

## 一笑万愁消

刘忠昌

人上了年纪,心里头装的事儿反而多了。儿女忙得脚不沾地,身体这儿那儿时不时闹点小毛病,过去那些陈芝麻烂谷子的事儿翻来覆去地想……有时候一个人坐在沙发上,电视开着,演的啥根本不知道。想找个人唠两句,翻开通讯录划拉半天,又把手机撂下了。就那么一个念头,能在心里转悠一整天,眉头皱得能夹死苍蝇,吃饭都不香。

可您知道吗?这世上有一味药,不花一分钱,不求任何人,人人都能用,什么时候都能用。这味药,就一个字:笑。

老话说得好:一笑万愁消。苏东坡,一辈子被贬了三回。头一回贬到黄州,穷得兜比脸还干净。换一般人早愁死了,人家倒好,下雨了别人撒腿就跑,他背着手慢慢溜达,嘴里还哼唱着歌:莫听穿林打叶声,何妨吟啸且徐行。后来被贬到海南岛,那年都60多了,愣是写信跟朋友吹牛:“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南

人。”就这么一个一辈子倒霉的人,活到65岁——在那个平均寿命不到40岁的年代,是高寿了。秘诀就是:再苦的日子,他也能咂摸出点甜味儿来。

白居易,晚年自号“乐天”。70岁写诗说:“随富随贫且欢乐,不开口笑是痴人。”有钱没钱都得乐呵,不笑的是傻瓜。他活到75,在唐代诗人中算长寿的。

陆游活了86岁,养生秘诀就一句诗:“一笑失百忧。”

笑,是最便宜、最好使的长寿药。全世界都是这个理儿。英国哲学家罗素活到98岁,有人问长寿秘诀,他说:“别为小事发愁——再说了,所有的事都是小事。”美国一位活了122岁的老太太说:“别把啥事都当事儿。笑一笑,日子就过去了。”从东到西,从古到今,凡是活得久的人,都在说同一个理儿:笑,是全天下通用的灵丹妙药。

老了,就得学会自己哄自己开心。第一招:多跟能让你笑的

人待在一块儿。那个爱讲笑话的老邻居,那个一见面就乐呵呵的老姐妹,那个能把平常日子过出花来的老战友——多跟他们凑一块儿。笑声这东西,跟感冒似的,会传染。第二招:少操那份闲心。儿女的事,你急也没用;孙辈的事,你管也管不过来。过了60岁,就得学会做减法。九个字就足够了——看得开,放得下,想得通。第三招:自己给自己找乐子。一盆花开了,一盘棋下赢了,一首老歌响起来,一个老伙计打来电话……这些不起眼的小事儿,都是让你嘴角往上翘的理由。

笑不是因为有好事儿才笑,而是笑了,好事才会来找你。不是因为开心才笑,是因为笑了才开心。人老了,心境比环境要紧得多。同样半杯水,有人叹气:“就剩半杯了。”有人一笑:“还有半杯呢!”

笑口常开,百病不来。一笑万愁消,把晚年过成响晴薄日的大晴天,心里亮堂堂,脸上笑盈盈,天天都是好天气、好日子。

姜晓伟

本职,埋头苦干回报组织。他的积极努力得到新单位认可,一本又一本荣誉证书接踵而至。每拿回一本荣誉证书,他都会语重心长地对我们说,责任更大了,担子更重了。

作为长子,父亲对我从小要求严格,每次和他单独相处,我都浑身难受、心生恐惧,只想赶快逃离。后来父亲不止一次满怀歉意地向我解释,我是大家庭第一个孩子,那时还没分家,不能娇惯我,免得让爷爷奶奶为难。早些年,我和父亲聚少离多,写信成了我们另一种交流方式。我收到信的落款常是“在红旗冷藏厂等待卸货中”“在中港等待装船中”,忙碌间隙的父亲,从未忘记远方的儿子。在父亲的荣誉证书里,还少了一本儿子该颁发给他的。

父亲是平凡的劳动者,他用平凡劳动书写不平凡事迹,那些鲜艳有形的荣誉证书便是最好见证。而他那些无形的荣誉证书,在我心中叠加成一座高高的丰碑,成为我宝贵的精神财富。

## “福满地”

孙秉伟

那是十多年前,每次回去探望母亲,总会看到她戴着一副老花镜,在忙碌着“飞针走线”。地上一个一个的毛线球,咖啡色、红色、浅绿色、黄色……都是用我们家的一些旧毛衣拆开后的缠成的。老母亲用毛衣针一针一线地仔细编织着。看那织物长长方方的,不像是毛衣,好像是一块小毯子。

这天,母亲打电话让我们兄弟姊妹回趟家。回家后,母亲笑呵呵地招呼我们说,我编了七块小地毯,你们兄弟姊妹每家一块。就放在你们家一进大门的地方。我取了个名字,就叫“福满地”。我还给你们写了一首顺口溜,放在袋子里,就作为老娘送给你们各家的礼物吧。我们相互看看,笑着鼓起掌来。几个妹妹还动情地和母亲拥抱着。

我取出小地毯端详着,只见小地毯整体是咖啡底色的长方形,四周是用浅绿色的小菱形图案连在一块。中间还织了一个红色的心形图案,里面有一个黄色的大福字。五颜六色,煞是好看。我展开那张母亲亲笔写的纸笺,读着读着,眼睛不由地湿润了。母亲的顺口溜是《福满地——给我的儿女们》:“彩色绒线细梳理,千针万线织一体。织成七彩福满地,送给儿女表心意。出门踏上福满地,一路平安好消息。来家踏上福满地,老少安乐乐有福气。全家都踏福满地,子孙后代有出息。宽厚待人多行善,薪火世代传下去。”

我把小地毯郑重地铺在一进门的地上,牵着老伴的手一起站到“福满地”上,感到一股暖流从脚底升起,直通肺腑,分外陶醉,分外温馨。

如今,母亲离开我们已多年。这块小地毯,一直被我们兄弟姊妹珍藏着。它让我们感受着浩荡的母恩,铭记着母亲的殷切嘱托和美好祝福。

## 父亲的荣誉证书

父亲离开我们快5年了。这5年里,思念如潮,我经常翻看父亲的遗物,其中翻看最多的便是他那些荣誉证书,摞起来足有一尺高。尽管岁月流转,这些证书依旧鲜艳如初,未曾褪色。

父亲工作的单位在青岛市广饶路,是省外贸公司的运输车队。上世纪八九十年代外贸繁荣时,这个车队在岛城赫赫有名。那时车以稀为贵,可这个车队却标配清一色的日本进口冷藏保温车。这些靓丽威武的保温车穿梭在红瓦绿树掩映、蜿蜒起伏的街道上,宛如一幅流动的耀眼风景。

父亲原工作单位在西吴家村,是一家近千人的企业。当时他已是供销科副科长,却突然做出一个让所有人震惊的决定——“辞官”去外贸车队当司机。这一决定首先遭到原单位坚决反对。厂党委书记找他谈话,称他是组织培养多年的干部,单位正需要他,想调走很难;而且干部当司机,调动不对等,不符合程序,司机属于工人岗位,调动需先免职,凭空

免掉一个干部,闻所未闻;再者接收单位也不愿意,不忍让干部当司机,接收单位会很为难,如此一来,调动难上加难。

我对父亲的调动十分不解,都说“人往高处走”,他却反其道而行。后来我才明白他的良苦用心。父亲兄妹七人,他是长子,最小的弟弟出生时爷爷已38岁,他和小弟相差20岁,几乎两代人。懂事的父亲从小就挑起家庭生活重担,随着爷爷奶奶年事渐高,他肩上的担子愈发沉重。为了更好地照顾家庭,替爷爷奶奶分忧,父亲不怕“八十一难”,毅然从干部降为司机。因为干部每年只有一次探亲假,而司机可借工作之便常回离青三百多里外的老家。在光明前途和家庭责任之间,父亲毫不犹豫选择了后者。他坦言,对小弟的关爱甚于我。长兄为父,在父亲的荣誉证书里,少了一本弟妹们颁发给他的。

最终,父亲还是如愿到了外贸车队,成为一名“干部司机”。此后,他以老党员的高度自律立足