐,还要了一份小菜——煮熟花生米。今天是开业第一天,赠送每人一杯现磨豆浆。服务员热情地端上了我们点的饭菜,口味合适。儿子被分派的工作是收银。我们用完餐,走近儿子身边,拍拍他的肩膀说:“儿子好好干,多听师傅阿姨的话,相信儿子棒棒!”

说句实在话,我们并不在乎儿子在餐厅打工的这点工资,我与妻子也曾经犹豫很久。儿子职高刚毕业,先在家呆上一两年,看看书也就得了。但儿子却没有领我们的情,他说:“我已经18岁了,我应该自立了。我可以半工半读,通过工作,养活自己没有问题,我更可以在工作中积累经验。我如果在家吃闲饭,对你们也是个负担。我利用业余时间,可以自学,先打工,等有了经验,积攒点资本,有机会再创业。”听了儿子这番话,我们很欣慰!感到儿子真的是懂事了,长大了!

文/柳哲

◎饮食男女

唠叨

我们离婚三天了,快下班时,他打电话来说:“我找到了房子,明天一早搬走,我们晚上再

一起吃顿饭。”这三天我一直在外面吃馆子。

他要搬走,应该高兴才对,离婚是我提出来的,可此时的我心里有些失落有些伤感,有一种说不出的滋味。

我们结婚两年多,他每天婆婆妈妈的唠叨,开始感觉那是一种关爱和体贴,后来,天天听着他无休止的唠叨,越来越烦,就和他顶撞吵架。他仍然不悔改,无奈,只好提出离婚。

明天他要搬走了,我心里火烧火燎的,从厂里下班赶回家,见他正在厨房里忙碌,悬着的心落了下来。

他说:“回来了,饭马上就好,你去洗洗就可以吃饭了,拖鞋在床下,内衣在床头柜里,外衣在立柜里,开热水器时,小心点……”他又开始婆婆妈妈了,可今天他这婆婆妈妈的话,是那样的顺耳和温柔。我没有顶撞,顺从地笑笑,就像一个听话的乖孩子。

饭菜的香味,争先恐后地挤进我的鼻孔,自从三天前拿到那个离婚证,我就没闻到过这样的饭菜香了。

“先吃药后吃饭,你总是记不住。这是你最喜欢吃的红烧糖醋鱼,这是你喜欢的麻辣豆腐,多吃一点,这是……”他又开始没完没了的唠叨。

吃好饭,他和以往一样,收拾整理好,坐下来看了看我,他说:“明天我就要搬走了,有些话得对你说,你身体不好,要记住按时吃药,我走了你要学会自己烧饭,外面的饭菜没有营养,又不卫生。水电费,下个月得你自己去交了,每个月的一至五号,在附近的银行支付。卡在抽屉里的小盒子里,我们的存折也在那小盒子里。要记得每月给你父母打钱回去,你爸爸有糖尿病,每天都需要钱。还有……明天,我就走了,真放心不下你,你要早点找一能够照顾你的人。”

时间在他絮絮叨叨中,一分一秒地过去,夜已深了,他说:“你去睡吧,我在沙发上睡一晚,天一亮就走。”

我流着泪走进卧室,躺在床上,翻来覆去地睡不着,心慌意乱不知所措,泪水像涨潮一样涌出,原来我怎么没有想到,一个人生活,还有那么多的麻烦,那么多的事要去做。

有这个婆婆妈妈的男人真好,我泪流满面地来到客厅,抱住他的脖子。

他说:“怎么啦?”

“你不要走。”我不得不放下女人的尊严。

“我们已经离婚了。”他淡淡地说。

“我不管,反正你不能走。”我撒起了娇……

原来,婆婆妈妈的唠叨也是一种爱,当你遇到这种特殊的关心,决不要轻言放弃。文/王星烈