

年龄只是一串数字

在晨光温软地抚慰中,我愉快地结束了手倒立。喝一口白开水,竟然品咂出清清凉凉的甜。我庆幸自己没有因为一次又一次地学习手倒立失败而放弃。

我的亲戚今年24岁,孩子上幼儿园。几天前,我跟亲戚闲聊时问她以后有什么打算,孩子长大些,做什么工作。她说等小孩长大,我都多大啦。我说,挑一两个喜欢的事情,孩子学习时,你可以和孩子一起学啊。有了自己的爱好,会觉得生活更有意义。我学手倒立时,也认为学不会呢,现在不是学会了吗。她说,我懒得动脑筋,啥也不想学。以后我啥也不干。

仅仅24岁便没有了梦想。亲戚的想法让我觉得有些无奈。

无论什么时候,人都应该有自己的梦想。学习、成长不仅仅是在校学生的专利。人生中的老师,并不限于课堂。积极正能量的文字、朋友无意间的点拨等等,都能成为我们人生路上难忘的老师。

2016年我读完Phyllis Sues的故事,非常震惊。Phyllis出生于1923年4月4日,她于1986年在军队服役,曾是美国空军C-141运输机机务长。70岁开始学习意大利语和法语,75岁成为音乐家,80岁开始学探戈,85岁走进瑜伽课堂。90多岁依然练习瑜伽、打网球,活出了人们梦想的模样。年龄对她来说只是一串数字。Phyllis经常对年轻人说的一句话是:“看看我,如果说要做什么事情已经太晚了之类的话,请你再好好思考一下!”

我惊叹Phyllis的毅力与智慧之余,开始觉悟。我决定向她学习。

自此以后,Phyllis像星星一样点亮我的梦想。

我开始早起跑步锻炼身体,开始买书阅读学习。2018年的时候我开始练习写一些文字。当我写好一篇文字发给朋友看

时,朋友像老师一样尽量找出一两处优点鼓励我,然后点评我的文风像中学生、句子多数太长憋的人呼吸困难、标点符号也用不好等等。还有的朋友也像老师一样严厉,点评我的文章主题不明、造的新词不恰当、新鲜的表达方式才是好的创意、阿谀文字过多……说实话,听完朋友们的犀利点评,我的脸色很不自然。再看自己写的文章,发现确实不好。怔了一会,我回复朋友:净言,全记住了,感谢!朋友说:忠言逆耳,不生气就行。

现在,每写完一篇文章,我都会回忆朋友们犀利的点评。

生命中能遇到原意花时间如此批评我的朋友,感恩一生。

2019年2月份我的第一篇散文《童年,那条河》发表了。此后我便更加喜欢读书学习,后来陆续也有一些文字发表。

2020年年初,由于肺炎疫情影响,需要宅家隔离。

当时我已经坚持晨跑4年了,突然不能外出锻炼,我觉得不习惯,情绪也很低落。为了处理负向情绪,我安慰自己,与其忧人生之难,不如安身立命而

乐天吧。

我看到我的朋友圈相册封面是一位小姑娘倒立的图片,望着她那飒爽的英姿,我的眼前浮现出90多岁的Phyllis练习瑜伽的身影。

我查阅资料得知,身体条件允许,做好安全措施可以练习倒立。倒立可以促进脑力发育、改善睡眠、提高精气神等。我决定在有限的空间内练习倒立。

孩子的爸爸把我的身体倒置在墙上,陌生又茫然的恐惧感和全身的血液一起聚向我的头顶。胀痛感越来越强烈,也许是我的脸色太难看,孩子的爸爸未等我呼救,赶紧把我的脚往上一提,稳稳地放到瑜伽垫子上。

有孩子爸爸的帮助,我练习倒立的勇气与热情丝毫未减。我从怎样都蹬不上墙,到可以蹬上墙坚持几分钟,再到可以离墙稳稳地头手倒立,我用了不到一个月的时间。然后,我开始挑战手倒立蹬腿上墙。我一遍遍,一天天地练。一个月过去了,两个月过去了,我仍然一遍遍,一天天地失败。梦想的七彩模样在我脸上逐渐变得灰白,继而近乎幻



李雪勤,生于八十年代,丰县人,散文作家。喜欢山水、文字、健身运动。文笔清新质朴,颇有韵味。

灭。也许我只能学会头手倒立。手倒立、倒立行走,对于已经30多岁又无基础的我来说,只能是一个美好的梦。我埋怨自己,早些年为何不学。

运动会让人上瘾,它和阅读学习一样,一旦养成习惯,便是戒不掉的情怀。

通过向Phyllis学习的过程,我发现,年龄真的只是一串数字。只要开始学,什么时候都不晚。经常运动提高身体状态,对生活学习充满热情,定能受益无穷。

记忆中的丰县年味

望着一幅幅飘着新鲜墨香的春联,晾满整个大厅,蓦然间,儿时抱着红纸去大爷(我爸的大哥)家,排队写春联的难忘记忆涌进我的脑海。

儿时看到我爸从集市上买来红纸,我便抱起红纸欢快地向大爷家跑去。见到大爷坐在堂屋门前抽烟卷,我会甜甜地喊一声:“大爷。”

这时大爷的瘦长脸上就会笑出一脸褶子,露出八颗被烟卷熏黑的牙齿,拉着唱腔答应:“唉,真乖,一会先给小雪写。”

看着大爷拿着毛笔在红纸上刷刷刷几下,几个漂亮的毛笔字便展现在我的眼前,我很是羡慕。儿时的我总觉得大爷是最厉害的,可以写出这么好看的毛笔字。在红纸与太阳的映衬下,黑亮的墨迹令

我神往,这也是我对文化年味朦胧的认知与礼赞。

我的朋友因为毛笔字写的好,几年前受邀写春联,送与小区居民,我参与发放春联活动。不知是宣传力度不够,还是居民已经有了商家送的广告春联,又或者是居民更喜欢买精致华美的春联。总之来领春联的居民寥寥无几。

我在想,是时代的节奏太快,落下了我吗?如果我有幸得到蕴含文化年味的手写春联,无论谁买来多么华美的春联,我都不会与之交换。

前年,朋友离世,我摘下他送给我的手写春联,小心的收好珍藏起来。我觉得手写春联是中华优秀传统文化的展现与传承。

崭新的“压腰钱”与美食也是我难忘的过年记忆。

儿时觉得除夕的黄昏多是令人喜悦的。除夕的天空刚刚蒙上一层浅浅的夜影,我爸妈便嘱咐我

和姐姐,大年年要图个吉利,不论遇到啥事不准哭、不准闹。谁听话就给谁崭新的“压腰钱”和好吃的零嘴。我和姐姐为了美食与压腰钱,点头如捣蒜。

有一年,我爸给姐姐20元“压腰钱”,给我15元,我爸的理由是姐姐大我小。我爸还说等我再大些也给我20元。我觉得这一年除夕的黄昏喜庆中夹杂着一丝寒意,冻得我的心凉凉的。

那一刻,天空中爆响的喜庆鞭炮,映红了姐姐脸上绽放的灿烂笑容。虽然事先被我爸警告,为了来年的好年景,大年年不准哭闹,但那时年龄小,体会不到爸妈的生活压力,体会不到那个年代每一笔开支都需要抠掐着算计。因此,我仍将我的不满情绪无声的展现在脸上。

爸妈忙着分给奶奶、二奶奶、三奶奶……准备的年货,并未在意我的欢喜与失落。

年货准备好以后,爸妈便让我和姐姐

给爷爷奶奶们送去。我和姐姐是乐于接受这项任务的。因为满脸慈祥的爷爷奶奶们会夸我们懂事,会把我们的布袋和双手里放上大把大把好吃的糖和糕点。还会给我们压腰钱,并不因为年龄而给多或者给少。

给爷爷奶奶们送完年货,要是我爸还没有发给我和姐姐“压腰钱”,我便说:“您要是今天不给我,我明天早上就闹着要。”我爸笑着说:“你搁钱上,脑瓜怪好使来,年年不忘,还会威胁大人来。”说完爽快地掏出了钱,笑呵呵地递给我们。

过年,扁食是家家餐桌必备的一道美食。我妈包的扁食皮薄、肉多、馅大。被我妈煮熟的白胖扁食们挺着圆鼓鼓的肚皮,热闹地躺在盆里。仔细一瞧,其间夹杂着或状如扁片,或身材瘦长的扁食,那便是我的杰作。

我姐说,我包的扁食让我自己吃。我听后赶紧将我包的扁食从盆里捡出来分给我爸我妈吃。我爸总揶揄我:“你还怪孝顺我来,给我能多扁食,我的碗还用茺子茺上不?”

想着儿时的过年记忆,望着步履不再矫健的爸妈们,我越来越明白爸妈这一代人当年生活的不容易。

而今日子越来越好了,可经历过黄连般凄苦岁月的爸妈们,依然节俭的令我心疼。他们总说要给孙子攒钱上大学。

我的爸妈们,你们让我说些什么好呢。

今年因为疫情还未过去,妈妈早早地包了我们喜欢吃的菜包子、豆包子……我的另一位妈妈(孩子的奶奶)早早地包了一大包扁食,还准备了其他年货。

爸妈们都说:“万一疫情防控严,你们过年来不了,咱们就服从上级安排,在各自小家过年。我们不用你们管,家里啥都准备好了。你们安心工作,安心过年。”

爸妈们辛辛苦苦为我们准备的年货,积满了车后备箱,在灿烂阳光下闪着温暖的光。

爸妈们准备的年货和手写春联一样,浓厚了记忆中的年味氛围。爸妈们绵绵不断的爱和手写春联所传递的文化情怀一样珍贵,同样温润了我的心田。岁岁年年,年年岁岁。

