

品茗静思

变老路上快乐行

◎杨舟平

岁月不居，时节如流。兔年的到来，对每个人来说年龄又增长了一岁，对于初老的我来讲，在变老的路上又走近了一步，不免心生诸多感慨。

一天天，一年年，活着，活着，不知不觉就老了，有时连自己也感叹，自己还很年轻啊，怎么就五十多岁了！前半生已过，后半生怎么活？我觉得有句话特别在理：“少活天真，老活德行。”总得活出一点样子才好，得有点长者风范，这样，大家才会更尊重你。人生不管哪个年龄段，依然对自己有要求，有生活小目标，依然要觉得自己在发光，这就是最好的时光。所以，不要怕生命又老了一岁。

活在当下，是安心睡觉的最简单方法。所以，吃饭的时候要专心吃饭，喝茶的时候要专心喝茶，真正到喝茶的这一刻，你会发现茶汤真的好喝，因为这一刻，你已融入了当下。活在当下最重要的方法是每一刻都要尽心去追求，我们没必要为还没有发生的事情而焦虑，林清玄说：“快乐活在当下，尽心就是完美。”

变老了，要学会自娱自乐，别麻烦别人包括自己的孩子。要有自己的生活方式，培养自己的兴趣爱好。不要怕被周围人遗忘，随着时间的流逝，不论

你曾经出将入相，还是镇守一方，所有的权贵显赫，最终都会淡出公众的视线。不要满怀焦灼期待子女常回家看看，如今年轻人的负担和压力比他们的父母还要大。每个人都是生命的独立个体，所以在变老的路上，孤独时学会自己安慰自己，寂寞时学会自己温暖自己。老有老的风骨，老有老的优雅，老有老的风度。

爱运动，有爱心，喜读书，好心态，才是不老的秘诀。花瓶易碎，容颜易老，唯有内涵才历久弥新。有人提出“文化养老”，培养自己有益身心的爱好，自娱自乐，其乐无穷。按自己的节奏去生活，不在与他人的比较中打乱自己的节奏，每个人都有自己的时区，只有你自己的生活节奏、目标，才能感知生命的精彩。你看那骆驼，从不着急，慢慢地走，慢慢地

嚼，却最终走到了目的地。

你是否想过，生命剩余的电量还有多少？这剩余的电量你打算如何使用？显然，要积极地用，去做那些原来想做而做不成的事，去圆那些积年的梦；要快乐地用，人生最大的追求是快乐，有些年纪了，就更要追求快乐；要美好地用，爱美之心不可消失，把自己收拾得干干净净、利利落落、时时尚尚；要自主地用，别幻想社会如何善待自己，别幻想儿孙如何尽孝；要健康地用，把健康的主导权始终掌握在自己手里；要智慧地用，把握生命的每个当下。

一岁有一岁的味



道，一站有一站的风景。过往都是序章，未来一定可期。从壮年开始就储备晚年的生活能量，变老了才不会慌。变老了，心放平，想得开，迈稳步，别逞能，要服老，你想要的，岁月慢慢都会给你的。作家王蒙已快九十岁了，还说：“明天我将衰老。”“我也年轻过，你老过吗？”瞧，老先生这境界！

是的，有过就是永远，结尾就是开端。还是以王蒙老先生的话作为本文的结语吧：“这是多么快乐，明年我将衰老，这是多么平和，今天仍然活着。”

生命的意义

◎郭兴军

当年中考落榜后，我带着青涩的迷茫初涉人世，到达距家百里之遥关山脚下的一所学校，做了民办代理教师。

横跨陕甘两省的巍巍关山，神奇、坚挺、厚重、美丽，让我在它的怀抱里于平凡中收获生命不可复制的美好。在教书的那几年，生活让我懂得，天地有大美；经历让我明白，时光鲜美；而梦想使逐渐走向成熟的我，心里烧起一团火。

在关山的日子，我常常对着大片的森林沉思，对着广阔的草原放歌，对着吃草的牛羊马嘶吹口哨，对着星星点点的屋舍心生暖意，对着孤单的自己坚守自信……

在关山的日子，我在简陋的校舍里给孩子们上课，教他们读书、识字、唱歌、跳绳。课间活动时间，我带着他们上山爬坡去砍柴、摘野果子、挖草药、拾木耳……累了，就坐在林间听风声、听鸟鸣、听泉鸣、听虫唧，从而感受自然之美。

一个人的夜晚，我枯坐在昏暗的煤油灯下批改作业、备课。而后读诗刊、读小说、读名人传记、读航空画报……读得有了感觉，欲一吐为快，就铺开稿纸肆意地写。那时候，我只是初学写作，但文字间依然洋溢着快乐，至于文体，管它呢。

是的，在关山的日子，大多时候我都是快乐的。每逢节假日，我去镇上赶集，与所在村的老百姓一起结伴而行，我们边走边聊，互相发烟点火，亲切得如多年的老朋友。到达集市上，我置办煤油、粉笔、墨水、铅笔、本子、油盐酱醋、火柴、香烟、茶叶、袜子等生活日用品，也顺便到乡中心小学的教育组去坐坐，和老师们说说话，领会一些文件精神。不经意间，心境一下子就开阔多了，人也变得活泛起来。

不上课的日子，除了劈柴、做饭、洗衣服，除了读书充电，我就抽空踩着蜿蜒的山路去学生家家访，了解他们的生活，帮助他们种麻子、种豌豆和洋芋，偶尔会帮他们摆弄坏掉的收音机，歪打正着，有时候竟然就给修好了。

闲暇时光，我也会与村子里的年轻人结伴上山挖草药，收获山货。秋收的日子，学生们放假了，小小年纪就要帮助家里放牛、照看弟姐妹妹、收获粮食，我就去帮助他们收秋。那时候，总感觉山里人质朴，人心向善。

在关山的日子，是我走向社会的第一站，我以瘦弱的肩膀，扛起了生活的沉重；以懵懂之心，感受了人间的光亮；以教师的身份，培养了一拨又

一拨山里的孩子；也以青涩的文字，见证了自己的成长。

关山是我今生绕不过的一个话题，即便当年它留给我的记忆是那么荒凉、苦焦、贫瘠、苍茫，但这并不影响它是我成长阶段的金色记忆，一直促使我努力生长，一路向阳。

而今，关山的面貌发生了巨大的变化，它成了闻名遐迩的旅游胜地，每年吸引着大量来自天南地北的人来看景、来吸氧、来丰富自己的人生阅历。午夜梦回，它总让我记忆回甘，心生光芒，于岁月深处，看清未来的路。

生命的意义在哪里？它在平凡生活的每一个瞬间。是的，经历的一切，不管悲喜荣辱，对我们而言都算数。

一段早年间教书育人的经历，在多年以后成为我笔下一段光辉岁月，这是多么奇妙的一件事呀！即便青春，即便匆促，但它的点点滴滴，依然使我的人生变得美丽而辽阔。

一个人的旅途

◎宋力行

菊芬、我、百合，三个人一起喝茶——是一款普洱茶，名字叫“子非鱼”。

三个人里，菊芬最懂茶，说“子非鱼”介于以前的两款生茶“飞黄”和“古树黄片”之间，是她最想拥有的一款茶。

我喝过“飞黄”，茶气奔放、入口饱满、回甘迅猛，是茶中的阳刚男子；而“古树黄片”却像茶中老者，出场缓慢，茶味淡泊却绵长持久；这么想来，“子非鱼”该是个成熟内敛的中年男子吧，刚柔相济、耐人寻味。

百合很期待，她平时不怎么喝茶，第一次认真地品茶评茶难免有些兴奋，第一个拿起茶饼

细细端详。

朴素的白棉纸包里，圆形的茶饼墨绿里带着些银毫，条索细长、壮实紧致，干茶闻起来有暗香，热水冲下去，香气开始张扬弥漫，有点像夏日午后晒透的林木迎一场骤雨，清爽的草木间还氤氲着温热。菊芬遵从茶道，第一泡，那轻薄的淡黄色茶汤被她作为洗茶水倒掉了，百合也只是轻啜了一小口。我却舍不得，一口一口饮尽了，反而觉得那一丝隐约的泥土气给茶香增添了不少沉着厚重的质感。两泡已毕，菊芬说茶味淡泊，我觉得清香，百合认为是清苦。至于挂杯留香，我以为是蜜香，菊芬以为有点药香，百合居然以为是檀香。你一句我一句的争论之中，茶已至五六泡，汤色渐艳、香气渐浓、口感更为饱满，舌底鸣泉，淡淡的回甘也自两颊泛起。十几泡后，茶汤有余韵，背已出薄汗，辩论却还没有完。

我们算是亲密的知己，茶汤也出自同一个公道杯，但除了对汤色这个可见的特征三

人表述相同外，对香、味、气的感受却不尽相同，莫非制茶人取名名为“子非鱼”的意味恰在于此：一方面，茶是好茶，口感丰富独特且因人而异；另一方面，我不是你，你不是他，谁都无法和谁完全心意相通，对茶如此，对万事万物亦是如此。

都说茶是愈喝愈通透的，这一场“子非鱼”喝下来，不由得也有了了些悟，说到底，生命就是场一个人的旅行。

最亲不过父母子女，还有打躬骨头连着筋的兄弟姐妹，快乐与幸福可以尽情分享，烦恼痛苦能不能、敢不敢肆意诉说？想明白了这些，再看这杯澄明的“子非鱼”，心思就更透亮了，子非鱼，我非你，你非他，安知不是好事？因为“我爱你、我了解你、我为你好，所以你必须这样、你应该那样”而疏远的亲人、爱人、友人还少吗？明白最了解自己的只能是自己，承认自然与社会的丰富性、尊重每个个体生命的独特性，我们的心胸会更加博大、性格才会更加豁达，也才会更懂得知足和感恩，生活也会因此而少很多烦恼，多很多快乐。

那就珍重地饮尽这杯“子非鱼”，感谢在这场注定孤独的生命之旅中，此时此刻，有人相伴。

宽容是缕阳光

◎冷露

正准备打电话催快递时，只见一个满头大汗的小伙子站在我面前，充满歉意地递过资料并轻声解释：“姐，路面结冰我滑倒了，资料也掉地上了，你看还可以用吗？”

我翻看了两遍，纸张已变得脏乱不堪，但字迹勉强还能看清，我叹了口气安慰他说没事。他惶恐不安地说：“姐，请您稍后在平台对我服务进行评价！”

仔细打量了一番面前这个羞涩稚嫩的年轻小伙，应该是寒假打工学生，膝盖处明显因摔倒脏了一大片，耳朵冻得通红，红肿的手捏着衣角，忐忑不安地看着我。我顺手递给他一个热水里暖过的橙子，他反复表达着感谢。

看着远去的单薄的背影，我内心五味杂陈。他这么卖命打工是为挣学费还是锻炼自己，风雨无阻地穿梭在宝鸡的大街小巷，不管什么原因，我都不能给他个差评，让他因此而受处罚，那岂不是雪上加霜？

这让我想起了曾经的自己，刚参加工作时，没有工作经验，工作能力也欠缺，工作时生怕做错什么，因为师傅对我特别严格。记得有次领导催促提交报表，恰好我的报表没完，心里想这下完了，等着挨骂吧！加班加点地赶出来，结果还是被总监发现了问题。我的脑

袋“嗡”的一声炸开了似的，真是怕什么来什么呀。我心里局促不安，做好了被骂的准备。总监好像看出了我的窘迫，微笑着给我耐心讲解错误后，安慰我说：“你是新入职，对业务不熟悉，弄了就好了。”

我在心里暗自琢磨：这么粗枝大叶的工作态度，这么简单的报表都会出错，他这是要找我师傅收拾我吗？真不知道我那不允许工作出任何差错的师傅怎么批评我？

几天过去了，几周过去了，我居然安然无恙，师傅好像并不知道这件事。我不禁感慨，难怪我们财务部的同事个个优秀，原来受如此雅量的总监影响呀。从那以后，在工作中我也更仔细更用心了，出错也越来越少。

我觉得，幸福与美好来自宽容。有时一句宽容的言语，可能会让处在低谷的人看到一缕阳光，从中获得自信和力量，继续前行；反之，可能会一蹶不振。工作中，难免与人产生摩擦，《论语》中说道：“宽则得众。”如果选择宽容，不仅是宽容了自己，还会得到大家的拥护，更能体会宽容带来的自信与快乐。

宽容，是一个机会，给人信心；宽容，是一种境界，让自己的路越走越宽；宽容，是一缕阳光，让人充满希望。



断想（组诗）

■白麟

呼吸

昨夜星光闪烁
天空和大地一同呼吸
一两颗流星
在传递亘古的暗语

呼吸之间
出生入死
吸第一口气
婴孩哭声响亮
像雄鸡叫开黎明的门扉
而那呼出的最后一口气
多么微弱
却将故乡鼓起一座坟包

大地呢喃
庄稼一茬茬枯荣
新娘子娇喘几下
满院子人丁兴旺
还有花鸟虫鱼
活色生香

这世界山呼海啸
我倒吸一口凉气
寂灭一张一翕
在演奏前世今生的招魂曲

逃离

逃离战乱
逃离灾难

逃离丑恶的交易
逃离险恶的谎言

逃离情色
逃离羁绊
逃离痛不欲生的眼神
逃离不堪重负的挂牵

逃离生死
逃离定律
逃离正在衰竭的万物
逃离尘埃裹挟的人寰

还给你

把花朵还给春天
让枯朽留下来

把悲欢还给岁月
让孤寂留下来

把苦难还给今生
让爱留下来

把呼吸还给人间
让风留下来

把骨骼还给大地
让火留下来

把名字还给你
让心留下来

本版投稿邮箱：

bjrbwxzks@163.com

