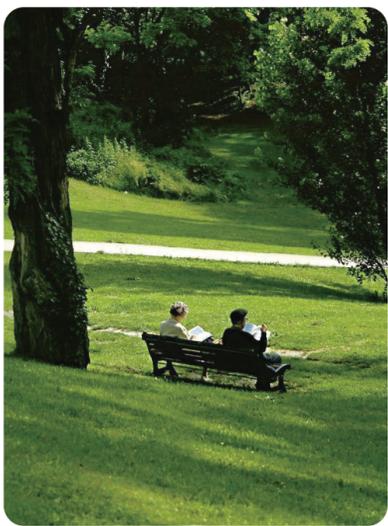


夏日风物长,万物平安在

○ 红豆



盛夏早上六点,霞光万道树影斜斜,洒在绿色廊道上,洒在往来人还有我身上,影子是身长的两倍,在斜阳里举手投足,影态可人,趣味满满。

慢走在林荫柏油路上,享受当下静时光的好状态,此时,公园被形形色色的人热闹着。健

身花样多,跑步的、跳绳的、踢毽子的、打太极的、练瑜伽的还有打羽毛球的,人有千面必有千态,世态人生丰富又充盈。自然美景最悦心,享受当下风物就去公园走走,收获不一样的心情。

树木高大粗壮挺拔,参天直立,像一名名站岗的哨兵,威武多姿。树影下匍匐着薄薄一层青苔,零零散散的几枚黄叶懒洋洋地躺在大地怀抱,青苔与黄叶鲜明映衬,树叶凋零地点缀着周边环境,离开树身享受大地母亲的怀抱,此刻的零落是它们安逸的归隐。树影里因它们是静美,是自成一体的静画,与周边相互辉映,静画入眼,安然,入心,自清凉。

萱草年年开,百看不厌,看一回爱一回,回回有收获。单一“萱”字就想到古人那些竖体诗画,流畅中自然挥洒,刚毅中不失隽永。与一朵花对视是身心享受,是内心向暖,向美升腾,无论半开还是全开抑或花骨朵,每一时期都有不同美感。以自由姿态示人,努力向着自己目标生长。

三五对坐的古稀老者,有的手里夹着香烟,白烟袅袅不疾不徐,像极了这个年龄的慢人生。有的手里托着收音机,有的还微微闭眼晃着脑袋似陶醉在自然曲中。突然被几声清脆的鸟鸣打破了“寂静”,我回过神,原来是树上鸟笼的主人,在树下,在石板上,静坐,听鸟鸣,享自在,度晚年。

跑起来带风,说是四季坚持不断的跑者;“海阔天空跑团”“致远跑吧”“天狼跑者”,他们经身边过一阵汗味风飘过,雄赳赳气昂昂,汗珠

成水流,汗湿大半后背,哪一个不付出会有收获呢?获得一个健康的体魄,是努力的热忱,是长久坚持不懈的灵魂。有人引领是最好的吸引力,那一刻很有感染力,跟在他们后方小跑片刻舒畅淋漓。

一方荷花池正开,碧绿婉婉,绿叶叠叠铺在水面,娇粉花朵亭亭直立,翘首思盼,等的是你,仿佛在一夜之间都开好了。“濯清涟而不妖,出淤泥而不染。”端庄的身姿似妙龄女子,花瓣桃红娇羞示人,怎么形容都不及眼睛看到的禅意美。

一只俏皮的绿色青蛙从荷叶里跳出来。嗨,老朋友,是我打扰你的宁静,还是你惊扰了我赏荷,蹲下身和它四目相对,将它细细打量,一双晶亮的大眼睛圆鼓鼓,身体中间被一道草绿色线条平分,左右两侧是褐色,如果它跳动都不知道它存在,和周边土层杂草神似,想伸手摸摸它,又怕它不拿我“当”友人,对视片刻,友好分别。

一把椅子是静物,静守流年,是路人歇脚的栖息地,因它存在增添了些许温情便利,静等歌脚人。等是美的结局,静是默许期盼,是互相坚守的诺言。我看到的不仅是一把椅子,还有往昔那些温情的画面,一个人是驻足歇脚,两个人是温暖相伴,三个人是欢乐,三代人是天伦。世间的美好啊,都在一物一景中尽现。椅子下长条青砖铺设的地面,砖缝里长出密密青苔阡陌有致,没有哪一方物是独立而行的个体,都是互相吸引,互相成就,互相取暖。

持下来就好了。”

其实“按自己的节奏奔跑”,这句话是一位老师教给我的,我曾经也有过这样拼命“追”别人的经历。

小时候我和同学青青一起在少年宫学书法。我俩学习成绩不相上下,到了书法班也互相较着劲,都希望自己的表现能得到老师更多的夸奖。有一次照例交作业,青青交了厚厚一沓,而我只交了老师留的四张。虽然老师并没有说什么,但我暗下决心,下次我的作业一定要超过青青。于是,接下来的周末我写完学校的作业后,哪儿也没去,写完了整整一包练习纸。

再上书法课时,我兴奋地拿出自己的作业,满心期待老师能投来赞许的目光。没想到看过我的作业老师的脸沉了下来,严厉地说:“怎么这么浮躁?”我心里委屈极了,心想我只是想更努力一点,这也有错吗?

下课以后,老师专门留下我,耐心地给我讲道理:“你练的是小篆,笔画的线条要稳,每一笔都要写到位,我给你留的作业不多,是为了让你每一个字都写精准,而不是多写字来填满纸。”见我情绪低落,老师又说:“孩子,你的特点是性格沉稳,也许进步的速度比别人慢一些,但是你一步一个脚印走得踏踏实实,这是你的优势你要学会利用。找准自己的节奏,一步步往前走,只要不放弃,最后肯定能取得好成绩的。”

那天老师说了很多,而我也终于明白,自己不应该只顾着和别人较劲,而应该把精力投入到自己的练习上,每天都和前一天的自己比。我踏踏实实练着,到了学期末,老师让我交一幅作品尝试参赛,竟然获得了区级奖。

如今过去很多年了,我依然保持着对书法的热爱,也依然记得那位老师的教导。无论是求学路还是人生路上,我一直记得不盲从、不攀比,找准目标,按自己的节奏前行,只要不放弃,一定会到达梦想的终点的。

正如泰戈尔说:“最好的事情总在不经意的时候出现,所以不急慌张赶路,按自己的节奏,步履不停地走过每个今天。”每个人都有适合自己的路要走,何不按照自己的节奏,踏实前行,让每一天都精彩无比。

时种在后花园的花,一盆一盆地来回搬。花开时,往卧室搬;花要谢时,他又搬到后花园,换另外一种开了的花,那些日子,他对她寸步不离,也呵护备至。也就是在那段时间,她才能静下心来,看着眼前一直嫌弃的男人。突然发现,他身上其实有许多的优点,只是自己之前一直视而不见。

当他把刚刚炖好的银耳粥端到她面前,用勺子舀起表面不那么烫的银耳粥,准备喂她的时候,她第一次轻声细语地对他说了一句“谢谢”。那一刻,他突然看到他的眼睛有些潮湿了。

当朋友给我讲起这段细节时,她感叹地说道:不承想,自己努力想要的幸福,其实一直在,只是自己从没有在意过。

突然明白,幸福于我们而言,不是没有,而是常常被忽视。

每一次翻山越岭,都是为了最好的遇见:遇见花开,遇见云涌,遇见朵朵阳光在脚步里绽放。

当车子爬上盘山公路时,我知道我已经坐过站了,本想告知司机,但转念一想,深山里不可能再有乘车点,天气这么热,又是正午,很难在路边遇到返程的车,不如随车到达终点站,看看山上的风光也挺好的。

这是一个与我所在的小镇相邻的一个镇,虽说是相邻,可听同事说过它地处偏远、交通不便,以至于我来这里工作了一年,也没去过这个镇子,若不是坐车坐过了站,我可能永远都不会知道它的样子,也不会体验这一次跨越云海的相遇。

车子在山上爬行了近一个小时,让我一度以为自己坐上的是旅游观光车。山上的风景,美不胜收。从高山上看云,云层如海浪般一层赶着一层,重叠,消散,再重叠,再消散,千变万化的云,把人带入一种缥缈的意境中。当我从山上俯瞰,视线畅通无阻,整个山城之景一览无余时,那种空旷豁达的心境无法言说,仿佛心灵获得了一种超脱世俗的寂静,让我不由得想起唐代诗人常建的诗句来,“山光悦

鸟性,潭影空人心”,用来形容我此刻的感受,真是恰到好处。

车从山上缓缓而下,几户人家,一片良田,绕村而成的溪水哗哗流淌,给人一种“柳暗花明又一村”的惊喜,“有良田、美池、桑竹之属”“阡陌交通、鸡犬相闻”,简直就是是一片世外桃源。车子行驶到村落尽头,靠边停下,一位老人下了车,我以为到达了终点站,也准备下车,司机说,“还要翻越一座山哩!”我安心坐下,车里只剩下我一个乘客了。司机专心开车,我专心欣赏车窗外的风景。车子一个急转弯过去,我探头看向外面,悬崖峭壁,直让人腿发软。司机驾车的本领实属高超,他说他每天的任务就是来回两趟,把赶集的村民送出去,又原路接回来。所以,已经轻车熟路了。司机亲切,一路上对每一个乘客都耐心又热情,村民们和他聊天,把他当成了朋友,甚至家人。

若不是坐过站,我又怎能遇到这淳朴的民风,怎能遇到这么美的风景?人生的际遇就是这么奇妙,曲径通幽处,柳暗花明里,常常给人意外之喜,让我们始终相信世界上任何事情都会有转机,相信命运的宽厚和美好。

人生处处是风景

○ 曼古乔

甚至家人。

若不是坐过站,我又怎能遇到这淳朴的民风,怎能遇到这么美的风景?人生的际遇就是这么奇妙,曲径通幽处,柳暗花明里,常常给人意外之喜,让我们始终相信世界上任何事情都会有转机,相信命运的宽厚和美好。

爱过的音乐唱过的歌

○ 刘玉新

近段日子,喜欢上了听音乐,而且几近痴了心似的。居家听,走路听,跳舞听,周末爬山还听,不知不觉里竟然哼会了好几首歌子。

蓦然回望,年轻的影子恰似就在昨天。

上世纪七十年代末,我在一所小学任教,学校不大,夹在两条溪流的洲坝上,背靠与五峰相连的大青山,当地人称界岭的一个地方。我在学校是最年轻的老师,学校的音乐课和文艺节目的排练自然就落在了我的肩上。我一边在两溪之间突兀的大石头上编剧本,一边在教室里、操场上教孩子们合唱歌曲。

没有音乐,我就用竹笛伴奏,让孩子们在课桌上用小手板打节奏。

就这样,我居然教会了学生识简谱。那些日子,每当笛声在小溪边响起的时候,孩子们就会支楞着耳朵围在我身边,趴在大大小小的石头上,眼里充满了羡慕与渴望,小嘴也跟着节奏小声哼唱。

一年后,我调到管理区当话务员。好像只是一夜之间,我迷上了二胡,整天琢磨着二胡的弓法、指法。话务员工作倒成了我的副业,新出的《泉水叮咚响》《军港之夜》《妹妹找哥泪花流》《绒花》,一首一首,成了最好的练习曲,拉得烂熟了自然也就唱了,以至于左手的手指和中指磨出了厚厚的一层茧子。

最让我幸运的是,遇到了两个爱好相投的人,两人的二胡拉得都比我好。我常背着线靶子找个查线的借口,翻山越岭,在甲那儿一待就是一宿半天,向他学《赛马》的弹拨技巧;也常跑到乙的寝室里模仿他的小提琴揉弦法。甲是从县城钻进山沟沟信用社当会计的。他的到来,给我们一班年轻人不仅带来了火箭牌皮鞋喇叭裤,更主要的是带

来了朝气带来了音乐。现在每每想起来,仍然浑身充满了力量。三年的时间,不长不短,但我的二胡我的歌却突飞猛进,有时连自己也会情不自禁地小小得意一下。

七弯八拐,后来又回到学校,一边教书,一边与孩子们乐呵,打球下棋拉二胡,忙得不亦乐乎,把个课余打发得满满当当。记得与好友丙常常相约在周末,互相切磋弓法指法,两个单身汉通宵达旦是家常便饭,任凭日出日落,我们自顾逍遥快乐。

我的寝室,物品简单,一床一桌一木箱而已,倒是活动的空间比较大,四围的板壁上挂满了毛笔抄写在白纸上的曲谱。《听松》《二泉映月》《江河水》《赛马》,应有尽有。

练习的时候,我们从来没有开头也没有结尾。随着椅子的转动,面向哪首曲子就拉哪首曲子。我常常为我的创意手舞足蹈,也给许多走进我寝室的乡亲一脸的惊讶。

现在想来,仍有些忍俊不禁,年轻真逗!那些蓬勃向上的日子,那些美妙的音乐,一直清晰地珍藏着在记忆的扉页中。

只是,怎么也不曾想到,五十年过去了,音乐的情愫依然如昨。不经意间,它又重新走进我的心头,走上我的案头,相伴我的生活。

我找出久违的二胡,把听会的歌试拉了一下,还是那个味道。那以后,每当傍晚,我的阳台上就会响起熟悉的旋律,优美的词曲潇洒地站立在我的琴头。拉累了,我也会亮开嗓门唱上几曲。

时代,给予了我们小康幸福,我们没有理由不喜欢音乐。我喜欢唱歌,喜欢踏着节奏,走在优美的旋律之中,哪怕是在别人跳广场舞的时候,站在旁边随意听听、轻轻哼唱,一样感到很满足。

父爱有声

○ 马亚伟



按自己的节奏奔跑

○ 屈梦媛

我印象中,父亲一直是个沉默寡言的人。小时候,我很怕和父亲说话。他威严冷峻,不苟言笑。大概是我叛逆期的时候,我几乎不和父亲说话,因为和他说话,常常会惹来他的呵斥。其实,我的心里也明白,父亲是爱我的,他会顶着烈日去学校给我送一只西瓜,会悄悄攒钱给我买电扇,还会在严冬到来之前给我买好最暖和的衣服……我想,天底下的父亲大概都是这样的,无言地爱着儿女,正所谓父爱无声。

不久前,我回老家。父亲见了,端详了一会儿说:“你这阵怎么瘦了?瘦得不轻呢!”我有些吃惊,父亲一向粗枝大叶,竟然发现我瘦了。仔细想想,最近的身体确实有些不舒服的感觉。吃饭的时候,父亲一个劲儿把肉菜夹到我碗里,说:“多吃点有营养的,别总想着什么减肥。”我笑笑,父亲人老了,变得唠叨起来了。

我刚回到城里,父亲的电话就来了,提醒我到医院查查去。一番体检下来,我发现自己的身体真的出了状况,严重贫血,心率还有些快。我怕父母担心,没敢告诉他们。谁知,父亲和母亲没打招呼就来城里看我了。父亲知道了我的身体状况,开始数落起我来:“整天嚷嚷着减肥,减肥,减出事来了吧。我跟你讲,人该吃饭了不吃,非生毛病不可!”我说:“没减肥。”父亲还是不依不饶:“没减肥?那就是累的。工作累了,该歇着就歇着,身体最重要。钱挣不完,活儿干不完,可身体累垮了可就惨了!”

我偷偷笑父亲,不知什么时候,他变得话这么多,比母亲还能唠叨呢。母亲告诉我,父亲一听说我心率快,立即就急了,因为父亲自己有冠心病,他听说病有遗传性,生怕我的心脏也有问题。我安慰父亲说:“我的心脏没问题,就是这段时间可能太累了,营养跟不上,才这样的。休息一阵就好了。”父亲还是很担忧的样子,嘱咐我,嘱咐我那。

我在家养病期间,父亲几乎每天一个电话,问我吃的什么,身体感觉怎么样了。有一次,父亲来了电话,我正忙着,有些不耐烦地说:“爸,我都多大的人了,不用您这么操心。”父亲却还是不停地唠叨:“不用操心身体还出状况?不好好歇着……”我没等他说完,就挂断了电话。

第二天,父亲和母亲竟然又来看我了。他们大包小包买的营养品,还有鸡蛋、蔬菜、排骨,一大堆东西。母亲说:“你爸呀,找了你在市里当医生的表叔,把你的病给他说了。你表叔还给你开了营养食谱,要好好补才行。”我忍不住又笑了:“这些所谓的营养食谱,网上有的是。再说,我也不是得的什么大病,根本不用这样大惊小怪。”父亲一听却急了:“病有什么大小,小病不当回事,就成了大病!”我说:“爸,您真是越来越唠叨了,都赶超我妈了。”

这么多年里,父亲的爱一直是默默的。直到现在,我才体会到父爱有声。是的,父爱有声,情到浓时爱有声。

闺蜜前几天发了条朋友圈,说下决心开始夜跑了。看日期已经有四五天了,我忍不住问她怎么样了,没想到她立刻大吐苦水。

那天她换上时尚又舒服的运动装,兴冲冲地来到体育馆的田径场,热身就开始跑了。没想到刚跑了不到半圈,就气喘吁吁,轻盈的步伐渐渐变得沉重。身边一个又一个超过她,甚至还有小朋友边跑边回头看她,像是在嘲笑。她面子上有点挂不住,一个大人还跑不过一个孩子,咬咬牙使劲往前一个冲刺,结果一个跟头把脚给崴了。

我忍不住笑她:“你跟一个孩子较什么劲呢?你时间长没锻炼,刚开始总要慢一些的嘛。”闺蜜说:“唉,就是看着自己那么努力也追不上别人,着急。”我说:“你是为了锻炼又不是赛跑,追别人干什么。按自己的节奏跑,坚持下来就好了。”

其实“按自己的节奏奔跑”,这句话是一位老师教给我的,我曾经也有过这样拼命“追”别人的经历。小时候我和同学青青一起在少年宫学书法。我俩学习成绩不相上下,到了书法班也互相较着劲,都希望自己的表现能得到老师更多的夸奖。有一次照例交作业,青青交了厚厚一沓,而我只交了老师留的四张。虽然老师并没有说什么,但我暗下决心,下次我的作业一定要超过青青。于是,接下来的周末我写完学校的作业后,哪儿也没去,写完了整整一包练习纸。

再上书法课时,我兴奋地拿出自己的作业,满心期待老师能投来赞许的目光。没想到看过我的作业老师的脸沉了下来,严厉地说:“怎么这么浮躁?”我心里委屈极了,心想我只是想更努力一点,这也有错吗?下课以后,老师专门留下我,耐心地给我讲道理:“你练的是小篆,笔画的线条要稳,每一笔都要写到位,我给你留的作业不多,是为了让你每一个字都写精准,而不是多写字来填满纸。”见我情绪低落,老师又说:“孩子,你的特点是性格沉稳,也许进步的速度比别人慢一些,但是你一步一个脚印走得踏踏实实,这是你的优势你要学会利用。找准自己的节奏,一步步往前走,只要不放弃,最后肯定能取得好成绩的。”

那天老师说了很多,而我也终于明白,自己不应该只顾着和别人较劲,而应该把精力投入到自己的练习上,每天都和前一天的自己比。我踏踏实实练着,到了学期末,老师让我交一幅作品尝试参赛,竟然获得了区级奖。如今过去很多年了,我依然保持着对书法的热爱,也依然记得那位老师的教导。无论是求学路还是人生路上,我一直记得不盲从、不攀比,找准目标,按自己的节奏前行,只要不放弃,一定会到达梦想的终点的。

正如泰戈尔说:“最好的事情总在不经意的时候出现,所以不急慌张赶路,按自己的节奏,步履不停地走过每个今天。”每个人都有适合自己的路要走,何不按照自己的节奏,踏实前行,让每一天都精彩无比。

时种在后花园的花,一盆一盆地来回搬。花开时,往卧室搬;花要谢时,他又搬到后花园,换另外一种开了的花,那些日子,他对她寸步不离,也呵护备至。也就是在那段时间,她才能静下心来,看着眼前一直嫌弃的男人。突然发现,他身上其实有许多的优点,只是自己之前一直视而不见。

被忽视的幸福

○ 刘英

那天,无意间看到这样一则小故事:有只小狗问自己的妈妈:“妈妈,幸福是什么?它在哪里呢?”狗妈妈说:“孩子,幸福就是你的尾巴。”于是,小狗每天都去追自己的尾巴,但它每次都失败了。

于是,有一天,小狗终于对它妈妈说:“为什么我这么努力,却仍然抓不住自己尾巴呢?”狗妈妈说:“孩子,有时候幸福并不需要你刻意地去追寻。你停下脚步,静下心来,发现其实幸福一直跟在你的身后。”

看到这个故事时,我不禁想到我的一个朋友。她是一家企业的高管,会打扮,人也漂亮。她爱人

虽然挣钱没有她多,但为人老实,待人真诚,对她也非常好。在我眼里,她就被幸福包围着的女人。

可是,每次跟她相处,她却总是抱怨她爱人的各种不是。比如:不够浪漫,节假日从来不给她送礼物。也不喜欢交际,总窝在家里种花或者给她炖一些无盐无味的东西……朋友有时还抱怨她爱人的妈妈,经常给她送一些乡里不值钱的土特产。

去年,朋友突然患了重病,她在重症监护室的那半个月里,爱天天去看她,给她擦身子,给她按摩全身。她难受睡不着时,他就给

她唱《摇篮曲》。

出院之后,朋友婆婆从老家给她带来了许多土鸡蛋和土鸡。隔三岔五地,还特意从自家地里摘一些新鲜的水果和蔬菜。说自家种的,没有打农药,吃了对身体好。

自从朋友生病住院后,医生建议她最好在家休养一年。不得已,朋友辞职在家养病。因为长期吃激素药,朋友全身浮肿,身材也变形走样。为此,朋友每天情绪十分低落。

她当初一直抱怨的爱人,却每天变着花样给她煮各种好吃的。为了让她每天有个好心情,他把平

