

散文 / 随笔

自拍的好处超乎你的想象

梭罗余萍

“有时候,我们改变不了我们周围的环境,可是我们却可以改变自己,改变自己看待周围环境的心态以及目光,到了那个时候,你会发现其实身边每一样事物看上去都是那么美好的。”

1986年女儿才2岁,我除了管理和妹妹合作的成衣公司外,还单独管理大家庭合股的水泥瓦厂,瓦厂设在郊外比较远的地方,小女放学回家跟随我上下班,工厂四面通风,空地很宽、很热,是我成功种植仙人掌的好地方,小女最喜欢玩泥沙,玩到晒黑了皮肤,甚至泥沙也带走了她的金戒子,我怕她累,不能休息,时时叫她在家,独自和佣人读书或在家自己做作业,高中毕业后,她出国留学,我家人本是不同意,怕她毕业后不回来,老了谁来



照顾我?我只希望留学会让她成为一个有独立思考、精通外语的人。后来她回来了,她回来就在外国公司打工,2010年她结婚生子随婆家离开了我……回想起来跟我在一起生活的时间太短暂了,其实这是一种亏损。

有时女儿回来和我们一起去超市用餐,用餐完毕,我和小玉喜欢进书店或

咖啡店,我们静静地看书、聊天,坐着耐心等待他们逛超市购物,逛完完毕与我们同车回家。后来我单身了,她回梭罗与我一起生活,有时候觉得我对她的脾气有点陌生,我一直以为孩子都是家长的镜子,自己的一言一行对孩子的影响非常重要,难道我的脾气就如她这般敏感暴躁吗?她对孩子的期望很高,

孩子的成绩都是在95份以上,她还觉得不够好,每次听她、看她大吼大叫的教学法,我真的控制不住自己,就跟她说了几句……但后来我还是选择忍,让她做她自己

吧,我也设法把心里的负面情绪倒干净。孩子长大了,她有她自己的想法与主张,只要我们心中都有爱,任何问题与矛盾是可以解决的……其实她也在变,变的体贴,变的善解人意,比如说,晚餐孙女想吃Spagety,女婿会劝孙女说,阿妈不爱吃Spagety,或者孙女指点想去某某餐馆用餐时,女儿也会说,轮椅上不去,孙女也很听话,大家处处为我着想。下雨天外卖轮椅进超市最为方便,吃罢饭他们就可以逛时装店等,女儿总把我轮椅直推在她们身边逛,最初一段时间,我觉得好累,好困。可不是吗,平时我们7时休息,现在10时晚上,他们还精神饱满地到处逛,孙女也挺活跃,边跑边推我轮椅,还高兴的哈哈大笑,超市空调很冷,我困的睁不开眼镜,闭上眼睛轮椅上小睡了。

一转眼2年半过去了,我适应了孩子们的饮食习惯与生活兴趣。每个人都应该学会丰盈自己的每一段

新生活,拥有属于自己独处取乐的方式,新生活让我找到了新的爱好——自拍。自拍能让自己十分重视自己的外表;自拍可以增加自信;自拍能够发现更好的自己的最佳心理治疗;自拍能让自己忘记烦恼,不信?试一试吧,一天拍一张自拍照。你会发现你更爱自己了。

在超市里孩子们忙着猎物时,我也在他们周围忙着自拍,体验新的乐趣。看到新鲜水果,就和水果拍,看到多样帽子就试着戴上,得意看着手机中“时尚漂亮”的自己,有点沾沾自喜,高兴地对自己笑了一笑,提高了自我认可度,就赶紧自拍,不然还没怕,孩子就把我推走了……正当我忙着把手机对准自己时,女婿与孙女跑过来与我合照,Wow!绝对精彩的自拍照!这是我今天最大的收获。孩子们游水时,我在水池边晒太阳、自拍,自寻乐趣,自我发展,自我认识,让自己更尊重自己。我的生活也就此发生了变化,身心得到放松充满了活力。让我们珍惜生命的每时每刻,给亲人朋友分享自己的快乐与爱。

