

心灵驿站

给心灵“卸妆”

毛海红

刚刚结束一段感情后,我的心情极度低落,把自己关在屋里,不吃不喝,浑浑噩噩地睡了三天,闭了眼的影子就在我眼前晃悠,过往的美好画面像放电影一样在我脑海中越来越清晰,挥之不去,忘却不了。

这种失恋的痛深深地折磨着我,无数次地回放我对我的背叛与伤害,曾经给自己一百个恨他的理由,来试图放下这段感情,无奈爱之深已无法割舍。父母看到我颓废的样子很担心,母亲一次次地跪在地上为我祈祷,父亲给我找来昔日要好的同学开导我,姐姐哥哥开车带我去海边散心,所有的这些都无法驱除失恋带给我的伤痛。

我性格内向,心里难受也没有可以倾诉的对象,这无形的压力使我陷入泥潭中不能自拔。这种波动情绪使我整夜整夜的失眠,白天精神倦怠,面色越来越难看,无论用多么贵重的化妆品也无法遮盖那糟糕的脸色。一周内我瘦了十斤。上班无精打采的,脾气也变得很坏,在公司里动辄就与人吵架,回到家里又无名地冲家人发脾气。渐渐地同事们都开始疏远我,开始有人说道三道四,说我是花瓶被人抛弃了,更有甚者说我精神有毛病,而且说得唾手可得,走在街上总是感觉身后都有人指指戳戳。工作搞得一塌糊涂,领导找我谈话,劝我休假好好调整心态。

我痛苦无奈,可又放不下这段情,走不出感情的泥潭。我终日这样沉沦,父亲终于沉不住气了,一巴掌打在我的脸上骂道:“没出息的东西!这点打击你就承受不起了,你自生自灭吧!”说着父亲丢给我一本书。

我含泪捡起地上这本书《人生不设限》,封面是一个外国半截人,出于好奇,我翻看了这本书,渐渐地我被书中这个半截人力克的精神所折服,他一生出生连四肢都没有,像个木桩子一样,吃饭做事全靠人帮忙,上学一直被别人嘲笑。但是他没有气馁,经历漫长挫折与黑暗后,他凭着乐观和勇气取得了两个本科学位!游泳冲浪踢足球样样全能,走过了34个国家,演讲1500余场,给人信心、希望、爱和勇气!我渐渐觉悟了,与力克相比,我这点痛根本不值得一提,于是我擦干眼泪,准备重新振作起来,迎接新生活。

此后的每天晚上,临睡前我都卸去妆容,面对自己清纯的真实面孔,做个深呼吸,冲个热水澡,闭上眼睛在沐浴中想象自己正徜徉在一条水波清澈见底的小河中,把白天的不快细细梳理,然后在哗哗地流水中冲洗除去,然后再带着这种轻松的心情在舒缓的音乐声中慢慢入睡。渐渐地我对生活充满了信心,心情好了,工作上也有了起色,半年后有个优秀的男孩子追求我,我们相处很融洽,我彻底从阴霾里走了出来,终于找到了新的感情归宿。

其实,凡尘俗世里,谁没有过烦恼挫折?谁的人生是一帆风顺?如果每天能像女人卸妆一样,给心灵也“卸个妆”,把当天的心情梳理一遍,过滤掉那些不开心的烦恼,不沉溺在以往的过错中,重新新的生活目标和信心,相信一定会排除“焦虑、如履薄冰”的不良心态,从而使身心得到放松和愉悦,拥有一个快乐的明天!



儿子让我戒烟

杨杰

晚饭时分,我一家三口坐在一起吃饭。我吃饭最快,吃饱饭之后,我点燃一支烟,抽了起来。刚抽几口,我就开始咳嗽起来了,我爱人一旁唠叨起来了。我儿子不慌不忙地跑到我的面前,把我口袋里的烟偷走了,之后藏了起来。趁我不注意时,又从我的嘴里抢走了那支香烟。他笑嘻嘻地说:“老爸,我看你烟瘾那么大,肺都被熏黑了,还得严重咳嗽的老人病,还不快点把烟戒了。”

他一抢走烟,马上就扔到垃圾桶里面去了。我想再抽一支烟,可是找了好久,怎么也找不到烟。我以为烟弄丢了,心里不是滋味。他和他妈妈却在旁边发笑,我知道这里有鬼。便说:“谁偷走我的烟,快点拿出来。”

“爸爸,烟是我拿走的,我替你保管,等你咳嗽病好了,我再把烟还给你。”

一家三口吃饱饭之后,我们手牵着手去公园玩了。趁儿子不注意,找了一个借口,说是去小便。之后偷偷溜到一家小商店买了一包香烟,之后躲在一个角落偷偷地抽了起来。忽然被他和他妈妈发现了,他马上跑了过来,一下子又把我的烟抢走了,之后藏了起来,说是给我保管。

我一脸无奈,又不好发火。其实,他今年8岁,看来也挺懂事的,舍不得骂他。

他为了让我戒烟,就想了一个办法。于是,我们父子俩就坐下来说好了一个约定。这一个约定是这样的:他的成绩考满分,我就戒烟。

他的学习成绩是我最为关心的事情,这一个办法好。他又趁热打铁马上和我拉了勾,说是谁违反了这一个约定,就不是一个好男人。

他学习进步快,后来几乎每一次都考一百分,我也只好戒烟了。烟瘾很大的我忽然不能抽烟了,那一种滋味真是不好受。每一时仿佛丢了魂似的,无奈之下,趁他不在的时候,偷偷地抽了起来,抽完之后,心里开始懊悔起来了。

我的咳嗽病又来了,他急了,他一脸无奈的样子说:“老爸,你已经戒烟了,怎么还有咳嗽的老人病呢?”

本版插图

涛涛

不知从什么时候,我才明白母亲的反语,如凡是家人喜爱的,她都不喜欢,只为让你们吃得开心安心。每次家人团聚,她是好菜不动筷子,给她夹菜,就躲闪,一个劲地说“不爱吃”,直到我们生气要倒掉菜,她才勉强接受。现在一想起这,我就心酸。

母亲节前夕,我打电话回家,母亲高兴地说:“回来就好,什么也别买啊,家里样样有。”先生抢话:“我们只给您带一只电饭煲回来,能煮粥呢。”母亲忙说:“不要买,我不需要啊!”先生灵机一动:“是单位发的,我们只有一只,这就给您带回来。”这下她答应了。

放下电话,我表扬先生临场发挥好。他说这招是跟学的,对付母亲只能撒点谎。坐在回家的长途车上,我开始对先生细数家珍:

第一次我外出闯荡,母亲往我箱子里塞这塞那的,还塞了一个小药瓶,我立刻把药瓶拿了回来,母亲却坚持放进去,说我没动拉肚子的药,这黄连素对我管用。我又拿了回来,生气道:“妈,这是我出门啊,带药不吉利!”母亲这才离开。那次我应聘在离省城十几公里的郊区的一家企业做文秘,附近只有一个卖牙膏香皂的小卖部。可我万万没想到一天早上,突然肚子痛腹泻不止,怎么办?附近没有药店,我十分后悔不该反对母亲的“坚持”。我开始翻箱倒柜找一个在省城工作的老乡的电话,她说过要来我这儿玩的,正好要她给我带药来。结果,老乡的名片没找到,我却发现了那个突然变得可爱了的药瓶,我忙打开,看到药片里夹着一张字条:复方黄连素片,一日3次、一次3片。我服下药,泪如泉涌,突然明

万家灯火 母爱如珍珠

刘丽华

近只有一个卖牙膏香皂的小卖部。可我万万没想到一天早上,突然肚子痛腹泻不止,怎么办?附近没有药店,我十分后悔不该反对母亲的“坚持”。我开始翻箱倒柜找一个在省城工作的老乡的电话,她说过要来我这儿玩的,正好要她给我带药来。结果,老乡的名片没找到,我却发现了那个突然变得可爱了的药瓶,我忙打开,看到药片里夹着一张字条:复方黄连素片,一日3次、一次3片。我服下药,泪如泉涌,突然明

万家灯火

白:母爱,就是无论你怎么拒绝,也拒绝不了的那一份爱。

记得最初学电脑打字,我每晚去一个培训班学习,必经一条漆黑的小巷。听说那里经常发生抢劫事件。因此,母亲每夜都会在小路口等我。一晚,我出门前告诉母亲,一位女生的外婆就住在我家前面那栋楼里,她以后每晚来外婆家睡,正好与我同路,要她以后不要去接我了。母亲点头。可是那晚,女生偏偏被一个电话招走了。我出教室时,下着毛毛雨,我顶着书一路小跑,可拐进小巷的那条街时,总感觉身后跟着一个人,我有意放慢脚步,想让他走前面,可那人反而停住了,东张西望的。我不敢走近小巷,准备找电话机向母亲“求救”。正在这时,我一抬头,看到巷口有一个人打着伞在徘徊。天哪,这不是我妈吗?我惊喜地大叫一声:“妈!”母亲平静地说:“我就知道你没那么怕的。”其实,她心里还藏着一句话:我就担心那女生不能与你同路。那一刻,我与母亲两字有了深刻的理解:母亲,就是世界上不用你等的那个人,她总是比你先到。

先生接话:是啊,母爱就是沉淀在岁月里的那些珍珠,数也数不完的。

人生感悟

走在时间的深情里

薛俊美

岁月经不起等待,时光犹如射出枪膛的子弹,一路呼啸着向前、向前。走在时间的深情里,葱茏了原野,苍郁了山林,山河璀璨成最壮丽的风景。有些事,有些人,会随着时间的流逝,渐渐淡去和消殒。走在时间的深情里,人会逐渐粗壮大一棵顶天立地的大树,迎着阳光绽放吐蕊。

世间最浪费不起的,就是时间了。子曰:逝者如斯夫!在时间和岁月的面前,王子与庶民是同样的待遇,一秒就是一秒,不会有两个滴答;当岁月的刻刀在额头刻下深深的纹理时,你有我有她也有。有时,时间是随我们狂歌的歌声缭绕

层;时间,永远走着亘古不变的路,太阳却是崭新、鲜活的,每天都带给人们不一样的活力和动感。于是,迈向红尘的脚步就增添了分寸和跃动,追寻美好的路上斗志昂扬。

有些人,随着时间的流逝,变成河床淤积的泥沙,缺失了阳光和朝气;有些人,跟随时间的脚步,斗志昂扬奔向美好的未来,带来了青春和活力;有些人,追寻着时间点点滴滴的痕迹,一路拾拾着亮丽和娇媚。岁月经不起等待,时间就是尘世最无情的敌人。当成熟代替了幼稚,当睿智代替了浅薄,当圆滑代替了纯洁,该舍弃的就剔除,该拥有的就静享。走在时间的深情里,相亲相爱,知冷知暖,有爱的人不怕寒。一个人的相思很美,两个人的恋爱曼妙,三口之家的亲情是最美丽的一幅画……于是,生活就变成枝头傲立的那一朵最好看的花。

花季雨季

少讲理,多讲爱

张翠红



我和老公是名副其实的“裸婚”,他靠兜里仅有的700块钱就把我骗到手了。

孰料,结婚才半年他就背着我给公婆寄钱。我生气他不告诉我,他却理直气壮:“孝顺父母有什么错?”我觉得他过分,那天晚上不做饭不吃菜,倒在床上,给他一个背影,冷战!他开始还满不在乎,后半夜就扛不住了。翻来覆去,在床上不住地折腾,不断起来喝水。我心口窝窝,就是不理他。第二天早上,他和我商量:“以后我给家里寄钱,告诉你,写你名字,不写我的,行不?”这话要我很舒服,心中立刻释然了许多。从那以后,我们给公婆寄钱写我名字,给我爸妈寄钱写他名字。这种智慧的做法,要我们赢得了双方老二的喜爱和欣赏。

老公是军人,生活习惯和行为习惯都很好。女儿会走路后,他要求女儿坐如钟,站如松,行如风。女儿三岁半,他就让她学穿衣服,整理自己的衣物被褥和学习用品。这些都接受,但毕竟还是小孩子,他一直用军人的标准,有时就太苛刻严厉了。

那年夏天,女儿在楼下玩耍,摔了一个大跟头,脖子接近下巴的地方划了一道口子,缝了三针。千幸万幸,没有破相。女儿只有5岁,很痛,不住地喊疼。老公不但不可怜,还厉声呵斥:“有那么疼吗?不许出声!”吓得女儿大气都不敢出。我受不住了,立刻和他翻脸:“怎么这样对孩子?才多大啊?”5岁了,不大了,坚强一点儿好不好?”他振振有词:“你以为是上战场啊,她是你女儿,不是你的士兵!”“孩子就不能娇惯?”我们争执不下,竟然惊动了楼上的同事。

事后,他仍不肯罢休:“我教育孩子,不管对错,孩子面前,你都不能出声,有意见,私下交流,否则我怎能孩子那里有威信呢?”本来自己很有道理的事情,因为处理方式不对,反而要他占理了。无奈,我只好认错。此后,无论谁教育孩子,对方有意见,都不会在孩子面前出声,而是事后讨论交流。这样,我们两个,在女儿面前都很有威信,她不会倚仗爸妈去制衡爸爸,也不敢倚仗爸爸约束妈妈。孩子乖巧,懂事,听话,虽也有缺点,但亲戚朋友人人爱,人见人夸,我和老公欣慰极了。

夫妻久了,锅碗瓢盆,鸡毛蒜皮,矛盾很多,有些事可以分对错,讲原则,很多事却不是那么界限分明,可以说清孰对孰错了。每到夏天,吃饭的时候,我都习惯做一道凉拌苦瓜,除邪、解暑,清火消暑。味苦,女儿不喜欢,嘟囔着,筷子都不动一下。老公看着生气,强迫她去吃。为她这口气,公说公理,婆说婆理,弄得两人都很不愉快。后来我转念一想:他是为女儿好,爱女儿才这么做,也没什么不对。现在,这种情况,我总是睁一只眼,闭一只眼,稀里糊涂,只要他们父女矛盾不激化,我就不干涉。老公一周才能回家一次。有时外出训练,一走就是两三个月。我一个人在家带孩子,很是辛苦。家里买了电脑之后,他每次回来,都会端坐电脑前几个小时。开始我心里很不平衡,觉得他应多帮我做一些家务。吵过一次之后,我觉得他也很不容易,在外辛勤苦干,经常看不见电视电脑,回来享享清福,也是应该的。再说,家务他帮我做了不少。从此,俺家电脑,周末他个人专属啦。

现在我们的婚姻已经安然度过七年之痒,矛盾越来越少,感情却越来越深。

家不是讲理的地方,是讲爱的地方。夫妻吵架之后,除去原则性问题必须明确是非,其余完全不必大做文章,少讲理,多讲爱,会更好。

“我听——不——见!”雷励行不满足无精打采的回答,向新人们大吼。

“明——白!”新人们大喊。

雷励行继续点评:“商场如战场,战场是什么地方?合理合法杀人的地方,不是你就死是我活。生存是唯一法则,其他都是狗屁。我们不能墨守成规,也没有等死的资格,我们必须打破一切常规。”

拼劲、想办法、团队合作、打破常规,雷励行随便便总结出四个道理,新人从心里认同,掌声更加热烈。雷励行返回土包,双手后背,脸色由热转冷:“可是,有句谚语的话,今天你们谁都不知道死在哪里。”

周日,下午五点二十分,一声哨响,拓展训练结束。

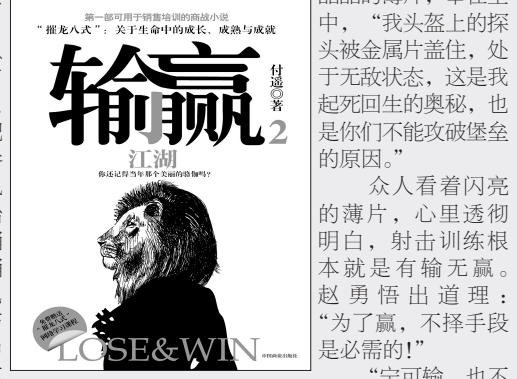
雷励行摘下帽子,露出面孔,从迷彩服口袋里掏出粗大的雪茄,在垒至石块旁,埋首将其修剪平整,右手用火长的火柴在垒石上划出火焰。火星闪亮片刻,他悠悠吐出青烟,大步超越垂头丧气的新人们,登上指挥棚顶的土包,等候学员聚集。

雷励行上任以来,在北京、上海、广州、沈阳、西安、成都、武汉大规模招聘,把他们召集到北京,参加魔鬼训练,亲自执掌教鞭。捷科的创始人沃森极为重视销售,开设学校训练销售团队,持续至今已经有五十多年的历史。捷科发现,面试中千挑万选,仍然有不适合做销售的“漏网之鱼”,便在新员工培训中通过考核保持一定的淘汰率,压力极大。这就是赫赫有名的魔鬼训练。

夕阳在群山间快速下沉,大地此刻遍地金黄。参加拓展训练的新员工们聚集在指挥棚旁。浑身湿透的周锐冲进队列,凑到雷励行身边,魔鬼训练按照区域分组,他们自然聚在一起。

“五组进攻,全部阵亡。”雷励行脸上没有喜怒哀乐,声音不带抑扬顿挫。

“你们将踏上更加诡谲的商场。永不弃言,绝不松懈,不能阴沟里翻船。不要在商场中学,哭都来不及!”雷励行吐出雪茄,用战靴碾成粉末。“你徒徒手来抢机关枪,好样的。”



他来到赵勇身边,拍拍肩膀以示鼓励。“遇到困难停下来,是蠢种;见到火坑硬往里跳,是傻子。你不是蠢种也不傻,左右两翼都被机关枪封住,从河里钻出来中央开花。商场亦然,不当蠢种,也不能送死,要动脑子,明白吗?”

“明白。”新人们稀稀拉拉地回答。

“你们就要进入残酷、诡谲、无情,却充满诱惑和利益的商场,将要面对几百万、几千万甚至几亿的订单,进入天堂还是堕入地狱?只有你自己能够主宰。我奉劝你们,不要玩火自焚!”雷励行的目光与每个人接触,直到他们都低下头来,才大声问道:“明白这个道理吗?”

周锐不避不让:“输了可以再来,作弊就会掉下万丈深渊,死无葬身之地!”

“你们就要进入残酷、诡谲、无情,却充满诱惑和利益的商场,将要面对几百万、几千万甚至几亿的订单,进入天堂还是堕入地狱?只有你自己能够主宰。我奉劝你们,不要玩火自焚!”雷励行的目光与每个人接触,直到他们都低下头来,才大声问道:“明白这个道理吗?”

连载

经过一座小车站时,客人突然对司机说:“能不能帮我买份晚报来?”

那是福冈发行的报纸。客人在摇晃的车厢中专心看报纸。

客人为了看报纸,戴上了老花镜。他看着看着,突然,其中一篇简短的报道吸引了他的注意:

九州大学召开的医学会议聚集了东京、京都等全国各地的优秀学者,接连数日展开激烈的学术讨论。今日的演讲者与演讲题目如下:

白血病的病理组织学观察工大学芦村亮一博士

客人朝窗外望去,脸上带着前所未有的心荡神驰的表情。

亡灵出现

今天的会议已经结束了,芦村亮一回到旅店后,收到一封信条:

致芦村亮一:

明天中午十一时,在东公园的龟山上皇铜像前恭候光临。如果您公务繁忙没有时间,在下也不强求。在下将等候到十二点。

山口

接线台的字条就是这么写的。

芦村亮一烟雾水。

他从房间里给接线台打了个电话。

“那电话的确是找我的吗?他就只说自己姓山口吗?”

“是的,他说一提这个,您就知道他是谁了。”

芦村亮一抽了根烟,表情布满阴霾。脑海中的想法渐渐形成,可他的眼神中满是不确定的茫然。

十一点整,芦村亮一坐车来到了东公园,朝小高台上的铜像走去。

本来他今天也要出席会议,但他托同事帮他请了个假。他觉得,一旦错失这个机会,他定会终身遗憾。

他找了张长椅坐下,掏出烟,眼睛则注视着下方的动静。

他的身后响起一阵脚步声。脚步声停在亮一的身旁。

来人戴着一顶近来很少见的鸭舌帽,立着外套的衣领。他的身材很高,站在长椅一头,和亮一有些距离。他并没有看着亮一,而是俯视着公园的景色。

来人喃喃地说了些什么,声音被风吹散。他正注视着公园,身姿就像哨兵一样端正。

芦村亮一像装了弹簧一样,从长椅上跳了起来。

“小亮。”

来人看着前方,唤着亮一的名

“果然是……”亮一倒吸一口冷气,“果然是您吗?”

来人还是保持着原来的姿势,视线依旧朝着公园。

“是我……好久不见了。”

他的声音很沙哑。然而,却像是亮一似曾相识的声音。他已经将近二十年没有听过这个声音了,真是令人怀念。

“舅舅。”亮一已经多年没有开口叫过这个称呼了,他的声音都在颤抖,“舅舅……”

亮一语塞了。他浑身颤抖,指尖都没了知觉。

来人从外套口袋里从容地掏出一根烟,用打火机点了火。

亮一都快透不过气了。

“舅舅,我看到字条时就有一种预感……”

“久美子没有发现吧?”

提到“久美子”这三个字的时侯,他的语调就变了。

“没有。除了我,只有将信将疑。”

“是吗……节子还好吗?”

“很好……舅舅,舅舅也很好。”

“我知道。我亲眼见到的。”

“哎?在哪儿?”

“一次是在歌舞伎座。久美子也在。真是女大十八

变啊……简直跟做梦一样。我离开日本的时候,她还上幼儿园呢……背着个小书包,上面还画着红色的小兔子。”

亮一望野上登一郎的侧脸。当时,报上白纸黑字登出了他客死异乡的消息。那一字一句,亮一记忆犹新。

而那个“亡者”,正坐在自己面前。

“可是,为什么会让您在此?”

“我”这个人您就在这。但这个世界上并没有“野上登一郎”。他已经死了。日本政府已经公布了他的死讯。”

“我实在不明白这究竟是怎么回事。”亮一说道,“您是自愿抹消了自己的日本国籍吗?”

“那是当然。”显一郎毫不犹豫地回答,“我把自己处理掉了。没有人强迫我。”

“可是这总得有个原因吧?您先是被宣告宣布死亡,然后又变成了其他国家的人,这究竟是出于什么动机?”

