

□徐宏力

诗仙李白在《将进酒》中写道：“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。”那么，人生不得意时怎么办？如果没有金樽，只能用饭碗饮酒会如何？贵族快乐装饰性强，“高处不胜寒”是真体验；原生态的大众快乐最踏实。喝名酒担心有假货，包装越精美，广告越漂亮越让人怀疑成本没全用在酒浆里，为了忽悠消费者需要花很多钱，羊毛出在羊身上；村里的烧锅土酒最真纯，一下肚就知道是粮食做的，盛酒的家伙随便，喝着心里有底。对于平头百姓来说，实惠就高兴。

宋代文人范仲淹在《岳阳楼记》中说“不以物喜，不以己悲”。快乐不起来，也悲痛不下去，这是不是麻木不仁？当然不是，如果是，也是高级“麻木”。如果心术不正的人故意惹你不快，而你表情麻木、不生气，他会很生气的。修行到了高境界，平衡能力极强，轻易没有情绪波动，宠辱不惊，随遇而安，宁静致远。平常心即平常乐，常态愉悦在高贵的静穆中弥漫。

“只问耕耘不问收获”，这是聪明的幸福安排。总盯着收获会膨胀预期，希望有多大，失望就有多大。看准、闷住。看准了以后就剩下闷住了，不要再看，看也没用，一门心思地培育过程幸福，这是最要紧的功夫。有耕耘就一定有收获，不能没有天灾，也不能总有天灾。姜太公钓鱼，愿者上钩，总有愿者，没缘分上了钩也会脱钩的，何必殚精竭虑？沉入耕耘过程，进而沉醉其中，就有乐趣上门，这是收获前的大收获，过程幸福实为顺手便宜。结果是瞬间的，过程是长久的。我曾与著名国画家张朋有些接触，那是位想法很少的居士，只知道做手边的事，他有诗为证：“来时空手去空手，富贵荣华何时有。看破红尘万事休，及时行乐一壶酒。”张先生不是享乐主义者，他的“及时行乐”很简单——喝小酒、画自心，这就是生活的全部。也许正因为他注重眼前快乐，才有了远大成就。

快乐是得到的，更是找到的。你可以一脸苦相地活在世上，也可以面带微笑走完一生。前者赔了，后者赚了。“早餐才吃到一个鸡蛋。”“早餐都吃到一个鸡蛋”

了！”你比较一下两个句尾的标点符号，同样的享用可以有不同的心情。我们何不学会欣赏自己的生活？要使劲表扬自己哪怕一点点的成绩，给每一天快乐，给每一件事快乐，给每一个人快乐，别人也会给你快乐的。乐常者常乐，能发现生活中的细节美，是有高情调与大智慧的人，有资格做身边人的快乐领袖。

我在农村插队时，到处都是单纯的乐趣。夏天听着蛙鸣沉沉入梦，不希望秋天到来；秋天看到累累果实挂上枝头，不希望冬天到来；冬天围坐在热炕上烤火盆，不希望春天到来；春天呆坐在桃花树下想着桃子的甜美，傻傻地，不希望夏天到来。其实每季都很新鲜，四季如春则看不到变化风景，好还是不好？我没在昆明住过，住了也会说好的，旱季雨季各有千秋。

“卧”——硬在那里卧着，比硬座舒服。学会快乐的前提是学会不快乐。幸福是怎么来的？幸福是选择的结果，你不幸福，是因为你不想幸福。以郁闷心想欢喜事，也会生出忧虑。心灵是天堂，好事可以变成坏事，坏事可以变成没事；心灵是地狱，好事可以变成坏事，坏事可以变成恶事。

抱怨是现代时尚。有人一见雾霾就骂大街，其实他自家就有两台车，起初就没想过低碳生活。这个世界的毛病都是别人的，自己总吃亏，一副受难者的嘴脸。大学生的抱怨尤其多，迷茫与忧虑弥漫在校园文化中。有的学生说，我们怎么高兴得起来？找工作、还房贷，压力有多大呀？活生生地将未来烦恼也拉到现在“享用”。把本事练好了，工作还是问题吗？他担心的不是自己本事不大，而是工

碎碎念

外婆的电话

□崔立

外婆爱打电话。

每次母亲给外婆打电话，都要打很长时间。有几次，母亲都说了好几遍“就这样啊，我挂了啊”，外婆还在不厌其烦地说。母亲就挂不掉电话了，只好陪着外婆继续这么一直说啊说。

外婆住在乡下。母亲住在城里，帮我带孩子。

曾经，母亲也想把外婆接到城里来住。外公走得早，外婆一个人在乡下，也没个人照应，母亲不放心。但外婆不愿意，外婆说，我年纪都这么大了，就不折腾了，这城里我也住不惯，还是乡下好，神清气爽。外婆有母亲，还有大姨、小姨、小舅，一共四个子女，他们也都在城里。

最近几次打电话，母亲讲话都要特别大声，不然外婆听不见。有一次，母亲说一句，妈，你最近好吗？外婆没听见。母亲就提高声调又说了一次，外婆还是没听见。母亲就将自己的声音提到最高，门外楼上楼下的感应廊灯也被她的声音震亮了，外婆终于听见了。但接下来，外婆又听不见了。母亲不可能每句话都那么大声音啊！

母亲和小舅商量，估计是外婆的电话坏了，给她换个电话机吧。小舅做小生意，经常往来于城里与乡下之间。小舅说，好，我尽快办。可一周过去了，还是没给办。母亲只好找大姨、找小姨。母亲也想过找个休息日回乡下一趟。但那时我和老婆上班也忙，加班没规律，孩子和母亲又特别亲，母亲实在走不开。

半个月后，外婆的电话问题终于解决了。

那段时间，我单位搞了次免费旅游，可以带家人一起去。老婆忙，实在去不了。母亲从没出去走动过，我就带着母亲和孩子一起去了。去的是山上，与世隔绝一般，打个电话都很困难，一去就是好几天。就在那远离尘世的地方，我们享受了一段轻松自在的生活。

回到家后的那天晚上，母亲想起了什么，有点迫不及待地打通了外婆的电话。因为是换了新电话，母亲特意问，妈，你能听清楚我的声音吗？外婆说，能听清楚，你能听清楚我说话吗？母亲说，当然。外婆说，装了新电话机后，你是第一个给我打电话的。母亲愣了一下，想说什么，忽然眼圈就红了。

这事母亲后来和我说了。我听着，鼻子也酸酸的。我说，妈，这个双休日，我们带着孩子，一起去看看外婆吧。



乐常者常乐

我读博士的时候已经结婚生女，经济上很拮据，但是穷学生也会设计自己的快乐生活，现在回想起来依然不舍，但那情景已经一去不复返了。当时闲暇下来聚众打牌，我们自己制定了很残酷的游戏规则，输家要给对方买酸奶，只能看着对方喝，自己不能喝，嘴中还要念念有词，真好喝呀真好喝。如果没坏得绝顶聪明，是想不出这种高级惩治主意的。有一次我输了，送走了喝完酸奶的赢家，自己发狠买了两瓶，喝得着实快意，比他们多了一瓶，心里很高兴，虽然都是我花的钱。接下来的两天为了弥补亏空，到食堂只吃馒头不买菜，结果突然发现了面香，而且越嚼越出味道，往常一口馒头一口菜绝对没有这种单纯感觉，偏得的快乐可遇而不可求。当年放寒假乘火车回家，常常找不到座位，于是便用棉大衣一裹钻到座位底下枕着书包酣睡，喜称“硬

作不好。无论能力如何，房产是必需的，要做有产者，不如此好像就要露宿街头一样，这不是给自己添堵吗？我去美国见到的白领同学，工作这么多年也没买房，租住在公寓里生活也非常惬意。进入抱怨怪圈，一辈子都不快乐，会降低生活质量，如果质量原本就不高，状况会更差。

宋朝学者苏辙认为“天下之乐无穷，而以适意为悦”。快乐无限，对路子最好。每个人的快乐焦点不同，愉悦深度与浓度也因人而异，要寻找那些能够给自己带来透彻体验的健康快乐。晋代学者刘伶是酒仙，欣赏道家忘世情怀，他认为“无思无虑，其乐陶陶”。可能不是每个读书人都喜欢这种逍遥吧？我便觉得“有思无虑，其乐融融”，脑要动，心要静，这是儒道互补的天地修炼。

(本文作者为青岛大学教授，从事美学与国学研究)

恐慌还是从容

□孙文芳

因为得值日，中午你要我早叫你起床。我看着表，看着睡熟的你，犹豫了那么一下，五分钟就过去了。叫醒你一说时间你便不高兴：说好了一点十分的，你非等到十五分！然后飞快开门离去，连“再见”也没说。我一面担心你骑车过快（因为升初一，暑假才买山地车），一面抱怨自己好心办坏事，还想着如何修复你对我的信任，同时不由想起自己的“那时候”。

我的“那时候”，生活在乡下，一个家庭里一般是三四个孩子。大人一年四季都有忙不完的活计，基本无暇顾及孩子。虽然年幼，但在割麦、秋收等极度农忙时节，我最重要的事同样是下地干活——学校有相应的假期。交什么样的朋友——都是村庄里同宗同族，虽然年龄差不多，但有辈分在，也不能算“朋友”；发生什么样的冲突——只要不是打很厉害的架，出现流血事件；有什么小心思；受了什么小委屈……全是自己处理，无人过问。所以“那时候”的我和龙应台曾经的少年时光差不多，像田间地头常见的小花小草，经风历雨，自然生长。学习成绩，大人也会过问，但只是饭桌上的偶尔。而现在，作为家中唯一的儿子——借用一个不太合适的短句“物以稀为贵”——你得到我们全部的关注：不仅是吃穿用度，不仅是学习成绩，不仅是锻炼身体，想到小时候的眼泪、渴望、幻想……所以你的细微表情、细小心思，我都忍不住揣摩后再委婉和你交流——真的是费了很多心思的。和你同龄的孩子，不仅是各自家庭的中心，也是整个社会的关注点，因为你们是未来、是希望、是全部。我们怀着满腔的爱，却不一定表达到位——我能感觉到，和龙应台的儿子安德烈相似，你有时会厌倦，甚至想要逃避那过于充沛的爱。现在，你还小，我的话，你听不听得进去，总还是听着；我做事，你看不看得惯，总还

是受着。但是，等你大些，再大些以后，你会怎么做？我又该怎么做？

天下母亲的心是相通的吧，不然龙应台在《亲爱的安德烈》里也不会说“母亲对子女的爱是生死不渝的”给自己儿子听。但深情的“表白”之后，是迫不及待地询问：你到底有没有嗑药？

唉，这就是真正的母亲。虽然儿子只是一句玩笑，母亲却心惊肉跳，急切到不能自己地让儿子赶紧证实：妈，那是说着玩的，不当真。

冷静、理智、干练的“龙旋风”，面对离开四年已从少年长成为青年的儿子，感到了无法理解无法亲近的恐慌，但她毕竟还是能够从容面对的，并且还能积极想办法去改变：三年的通信，不仅增进了母子之间的感情，也增加了两个“成年人”之间的了解与信任。这让人不得不佩服。

然而你，我唯一的孩子，几年之后，虽然我们生活在一起，虽然我们没有东西文化差异，但是，思想观念、生活态度等等的不同，会不会在我们之间也产生一堵无形的墙？你会不会也是只“爱”那唠叨、啰嗦的妈妈却不能够打心底喜欢“她”？而我，自认为够开放够宽容，却能不能随着你的成长而成长？能不能真正接受“你的儿子不是你的儿子，他是一个完全独立于你的‘别人’”！

亲爱的孩子，我真的不敢保证，等你到了青春期，我能坦然接受彼此的改变。我不知道，有没有那么一个瞬间会恐慌？也不知道，最终能不能从容、智慧地面对成长的烦恼？

相较于你的反省、妥协，作为年长者，在共同成长的过程中，我觉得我应该付出更多、改变更多。无论多么担心、多么不喜欢，龙应台也只是在心里默念三遍“咒语”，而不让自己去拔安德烈嘴里的烟。这是我必须学习的母爱的克制。

当然，要学习的很多，但最重要的是尊重、理解、接受。我希望通过努力，最终能够以我们自己的方式，用两个成年人的姿态，从容进入彼此的生活、世界和心灵。