

给生活添点仪式感

□雨田

高中时与梅华、莲是死党,大学、工作的头几年都来往甚密,直至结婚、生育后才少了联络。去年的同学会上三个女人好好地家长里短了一番。梅华说,他们家很少开伙,女儿早上在路上解决早餐,在学校吃中饭、晚饭,上完夜自修回家;她们夫妻各自在单位解决三餐,周末也是外面吃的多。我听了心中大惊,这样也可以吗?我每天早起为儿子准备一周不重样的早餐,中式的各款面食、饭团,西式的花色吐司、派、寿司都尝试过,自己做酸奶,榨果汁,我信奉早餐是一天好心情的开始,所以既要营养又要颜值。以至于儿子每天吃了晚饭就问我,妈妈,明天早饭吃什么?晚饭归老公做,有鱼有肉有蔬菜,如同儿子一样,我在下班路上便会有期待,今晚的餐桌上会是啥鱼?这两年,我习惯在晚餐时来杯红酒。三个人一边吃饭,一边聊天。是我在饮食上太讲究,花了太多时间?可我不能想象,如果一家人都不在一张桌子上吃饭,那“三餐一宿,也共一生”怎么解呢?前不久遇到莲,她告诉我,梅华的婚姻亮起红灯。我哦了一声。所有的和谐婚姻不过是一个个平常细节而已,一顿饭,一个拥抱,一些期待。莲若有所思地说,我要学你,即使再忙、再累,也要把一日三餐当成一种仪式来做。

我告诉她,《小王子》里有一段关于仪式的描写很触动我心,小王子驯养了一只

狐狸,他在第二天又去看望它,然后有了这样的对话:

“你每天最好在相同的时间来,”狐狸说,“比如说,你下午四点钟来,那么从三点钟起,我就开始感到幸福。时间越临近,我就越感到幸福。到了四点钟的时候,我就会坐立不安,我就会发现幸福的代价。但是,如果你随便什么时候来,我就不知道在什么时候该准备好我的心情……应当有一定的仪式。”

“仪式是什么?”小王子问道。

“这也是经常被遗忘的事情。”狐狸说,“它就是使某一天与其他日子不同,使某一时刻与其他时刻不同。”

很多时候,生活的确是一地鸡毛,要上班谋生,要教育孩子,要整理家务,工作出错要挨训,孩子成绩不好会焦虑,别人光鲜的生活让人心中愤愤。仪式感太过奢侈,容易被我们遗忘,习惯以快餐或外卖来解决吃饭问题;请钟点工来打扫卫生;周末穿着睡衣宅家里一天……生活慢慢被过成了一潭死水,然后我们不停地抱怨它的无聊无趣。

我的婆婆是一个极有仪式感的人。她早上起床,把床铺得不见一丝折痕,被子、枕头,各就各位,各有各形。出门换体面衣物,进门着家居服,然后把换下的衣服用手指细细抚平皱折挂好。即使是十年二十年的旧衣,在她身上照样是挺括整洁的。她每次来我家,会把我儿子的衣橱整理得井然有序,一打开真是赏心悦目。

我承认,我受婆婆的影响很大。在儿子稍大一点后就辞了钟点工,自己做家务。我把清扫看作是对这个家的亲近仪式,不觉其累,反而有种轻松和愉悦感。虽然一直没学会化妆,但每天上班去都会把自己收拾得干净清爽,颈间有香水,脸上有微笑。即使是洗衣做饭刷马桶的手,我也会经常去做护理,做美甲,就为了让自己看到在键盘上翻飞的精致十指。

古人有“沐浴焚香,抚琴赏菊”的仪式感。记得琼瑶说过,即使是关在家里创作,她也会化上精致的妆容。我儿子尚小,但仪式感挺强烈:他一定是早上喝牛奶,晚上喝酸奶;吃碗面条,说螃蟹要配茼蒿,西红柿配牛腩才好;即使是去楼下小卖部买瓶料酒,他必得换身衣服才能出门。老公必须坐在餐桌他的专属位置上才能用餐。这些小小的仪式感对于生活的意义就在于,用庄重认真的态度去对待生活里看似无趣的事情,不期然地发现其中微小的乐趣。就像一位智者说的,你千万别想在麦当劳旁边的十字路口找到上帝。一个行事仓促急就、随意敷衍的人怎么可能拥有妙趣迭出的人生呢?

生活中有意义的并非只是诗和远方,如果我们给眼前的生活增添一些仪式感,关于美好、感恩、诉求和爱,给自己一个停顿的间歇,想象的空间,你会发现心灵更加安宁,处事更加泰然。你不苟且,生活就不会苟且。

拐个弯,同样抵达

□程应峰

作为无车一族,我每天上下班,无论风雨飘摇,还是烈日炎炎,都是雷打不动地步行。

在我看来,步行上班,虽然难免经受风吹雨打,酷热炙烤,但对长期从事伏案工作的人来说,也有看得见的好处:一则可以通过步行强化锻炼,强健体魄;二则可以欣赏沿途的风景,感受四季变化,从中有所顿悟,有所截获,借此调节身心。

有一些时日,连日雨水,就算是看起来平整的沥青路面上,积水也不见少,在坑洼跌宕、地势起落的地方,其水渍的情形就甬说了。即使如此,我依然一如既往地走在上下班路上,只不过头顶多了一把雨伞,脚上换了拖鞋,手中多了一个装有皮鞋的塑料袋。这种“头顶雨伞,脚踏拖鞋”的情形,竟然持续了好几天。

一直记得有一天,我走在路上,前面一女孩也走在路上,她步行的速度明显没有我快,所以,我和她几乎同时到达前面的路口。在这儿,她拐向了那条少有人走的岔路。在我的感觉中,那是微坡的一段路程,少有水渍,只是较人

们常走的这条路,路程似乎更长一些。因为这,我依然习以为常地走在那条看似较近的路上。

没想到的是,在抵达办公楼的时候,她的身影还是飘在了我的前面。虽然她经历的路程在我的习惯思维中多出了不少,但抵达的时间却并不见多,而且免去了途中水渍的烦恼。

拐个弯,同样抵达。道理很简单,她的选择,免去了一些外在的羁绊,消除了内心的隐患,让行进的步履变得轻松自在。而我呢,选择了最近的路途,也选择了行走的艰难。

就行走而言,路途的远近,无法决定抵达的先后。现实生活中,很多事情又何尝不是如此?为了出人头地,为了拥有事业,为了拥有爱情,很多人一而再地选择捷径,结果反而离自己的初心越来越远。而那些笃定淡定的人,总是以弯道跨越的方式,让凡俗的情和事,变得越来越明丽,越来越精彩。

“无法攀越就绕行,不能战胜就迂回”,遇到问题拐个弯,是一种智慧,也是一种明智之举。它可以避免生活的锋芒,摒弃是非曲直之争,顺利地实现心中的目标,抵达心仪的所在。

该拔的牙齿

□王春芳

一颗磨牙疼了好些天了,连半边脸都肿起来了,吃饭都麻烦,不得已到口腔医院就诊,医生拍了片,说这颗磨牙已经失去功效了,留着非但无用,且要频频发炎,后患无穷,心里无限惆怅。因为之前已经吃尽了牙齿痛的苦头,一到口腔医院就害怕,总是挨到万不得已方去就诊,为此也耽误了病症。这回也是,说要拔牙,我又惊惶失措,叫医生先保守治疗下,医生说在疼的前提下是不建议拔的,得先把这颗磨牙之前补过的地方打开,然后清创消毒,再吃几天的消炎药,等不痛了再来拔掉。如此这般折腾,把我弄得满头大汗,且内心忐忑不安。

几天下来,牙疼却也慢慢缓和,脸肿也渐渐消退了,吃饭的时候特别小心翼翼,生怕食物碰到那颗牙齿里,吞咽十分缓慢。又到医院换了几次消炎棉球,每次医生都说要尽早拔掉,我则说再等等。那牙不再肿痛了,便自作主张把塞在牙洞里的棉球取了出来,以为可以肆无忌惮地吃东西了,可是一旦食物碰到那颗牙齿感觉还是有点酸疼,先生、儿子都劝我早点拔掉的好,我则抱

着侥幸心理想忍过再说,这么大年纪却还是非常害怕拔牙。

又过了些日子,那牙便不再疼了,我心里窃喜,难道这一次又逃过一劫了?可是,每次饭后,食物总往那深邃的牙洞里钻,搞得我每次总要用牙签去掏,且在吃饭时那牙齿并未起到咀嚼的功能,如此几月下来,不但没有给我带来欢喜,反而成了累赘,时不时要用舌头去舔那个“黑洞”,心里便越发地懊恼起来;难不成医生、先生的话是对的,虽然看上去一颗牙还挺好的,但却不是好用的牙了,今日不疼了,日久还是会发炎且有可能比这次更疼更难受,留着它又有何用呢?

有些事物,表面上看去并无恙,但其内在已发生质的变化,对我们的日常生活不能带来增值的功能,反而徒增空间与整理它的时间,对我们来讲真的是一种负担,可我们却还是固执地寄希望于它,浪费许多精力来维系它,不得不承认我们所做的无非是负值的功效。有时候选择舍弃并非是一件坏事,相反,舍与弃抑或会给我们带来新的希冀、新的机遇。这颗磨牙我还是决定择日拔了。



颜值

□元场

鸟美在羽毛,人美在心灵——话是这么说,但对高颜值人物的推崇和热爱(当然也有反感和仇恨)从来都是人类文化史中的焦点之一,中外都一样。

魏晋时期,对人物外在美的欣赏点评已经到了蔚然成风甚至是令人匪夷所思的地步。有人因为长得帅而“观者如堵”,活活被看死了,这就是著名的“看杀卫玠”。也有外来户因为长得太美,让手持利刃的正房惊为天人从而化敌为友,具体可看《世说新语》。

潘岳是西晋公认的高颜值帅哥,“貌比潘安”说的就是

他。这哥们少时挟弹出洛阳道,让多少女性当场傻掉,哭着喊着拉手把他围起来,左看右看怎么也看不够。坐车出门,女粉丝们更是竞相往车上扔水果,以至于“掷果盈车”。左思很羡慕,于是不自量力效仿出游,可能认为他东施效颦玷污了自己的偶像吧,愤怒的女人们口水与吐沫齐飞,砖头与瓦块共舞,搞得左思灰头土脸委顿而返。

痛定思痛,倍受打击的左思深刻认识到两个真理:第一,靠颜值自己的人生是不会有胜算的;第二,人丑就要多读书。于是他发奋攻读,潜心写作,终以《三都赋》而致“洛阳纸贵”,天下闻名。

当然,潘安也没有靠脸

吃饭,才华上同样傲视群雄,“潘才如江”指的也是他。不过,这两方面都没有保证他拥有一个自己想要的顺利人生。

事实上,也确实没有人可以一辈子靠脸吃饭。

我们承认高颜值有着非凡的神奇力量,但更得承认很多时候它只是一块敲门砖,至于门后的世界,就绝非一张脸所能左右的了。

而低颜值,也不一定就是坏事。相当比例的成功人士恰恰因为自卑(包括貌不如人)而完成了自己的人生飞跃。

“颜值”这点事能否融进人生的正极,最终还得看自己如何把握。