看过这样一本书，书中有这样一个故事：30 多年前，日本的津端修一先生得到母亲赠予的一块 200 平方米的土地，身为建筑师的他，为了圆妻子多年的田园梦，在退休时，决定送给太太英子一个甜蜜的礼物，邀她一起返回农村，过上恬静的田园生活。津端修一带着英子远离都市的喧嚣，归隐乡间，用几十年时间悉心打理着自家的木屋和庭院，调配泥土，养花种蔬，研究食谱……

90 岁的津端修一，87 岁的英子，一间自建的杂院木屋，70 余种蔬菜，50 多种水果，耕种，收获，料理，馈赠，自给自足 30 多年，抱着对生活的热爱，把生活过成了想象中最美好的样子。他们夫妻俩在身体力行中向人们展示了一种优雅的生活方式，道出了几十年幸福婚姻的秘诀。

一对日本夫妻相爱一生的秘密

用时间等候最好的生活

津端修一先生夫妻懂得用时间等候泥土肥沃、生长出最好的蔬菜，尤其是对于土地，他们懂得用时间慢慢来经营。英子说：“这里是婆婆送给我们的土地，必须交给下一代，我们更珍惜这片土地，加进去更多的落叶，使泥土变得更松软更丰富。”对待婚姻也是一样。英子是酿酒坊主家的千金，说话直接，做事大大咧咧，经常丢三落四，津端修一从不试图去改变太太，他说：“她就是这样的人，我娶她的时候就知道。”

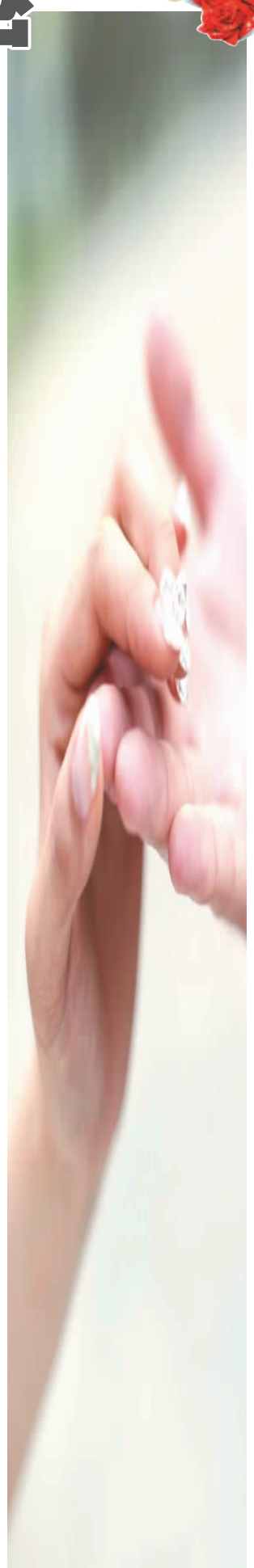
针对妻子丢三落四记不住东西的毛病，修一想了个办法：用留言板提醒。炉子旁边的小木板上写着：“正开着煤气呢，别忘了”。洗衣机旁竖一个小木牌，写着“正在洗衣服，别忘了”。甚至太太的菜园里，也到处都是丈夫的小木牌，写着这块种的是玉米，那块是白菜。夫妻生活几十年，难免会有想发火的时候，津端修一的办法是写小纸条给对方，避开正面交锋。修一解释说：“这是为彼此的私人空间准备的，夫妻之间没有自己的私人空间可不行。用小纸条，提意见的和被建议的都不会觉得别扭。”不好的话语，就等一等、想一想再说，小纸条的方式更容易让大家有一个情绪缓冲的空间。他们家里没有抱怨，因为他们掌握了懂得尊重对方、不改变彼此、独立又相互依偎的婚姻秘诀。所以，在日本他们被称为最甜蜜的老夫妇。

生活具有仪式感

除了写小木牌提醒，津端修一每天的生活都很有仪式感。他把庭院分成了 21 块菜地，院子里的水果蔬菜也都做了标示牌，酸橘、草莓、樱桃、芋头、大白萝卜……分别涂上颜色，认真写上寄语。英子喜欢明亮的颜色，他就把农具也漆成黄色，既方便辨识又充满活力。不干活的时候，他会坚持做记录，书房里满满一柜的文件夹，都是津端家的珍贵记忆。他还画小插画和朋友们书信来往，给孙女们做木屋模型，认真地记录每一天的食物和心情，他还给菜市场卖鱼的小伙子写信，鼓励他要好好经营。最暖心的是，他还专门给小鸟做了一个水盆，给那些来园子里小憩玩耍的小鸟们梳洗羽毛……而英子是个器物控，特别喜欢买漂亮的杯子盘子，每天精心准备饭菜，把饭菜放到精致的盘子里，感觉食物的味道都变得更诱人了。对于他俩来说，每天都是崭新的，每天都要很用心地过。

简单最好

津端修一年轻时，是日本住宅公团首席建筑师。在建设高藏寺新城的时候，他提出的与“自然共生”的方案被否决了。于是，在自家的土地上，他为妻子建了一所向往的理想家园。津端修一说，这栋木造建筑是以“简单最好”为理念，单间房屋有 32 张榻榻米，天花板是挑高的，感觉很开阔，让人感到轻松自在。夏天时，把吊床绑在梁柱上，可以让女儿或孙女舒舒服服地睡午觉。打开窗户，就会有随着四季变换的树林景色进入眼帘。房前是公园，看起来好像是连成一片的绿意。不论是刷漆，还是修剪树枝，津端修一都是尽可能自己来做。桌子上的竹编箩筐，屋外院子里幽深漆黑的大水缸、餐桌上方一盏温暖的灯……正是这些最平常、最简单的物件，点亮了两个人朴素舒适的日子。因为他们秉持这“简单最好”的生活理念，坚持自己的事情自己来做的“存活能力”，所以，一直拥有健康的身体和生活状态。



旧东西能让人放松心情

津端修一的房子整体设计不豪奢，但也不简陋，处处透露出主人高雅的品味和独特的审美。别看是两位退休的老人，却有很独特的品位与想法。那些家具，是他们花了将近 35 年的时间收集起来的。两夫妻的购物原则是一定要买自己喜欢的，而且质量要好。他们不随便购买家具，花了 35 年的岁月才慢慢收集齐餐具橱、五斗柜、衣橱等每一件家具，而且这些家具都是要留传给下一代，甚至下下一代的。英子认为旧东西能让人放松心情，而且继承上一代留下来的物品，非常幸福，就像受到了保护。津端修一说：“生活中有超过一百年历史的东西在身边，真是一件好事。”在家具中所积存凝聚的光阴，是一个家族可以世世代代流传的回忆和宝贝。

不光是家具，买食材的时候，英子也会去可靠的商店购买食物。好东西虽然价格贵一点，但却精致了生活，英子说：“我们没有很多钱，但是我们购买好东西，每次享用一点点”。因为每次用一点点，实际上，生活成本并未增加。

所有的生活都来自于厨房

“我爱你这样的话是说不出口的，还是想让他舒服开心就好了”，津端夫妻说不出具体的情话。但是一茶一饭，一点一滴，每天都在替他们向对方表白。对于英子来说，每一餐饭都是向对方和生活的感谢，因为有美食，所以生活充满了幸福和满足感。英子会花大量的时间去做料理，她说只要丈夫说好吃，她就很开心了。经历过二次大战的津端夫妇，感慨战争时期再多钱也没用，只有土地、食物才令人安心，他们并不追求富裕。菜园中一年四季种植的作物多达八十种。津端夫妇觉得他们的菜园，代表了厨房的延伸，在园子里播种，最后化为食粮。

在他们看来，“这样自给自足才是大自然的恩赐，是金钱买不到的幸福”。两位老人还经常自制一些食品，比如自制带皮果酱、柚饼子、酒槽腌菜，自种大麦泡大麦茶，决明子茶等等。他们还喜欢和别人一起分享丰收的喜悦，为每一位到访的客人精心准备餐食。每当迎来大丰收，他们会为女儿、外孙女和朋友们准备好一个个满载丰收果实的包裹。剥开生活平淡的外壳，他们所经历的岁月，时代浪潮拍打留下的痕迹，自我的爱好与坚守，都牢牢裹紧在一蔬一饭里。

“不管环境怎样恶劣都要认真生活”，优雅而睿智地老去，比只想健康地活久一点，更具魅力。好生活，不只是舒适安全，而是对于生活内容和身心安顿的满足感。在日本，像津端老夫妇这样好动、勇敢尝试的老人家是很普遍的。他们不是 70 岁才开始决定要过怎样的生活，而是一直以来就知道自己要什么，对生活保持热情，并且诉诸行动。预备好自己的老年生活，做个优雅而睿智地老去的人，不给子女添麻烦。不光是这一点值得我们思考，书中所表现的两个人的婚姻生活更让人赞叹。

其实最好的关系，不是接受和给予，不是束缚和羁绊，更不是牺牲和将就，而是像他们这样，彼此付出、欣赏，彼此成就。

马贝格