

人在途中



茶缸里的爱

廖逸兰

七年之痒,我和老公经历了数次争吵,最终彼此都感到非常疲惫。我把一纸离婚协议书摆在老公的面前,看着老公目瞪口呆的脸,我突然有种释然的感觉。我带着孩子回到了家乡。父亲是个老退休矿工,身体依旧硬朗结实。看到我们回来,父亲高兴得像个孩子,拉着我在宽敞的堂屋坐下,母亲坐在父亲的旁边,我和孩子陪着父母围坐在圆桌旁,拉着闲话。正午的阳光轻轻柔柔地洒在我们的身上。父亲微笑着,端着茶缸开始喝茶。'爸,你这个茶缸也该换了吧。'我看着父亲依旧在使用着三十年前的茶缸,不觉笑着对父亲说:'爸,这个茶缸比我的年龄都要大了,您为什么还要使用他啊,家里有很多比这茶缸还要精美的茶具啊。'父亲望了望我,一边神秘地笑了笑,一边端起茶缸抿了一口:'什么都能换,这个茶缸是不能换的……'看着我疑惑的眼神,父亲又望了望母亲,笑了:'我年轻的时候,经常下矿井干活。每当我加夜班的时候,你母亲就早早地起来,端着热水瓶和茶缸到矿井边去接我,就为了能让我及时地喝上一口热水。'我笑了:'热水不会回家喝吗?干吗一定要送到矿井边啊?' '傻丫头,你哪里知道,深深的矿井里边非常阴冷潮湿,下矿井的人每次上完班最大的愿望就是喝上一口热水暖暖身子,那滋味,就像喝了几口老白干啊。你母亲为了让我一出矿井就喝上热水,这一送就是好几年。后来矿上也设了开水点,但是我还是喜欢你母亲送来的热水呀。'父亲在阳光里笑着,阳光就跳跃到父亲的茶缸里。矿上已经安装了开水点,母亲怎么还要送啊。难道母亲不嫌累吗?父亲似乎看到了我的狐疑:'这水呢,倒都是一个水,可是味道不一样啊!'母亲温和地笑着:'是啊,就想早点看看你爸爸是不是平安!'父亲接着说:'那个时候我月月拿奖金啊。我就为了让你妈生活得更好。所以,你看着家里过去好多好多东西都已经没有了,可是这个茶缸我就像一个宝贝儿一样一直保存到今天。'我望了望父母,父母正在相互望着微笑。茶缸里的爱,没有什么豪言壮语,没有山盟海誓,却抵过任何甜蜜的话语。把对方放在自己的心间,让他(她)过得更舒服,这就是爱。回到家,我默默地撕毁了离婚协议书。虽然我暂时不能改变我们彼此之间的争吵,但是茶缸里的爱,已经教会了我应该如何对待我自己的家人。

世态万象

红头绳

陈建平

从小我就是个爱美的姑娘。长长的辫子梳得油光水滑,一年只有在春节时才有的新衣服和鞋子,我总要时刻保持干净整洁,衣服洗得勤,比别人的更加发白变薄。那时候家庭经济不宽裕,爸妈辛苦赚钱供养我们姐弟三人读书,我作为家里的老大,内心已能体谅父母的难处,所以从不跟父母提出物质方面的要求,但每当看到同桌安彩换了新衣服,心里仍是非常羡慕。那年冬天,爸爸趁农闲时节去邻村厂子做零活,每周末才回来一次。有一个周末,安彩到我家来玩,穿着崭新的红色呢料褂子,我觉得好看极了。她从我眼睛里看到了艳羡,提议让我穿一下她的衣服,我俩互相换了衣服,在我家写作业。我心里美滋滋的,不时站起来转几圈,觉得自己的腰身比安彩更适合这件衣服。这时爸爸回来了,看了看我们,什么也没说就

去厨房帮妈妈做饭了。第二周爸爸回来后,把我叫到身边,和蔼地看着我说:'一转眼我的丫头长大了,懂得爱美了。其实你知道吗,你的大辫子比别家的姑娘都好看,这是我闺女最漂亮的地方。'说着,从兜里掏出一个东西递到我手里。我仔细一看,是一个装饰着明亮丝线的红色松紧皮圈,是用来扎辫子的。我立刻把它戴到辫梢上,飞跑到镜子前去左照右照,爸妈看到我的样子都笑了。从此爸爸经常给我买发绳,各种颜色、各种材质的发绳,汇集到我的小抽屉里。辫子尾部的小小发绳,似乎成了我自信的源泉。我以安心学习,并且快乐地度过童年和少年,长大成人。后来到了离家很远的城市工作,忙碌并快乐着,努力工作获取着内心的成就感,平静的日子中飞扬着自信的青春。衣着方面依旧保持着干净整洁的习惯,却再也不为别人的华服而纠结。接下来成

家生女,与父母更是聚少离多。今年夏天,带着老公和女儿回家探亲,陪父母逛街的时候,爸爸拉着妈妈走到卖女孩子头饰的摊位说:'再给丫头买个头绳吧。'说着就去挑了两个,我接过来一看,笑晕了,这红发绳也太俗气了吧。我现在的发型是大卷披发,根本用不着发绳,而且明年闺女都能扎小辫了,这发绳也太跟不上我的气质了吧!然而面对爸爸期待的眼神,妈妈的欲言又止,我忽然感觉到了什么。立刻用爸爸买的发绳将头发松松地挽起,爸爸说:'好看,我家丫头扎起辫子是最好看的。'回到家,妈妈从衣柜里拿出一个盒子,我打开一看,全是各种发绳,红色的居多。妈妈说:'你爸爸几乎每次上街都要买个发绳,还经常说,丫头最喜欢红色的了……'我猛然间语塞,鼻子酸了起来,视线中模糊的各种发绳上,真切地写着爸爸的爱与牵挂,经久不息,绵长久远。

多彩眼睛

小镜头

刘满英

生活中常有一些稍纵即逝的小镜头,这些细微的小镜头连缀起来,构成了生活的旖旎风光。初冬的傍晚,和同学们丽英围绕广场散步。天气骤然变化,走在路上,冷风时而撒着娇拂过大地,时而哼着歌儿飘过耳边……我双手环抱,说了声,这鬼天气,真冷呀。这时,只见路旁有个气讨为生的老年妇女,身子蜷缩一团,躺在一边睡觉。这老妇人不知是不是走失了,在小城乞讨一年多,时不时有好心人给她送水送吃的。此时,许是累了,老妇人躺地上,一动不动睡得正香。这时,我看见对面一个中年人,抱着一床棉被来到老妇人身边,把手上的被子轻轻地盖在老妇人的身上,又从商店买来面包和水放在老人身边,做完这些,悄悄地离开。寒冷的夜晚,因为这感人而美好的一幕,让人心生暖意。周末的午后,阳光明媚,我和小雅缓行在小城的河边,深深地呼吸冬日里清新的空气。冬日的暖阳好似一只温柔的手,暖洋洋地撒落在身上,让人有说不出的惬意。长街上广场上,人山人海,非常热闹,休闲凳上坐满了人,到处洋溢着欢声笑语。孩子们在广场上玩耍,他们有的玩滑板,有的学溜冰,有的在追逐打闹。老年人在闲聊,聚集在一起,吹拉弹唱,好不热闹。正在这时,一个两岁模样的小女孩,边哭边喊着'奶奶,奶奶……'小女孩满眼泪汪汪地大哭着,看着小女孩的神情,小雅对我说,肯定是糊涂奶奶带孩子,没看住让孩子跑丢了。小雅走到小女孩身边,轻声问孩子,宝贝,你怎么了?不怕,阿姨陪你找奶奶,她边给孩子擦脸上的泪痕,边抱着孩子和我一起等大人来找。不一会儿,孩子奶奶慌慌张张跑来,小女孩看见,大叫奶奶。小雅把小女孩送入奶奶怀里,嘱咐她以后带孩子一定要小心。孩子奶奶感动得拉着小雅的手,不断说着感谢的话。小雅笑着对我说,予人玫瑰,手留余香,最难得的是心中的这份快乐!人内心的旖旎风光,一定是一些细小美好的事物组成。一个发自内心的小小的善行,一件平凡微不足道的小事情,如同赠人一枝玫瑰,它带来的温馨会在赠花人和爱花人的心底慢慢升腾、弥漫、覆盖。你帮了别人,做了好事,成全了别人,就等于送了别人玫瑰一样,让别人高兴,也让自己高兴。小镜头反映着大境界。如果我们都成了小镜头中的你、我、他,这个社会将会变得多么温暖美好。

城市空间

我们需要健康的忙碌

于永海

几个月前,突然得到朋友急病发作住院的消息,我立刻赶去医院探望。朋友是一个商场的领导,这次的病倒虽说比较突然,但也可以说是预料之内的事情——他太拼命了,没日没夜地工作,铁打的身体也经不起他那样损耗,而且,他的脸色早在几年前就变得越来越苍白,精神状态也明显在走下坡路。到了医院一问,果真和我想的一样,他的病是累出来的——那天晚上,他正在电脑前整理修改一份策划书,突然觉得一阵头暈心悸,之后便倒在桌上。幸亏他晕倒时碰倒了旁边的杯子,杯子滚落到地上惊醒了早已睡着的妻子,否则后果不堪设想!医生说,身体再好的人,也受不了他那样的天天熬夜工作。人体是一个精密的'仪器',偶尔的身体透支可以通过及时的休息补充回来,但长期、大量、不科学的透支,会让身体的自我修复功能无力承受,从而引发一系列的疾病,严重的甚至会导致猝死!但朋友的工作非常繁忙,没有足够的时间是无法完成的。他请医生帮忙,看看能不能找到一个两全其美的方法,做到健康和工作两不误。医生在仔细询

问了他平时的作息习惯后,给了他一个建议。以前,朋友都是熬夜工作,吃完晚饭后就坐在电脑前,一直忙到深夜两点左右才睡觉,一直睡到早晨八点起床,每晚有六个小时的睡眠。医生说,人体自我修复和恢复气血的时间是每天的晚上9点到凌晨3点,所以,他让朋友把睡眠时间提前,每天吃过晚饭后工作到8点50分,然后洗漱、睡觉。睡到3点起床,再继续工作到7点45分左右,然后小睡一个15分钟左右的回笼觉。这样一来,工作时间一点没减少,却给了身体一个最好的'回血'时间。在医院休养了几天后,朋友出院了。出院后的他,重新设定了手机闹钟,严格按照医生的建议作息,短短几个月后,他如同换了一个人一样,脸色越来越红润,精气神也越来越足了。他不止一次对我说:'不信医学不行啊,我现在不仅身体好了,工作效率也事半功倍。睡一觉起来再工作,精神不是一般的足啊!而且凌晨特别安静,一点外界的打扰都没有。'自从朋友这件事之后,我也修改了



自己的作息时间,将原来的晚睡晚起改为早睡早起,不仅工作效率更高,身体状态也越来越好了。生活在这个高速的时代,我们需要用忙碌来实现自己的价值、得到自己的所需,与此同时,我们又需要一个健康的身体来更好地享受生活。其实,健康和忙碌并不一定冲突,只要做到科学、健康的忙碌,两全其美并不难! 本版制图 涛涛

郑州日报 讲文明树新风 公益广告



在河南省民间传统体育大会上,空竹爱好者在活动中进行抖空竹表演。

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

心灵驿站

“臧歪”的幸福

鲁浩

写下这个标题时,我自己都不禁哑然失笑。幸福就是幸福,咋还有'臧歪'的幸福这一说。准确地说,这句话是从妻子口中听来的,不是我个人的发明创造。因为我的严厉或者是经常在家里'唱黑脸',老是批评教育,甚至是教训儿子,儿子明显在感情上与我有了距离,一个突出表现就是,凡是能找母亲解决的问题,就不会找我,除非到了万不得已、无计可施。每晚临睡前,儿子都会向妻子提一个要求,准确地说,是举行一个小小的仪式,若不答应,就会生气不高兴。这个仪式,可以用一句话来概括,就是:'抱一抱,亲一亲。'之所以说是仪式,是因为儿子对此专门设计了一些动作和程序,或者说是长此以往形成了一个烦琐的套路和习惯,抱一抱要热烈地左右拥抱,亲亲分为顶额头、对鼻尖、贴脸颊、碰下巴、亲嘴唇几个内容。必须一个动作不能少、一个步骤不能缺地进行完毕,才善罢甘休。对此,妻子一度怀疑,儿子是因为缺少爱,

心里有强烈的不安全感才会这样的。但事实并非如此。儿子心地善良,性格开朗,非常阳光,到哪里都能很快交到朋友,留下好人缘;而且好奇心特别强,有时通过自己观察后提出的问题,许多我们都答不上来。时间久了,儿子将这个仪式固定了下来,并且作为每天必做的功课,成为习惯。对此,妻子却好像没有做好思想准备。除了之前种种疑虑之外,每每在满足儿子的要求时,不是表现出应付了事的态度,就是口中说'臧歪'死了,有时不得不让儿子进行纠正、返工重来。有几次,她还让儿子将这套仪式,转移到我身上,让我代劳。儿子果真做了,但随即就叫嚷着我的胡子扎疼了他,并且写了一篇关于我胡子的作文,并警告我以后每天都要刮胡子。对此,我告诉儿子,爸爸工作确实很忙,确实忘记了刮胡子,但却永远没有忘记爱你。对于儿子这套仪式,妻子看到的仅是儿子黏人、缠人、淘气的一面。儿子每天都在成长,每天都在给我们带来惊喜,虽然有时候我们没

有注意到,或者是在有意识无意识间忽略了。有一次,妻子在追问儿子一件事时,没想到儿子忽然说了一句:'星辰虽然淘气,但从来不撒谎。'这一刻,我一下子觉得儿子长大了。常听一些年长的父母说,儿女小时候与父母在一起,是人生旅途的陪伴,是快乐时光的相守,是天伦之乐的回亿。这也不由使我想起了毕淑敏说的一句话:'人们常常只是在幸福的金马车已经驶过去很远的时候,捡起地上的金鬃毛说:我见过它。'是的,时光永远不会倒流,幸福也永远不会预告,就在人的不经意间,就隐藏在每一个平常、平凡,甚至有些平淡的日子里。其实,儿子所表达的不正是一种爱的仪式,一种幸福的传递吗?我真的希望儿子永远都不要长大,让我一直沉浸在这本真纯粹的幸福里。但仅仅是我的一厢情愿罢了,我虔诚地期待,儿子这个关于爱与幸福的仪式一直保留下来,进行下去,一直到未来,到永远。

幸福魔方

幸福“倒走”

廖桂莲

每天傍晚,都会看见一幅温馨的画面,一位女子的左胳膊挽着一位男士的右胳膊,他们互相搀扶着,面对面地边走边幸福地看着对方,每到拐角或者路上有坑洼之处,正对路面的一位总会事先温柔地提醒对方,避免对方摔跤。熟悉这对夫妻的都知道,最先倒走的情形不是这样的。那时,女子正身怀六甲,挺着一个笨重的大肚子,行走起来极为吃力,男子总是小心翼翼地挽着女子的胳膊,一步一步非常小心地迈着走,就像在教刚学走路的婴儿般,脸上尽是柔情和呵护。他们这些怪异的锻炼方法吸引了不少路过人的好奇打探,才知女子在怀孕五个月时,患上严重的腰椎间盘突出,随着肚子一天天隆起,腰椎的负荷越来越重,女子只能卧床休息。但是长期的卧床,不但没有缓解病情,反而还造成腹中的胎儿种种不适,胎儿脐绕颈、发育缓慢……最后征求医生的建议,得知倒走对腰椎是个非常好的锻炼方式。于是男子决定每天抽空陪着爱人一起练习倒走,女子慢慢地倒着走,男子挽扶着女子的胳膊,细心地呵护着,一步一步慢慢地退着走。听着这个故事,女儿也被深深地感动了,

不由得称赞:'那位妈妈好幸福啊!'其实这位男子就是我的老公,在我怀孕后期,陪我练习倒走成为他每天的必修课。就在我检查出患有严重腰椎间盘突出突出时,他也刚好拿到新车间主任的聘书,那年他才26岁,就成为公司最年轻的车间主任,那是他一直努力和梦寐以求的职位,可是我偏偏不争气,孕期各种不适不说,还摊上了腰椎间盘突出毛病,面对这些抉择,老公没有跟我商量,毅然地将职位辞退了,只为了更好地照顾我,为了给宝贝一个更好、更健康的胎教环境。时隔多年,每次想起,心里都会渐渐潮湿,涌起一阵感动,那是温暖的幸福的感动。在老公的悉心呵护和陪伴之下,我不但顺利地生下可爱的女儿,腰椎也得到了很好的缓



解。随着孩子的慢慢长大,我已经不再需要老公的搀扶,可是每次散步时,却很自然地就彼此面对面地挽着我的胳膊,我挽着你的胳膊,像以前一样悠闲幸福地倒走。就这样,倒走慢慢地成为我和老公特别的散步方式。不知不觉中我的腰椎也悄悄地好了,这些年都没有再犯过。女儿听得如此如醉,竟然不知什么时候也开始倒着走了。走了一会儿自言自语:'难怪我会觉得这种方式很轻松很舒服,原来我是在倒走中长大的。'一句话,把我和老公都逗乐了。'死生契阔,与子成说。执子之手,与子偕老。'漫漫人生路上,相爱的人一路携手同行,正如'爱'字本身,把你的心放在你的另一半身上,这就是最简单的爱,这就是最幸福的爱。