



峥嵘岁月

## 那一年的拼搏

□朱耀儒

1963年,我高中毕业。本来是可以去高考的独木桥上挤一下的,但父亲却要我回乡参加劳动。他的决定有一定道理,那时我家兄妹六个和父母共八口人,只有父亲一个劳力,累死累活劳动一年,也无法保障全家的口粮,父亲借遍亲友,债台高筑。看父亲日渐渐瘦的腰身,作为长子的我,怎忍心只顾自己远走高飞?领了毕业证,在同学们紧张的复习迎考热潮中,我闷闷不乐地背起被褥,回到了生养我的山村。

我是不甘心在农村参加农耕的。当过乡长的舅舅建议我去参加工作,说是挣点钱可以解困。那时候,银行、商业、教育部门经常招收工作人员,但必须有在职人员的推荐。于是,我去找在县委工作的表哥。谁知表哥断然否定了我的想法,他说,听说你学习还不错,连高考都不去试一下,这多可惜。他让我去参加高考,如果名落孙山,推荐工作的事包在他身上。

从表哥那里回来,我坚定了参加高考的信心。语文、外语、政治是不用复习的,主要是数、理、化需再复习几遍。白天,我和父亲一起出工;晚上,我挑灯夜战,从晚上12点以前睡过。所以,每天早上出工,都是在父亲的呼唤声中艰难地爬起来。那时除了复习课程,我也如饥似渴地读其他书报。

我利用为县广播站写稿得到的微薄稿费,订了《延河》《新港》两份杂志和《陕西农民报》(今《陕西农村报》的前身)。

阅读报刊,延续了我擅长的文科,我把较多的功夫花在了理科上。谁知我的挑灯夜战不久就继续不下去了。我每天晚上点的是一个墨水瓶做的小煤油灯,一两个晚上就熬完一灯油。虽然煤油只几毛钱一斤,但对父亲来说,那也是够昂贵的了。所以,每晚父亲总是多次催我熄灯睡觉。无奈之下,我每天晚上去村小学“借光”。村小有两名教师,一名民办教师每晚回家,只剩一位安姓公办教师住校。安老师一人孤单,欢迎我去陪伴他。于是,我每天晚饭后就夹着书去村小。村小老师宿舍有一个大方桌,晚上点的是有玻璃罩的煤油灯。安老师在一边备课、批改学生作业,我在一边埋头苦读。就这样,我的读书复习才没有中断。

离高考还有两个月的时候,玉米、高粱等秋田已经半人高了,为了防止野猪、獾之类动物对秋田的危害,生产队每天派人轮流去看秋。我找到队长,提出每天只给我记8分工,让我固定地去看秋,以便集中复习功课。队长在社员会上提出此事让大家发表意见,没想到乡亲们一致同意,并依然按全劳每天记10分工。至今我清楚地记得陈二哥当时所说的话:“让娃去看秋,同时把课复

习好。能考上大学,也是咱村的荣誉。解放十几年了,咱村还没有出过大学生,我看这娃最有希望成为一名大学生。”当时我感动得热泪盈眶,难以自己。我缓缓地弯下腰,恭恭敬敬地向乡亲们深深地鞠了一个躬。

1964年,我和三位上年落榜的同学以社会青年的身份参加了高考。一个多月后,我接到了陕西师范大学的录取通知书,成为我们村新中国成立以来第一名大学生。从此,我的命运发生了改变。

大学毕业后,我一直在教育系统工作,先是教了十几年高中语文,后来又从事了近二十年的教育宣传工作。三十多年里,我没有改变喜欢写作的爱好,坚持业余写作,发表了千余篇散文、小说、随笔、杂文等作品,加入了省市作家协会,成为中国报纸副刊研究会理事,陕西现代文学学会理事,评得了新闻系统的高级职称。我退休前,出版了《校园的馈赠》《心窗幽泉》两本散文集,退休后又出版了两本散文集和一本杂文集。

如今,我已年逾七旬,依然保持着阅读的嗜好,自费订有两报一刊。我也坚持随意写作,每月撰写三四篇文章,并不时有文章见诸于省内外报刊。所以,我从无寂寞空虚之感,总觉得生活充实快乐,舒坦惬意。

(作者原工作单位:陕西教育报社,76岁)



小巷深处(钢笔画)李为民

夕阳之歌

## 在书法中小憩

□旦永元

我喜欢书法,源于我曾在铁路基层车站干宣传工作17年的历练。那时,车站每月至少要出两期宣传橱窗,用毛笔写字少不了,渐渐地我就喜欢上了书法。开始时用旧报纸练习,后来烟熟于心。我喜欢书法,经常痴醉于它那行云流水般的风采、博大而厚重的境界。我喜欢书法,就像长途跋涉之后于湖光山色里小憩一样,让我劳累顿消、心地清凉。我认为,一个人如果能与书法为伴,就会拥有一个丰富多彩的世界,成为一个名副其实的精神富翁。

退休两年多来,我又报名参加老年大学书法班,每当我空闲下来,我就会一遍遍观摩孙过庭的《书谱》和怀素的草书《自序帖》,在跌宕起伏、大开大阖的笔势里,在一泻千里、百转千回的情愫中,我惬意顿消、身心安。

书法就像是一座灵魂的宫殿,这些年,

当我心生烦恼不能自拔时,我就会静静地坐着,我渴望以书法的清纯荡涤我身心的尘垢,以书法的深刻剥离我的浅薄。我渴望书法给我一双轻盈的翅膀,让我在王羲之的《兰亭序》中飞翔,让我在《欧阳询·九成宫》里荡漾,让我在《曹全碑》中体味朝代的更迭……

这一切多么地激情澎湃又平和自然。沉浸其中,我无需去屈就什么,也无需去迎合什么,那种愉悦能让我回归于清醒,也践行于人生。我喜欢书法,喜欢它醉人的意味。“羲之换鹅”“颜筋柳骨”“心正笔正”的典故件件光彩,桩桩辉煌。徜徉法帖,在墨海中泛舟,我会遥想当年的书法家们,他们池水尽黑,埋笔成家。我会喟叹,一个朝代的兴衰,一本名帖的圆成,是那样地触动我的情怀,也欣然拨动我的心弦。我会经常感慨历代书法家们惊

天地泣鬼神的旷世之作是如何诞生的。这些经典作品如空谷幽兰,悄悄地“润物细无声”般进入我的心田,也融入我的梦乡。这使我沉浸在追思怀古的境地,褪去尘垢,而拥有一片清静明澈的天地。

我可以在书法中中啸,也可以在墨海中游弋,亦可以在碑林中漫步。我无法拒绝书法经典的粗犷与优雅,我需要呼吸书法历史久弥新的气息,需要书法慰平我这颗不甘寂寞之心……

在书法中小憩,就像一座尘封已久的房屋,被一支蜡烛在瞬间照得透亮。那是我渴望的梦幻般空灵的生命,也是我此生不遗余力、无怨无悔去探索、践行的目标。尽情怀,不离不弃……

(作者原工作单位:昆明铁路局集团公司,62岁)

养生有道

## 养生“四不主义”

□杨文学

当今盛世,注重养生的人比以往任何时代都多。其中,老年人的比例又远高于年轻人。这是正常社会心理的外象显现。老马深知夕阳短,晚景无忧更爱惜。

令人遗憾的是,这种充满美好愿望的心理也遭人利用,给本来积极向上的心灵造成不应有的伤害。媒体就曾披露,一些老年人为了养生防病而上当受骗的事。笔者也不止一次地在大街上被拦住,说是可以免费听保健讲座,还有丰厚的礼品相送,有的干脆不提讲座,只说60岁以上的老人,可有身份证每人领取一桶香油。如此“美意”,无由享受,只好婉言谢绝。很显然,这一切都是引诱老年人购买“保健品”所设的圈套。

追求健康生活,希望延年益寿,这是人之常情,无可非议。炎黄子孙,向来不乏对延长生命的探索。从秦皇汉武到魏晋士人,从富家贵胄到社会名流,都有过逐梦长生不老之举。访仙求药、提炼金丹、服食寒散,都付出过沉重的代价。这一切,在今天看来不免滑稽可笑,但在当时,那样的探索也不是绝对没有意义,至少它告诉了后人,那样的想法过于天真,那些追求无限延长生命的路子是走不通的。

们的认知水平已大为提升,今天的养生理念再也不可能与秦汉魏晋时期相提并论,但养生仍然存在未解之谜与诱人陷阱,需要我们冷静思考,沉着应对,谨慎为之。

作为单个的人,尤其是老年人,对消除社会上的骗局当然无能为力,所能做到的,只有提高警惕,防止跌入居心不良者设置的陷阱,防止心灵和财物受到侵害与损失。在下的应对办法是,坚持“四不”主义:不占人便宜,不迷信名流,不祈求长生,不放弃主见。

不占人便宜。想占人便宜,是掉入陷阱的根由之一。天上不会掉馅饼,这句朴实无华的话人人都会说,但不一定人人都能真正把它刻在自己的骨子里,尤其是在亲眼看到“天上真的掉馅饼”、不捡白不捡的时候。社会上有些现象是很能迷惑人的,要是没有透过现象看本质的眼力劲儿,没有坐怀不乱的定力,跌入骗局就在所难免。

不迷信名流。社会名流,名声在外,影响广远,羡慕者众,很容易形成粉丝人群。对于名人也不能迷信,也要既听其言又观其行,看他宣扬什么,所持主张是否科学,背后有无潜藏的用意,切不可一听是名人就解除戒备、深信不疑。当今,冒充名人者

尚未绝迹。

不祈求长生。任何事物都有一个过程,这一过程的长短是有定数的,不可能随意延长,人的生命也不例外,这是任何人力物力都无法改变的客观规律。龟虽寿,也有尽日,人非龟,不可比拟。不切实际的长生奢望,只会给自己带来无谓的烦恼,而烦恼往往令人采取不明智的举动,同时消耗自己的健康。养生功效是有限的,尽其功力,也只能维护生命要素不被过度伤害,从而使生命长度少受折损,尽可能走完本来应有的生命历程。

不放弃主见。学人之长,补己之短,这是开阔眼界、增长见识的有效方法。养身也不能闭目塞听,自以为是。然而,这一切都必须建立在持有主见的基础上。“全信书不如无书”。知我者莫过于自己。生命个体多有差异,什么样的养生方法适合自己就采用什么样的方法,有效才是硬道理。每天走路一小时,我身心畅快,体重减轻了,“三高”没有了,别人再怎么劝“生命在于静止”我也没理。已经走了十余年,今后还会坚持下去。

盛世时髦在养生,余年逐梦赴征程。精心戒备迷魂计,食动平衡乐暮庚。(作者原工作单位:云南省总工会,63岁)

## 征稿启事

忆往昔,多少悲欢离合历历在目,多少酸甜苦辣皆系于心。弹指一挥间,你已在岁月中洗尽铅华,宠辱不惊。

莫道桑榆晚,为霞尚满天。老年人曾为社会做出各种贡献,而今继续以其智慧启迪着人们,激励着人们。为加强同老年读者的沟通交流,展现当代老年人的精神风貌,本报副刊增设“晚晴”专版。在此,诚邀老年朋友与大家一起分享人生经历、晚年生活以及在时代变迁中的所见所闻所思。

“晚晴”版面具体栏目设置如下

峥嵘岁月:讲述有意思的人生经历、故事,传递向上、向善的价值观。

昆滇往事:展现昆明及云南各地人文历史、城市变迁等。

夕阳之歌:展现千姿百态的有意义的晚年生活。

家长里短:讲述生活琐事,分享家庭成员间和谐相处的经验。

养生有道:分享健康养生心得体会。

人生絮语:表达人生感悟,天南海北,信马由缰。

书画摄影:原创有价值的书法、绘画作品、老照片、摄影等,不拘一格。

### 投稿要求

1. 文章体裁不限,字数要求在1100字以内,书画摄影、老照片需配备文字说明。
2. 电子稿件请发邮箱: ccwbwq@163.com(不接受纸质稿件)。
3. 来稿请注明性别、年龄,原工作单位等信息;同时也需要注明详细地址、邮编、电话。
4. 投稿者文责自负。