

# 情商比智商更重要

司马小萌

我是个很有危机感的人,就连做梦也是:赶不上车,找不着家,按不动照相机快门,拉不动手风琴风箱……尽管在现实生活中,这些窘事,基本上没发生过。熟悉我的朋友笑评:“你有什么危机感呐,整天笑呵呵的!”自恃“天性乐观”的我,也“百思不得其解”。

终于有一天我想通了,每个人都是有两重性的。谁没有烦恼事、糟心事、痛苦事、委屈事?只不过有的人,或“藏而不露”,或“有放有收”,力争在最短时间内自己消化掉。而有的人,靠没完没了的发泄来驱逐不良情绪,有时会让不良变得更加不良。由此看来,梦里那些让我着急上火的事,无非是生活中曾经经历过的种种不愉快的象征。在梦里消化,比在现实中消化,明显容易得多。用一句“梦都是反的”安慰自己,就过去了。谢谢梦。

好了,夜里说完了,说说白天。没有比驾驭情绪更重要的了。心,长在自己身上,如果对生活失去兴趣,再好的心理专家也救不了你。自我解救的过程,就是“化重为轻,化大为小”的过程,其中最有效的,我认为有二,一,去发现

美。用美的东西吸引自己的注意力;或者说,分散注意力。眼之所至,心之所往。二,适当调侃。拿自己开涮,是需要勇气和坦荡的;捎带脚,拿朋友开涮,是需要机智和善意的。调侃,幽默的代名词,生活之调味品。

几年来,我们小区那一亩三分地,早就被我用各式各样的美照宣示够了。物业没发我广告费,多少有点对不起我。朋友们总是惊叹:“高档小区啊!”其实,哪来的“高档”,“照骗”而已。如果你身临其境,会看到照片比实景美。为什么?因为咱们摄影人善于取景,懂得构图,没有把零乱的枝杈和斑驳的地面一起收入画面。我用各种角度各种手法拍美图,先美美自己的心境,再美美朋友们的眼睛。功德无量啊。

小区小小的水塘,深不过一尺五,每年物业放几盆莲花,开四五朵花,成了我每个夏天必须的创作科目。没说的,左拍右拍,远拍近拍,怎么出彩怎么拍。得意扬扬,美不滋滋,自我感觉良好。然后,获赞不少;然后,开心挺久。

至于“调侃”嘛,先从自己入

手。把自己想象得很幼稚很单纯很可爱;结果,不知不觉变得很幼稚很单纯很可爱。心无城府,活得潇洒。我的家人和好友,是我调侃的第二目标,他们从不反感拿他们开涮,因为我把他们想象得很幼稚很单纯很可爱;结果,他们不知不觉也变得很幼稚很单纯很可爱。就连半生不熟的邻居,偶尔也进入我的调侃行列。那天在楼里等电梯,一邻居不停地翻包,看她那着急模样,我一本正经告诉她:“乘电梯,不用买票!”她乐了,我也乐了。

当然,我懂,人生不可能只有一种表情。该哭,还得哭;大声哭,痛痛快快地哭。但尽可能缩短时间。智商是个好东西,但就人生而言,也许情商更重要。如果想活得不那么憋屈的话,管理好自己的情商。庆幸,我的情商“可圈可点”。



## 擀一碗面

郭晓兰

忽然想吃筋道美味的手擀面。

小时候,最令人盼望的就是一碗母亲做的手擀面。小碎葱绿油油地浮着,几滴香油圆圆地飘着,要是再有丝絮般的鸡蛋花半飘半浮地琵琶半遮面,真是一种说不出的美味。比起当时手里握着的玉米窝头,简直天上人间的云泥之别。

其实,买的面条也不错,干燥、整齐、易存放,但总觉得少了太多东西。那是机器一刀切的粗暴的冰冷,是对面粉欠缺的应有的尊重。少了擀面人的耐心、细心和温情。能弯下腰来为伊人擀一碗手擀面,那个人一定在生命里有着相当重的分量。看着长长的擀面杖在母亲手里灵巧地翻飞,面块由碗口大小,慢慢均匀地开疆拓土,一层一层地轴卷着铺满了面桌,再撒上干面,一层一层地折

叠,刀在一起一落,一起一落间,柔柔的面条就列队卧在属于它自己的疆土上,然后母亲用手一拎,面条就雀跃着滚进沸水锅里了。手擀面不仅汤浓香烈,筋道有弹力,吃起来唇齿生香,单是成型的这一系列过程,看着、等着本身就是一种无言的享受。

求学期间,每次回家,北风呼啸的冬日,一碗飘着香气热腾腾的手擀面,是牵引我回家最大的渴望。往往,母亲把手擀面端上桌,坐在马扎上有一搭没一搭地询问学校里的生活日常。在母亲“慢着点,慢着点”的叮嘱声中,我狼吞虎咽着这人间至味,感觉所有的寒凉落寞都从我身边转身离去。

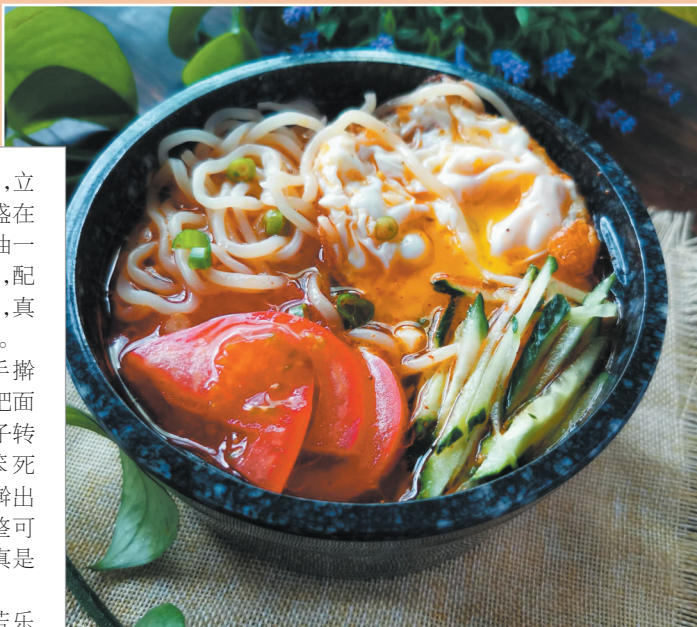
烈日炎炎的夏日,更是难得一丝清凉。母亲把手擀面煮出来之后,在刚出井的凉水里淘几遍,盛在碗里。然后把黄瓜用刀

身在菜板上“啪、啪、啪”一拍,立起刀来,“当、当、当”一剁,盛在盆里,撒上盐、酱油、醋、香油一淋,完美!碗底陡生的清凉,配上“咔嚓、咔嚓”黄瓜的清香,真是一种芬芳人生的美好抵达。

参加工作后,学着做手擀面。擀面杖不听使唤,为了把面饼擀成圆形,我只好围着桌子转着圈碾轧。母亲笑骂“笨死了”。学着母亲卷面上轴,擀出的面沟沟壑壑,哪里有平整可言,再抹也抹不平。哎呀,真是拙爪一个。

人生就是这样简单,苦乐与共、悲喜相连的,就那么心心念念的几个人;生活就是如此素淡,落实到一粥一饭间,温暖熨帖、山长水远的,就数母亲做的手擀面,母亲经手的流年。

倾心擀上一碗手擀面,人生还长,请努力慢慢擀,慢慢擀。



### 征稿启事

生活中需要快乐,更需要发现快乐的“眼睛”。在生活中,哪些事曾给你带来快乐?即日起,我们面向广大读者征稿,邀您讲述生活中的真实故事。

来稿要求:讲述日常生活中平凡而生动的故事,抒发对生活的热爱和追求。行文要轻松活泼,突出真实性和趣味性。作品体裁应为散文、随笔,字数一般不超过1500字。

投稿邮箱:mdwb09@sina.com,请注明“乐生活”。

本报编辑部