



# 迎着阳光奔跑

新心

清晨,伴着初升的太阳,散步在湿地公园黄水河畔,邂逅一位白发苍苍的老人,提着两桶小鱼放生,金色的阳光洒在老人身上,还有波光粼粼的一阔湖面,顿觉早上跑步的意义已不再仅仅限于锻炼身体了,更多的是满满的正能量。

忽然,想到了一句话:迎着阳光,奔跑!对,是“迎”,迎着阳光,奔跑!

每个清晨,天微微亮起,这个干净整洁的小城在苏醒,沉睡的身体在苏醒,每个人的心灵也在苏醒!

或是在市中心的广场上,打羽毛球、甩鞭子、练书法的、跳广场舞的、健身方式百花齐放;广场南侧的小树林里,老人们三五成群,或京剧,或越剧,或秦腔,生旦净末丑,在古与今之间穿越轮回!

或是在郑风苑,林间小道,或快走,或慢跑,或悠闲的散步;郑风亭上,老人的太极打得风生水起;九曲之桥、河面浮桥,曲折蜿蜒,闲庭信步,悠然自得!

或是在湿地公园,河边的芦苇,随风摇曳,心也摇曳;信步河中木桥,两侧高香沁人心脾,间或听到鱼儿在荷叶间跃出水面,看荷叶上晶莹剔透的水珠滑落,在水面荡起一圈涟漪,感受“鱼戏莲叶间”的自

在和“风定池莲自在香”的安逸,恍惚间,人在画中抑或画在人中,竟是无从分辨。

或是在城墙脚下的健康步道,感受古城墙经千年风霜,度四季沧桑,看时代变迁的不急不躁,终将千年捻碎成往事的安静和包容,与小草同呼吸,与小树共成长!晨间露珠,晶莹剔透!林间鲜花,姹紫嫣红!

四季交替,风霜雪雨,阻挡不了迎着太阳奔跑的脚步!

或是在和风煦煦的春日,或是在骄阳如火的夏日,抑或是秋风瑟瑟的秋日,更或是白雪皑皑的冬日,或独自一人,或结伴而行,或戴着耳机,或轻松交谈,从时事政治、社会热点到孩子上学、子女就业,在交流中健身,在交流中增进感情……

晨曦中,有清脆悠扬的笛声,有婉转缠绵的二胡,还有湿地公园里播放的理查德·克莱德曼的钢琴曲,古今中外,中西合璧,合着音乐,披一身金色的阳光,“采菊东篱下,悠然见南山”,应是这样的心情吧!

景宜人,情怡然,心自得,迎着阳光奔跑!不是快节奏,应是慢节奏!晨曦中,迎着阳光,等你一起!



晨练

刘新民 摄

## 遇见爱

刘晓燕

我们时常会想念他或她,他们变成了我们,活在遥远的过去式里,是那样精彩。听一首歌,心动了,因为最远的你是我最近的感动,于是,撕掉的日历被拼补完整,回到人生初见时,想象再相逢,我们是挚友啊,应该未言心相醉才对。在举手投足间,曾经的淡香仍驻留于袖口处,彼此都嗅到了那时的情。或许,全然不是那样的,没必要相见了,甚至面对一个人,一群人,自然而然地失忆了。

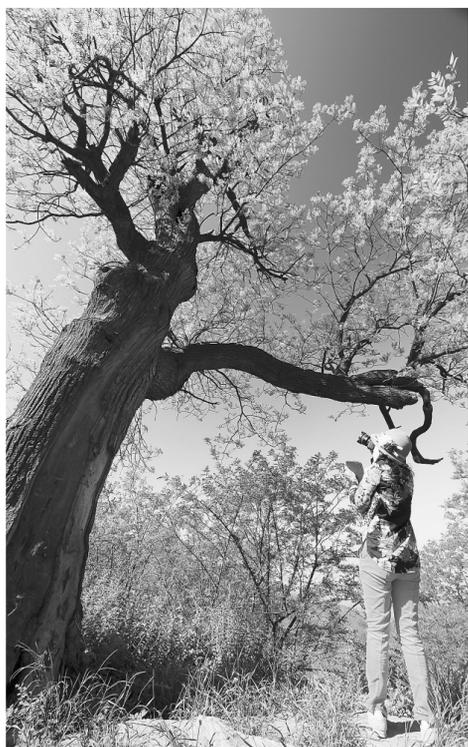
我始终觉得,谈爱谈情谈义,无处话那种“悸动”,欲语还休才有味道。诚然爱有千万种,爱是最迷人的,如独特的迷迭香,她有一切情所特有的感动,又多了那么一点点的不一样。爱情是什么?王朔说爱情是一把锁,一盒香烟,爱你没商量。

何必去苦苦寻觅长生不老药,一粒爱情抗衰驻颜丸,能死死地拖住无情岁月的千只脚,被爱情宠爱的人只管风流倜傥。然而,每个人对待爱情的方式却是不同的。有些是细水长流,一生只为守护一个人,守在幸福里,也守在孤独中;有些如龙卷风来势凶猛,却有不可估量的破坏力,然而,去无踪踪影,伤口治愈得倒也是快,狼藉说不见也就不见了。

什么都不说,能够自由恋爱的时代才是最美好的。蒙着盖头,入洞房的那一夜才见郎君初面,不是浪漫,是麻木与妥协了。一生无所作为,但总要动感情真爱一次。所以,有了这样的前提,再谈爱或不爱,能或不能,爱情说来也是名正言顺的。由此深刻下去,爱情里还有天折的残爱,及风雨兼程的真爱。但都需要两个对的人,还需要能够发酵出真情实意的温度,似乎,缺一不可。

妈妈说:“当年你奶奶是嫌弃我个子不够高的。可是你爸爸爱我,他对我坚守,守护了我们的婚姻,也守护了我的自尊心。”我爹并不擅长演绎浪漫,像他那个年代的大多数人,甚至以埋藏真情的方式表达沉重的爱,包括父爱。可是每次他都说:“我选择的就我认为最好的。”做儿子的我们热捧极具煽情效果的金句,一句话就是分量十足的爱情宣言。如今,老了,他还喜欢弱弱地吐露真相,扑面来似地,一点点伸出他的爱情故事,他说我妈很美,他又说我妈有气质,他还说我妈做的醒酒汤是最好的……

若说发酵爱情有个唯一的条件,那就是对的两个人,他们注定逃不出彼此的人生。就像那首歌唱的,“向左,向右,向前看,爱要拐几个弯才来。我往前飞,飞过一片时间海,我遇见你是最美丽的意外”。



觅

常书军 摄

## 磨砖为镜的境界

钱浩宇

我很喜欢《西游记》第八回里的一首词,隽永而诗意。这首词名叫《苏武慢》:“试问禅关,参求无数,往往到头虚老。磨砖作镜,积雪为粮,迷了几多年少?毛吞大海,芥纳须弥,金色头陀微笑。悟时超十地三乘,凝滞了四生六道。谁听得绝想崖前,无影树下,杜宇一声春晓?曹溪路险,鸱岭云深,此处故人音杳。千丈冰崖,五叶莲开,古殿帘垂香袅。那时节,识破源流,便见龙王三宝。”

这首词意境深远,颇有韵味。磨砖作镜,本意为白辛苦一场。因为砖头再磨,也变不成镜子。单纯从词面讲,意思就是浪费光阴,目

标设置得本来就不对,所以最终梦想不会成真。这让我想到一句俗语——只要功夫深,铁杵磨成针。想来如果把砖头换成一块铜(古代历来都使用铜镜的),磨铜为镜是一定可以成功的。于是心情大好,觉得“磨砖为镜”的意境其实更加深远。一个人,如果明知不可为而一定要为,自然有他的道理。也许醉翁之意不在酒,人家真正要打磨的,不是一块砖,而是一颗心。

而“积雪为粮”一句,则是关于苏武的。传说苏武被匈奴拘禁的时候是以积雪为粮的。试想,一个人落魄到一粒粮食也无,在寒风中只能用积雪来充饥,此人的意志力

是何等坚强!因为历史上的苏武,手持使节,于北海牧羊。最终得以重返故土,精神何等高洁!那么,在我的思考中,积雪或可为粮,磨砖亦可为镜。信念坚定,奇迹就可能出现。

唐太宗李世民曾说:“以铜为镜,可以正衣冠;以古为镜,可以知兴替;以人为镜,可以明得失。”延伸开来,就是以己为镜,可以知善恶;以邻为镜,可以知亲疏;以诗为镜,可以知心境;以名人为镜,可以知成败。

因此,我以为,“磨砖为镜”的境界,应当是一个自我反省、独立思考的过程。有了这个过程,就向成功更靠近一步。



问候彩虹

苗青 摄



夕阳红

刘桂阳 摄

## 人生中最浪漫的十三件事

5岁:玩伴小胖拉着我到院中央的水盆前,“妹妹,我送你个大月亮。”当空明月倒映在水盆里,像个嫩黄的月饼。

10岁:和一群死小子满身泥泞混战之后,小胖帮我抢回了风车,风车不会转了,我却破涕为笑。

15岁:街拐角,小胖骑着单车过来,他递还给我化学习题集,翻开,中间夹着一张折得四方方的纸片。

18岁:站台上,已是高高瘦瘦的小胖要去北方上大学。临上车前,我们拉了一下手,这是五岁那年之后的第一次牵手,其实是握手,可是脸红了。

20岁:暑假小胖回来了,坐在海边大堤的台阶上,我们听了一夜的海声和心跳声。

25岁:长卷尽头,我拉着小胖和一个小鸟依人的女孩儿并肩而行,我掉转头去,春深处,落花人独立。

30岁:在结婚第五年的情人节,我收到了老公送来的玫瑰花,也收到了他下班时带回家的青菜和活鱼。

35岁:十年婚庆之日,我决定离开这个充满着琐碎和平淡的房子。拎着箱子,拉开车门,那个男人气喘吁吁地赶来,按住我的手,哑着声说:“还有

一样东西忘了带,将我装进箱子吧。”或许那一刻,所有的决绝都将化为温柔的阻拦。

45岁:周末,陪儿子去商场选跳舞机,路遇他的同学问说:“这是你姐姐吗?你们长得好像呀!”儿子笑了,自豪地挽住了我的肩。

55岁:生日当晚,我终于接到了年轻时那个没接到的电话和祝福。为了这个电话,我在心底等了盼了三十年。

65岁:我坐在阳台的椅子上。先生眯着眼睛,戴着透明手套,用小刷子沾着染发膏,一根一根细心地帮我染着泛白的青丝。此时,夏日的黄昏,微霞满满天。

70岁:林荫道上的玉兰花开开了,他全然不顾自己的年岁,跳着去摘我最喜欢的花,当然是够不着啦,我捂着嘴笑他,老夫聊发少年狂。

80岁:落雪的日子,我和他坐在暖炉前听着评书连播,炉子上开水咕嘟咕嘟冒着热气,烤饼子的香味儿四下弥漫。暖洋洋的空气里,摇椅上我们晃悠悠地打着小盹。半梦半醒间,他习惯性地拉过我的手,放进他温暖的大衣口袋里,一如年轻时我们走过的每个冬日。 刘晓燕 整理

## 给你一个台阶

一叶

麻麻罗列了孩子近3年下的83个台阶。孩子开始有了羞愧感,说,爸爸,以后我一定尽量少下台阶。父亲点点头,说好。

小学毕业,笔记本上已列下127个台阶。孩子蹦蹦跳跳地在草坪那玩,父亲蹲在不远处,静静地翻看笔记本。孩子玩累了,走近父亲,说,爸爸,我是13岁了吗?父亲说,是。孩子又说,那我还几次下台阶的机会呢?父亲数了数,说,还有39次。孩子“啊”了一声,说,怎么这么快啊?孩子有些不信,父亲就指给孩子看,那一次次犯错的具体事情。孩子看着,一脸不好意思,说,爸爸,以后我一定尽量少犯错。

没过几天,孩子和几个伙伴在外面玩时,因为一点小小的口角和另外一些孩子打了起来,打得鼻青脸肿。父亲说,怎么?又犯错了?孩子说,是。孩子承认是自己太冲动了,无论怎样,打架总是不对的。父亲点点头,郑重其事地在笔记本上认真记下这次犯错。写完,父亲说,儿子,你可只有38次下台阶的机会了。孩子苦涩地说,是。

初中那三年,儿子真的已经是尽量不犯错了,但有时还真无法幸免。比如有一次,上学的时间偷偷溜出去玩游戏,还有一次,回家忘记做作业,第二天拿起别的同学的作业

就抄了起来……

初中毕业,父亲翻出了记得满满的笔记本,孩子拿过来看,上面已经记下了160个台阶。孩子是7月过的生日,也就是说,这一年满打满算的,孩子最多只能犯5个错误。

孩子一脸羞愧,说,爸爸,我一定努力。父亲笑了,说,儿子,那就看你表现了。

高一,孩子真的是非常努力,努力地不再让自己犯错,不再下台阶,但有时,犯错真的是无法预估的。譬如孩子悄悄喜欢上班上的一个女孩,悄悄地递上了一封让人面红心跳的暖暖的文字,然后,那封文字就到了老师手上,又到了父亲手上……

高三结束的夏天,孩子陪着父亲数着笔记本上的台阶数,孩子惊喜地发现,一共是164个台阶,也就是说,孩子在和父亲的游戏里,以1个台阶的微弱优势,胜利了。

孩子看向父亲时,突然发现,不知什么时候起,父亲已老了许多。

父亲说,儿子,你18岁了,也成人了,以后,爸爸就不想多管你了,你要以一个成人的标准,来督促自己,要求自己,明白吗?

孩子认真地点着头,心里在说,爸爸,您放心吧!站在父亲身前的孩子,高高的,壮壮的,像一棵焕发无限朝气的树。

## 成长日记

孩子上小学一年级了。那一天,父亲拉着孩子的手,来到了楼梯口,他们住的是16楼。父亲说,儿子,我们一起从16楼走到1楼,数数有多少个台阶吧?孩子有些不懂,不过还是兴高采烈地点着头,说好。

父亲在前,孩子在后,父亲走到7楼,有些累了,孩子不累,蹦蹦跳跳地数着台阶,直至走到1楼。孩子说,165。父亲点头说,对。

走出大楼,站在不远处的草坪那,父亲蹲下身,看着孩子,说,儿子,我们来做个游戏吧,从现在起,到你18岁,我给你165个犯错的机会,就像你下一个个的台阶,若是你满了165个,你就输了,行吗?孩子似懂非懂,点了点头。

一周后,孩子就下了1个台阶,晚上睡得太死,尿床了。一大早,父亲翻着孩子湿湿的被褥,很认真地翻出一本崭新的笔记本,写下了第一段文字:某年某日,尿床,第1个台阶没了。孩子在旁看着,吐着舌头,做顽皮状。

接下来的一个月,孩子连着又下了5个台阶。看着父亲认真地记录每一个台阶自己犯的过错,孩子毫无所动。

孩子三年级的时候,无意中翻到了父亲的笔记本,上面已经密密