

多一点讲究,就多一点生活乐趣

阅读提示

将平凡生活过出一种高于柴米油盐酱醋茶的品相,将最平淡的日子过出美感和情趣来,把自己的日子过得既漂亮又有品质。



我喜欢把平淡的日子过出美感,把平凡的柴米油盐生活过成琴棋诗书茶花的品相,把自己一个人的小日子过得有声有色,有品质又漂亮。我的生活理念是,既然是生活,就不辜负当下,把每一天生活过得生鲜活现。用心过好每一天,这才是生活的真谛,这样的生活能给自己带来舒心快乐。每天睁开眼就是笑容灿烂,对生活充满信心和力量。

也有人将我的这种生活状态误认为是与物质联系在一起“精致生活”,觉得不仅要有钱还要有闲,有奢侈品,有山珍海味才能带来品质和精致。

其实我讲究的品质和精致生活方式是:生活仅仅多了一点点兴趣,多了一点点用心而已。工作再忙,家务活再多,日常生活状态的美感绝不能忙丢。因为,生活起居,一日三餐,每个人都日复一日地重复着,我也不例外地重复着每天的各种事务、每餐的饮食。我曾经也是不大会下厨,自从看到别人把美食当作艺术品一样精心烹饪,既开胃又营养丰富,味道鲜美,大快朵颐,才领悟到食是一种幸福,品味是一种情趣,美食是一种享受。从此,我开始喜

欢烹饪,虽然经常是对影成三人,却从不马虎应付填肚子,而是精心做各种美食,哪怕是普通的食材我也认真做,只有精心才会成为美味佳肴,把青菜烧出肉的味道,把盘中的青菜摆出花开般美感,把荤菜煮成美味佳肴,盘盘各有特色。每夹一筷都是色味俱佳,每一口都是香气扑鼻,美味绝伦,味道上乘。一个人静静地咀嚼,慢慢地回味,享受食物的温柔,让胃收纳食物的韵味,让餐桌散发着幸福生活的时光,奏出碗盘筷风景的交响曲。

梁实秋先生的名句:“美食者不必是饕餮客”——美食重在食物的质,而非量。

是啊,讲究生活品质,生活中能把自己的日子过得既漂亮又讲究有何不可呢?讲究生活质量指数,生活才有味道,也是生活的一种仪式感。生活需要发掘,需要用欣赏的方式表达,这样的日子过得舒心洒脱。一个人如情绪愉悦的状态下,人体各机能可以互相协调、平衡,身体也是自然健康长寿。所以,生活并不是一碗米饭、一盘熟菜填饱肚子就好。人间烟火需要色香味俱全,有美感的美味佳肴可以听到味蕾发出惊叫,无限享受美食的魅力,可以

进入我的五脏六腑,可以进入我的骨髓,探究美食的奇趣,享受生命,享受大自然产物成为盘中餐留香的惬意。

因此,我不会只管饱腹草草敷衍一日三餐的生活,把美好的三餐饮食变得十分乏味。但是,我的“精致生活”仅仅是生活中的一点讲究,居住环境基本是自己喜欢的物品和自己制作的创意摆件;穿衣讲究,并非是什么名牌,穿金戴银,浑身珠光宝气;吃喝讲究,并非是什么山珍海味,经常是自己种植的蔬菜,自己捕获的鱼虾。说白了就是现在流行的说法:将平凡生活过出一种高于柴米油盐酱醋茶的品相,将最平淡的日子过出美感和情趣来,把自己的日子过得既漂亮又有品质。而这种讲究也不需要大的成本和能耐,仅仅是把粗茶淡饭柴米油盐酱醋过成琴棋书画诗酒花,把普通的日子过得精彩,把日常生活过得温柔体贴,把将就的生活变换讲究方式。拥抱生活,爱自己,热爱他人,收获悠然自得的喜悦。享受美好的生活时光,这就是生活的最大乐趣。

(市区 潘美兰)

公益广告

大力实施城中村改造
加快建设美丽幸福新

丽水

