

儿子的新年愿望

◇ 刘晓东

天完全黑下来的时候，儿子放学了。他和同学排着队，嘴里背着古诗，在老师的带领下走出校门。老师一声“解散”，他像小鸟似的张开双手，向我扑了过来。一天不见，儿子和我亲热得不得了。

我抓着儿子的小手，在一眼望不到头的车流中小心翼翼地走着。儿子突然抱住我的胳膊，示意我低下头。而我正观察着来来往往的车辆，准备带他过马路，便不耐烦地说了一句：“你要干什么，没看到这么多车吗？”

过了马路，我意识到儿子不说话

了，他低着头，背后的书包显得格外大。我拿过他的书包，蹲下身子，抬头看着他。儿子噘着嘴，眼角的泪珠在霓虹灯的映射下变换着颜色。我知道刚才说话的语气重了，急忙向他道歉：“爸爸刚才不应该那样说话，爸爸向你道歉。”儿子用袖子擦了擦眼泪，好久才说：“爸爸，你知道我刚才要说什么吗？”我摇了摇头。

儿子今年刚上一年级，对外面的事物充满了好奇，特别是校门口的小商贩卖的小食品、小玩具。儿子每次看到这些，都会缠着我或他妈妈买一些。现

在，我们家里还养着两只彩色的小鸡和几条观赏鱼。

与之前不同的是，这次，儿子绷着小脸，一副很认真的样子。我好奇地问：“你想说什么？”儿子望着我的眼睛，说：“爸爸，祝你新年快乐，健康长寿。”我一下子愣住了，笑着回道：“谢谢宝贝，也祝你新年快乐！”

突然，儿子哭了起来，我赶忙问他怎么回事。儿子哽咽地说：“可是我不想过新年！”“为什么不想过新年？等放了假，我们和妈妈、姐姐一起去买新年礼物，好不好？”我对儿子说。儿子点点

头，随后又摇摇头说：“我不要。同学都说，过了新年，我们都要长大一岁了。”我说：“对呀，你不是一直盼望着长大吗？”儿子扑进我的怀里，说：“我不要长大。我长大一岁，你和妈妈就会老一岁，我不想让你们变老！”

听了这话，我把儿子紧紧搂在怀里，全然不顾他的泪水和鼻涕弄脏了我的新毛衣。那一刻，整个世界都是安静的，只听得到儿子的心跳声。这是我听过最美妙的一句话了，也是最好的新年祝福。

我喜欢中医文化的博大精深，为此关注了几个关于养生的公众号。有一天，一位中医发了一段话：人的一切疾病都与情志过度相关。七情五志，喜伤心，怒伤肝，思伤脾，悲伤肺，恐伤肾，凡事过了就容易出问题。这话让我陷入了沉思。

我琢磨了一会儿。人真是这样吗？这位中医指的是一个人身上所有的疾病都与情志过度有关。那么，这个度在哪里？人的需求不一样，方向不一样。控制好情绪，有一个平稳的生活态度，就是善待身体。

我曾与一位中医聊天，他讲了一个故事：有个口苦的患者找到他医治，他不是直接给她拿药，而是先与她聊了一个小时，了解她的生活习惯，发现她嫌丈夫关心不够，嫌工作任务太重，嫌孩子调皮，满肚子都是抱怨。

大夫让她停下来，看看蓝天白云，遇事克制情绪，做到不埋怨、不抱怨，每天有一个良好的心态，过段时间，肝胆就会得到疏泄，即便不吃药，口苦也会自愈。

这位女士按照中医说的做了，她改变思路，心里通透了，肝胆得到疏泄，口苦的问题随之解决。

俗话说，天有阴晴，人有顺逆。面对不确定时，不要自我否定和怀疑，换一种生活方式，调理、缓解情志。

忙忙碌碌中，又到了新的一年。让我们以不变应万变，在2024年，用更多的热爱和宽慰，拥抱这个世界。

新的一年，让生活有滋有味

◇ 翠薇

余晖

鲍力摄

2024年，我们会越来越好

◇ 李晶

每年，我都要去北京和女儿一起跨年，这是我们俩约定好的。我们俩手牵手，在故宫、王府井商业街、什刹海，看人间烟火，品地道美食，细数前一年的喜悦，迎接下一年的美好。

今年，我们在天坛前回望过往。

2023年对女儿来说，是收获满满

的一年。她在国际会议上精彩发言，撰写的关于环保与能源问题的文章备受好评。她说，很高兴能做自己喜欢的事，为人类的未来发声，就算这声音可能会被淹没，但只要有人听到就有意义。

2023年对我来说，也是难忘的一年。这一年，我每天游泳、读书、写作、做美食，还去了东北，欣赏了长白山天池；去了山西，看了平遥古城；在北京邂逅了四季美景。

年迈的父亲还算

健康，可以开车去他想去的地方。最大的伤痛是弟弟突然离世，我在无限的思念里，一遍遍祝他在另一个世界里幸福安康。

向2023年道一声再见，我们满怀欣喜地迎接2024年。

女儿说，2024年，她要努力工作。2023年，全球气候一再向人们发出警示，她要通过自己的努力，呼吁大家从身边小事做起，绿色出行，低碳生活；她要在工作之余做志愿者，帮助那些需要帮助的人；她还想去加拿大滑雪，看看尼亚加拉大瀑布……她看着我，像一朵怒放的花儿一样笑着。

2024年，我要读更多的书，写更多的文章，去更多喜欢的地方，尝试更多新事物，比如蹦极、滑冰。

“我会越来越年轻的。”我说。

“我们都会越来越好的。”女儿说。

2024年，我们一定会越来越好。

2024