

## 幸福本该如此简单

吴映华

美东超市的有机小南瓜，小巧玲珑，黄肉翠衣，味道清香甜美。连皮切成小块后和黑糯米，小米，新鲜百合一起，在慢炖锅里煮咕嘟一夜，早上起来时，就会闻到一种可以称为“幸福”的香味在屋内弥漫。

幸福，就是全家人齐齐整整的在一起。

起初的爱情，要一点点地往里面加上柴米油盐，揉面一样和成一大团，开始是疙疙瘩瘩，粘手粘盆的，揉啊揉啊到后来变成了“三光”，然后还要用在温暖的地方醒上一段时间，才变成了“亲情”。亲情然后就是无所不能了，当亲情在某天变成一道对胃口的“黯然销魂饭”时，就是幸福开始流泪的时候。

起初的年少轻狂，游子情怀，执意要离开时，就象茫茫大海里的一叶扁舟，非需要到大洋彼岸才觉得幸福，还要用背影告诉父母：“不必追”。现在的幸福，就是下班回来，看到饭桌上摆着的不是汉堡披萨，而是父亲母亲煮好的你最爱吃的家乡菜，别人不懂的，他们都懂，白发人还要用微笑告诉你：“不必说。”

和美国人谈中国饮食，倍感无聊。“oh, I love Chinese food!”后面必然紧跟着一句“chicken and broccoli is my favorite.”对此我只能摇头，说也多余。

每个华人的肚子里，都有一个中国胃。每个华人的脑海里，都有一个厨房热乎劲的场景。每个华人的舌头的味蕾上，都有一个“口水引爆区”。每一个华人的心里，都有一个人的身影，这个人，曾为你洗手作羹汤，如今却无处寻觅。

所有的这些，想或不想，念或不念，它都在那里，有增无减。这也是一种幸福。

很小的时候，听爸爸讲故事。第一次知道“幸福”。

他说，有一个年轻人，家里很富有，但他却不幸福。他决定要出去寻找幸福。他长途跋涉，花光了路费，又饿又累，还是没有找到幸福。经过一个村庄，他想要点吃的。农民对他说，你要帮我干完农活后才行。他没有选择，只好顶着烈日和他们一起干活。流了很多汗，累极了。终于收工了，农民们坐在大树底下，给他一碗白粥。他一口气就把粥喝完了，树荫下风吹过，他长长舒了口气说：“真幸福啊！”（老父亲后来又将这个故事说给我的孩子们听。大概以后我也要讲给孙子听。）

幸福总是让你以为要苦苦追寻，它却就在你身边。越简单越幸福。所以，还有什么比三餐一宿更简单？

幸福是可以和乡愁一起打包的。幸福也是可以让母亲邮寄的，幸福也是可以为爱人边学边做的。很多年前，从不烧饭的女朋友小徐好奇我为什么那么喜欢烧饭，她的答案是“因为你是巨蟹座”。她是双鱼座的，所以只负责吃。

上个星期收到她的电子邮件，这家伙居然在上厨艺课，她说：“看着他们爱吃，真挺幸福的。”她的他们，是她丈夫和她两个女儿。

我希望能在这片异国的土地上，埋下一粒幸福的种子，好好耕种，直到幸福开花结果。

昨天情人节，我们家吃火锅。用五指毛桃和鸡肉，薏仁，生姜熬成清汤底（五指毛桃又称“南黄芪，补气清热不上火），各种肉丸，猪肉牛肉片，虾，鱼肉，豆腐，海带，白菜，蘑菇，蕃茄摆了一桌面。热气蒸腾，香味缭绕，孩子们大呼小叫，热闹极了。丈夫还高兴地喝了一点小酒。

餐桌上我问孩子们：“吃得高兴吗？幸福吗？”大儿子一直点头，而女儿马上放下筷子，绕到我的面前，用手环绕着我，抬起她美丽的小脸，满嘴喷饭地说：“谢谢妈咪，我好幸福啊。”丈夫也拍拍我的肩膀，说：“老婆，谢谢你啦。”老三正呀呀学语，也说：“老婆，谢谢你啦。”

我透过窗外看出去，寒冬的月光洒在院子露台的雪上，映着院子里影影绰绰的光秃树干子，不知是故乡还是他乡。再一回头，我的幸福还在这里。

以此文与我的所有朋友共勉。我们一起加油吧。

（吴映华医生为广东省人，在中国为内科急诊科医师，主创新州自然保健中心，位于

WOODBIDGE HILTON 大酒店内，目前为新州规模最大，环境设备一流之综合针灸保健诊所，同一楼层并附设保健 SPA。2010 年与纽约生和隆联合创办新州分店，宗旨为便民利民，她的医德医术，病人口碑相传。欢迎各位在生和隆的 open house 上向她就医药保健食疗方面咨询讨论。详情见。。。广告)