日日是好日

讓日子飛揚起來

文．攝影／陳幸蕙

星期天早上去超市購物，在巷口遇見蕎麥和他弟弟山竹。兄弟倆各抱著一顆籃球，說是要到附近的國小操場Enjoy happy time！

「就是去當灌籃高手啦！」山竹補充。

「哇，OMG！」蕎麥挖苦弟弟，「你什麼時候變成灌籃高手了？」

看兄弟檔你來我往，我忍不住問：「喂，暫停一下，什麼是OMG？」

山竹暖笑回答：「就是Oh My God啦！」

這國一男孩告訴我，他從小學五年級和哥哥愛上籃球後，就一直把這運動時間定義為Happy Time，但前陣子他和哥哥分別染上重感冒，兄弟倆悶了快一個月沒打球，今天是兩人身體復元後「重磅回歸」，再度「犀利登場」，所以超興奮！

蕎麥在旁搭腔：「上星期健康教育老師告訴我們一句西方名言：每個人都有兩個醫生，就是你的左腳和右腳。所以，今天打球除enjoy外，還要請這兩位醫生幫我們增強免疫力！」

「別忘了還有卡士達、黑豆和大根！」山竹補充。

「還有誰？」我問。

山竹說，是他們固定一起運動的球友。卡士達是「野獸派」，除了籃球，還喜歡跑步、游泳、騎自行車；黑豆和他同班，外表帥氣卻帶點迷糊的反差萌，被認為好欺負，常被捉弄。

山竹舉例：「有一次吃迴轉壽司，每次黑豆最愛的鮭魚手捲快轉到他面前，他表哥就故意先拿走，讓他很不舒服。那天他正氣噗噗，覺得超委曲，我約他出來打球，沒想到他一動起來，揮別小低潮，就欲罷不能！以後只要覺得自己很廢，或必須紓壓，他二話不說約我球場見！」

輪到蕎麥開口：「大根小學六年級時，家中經濟崩盤。他爸爸失業後到加油站當洗車工，媽媽每天撿垃圾做回收。」蕎麥說，大根在那一段很不OK的時期，有一天好奇偷看同學手機，事後很後悔，也鄭重道歉，仍被那同學罵到臭頭，還把他這黑歷史放到網上，讓他被推到風口浪尖，成為箭靶，弄得滿身傷。

「大根難過到懷疑人生，還好那段地獄期，教會的大哥帶他去打球，告訴他要學會抗壓，建立自己的修復系統！」蕎麥說，「大根每次打球都覺得像放飛自我，走出過去的陰影，充了滿格電，就這樣愛上籃球！」

「沒錯，放飛自我，放飛青春！」我認同的說，「讓日子飛揚起來！」

當他們轉身離去，我補充：「你們不只有兩個醫生，而是有四個，那就是你們的左腳、右腳和左手、右手！」抱著籃球，蕎麥和山竹同時笑起來。

看到陽光兄弟燦爛的陽光笑容，我的心情也跟著超陽光起來了！

▲享受打球的快樂時光，讓日子飛揚起來。

方向

避免爭論

文／何權峰

網上流傳一組對話，意味深長。

有人問：「大師，什麼是快樂的祕訣？」

大師說：「不要和愚者爭論。」

對方反駁：「說實話，我不覺得這樣就能讓人快樂。」

大師答：「是的，你說的對。」

跟智慧的人討論，我們能從中學習，增長才智；跟愚者爭論，除了惹一身的不快，不會有任何結果。

「愚者」不是歧視，而是彼此認知差異很大的爭論，形同雞同鴨講、對牛彈琴，是一種無益的損耗，此即莊子所謂「夏蟲不可語冰」、「井蛙不可語海」。

明知道爭論是無益的損耗，為什麼還要爭論？這便是智者和愚者的區別。

人最大的無知，恰恰是不知道自己無知。對於固執己見的人，即使你說的是對的，他也聽不進去。爭論只是為了講贏對方與證明自己的觀點，但結局就只能是你死我活，最後不歡而散。

「在爭論中獲勝的唯一方式，就是避免爭論。」你可以討論，但別去爭論；就算你是對的，也不用非得證明別人是錯的。

沒有一個人喜歡當輸家，當你證明自己是對的，覺得洋洋得意，但對方呢？他會不服，你等於否定了他的觀點和判斷，打擊他的自尊和自信，傷害了彼此的情誼，造成了可怕的對立。

回想一下，過去跟別人發生爭論後的情景：爭辯時，你的心情如何？雙方的感情有什麼變化？爭辯後，對方是否更認同你，喜歡你，還是相反？

答案顯而易見。

主編　王秀蘭　文藝版：edit5-1@mdnkids.com。歡迎成人投稿青少年適讀的散文、新詩，須原創，請勿抄襲。本刊得刪修來稿，並刊載於電子報。投稿三週內未通知，請自行處理。