

N 耐人寻味
airenxunwei

多给父母提供情绪价值

□张欣

我有个朋友对父母很孝顺,尤其父亲生病走了以后,他对母亲关心备至,唯独一条,就是阻止母亲重新组建家庭。他的理由就是觉得面子上过不去。我说,人都是越老越孤独,物质需求肉眼可见地下降,吃穿用度有心无力,碰到一个看着顺眼能说到一块的人不容易,在这个人生阶段,情绪价值非常重要。

其实,人老了,有些时候情绪价值反而会占据上风。我认识一个人,作为女儿她想把父母从农村接出来,吃住得好一点,但被父母断然拒绝,唯一的要求就是请女儿拉着全村人到镇上最好的馆子吃一顿。因为她家以前很穷。后来女儿如父母所愿,租了几辆大巴士,浩浩荡荡地拉着全村人痛快地吃一顿,父母和乡

亲都挺满意。这就是在给父母和乡亲们提供情绪价值。

有人说,我跟父母实在没啥可聊的,那你怎么跟单位领导或公司老总就能尬聊?其实说点外面的见闻、熟人的八卦也行,都能聊得津津有味。实在没话说,陪着坐一会儿也产生情绪价值。我有一个朋友,他对父母说你们必须健在,如果一走,那我们五兄妹肯定争家产,所以你们为了家庭的和睦也要有积极的生活态度。于是父母每天坚持走路,盘核桃、锻炼身体,以求延年益寿。其实他们五兄妹非常团结。有的人干脆对父母说,你们就是小型的中央银行,万一我们下岗了,破产了,你们的退休金就能救我们的命。这也是提供情绪价值。

我们常常抱怨父母总是被卖保健品的人骗,其实骗子提供的就是情绪价值,嘘寒问暖不厌其烦。反观我们呢,不仅很少体谅他们内心深处的寂寞,真的有事也选择三言两语打发了他们,与骗子的行为有着云泥之别。他们经过漫长一生走至暮年,难道会不知道骗子的伎俩?只能说老年人对于情绪价值的渴望超出了自己的想象。

我的朋友佟佟经常给父母安排活动,旅游啊,游玩啊,回乡省亲啊,聚餐啊,等等。有一次她爸要回老家一个远亲那里走亲戚,母亲感觉没必要。佟佟果断地放下手上的工作安排起来,亲自陪二老前往。她说她答应这件事的时候,父亲居然鞠躬致谢。当时我的眼泪就流下来了。

F 非常感受
eichangganshou

再坚持一会儿

□杨兵

几岁的时候,山高路远,七八里的土路,母亲不背我,坚持让我走。走了一段,我问母亲,还有多远?母亲说:“再坚持一会儿就到了!”我坚持走了一会儿,感觉还有很远的路。于是又问母亲路有多远,母亲又说:“再坚持一会儿就到了!”随着几次“再坚持一会儿”的安慰和鼓励,我蹚过水,爬过山,走着弯弯曲曲的小路,和母亲绕过荆棘、草

丛和灌木,终于到达山坡旁的一条大道,远远地看见炊烟和人家,此时我的心是格外的轻松,颇有“春风得意马蹄疾”的感觉。

后来我带着年少的儿子爬白云山、帽峰山,骑自行车到火炉山,还到过广州郊外不知名的山。最记得那次,沙石滚落了下来,儿子的手划伤了,有些大人就打退堂鼓了,但我鼓励他再坚持一会儿,再坚持一会儿。后来,我们翻越了一座又一座山,终于在山中间看到了火红火红

的映山红,一片片,开得多么灿烂。

曾经参加展会,眼看就要闭馆了,收效甚微,有的人早收档了,而我暗示自己再坚持一会儿,做那个最后走的人,终于我等来一群人,他们扫走了我摊上的货。后来加了微信,又陆续进了货。

再坚持一会儿,对孩子说,对自己说,也在最后的片刻,赢来了转机,带来了希望。

R 人生百味
renshengbaiwei

松弛感

□连恒

现代人需要松弛感。

不论是职场竞争还是居家生活,松弛感都是获得胜利感受幸福的不二法门。职场中快速的工作节奏与巨大的精神压力,需要松弛感来调养身心,就像拳击手比赛前不是要勤加训练,而是放松下来保持松弛感。唯有如此,才能最大限度地发挥出自身实力。居家生活更需要松弛感,因为家庭本就是休养生息的场所,如果总是剑拔弩张神经兮兮,必然身心俱疲一地狼藉。

松弛感源于何处?窃以为,一是源于自然,二是来自内心。

人本来就是天地自然的芸芸众生之一,但在俗世洪流中却常常将自己游离于大自然之外,只关注身边的小小天地,以至于生活变得越来越逼仄,松弛感自

然消失殆尽。因此,让身心融入大自然是找回松弛感的秘诀之一。身处自然之中,才会感悟到自身渺小,才能跳出狭隘,客观面对生活中的一切,才会让自己在松弛中变得成熟起来。

除了融入大自然,还要保持内心的强大平静包容。内心强大的人往往具有强大的包容力与抗压能力,很难被外界环境影响。此时,一颗平常心就是松弛感最大的源泉所在。

寻找快乐是人之共识,但寻找松弛感的人则比较少。事实上,松弛感是比快乐更加持久与深刻的大事,对一个人的影响也更为深远。

做个拥有松弛感的人吧。真诚简单,不必瞻前顾后,让生命回归本真;默默努力,不必强求豪夺,让生活顺其自然。

R 人生感悟
renshenggannwu

美好总是徐徐而至

□黄小平

我们时常怀揣着一种迫切的心情,渴望所有的事情都能一蹴而就,无须经历漫长的等待与不懈的努力。然而,现实却告诉我们,那些瞬间达成的目标,往往伴随着不可预知的后果。

大自然以其独有的方式,向我们展示了这一真谛。地震、海啸、雪崩等自然灾害,总是在人们毫无防备之时骤然降临,带来无法估量的损失与伤痛。同样,个

人的失误与意外也时常发生在眨眼之间,让人措手不及,深受其害。这些瞬间发生的事件,无一不在提醒我们,急于求成并非明智之举。

相比之下,美好的事物总是以一种温和而坚定的步伐缓缓而来。它们如同春风拂面,春雨润物,无声无息中滋养着万物。种子在泥土中慢慢萌芽,花苞在枝头上静静绽放,草色在春风里渐渐染绿。这一切,都在告诉我

们,美好的到来需要时间的沉淀与积累。

学会摒弃那些揠苗助长的念头,打消那些急于求成的想法。美好的事物,无论是事业的成功、爱情的甜蜜,还是内心的安宁与满足,都需要我们付出耐心、努力与坚持。

在这个充满变数的世界,让我们不急不躁,用一颗平和而坚定的心,去迎接每一个缓缓而来的美好瞬间。



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。