



得到幸福,其实很简单

□李固国

大陆似的叫起来:“爸爸,你看绿萝、菊花,还有仙人球,一个比一个好看!”

我仔细一看,可不是吗?自己整天伺候的花草,一个个生机盎然,绿绿的叶子,黄色的花儿,分外打眼。总觉得幸福在外面,其实就在眼前,稍微用心一下,得到是那么简单。

我的邻居,男的身体不好,无法外出打工,只能在家摆个地摊。女的呢?既要照顾老人,还要接送孩子上学。妻子曾经非常同情地说:“你看看那家人,日子怎么过呀!”

无意中,我发现,邻居的幸福指数比我们高多了。鸭子下了几个蛋,男人捧在手里,激动得脸都涨红了,毕恭毕敬地交到老婆手里。家穷,偶尔给孩子买点最便宜的小饼干,每个孩子就分一点儿,可两个孩子高兴得欢呼雀跃,大人也乐呵呵地看着。

老母亲快八十岁了,身体不好,经常吃药。每到周末,我就去看她。

啥时候见到母亲,她都乐呵呵的,陪我聊不几句,赶紧说:“我也该去上班了,撕头发蛋,一天

干八个小时,能挣十元钱呢!”

“挣这么少的钱,还这么脏,这么累,时间这么长。”我劝她,“别干了,还不如在家闲着!”

母亲反驳说:“一点儿不累,几个老人在一块说说话,热热闹闹的;如果不干活,谁也不会给咱一分钱!”

母亲说的时候,很知足,脸上洋溢着幸福。

得到幸福,其实很简单。一年四季,一日三餐。家人闲坐,灯火可亲。偶尔小聚,有人陪聊。人生如此,夫复何求?看似非常容易的事情,一个人很多时候总是舍近求远。

懵懵懂懂过去了好多年,终于明白了幸福的真谛,愿我们的余生,都有家回、有人等、有饭吃,有话讲,你得知道,这是平凡的拥有,也是珍贵的拥有,触手可及的幸福!

人活着,不必刻意追求幸福,得到幸福,其实很简单。

在外面打拼,有个家,可以回去歇歇脚,那是一种找到归宿的感觉;家里,别管是父母等你,还是妻儿等你,那是多么温馨的牵挂;这个时候,如果有人给你端杯茶,做好饭,真的感到所有的付出都值得。

有的人,在惊心动魄的拼搏中,追求所谓的大富大贵。幸福,和金钱不能画等号,

也不是付出的近义词。这方面有收获,那方面就有失落。

那次,我陪着一位富翁吃饭,席间,他大发感慨。在他眼里,忙忙碌碌中,能和家人一块吃饭,多么快乐;形形色色的应酬中,少喝点酒,真的庆幸;陪着孩子外出旅游,彻底放松,多么惬意。

“人在江湖,身不由己”,听着别人的高见,我发现自己竟然“身在福中不知福”。每天,都能和家人共同进餐;即使囊中羞涩,钱基本上还够花;偶尔喝点酒吧,那种辣嗓子味道,确实不敢恭维。

很多时候,总觉得自己很痛苦,和所谓成功人士相比,总觉遥不可及。

那天,我在阳台上浇花,女儿发现新



春天里的一捧绿

□刘爱秋

同事艳丽问我,单位西墙外,紧挨着的就是她家的菜地,趁休息时间想不想去看看?好啊,我最喜欢的就是去田野里撒欢儿。

走出单位大门左转,有一条小路,步行约三分钟,眼前呈现出一幅绿毯。绿油油的麦苗一垄垄,整齐得就像阅兵仪仗队。随着春风吹到脸上的那份温柔,我感受到了大自然的唯美。麦苗热情很高,齐刷刷地欢呼着我们的到来,路边的野花竞相开放,虽然没有挤进花盆,没有走进花园,但是它们一点也不逊色,同样装扮着大自然的春天。

远处有几棵柳树,嫩嫩的柳

枝随风翩翩起舞。

艳丽家的菜地大约有二分,种满了菠菜,颗大叶肥,长得那叫一个好!

艳丽说:这是我家的纯绿色无污染蔬菜。你随便薅,喜欢哪颗就薅哪颗。艳丽的慷慨大度令我想大大出手,准备薅一大袋子菠菜。可是,一地绿莹莹的菠菜,长得那么喜人,一颗也不舍得拔。感觉拔掉哪一颗,就会破坏了这幅美丽的图画。

我就在菜地边上拔了几颗,正准备往回走,忽然发现菜地不远处有一干涸的池塘,里面全是

芦苇。一朵朵芦苇花犹如美丽的少女,巧笑倩兮,美目盼兮,随风翩翩起舞。我情不自禁地向池塘走去。

可我刚走到池塘旁边,忽然从芦苇丛里飞出一只色彩鲜丽的长尾雉鸟。它的羽毛颜色非常漂亮,当我拿出手机准备拍下来时,它已飞远了。

我和艳丽感到好奇,枯黄的芦苇荡能让这么美丽的鸟儿在这里安家落户,多么的诗情画意啊!我们准备去看看它的巢在哪里。当我们深一脚浅一脚地快走

到池塘中间时,又飞出一只长尾雉鸟,如同上一只一样羽色绚丽。我们不敢再往里走了,也不舍得再往里走了。好奇,惊动一对情侣,我们不忍再去打扰它们的那份宁静和暖意。

返回单位时,艳丽说:你看我们,没薅多少菜,倒是踩了两脚泥。我笑着说:多亏了这两脚泥,让我欣赏到春光焕发的季节,大自然会有如此的美丽。而且,我还带回来春天里的一捧绿!



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、趣味性和本土特色。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

请本版图片作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。

生命在于运动

□马永旺

喜欢运动,是从初二暑假开始的。

记得当时看了两部影碟——《真实的谎言》和《猛龙过江》,看后,我对两部电影里

男主角的扮演者施瓦辛格和李小龙心生崇拜,尤其当得知施瓦辛格是好几届世界健美冠军时,更是佩服得五体投地。

不久,在偶像的影响下,我用平时积攒的零花钱买了哑铃、握力棒、拉力器和跳绳,一有空就练几下。除了器械外,我还常常练习俯卧撑、跑步等。这样,到初三寒假时,我的肱二头肌和胸大肌已经有了些模样。

上高中后,受

齐达内影响,我又迷上了足球。虽然没有专业老师的指导,纯属踢着玩,但踢完球出一身臭汗的那种酣畅淋漓真是让人迷恋,打个不恰当的比喻,就像李清照的一句词,“沉醉不知归路”。每逢世界杯等重大赛事到来,我通常会熬几个通宵,看几场重要的赛事,虽说不是铁杆球迷,但这种习惯保持至今。

后来,将速度与力量完美结合的“闪电”博尔特又征服了我……其实,之前我对百米的热情及百米成绩一直还可以,只不过在博尔特的影响



下,我对速度更加痴迷了。

正因为对运动如此热爱,我的身材也一直保持得不错。

只是后来,膝关节因意外受了点伤,打乱了我的健身习惯。别说剧烈运动了,就连慢跑几百米这样的热身活动都成了奢侈,医生给我的建议是:静养。这导致我的体重从当初的72.5公斤一下子飙升

至82.5公斤。为了减掉这增加的10公斤,我差不多经历了一个“抗日战争”的时间,其间辛苦真是“罄竹难书”啊……

好在如今,我关节的伤已痊愈,又能和往日那样自由运动了。虽已人到中年,但在运动中,我总感觉自己还是少年!

这种感觉真好!

