

N 耐人寻味  
 airenxunwei

## 盘点你拥有的物品

□极简丹



当下定决心开始简单生活时,我在电脑上建了一个Excel表格,叫作“我所拥有的

每一件东西”。我把所有物品分为电子产品、衣服鞋子饰品、学习用品、生活用品、彩妆护肤品、厨房用品六大类。建表和分类是简单的,难的

是去做统计和整理。

据说,每个人一生大概拥有10000件东西,经常使用的只是其中的20%,其余80%都没有被好好利用。如果要统计10000件物品,可想而知是一个多么庞大的工程。若你不能找到正确的方法,在过程中产生愉悦感,就很容易中途放弃。

我的经验是“分区整理”。比如,6月统计卧室物品,7月统计厨房物品,8月统计客厅物品;你也可以按照物品属性进行统计,如6月统计彩妆护肤品,7月统计电子产品,8月统计学习用品……把大项目拆分为小项目,让行动可量化,自己也好下手,不会因为工程过于庞大而有畏难情绪。

在统计物品时,我发现自己居然有50支圆珠笔,其中13支都不出油;我买来的书有一

半是未拆封的;我以为丢了一条项链,居然在压箱底的一个收纳盒里被找到;我有5件风格一样的短裙;我以为自己缺少口红,却搜罗出12支口红;我还搜出4张地铁卡和5张储蓄卡……

通过盘点,你会发现自己的记忆力原来如此“不靠谱”,而统计本身也会把你的生活全貌毫无掩饰地呈现在你面前。

其次,要认识到盘点物品是一件愉悦的事,在统计过程中与物品对话,坦诚地面对自己曾经购买的东西,真正享受这个过程。比如,你可以翻出你要记录的某个物品问问自己:上一次用它是什么时候?下一次打算什么时候用?当时为什么会买下它?它在我这里是否实现了价值?我使用它时,是否感觉自在,能量充足?

这件物品是否会给我带来不好的回忆?这件物品我是否有一模一样的?同类型的物品我是否有一件就够了?如果我不需要,是否可以把它赠予其他有需要的人,让它在其他地方实现价值?

通常,在与物品对话后,它们会被我以不同的方式处理掉,或是赠予他人,或是转卖,或是直接扔进垃圾桶。在简单生活的一年里,我不再轻易购买一件物品,也不会轻易丢弃一件物品。精简后,我所有的物品目前共有300件,家里变得无比整洁,人生也轻盈了许多。

当你清楚地看到自己拥有物品的数量,你可能就会认真反思“买买买”这件事,思考是不是自己已经拥有了太多,进而思考如何先把已有的物品物尽其用。

R 人生百味  
 renshengbaiwei

## 莲子的苦心

□谢先莉

傍晚下班回来的路上,看到不少人在路边摆摊,有卖葱油饼的,有卖肉夹馍的,有卖青菜的……其中一人卖的是青青的莲蓬。它们几个一堆被整齐地摆在一张布上,一个个莲蓬如同一张张仰望的脸。那么多的莲子,在莲蓬的怀里,如同一只只眼睛盯着我,楚楚可怜。我的双脚立刻定住了,仿佛被莲蓬施了魔法。我蹲下来,近距离地与莲蓬对视。

我问摆摊的中年男人:“怎么卖?”

他答:“十元三个。”

他的声音是我熟悉的乡音,让我感觉亲切。

我又问:“这些莲子是哪里的呀?”

他说:“湖北洪湖。”我便二话不说,扫码付了十元,挑了三个莲蓬跟我回家。一路心情愉悦,仿佛带着三个儿时的伙伴回家。

这三个莲蓬如时光穿梭机,把我送到年少的岁月。恍惚间,我又回到了故乡。夏日炎炎的午后,村子里人们都在家中歇凉,我却躲在屋后的藕坑深处。家乡人种荷是为着冬天吃莲藕,并非为赏花,所以荷塘被家乡人称为“藕坑”。

我头顶如伞盖的荷叶,呼吸清幽馥郁的荷花香,站在齐腰深的水中,摘一个青青的莲蓬,把莲子从房子里取出来,剥掉表面的绿皮,露出晶莹剔透的莲子,丢进嘴里,牙齿轻咬,顿时清甜的滋味如蜜在唇舌间绽放。我如同饿牢里放出来的人,迅速地将一个莲蓬消灭,再去寻找另一个。

那时,泡在藕坑中的可不止我一个,我和另外几个小伙伴就像打游击战的小兵,为了避免大人的责骂,保持着严格的纪律,一言不发,在各自的水域里摘吃莲蓬。

小心翼翼的我们,不伤害一柄荷叶,不折一朵荷花,只为了它们多结莲蓬。躲在藕坑里吃饱的我们,纷纷上岸,一个个如同落汤鸡一样,穿着湿淋淋的衣服,跑到无人的禾场上去晒太阳。偶尔,见蚂蝗吸附在谁的腿上,女生就会尖叫出声,男生便用力扯下蚂蝗来,丢在地上。等我们的衣服晒干了,蚂蝗也让太阳晒死了。

那时的夏天,蝉们把田野当成了音乐厅,一天到晚地欢唱,在这高亢激越的歌声里,故乡的藕坑如同遥远的梦乡般优美迷人。那时光,缓慢而甜美,因了那似乎吃不完的莲蓬。

电话突然响了,把我从旧时光里拉回来。听了一个与莲蓬无关的电话,我开始剥开买回来的莲蓬,它们的外形和记忆中的莲蓬一样,但是,吃在嘴里,却没有一点

甜味,有的还苦,也没有汁水。我把莲蓬图发在同学群里,如同平静的湖面投下了石子,大家纷纷发言。

一人说:“只能尝一下,都老了,苦。”

另一人说:“想吃回老家,又嫩又甜。”

还有人说:“盘子大,扁一些的,又甜又嫩又多汁。”

最后,我们的讨论达成一致,那就是莲蓬离开故乡就不甜了。我由此想到一副对联:“莲子心中苦,梨儿腹内酸。”苦的就是莲子心。我将一个莲子一分两半,看到里面一粒微缩的荷叶胚胎,已是绿茵茵。

再娇嫩的莲蓬,离开“藕坑”到远方,它的心就由甜变苦;再稚嫩的人,离开家乡,也就学会了吃苦。

我慢慢地吃完三个莲蓬,仿佛咀嚼岁月的滋味。虽然不是从前的味道,但它们的一片苦心,是一味良药,可下火,可清心,提醒我要珍惜生活中的甜。



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。



R 人生感悟  
 renshengganwu

示弱

□杨兵

楼上有个邻居,

时常能从他们家传出吵架声,“咣当”玻璃破碎的声音传了出来,让人窒息压抑。小区的朋友说,他们两个工作都能干,就是都太强势,两个火药桶在一起容易点燃。一个家庭的幸福,夫妻要有一方主动示弱。

随着年龄的增长,越来越发觉示弱的重要性。

有人说,父母年龄越来越大,反而越来越像小孩,你得宠着他,惯着他,哄着他,和他们周旋,不能事事都讲理,一半清醒一半糊涂。他们训你的话你要乐呵呵地听着,看似不可理喻的事你要照办,给予他们地位与尊重,让他们开心快乐,主动向父母示弱不是软弱,恰恰是一种孝心,是自己强大的表现。

儿女长大了,不能像小时候那样呵斥打骂。面对青春孩子脾气大,暴躁,给父母脸色,有的锁门在屋,喊半天不应一声,作为父母更多的应该是“示弱”,和他们共情,设身处地走进他们内心,了解他们,找到

问题的突破口,打开他们心灵的窗户,平静地和孩子一起度过“青春期”。

“大家”汪曾祺,能写能画,在家经常做饭,烧一手好菜,三请五请让妻子吃菜。在家里谁都可以叫他“老头”,谁都可以对他的作品说三道四,在家“没大没小”,玩起来像个孩子。他尊重孩子们的个性,任其自然发展,对他们“放养式”教育,孩子的婚姻生活他也不干涉,在家里他没地位,在外却名声很大。正是他的示弱,营造了一个温馨幸福的家庭,示弱是与妻儿平视,平等对话,而不是高高在上。

一根很硬的棍子,容易折断,而一根硬中带柔的棍子弹性更好,耐力十足。生活、工作中太过强势并不是一件好事,夜郎自大、刚愎自用,只是外强中干。适当地示弱,能让家庭更和谐,解决问题更从容,可以磨砺自己,沉淀自己,升华自我,在示弱中可以找到自己差距,迎头赶上,到达一个新的境界和高度。真正的强者是让自己的才能和品格变得越来越优秀,向内求索。