

退休之后

鲁北

一晃退休两年了。这两年，自己感觉和没有退休一样。身体没有衰老，精神没有颓废。熟悉我的人说：你心态好！他说得对，我确实心态好。

宋代无门慧开禅师说过：春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。莫将闲事挂心头，便是人间好时节。这话说到我心坎上了。

退休之后，我还是和原来上班的时候一样，按时出门，按时回家，只是不叫上班了。上班是一种公务活动。退休了，就没有了公务了。我每天的出行，只不过是换了一种方式。

有时在路上遇到熟人，打一声招呼。人家说：你上班去？我无法正面回答，说上班不好，说不上班也不好，只有点点头，笑笑，默认了。

退休之后，身体还算硬朗，我实在不想总是待在家里。我渴望有一个属于自己的空间，在那里能喝茶，和朋友聊天，做点自己喜欢的事情。人们习惯将这个空间叫工作室。我也寻得一个这样的空间，姑

且叫它工作室吧，还兴致勃勃地给工作室起了一个好听的名字：半间屋。其实哪有真正的半间屋呢？再小也是一间，只是这样叫它罢了。有了这半间屋，就有了好去处。我每天在半间屋里读书、写作，也快乐。

一个周日，吃了晚饭，我去半间屋的路上，遇到一些饭后散步的人，都熟悉。其中的一个问：星期天还上班？我说：我退休了，哪有星期天，只有一年365天。对我而言，日子不再被工作日和休息日所划分，每一天都是全新的开始，都能尽情做自己热爱的事。

我是一个喜欢写作的人。对于这个业余爱好，上班和不上班、退休和不退休，没有太多的区别。我始终把别人喝咖啡的时间，用在了写作上。从参加工作以来，我就养成了视单位为家的习惯。这可能与自己的喜好有关。在农村教书的时候，家里没有专门的书房，孩子哭老婆叫，嘈杂的环境让我难以静下心来，于是我就喜欢到学校里安静地读书写作。

那时，学校那间小小的办公室，就是我

心灵的栖息地，我在那里沉浸于知识的海洋，挥洒着笔墨。调到县城工作以后，虽然住房条件改善了，也有了自己的书房，但我还是喜欢去办公室里读书。白天去，晚上去，周末也去。办公室里那熟悉的氛围，一排排摆放整齐的书籍，似乎都在召唤着我，让我能更专注地与文字对话。

这种习惯，坚持了40多年。退休了之后，还是这样，怕是不改了。现在，一年365天，除去特殊日子之外，天天迎着朝阳去半间屋，午时回家吃饭，午休后又去半间屋，傍晚沐浴着晚霞回家。晚饭后，在黄昏里去半间屋，十时许，伴着星光回家，结束了一天的劳作。在这看似单调的日常里，我却享受着属于自己的节奏，每一分每一秒都过得充实而满足。

在短短两年的时光里，我写出了300余篇散文，出版了25万字的散文集《县，或村》和18万字的长篇报告文学《云丝之母：鄆云鹤》、30万字的长篇报告文学《李竹如：呐喊与战斗的一生》，还在报刊发表了200余篇（首）散文和诗歌。我不是炫耀我的成绩，我只想表达我活得很充实。

一个退了休的人，无论你干什么，能活得充实，比什么都重要。退休不是尾声，而是生命交响乐中独具华彩的乐章。

知命之年背古文

张艳华

的人，又怎甘心落后呢？立刻让孩子把文本打印出来，在抖音上搜索朗诵，选择朗诵文本有注解的。先解决生僻字词，再逐句理解，形成关联，形成画面。反复朗诵，甚至半夜醒来都在回想，从早到晚不敢松懈。

“只要功夫深，铁杵磨成针”，还真是，后来我总结了一下，一个人如果想懒惰，可以找出成百上千个不重复的理由。

努力之下，我终于结结巴巴背了半篇交到群里，松口气，以为可以交差了。对于我来说，真是“蜀道之难，难于上青天”。

老师说：“背出来就很好，只是听着有点‘翻白眼’的感觉。”毕竟是知命之年，能背出来就不错了，我对着手机屏幕笑，为自己的成功沾沾自喜。好心情没到一分钟就结束了，班长说：“你真棒！但是我相信你可以背通整篇。”我被这激将法整蒙了，群里姐姐们都在说鼓励的话。缓过神之后，生性要强的我，又暗下决心，背！

只是，背诵道路长且难，记住后句忘前句，记住四节忘三节。录音时，一句卡住就要重新开始。一遍、两遍、十几遍或二十几遍……

晚晴

责任编辑 柳再义
投稿邮箱 jsgrb_fkb@163.com

想放弃又不甘心，气馁之后又选择坚持。茶余饭后不敢松懈，半夜醒来翻小纸条、出去散心也会停下来翻小纸条，终于背出完整篇目。反省自己的心态，感觉应该端正态度主动学习，之后的日子里，闲来无事就背着玩，有一次三分半就背完了，并且还爱上了背诵。暑假闲来无事，把《离骚》《天问》也背完了。细细想来，自己也感觉不可思议。

或许背诵本身并无太大意义，但对我而言，有了很大程度的改变。可以抛掉脑海里烦恼的记忆，可以充实灵魂，可以延缓大脑衰老，置身于荒凉的空间再也不会感觉落寞孤独了。身体不好何必去追逐拥挤的人潮呢，在安静中读美文、记一些名句，何尝不是快乐的生活呢？

在这连绵雨季，忽然有些感慨：屈原如果不把彭咸当偶像，选择隐居山林，我们或许可以读到更多的美食吧……

晚年本无定式

张健

秋意渐浓。街边的银杏叶镶上了金边，微风过处，叶片翩跹而落，宛如时光洒下的信笺。长椅上，老人们三三两两闲坐——有的眯眼小憩，任阳光在皱纹间流淌；有的楚河汉界对弈正酣；更多的则是安静地望着远方，目光穿过秋阳，落在岁月的某个角落。

“老有所养”的春风确实温暖了晚年。养老金上调、社区食堂开办、免费体检普及，这些政策如及时雨，滋润着老人们的生活。但“养”字之外，我们似乎还该思考：当物质需求满足后，如何让银发生命继续绽放光华？

张老先生的故事令人感慨。这位退休语文教师自老伴离世后，虽衣食无忧却日渐萎靡。直到社区老年大学开课，他重新执起教鞭。每当路过教室，总能听见他铿锵吟诵：“老骥伏枥，志在千里！”那声音里跳动的，分明是重获新生的喜悦。

李婆婆的钢琴梦更让人动容。六十岁初识五线谱，七十岁登台演奏《梁祝》。布满老年斑的双手在琴键上起舞，虽不如年轻人灵巧，却因岁月沉淀而格外深情。“年轻时错过的梦想，老了反而能实现。”谢幕时她眼含泪光，而是灵魂与自我和解的晶莹。

菜市场口的陈爷爷总推着特制小车，上面挂满亲手编织的竹器。“手闲着反而生病”，他粗糙的手指翻飞如蝶，将青篾编成生活态度。那些略显笨拙的簸箕扫帚，件件都在诉说：衰老从

我想象过很多次老年的生活。余秋雨说“老年是一首诗”，当人人迟暮之时，人便成了一本活着的哲学史书。童年是用来治愈一生的故事，在我的老年生活里，这篇故事将会悄悄写进这本“哲学”的扉页。

人们总会以为自己皮肤上的皱纹又或是不再精致的轮廓而暗自神伤，可活着并不只该局限于年纪或肉体，老去自然有老去的优雅与从容。我希望自己的老年生活可以在这座城市里一处安静的小镇度过，在这里生长了几十年的我，根是万万不可离去的，但茎叶我却可以随意散落。

我的院子里要有爬满墙壁的紫藤花枝叶，那是幼年时的我读书的学校里的最明显的标记；墙侧要种满红色的月季，那是奶奶家独一无二特色；院中要种一棵大大的芭蕉树，零散的地面就洒下太阳花和含羞草的种子，那是外婆家弥漫开的植物气味。我的老年生活里要装下他们的影子，带着他们和我一起长长久久地感受这四季重复的世间。

不是放弃创造的理由。

这些身影让我懂得，真正的养老之道，在于让每个生命阶段都保有选择的权利。王医生用义诊延续医者仁心，赵阿姨带领舞蹈队跳出“夕阳红”，周爷爷在公园义务教授书法——他们未必知晓“积极老龄化”的理论，却用行动诠释着“老有所为”的真谛。

当然，晚年本无定式。静坐读书是境界，含饴弄孙是福气，莳花弄草亦是雅趣。重要的是那份从容：不将年龄视为枷锁，不把“老”与“无用”画等号，而是在时光的长河里，找到属于自己的流淌方式。

重阳登高的寓意，恰似人生缩影。年轻时勇攀险峰，中年时稳步跋涉，晚年时则该是登临送目的时刻——站在岁月垒起的高台上，看清风翻动稻浪，看枫叶染红山峦，看自己走过的万水千山。

政府的责任在完善保障体系，社会的担当在破除年龄偏见，而老人们要做的，是勇敢打开生命的下一页。此刻，秋阳正暖，银杏叶沙沙作响。长椅上的老人们陆续起身，走向绘画室、合唱团、棋牌角。他们的银发映着阳光，宛如岁月颁发的勋章，熠熠生辉。

老有所养，不如老有所乐；老有所乐，莫若老有所为。当黄昏与晨曦同样充满希望，当皱纹成为智慧的地图，这样的晚年，才是对生命最隆重的致敬。

银发如歌，且行且歌。值此重阳，愿所有长者都能谱就属于自己的诗篇——在时光的五线谱上，写下独一无二的休止符与咏叹调。

第56次老年遐想

徐唱

清晨，窗外有叽叽喳喳的鸟儿唤醒，在阳光中自然醒来，去公园与街坊四邻溜达、去菜市场买新鲜的蔬菜，慢悠悠又生机勃勃；午后，在院子里泡上一壶热茶，打开收音机听听新闻磨耳朵，翻开想看的书本间歇着打盹儿；傍晚，去街上散散步，看看夕阳看看日落，看孙子孙女在路边的打闹，和同龄人聊起彼此曾经的那些冒险经历，笑谈人生匆匆几十年的光阴似箭。

老年时的我终于没有朝九晚五的日子了，大概也早已看淡了风浪，或许也耕耘出了闲观云卷云舒的心土，岁月抚平了强壮的肌肉，却也赋予了一份端庄，任凭岁月如何老去，我都期待着好好呼吸着明天永远新鲜的空气。我们终有一天会站在人生的车站，车走了，那些交不出站台的站名，与那些瞬间和碎片黏合起的回忆，在终点站才会链接起完整的人生，这一笔只有在老年时的我们手中才能描摹出会心完整的画像。

笔墨为桥，看青春与传统的双向奔赴

当毛笔轻触宣纸，当青春笔锋叩响千年文脉，会谱写出怎样的传承新篇？本期《后浪》特刊，呈现了生动的答案。

来自江苏多地高中的学子们以笔墨为桥：楷书如崖柏挺立，将“岐王宅里寻常见”的诗意稳稳托起；行书似流云舒卷，让“轻舟已过万重山”的豪情跃然纸上；篆书若古藤盘桓，把岁月沉淀的哲思密密缠绕。从杜甫的沉郁到李白的洒脱，年轻的身影在经典长河中溯游，将心中热爱凝作笔端每一次精准的起落。

书法之美，既在于线条间流转的气韵，更在于那份如琢如磨的专注——与工匠精神“精益求精”的内核同频共振。少年们摹写的不仅是点横撇捺，更是对“把一件事做到极致”的生动诠释；他们接续的不仅是技法与审美，更是文化根脉中“守正创新”的精神密码。

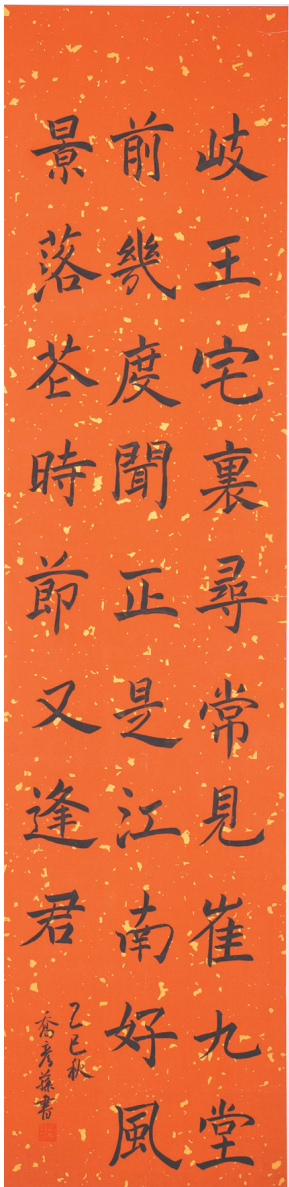
江苏自古为书法厚土，文脉如江水奔涌千年。如今，新一代青年郑重执笔，既是与先贤对话，也是在为时代立言。愿更多后浪以真诚为墨，以担当为笔，在传统的深源与当代的浪潮交汇处，让文化星火照亮更多青春旅途，让笔墨长河激荡出更加澎湃的时代新声。



楷书/苏州常熟海虞高中 李锦铭



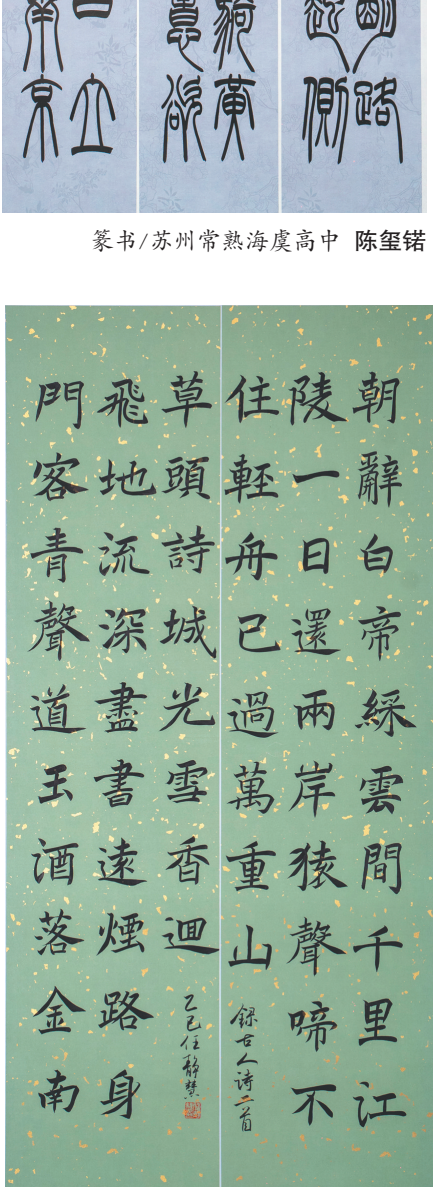
楷书/无锡宜兴二中 苟江蓉



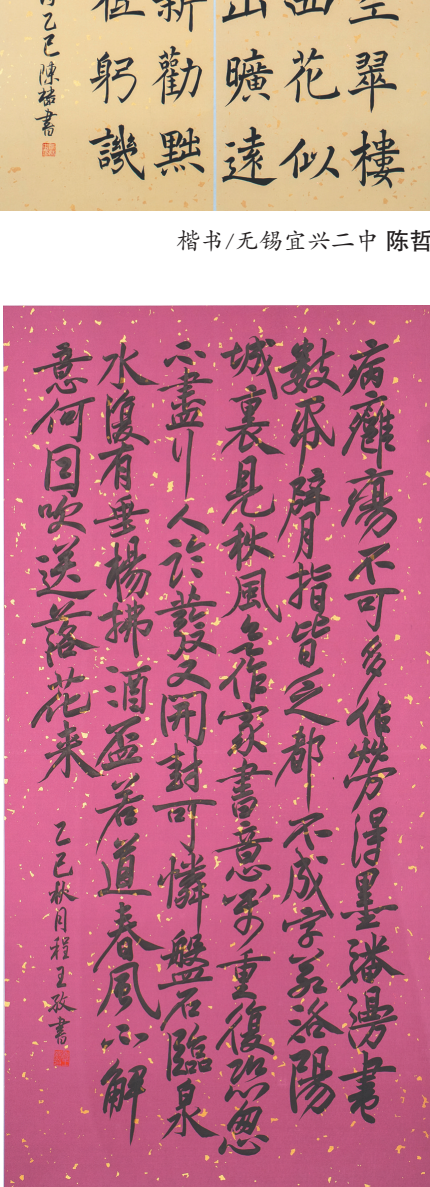
楷书/扬州宝楠高中 乔彦荪



楷书/泰州靖江一中 奚宛琪



楷书/苏州常熟海虞高中 任静慧



行书/苏州常熟海虞高中 程王孜

职工美术

本期编辑：董正或
投稿邮箱：zgms2024@163.com

·后浪特刊·