

时光再慢些

■高婷婷

已经许久没有和家人好好吃过一顿饭了,看着厨房爷爷忙碌的身影,突然感觉好像回到了小时候。只不过从前是奶奶做饭,爷爷烧火,如今是爷爷做饭,奶奶烧火了。

不一会儿,饭就好了。“婷啊,来吃饭咯!尝尝爷爷烧的红烧鱼!”爷爷笑着喊我,奶奶也盛好了米粥,摆好了碗筷,我却突然想搬个小桌子在院子里吃。奶奶担忧地说:“好好地在外面吃干什么,天虽然暖了但也有风,你昨天不是还不舒服的吗?”爷爷也想劝说,可看见我坚持的态度还是无奈地去屋里搬了小桌子出来:“她难得回来,想坐院里吃就由她吧,今天风也不大。”奶奶嗔怪道:“你就惯着她吧!”话虽这样说,可奶奶还是去厨房把菜端了出来。

我高高兴兴地搬来三张小凳子,分发好碗筷,爷爷急切地笑着盯着我道:“快尝尝爷爷做的红烧鱼,绝对不比奶奶做的差!”奶奶

立马佯装不高兴:“就你那红烧鱼,比我差十万八千里呢,颜色都没我做得好看!”我看看两老人拌嘴哭笑不得,在两人的催促中夹起一块鱼肉放入口中,就看见爷爷投来表扬的眼神,奶奶也急切地询问:“怎么样?好吃不?能有我做得好吃?”还没等我回答,爷爷就反驳起来:“我那可是大厨水准,能不好吃?肯定比你的好吃,孙女,你说,好不好吃?”“你就吹吧,还大厨水准呢,吹牛也不打草稿。”不等我回答,奶奶便抢答道:“我好吃极了:“还不错,值得表扬,你们也尝尝。”

奶奶尝了一口,咂咂嘴:“太咸了,没我的好吃。”

“鱼不咸能好吃?配粥肯定要咸一点。”爷爷不服气道。

“怎么年纪越来越大,反倒越来越像小孩子了。”我心里感叹。

微风拂过脸颊,一家人如从前一样坐在院子里,吃着熟悉的饭菜。看着二老小孩般拌嘴,听她们唠唠家常,别有一番岁月静好的模样。

吃完饭,爷爷负责刷碗,我和奶奶把院子收拾干净,突然看见了那棵被砍掉的桑树。

儿时,奶奶总是在这棵树下摘菜、纳鞋底、缝衣服等,每到夏季的夜晚,她都会拿一把大大的蒲扇,一边给我和弟弟讲故事,一边给我们扇风。白天,我会和弟弟一起摘桑葚,弟弟负责爬上去摘,我则在树周围铺好布料,等弟弟摘完,我就把布料里面的桑葚捡起来,一半我们自己吃,一半洗干净放在碗里,留给在地里劳作的爷爷奶奶。那时候,村子里有一户人家已经有了秋千,我和弟弟也想玩,但是家里没条件,于是爷爷就在桑树下自制了一个秋千。蝉声

和蛙声都在歌唱夏夜的惬意,我和弟弟在树下轮流荡秋千,捉迷藏,玩累了就坐在桑树下听奶奶讲故事。如今这棵桑树只剩下一个孤零零的树墩子,那段最美好的时光再也回不来了!

奶奶突然叫我:“愣在那干什么呢?回去洗洗睡了,别忘了还要喝点感冒药。”

我回过神来,悄悄擦掉了眼角的泪花,笑道:“我知道啦,马上就回去喝药!我又不是小孩子了,不会照顾自己吗?”“你啊,什么时候能照顾好自己的背,我就谢谢你了!”我搂着我比矮了一头的小老太太,她还在絮絮叨叨,可我发现她的背已经佝偻了,脸上都是岁月留下的痕迹,从前是黑发里找白发,如今已经是白发里寻黑发了,真希望时间能走得再慢一点!



永葆一颗不老的心

■常青

秋天来了,天气变凉。但在城区的健身广场上,成群结队的老人们热情高涨,有下棋、打牌、晒太阳聊天的,有打太极、耍空竹、跳广场舞的,有闲庭信步,舒展筋骨的……他们个个都有一颗不老的心,选择自己喜爱的项目,乐其所乐、兴致盎然。

心不老,人就开朗。人到晚年,心如止水,未必是一件幸事。人老了,话少了,社交圈变窄了,心里忧虑的事太多,对任何事情都不感兴趣,这样的老人很容易患病。的确,这样生活就少了色彩,多了灰暗;少了乐观向上,快乐就会抛你而去。

生活中,有不少老人喜欢外出,喜欢与人打交道。笔者认识一位老人,退休后,免费到一所中学去当图书管理员,生活有规律,工作无压力,用他的话说,每天看到生龙活虎的学生,感觉自己也年轻了许多。在不同的环境,对老人的影响还是蛮大的。在宽松的环境里,对老人普遍是尊重、是关心,很有人情味,老人生活就很舒坦;在苛刻的环境里,对老人不会有那么多的理解与包容,相反,有些事情老人做得不到位,也会被毫不客气地批评,在这样的环境下,老人生活不会惬意。

老人个性开朗,是好事,但也要把握分寸。有的老人只要是他不顺的事,忍不住大批特批,该说不该说的,他都要说,没有一点边界感。媒体上常报道,有些老人上了公交车,强令年轻人让座;遇到不服的年轻人,要与老人“大战”三百回合,那老人就口吐脏话,不堪入耳。老人上了公交车,对让不让座,都要报理解的心态去看待,而不是岁数大,所有人都得让着我,不然,我就不会善罢甘休。这样没有边界感的老人怎么能得到社会的尊重呢?

永葆一颗不老的心,老人“三观”要正,要懂得包容他人、热爱生活。就是每天坐看日升日落,也会看到生活的真谛。很多时候,滋生百病、生活不如意是老人常常碰到的,这些不确定的因素,更需要保持对生活的热情。困难面前不悲观,面对挫折不灰心,以平常心过生活,以欢喜心度自己,不断调整生活状态,多与正能量的人交往,多做正能量的事,多说正能量的话,乐观对待每一天,这样的老人永远年轻,他们的人生又怎么能不精彩呢?



中秋赏月

■诗阳

中秋赏月,大多与风雅有关,主打一个文化。鞭炮齐鸣,推杯换盏,春节狂欢,主打一个欢乐。粽叶飘香,龙舟飞驰,端午抒怀,主打一个传承。节节不一样,各有各灵魂。

古人的中秋节,是文人雅士狂欢的节日,唐有香山居士,喜邀友人赏月;宋有东坡居士,中秋节欢饮达旦,大醉,写下“但愿人长久,千里共婵娟”千古佳句。到了明朝,他们还抬高联欢的规格,举办大型赏月音乐会,真是热闹极了。

现在的中秋节,风雅不足,狂欢不够。明月浮空,想邀约三两友人把酒临风亦不能如愿。总有一群死气沉沉的年轻人,对什么都不那么上心。邻居家的儿子五年未回,没有儿子的中秋节,那老两口烧几个菜,坐在院子里,对饮几杯美酒,高兴地聊天、赏月。他们以自己的方式,表达对团圆的一种向往,更是对生活的热爱。

闲有所得

■一泓

邻居有一位老爷子80出头了,整天大忙人一个。岁月对他似乎格外照顾,退休后让他做了许多以前一直想做而未能做的事情,他感到生活的充实。他常说,人老了,就要给自己找点事做做,不然生活就会枯燥、无聊。人啊,一无聊了,就会想得太多了,想得太多了,连个觉睡得都不安生。

可是一场病,让老人家忙碌的生活“停摆”了,一个人待在家里,无聊就像一条巨蟒缠绕着他,让他有些喘不过气来。百无聊赖之际,他电召儿子回家。儿子对他说,岁月不饶人,您要学会休闲,放宽心态,享享清福,有什么不好呢?老人听了儿子的话,觉得有些道理,不再执着于忙碌的生活。他开始每天读书、看报、写字,写些小文章,投到各大报纸杂志,一年还能上了几篇呢。

忙起来高兴,闲时受不了,这是时下很多老人的生活状态。闲也不一定是坏事,只要不是无聊,闲得有情有调,就会闲有所得。静听花开,雨天听雨,享受生活得好时光,淡定从容,不疾不徐,一切都在舒适的范围内。

向下扎根

■语之

树高千尺,枝繁叶茂,根藏沃土。奋斗人生,从容淡定,必是根之牢固。年轻人像一粒种子,只有扎根在人民中间,选择奋斗,才能蓬勃向上,长成参天大树。

蔡工村党总支书记,硕士生,她叫王玮。当初,她放弃了大城市优越的工作环境,来到蔡工村,扎根在田野,奉献在蔡工村,带领乡亲在“一亩三分地”上写下乡村振兴的诗篇。从一个大学生到蔡工村的领头人,无论环境多差、工作多苦、压力多大,她皆以顽强毅力顶住,不后退半步。不懂农情,多向农民学习;经验不足,多向同事请教,从“门外汉”变成了“行家里手”。

在这片沃土,王玮不断充实自己,懂得如何更好地为村民服务,她成立蔡工联盟,以“农民合作社”的形式,走出一条村集体领办、合作社加盟、项目引领的发展之路,“三红产业”,火红了乡亲们的生活。

“大木百寻,根积深也;沧海万仞,众流成也。”责任在心间,担当扛肩上。根往深扎,劲往上走。不负时光,结出丰硕的果实。



寂 寞

■青竹

有一段时间,我闲了就会往外跑,漫无目的地往外跑。

每次跑出去的时间都不长,一两个小时。跑出去的地方都是临时决定的,或公园,或商场超市,或菜市场,或繁华的街道。总之,我的一颗心似乎浸润在俗世的嘈杂之中,方能清醒冷静下来。

可我知道,这样的生活不是我想要的生活,我从来不贪念世俗的热闹。

我应该是习惯于安静的人,从小就是,哪怕是热闹的春节。在我不谙世事的小小年纪里,一本书就足以抵御外面的热闹,让我安安静静地守上半天时间。

人要是长不大多好!可以不问生计,没有烦恼,无畏时光。

“有哪一样事情是按照自己想象的那样发展的呢?”朋友在推杯换盏中敞开心扉,一句话道尽人生的酸甜苦辣。

酒是个好东西,三杯两盏下肚,再不如意的事情,都可以抛之脑后,取而代之的,是对过去遗憾的释怀,是对努力改变现状的鼓励,是对不可知未来的期许。

我想要什么样的生活呢?不过是无事上心头罢了。自以为再简单不过的生活,却是最难以企及的奢望。

“你注定是奔波劳碌一辈子的。”这是幼时,一位路过我家门口的风水先生给我的人生判词。

就像孙悟空想方设法摆脱紧箍咒一样,我一生都在为摆脱这位风水先生给我的这句判词而不懈努力着。然而,竭尽所能,直至白发渐生,都未能摆脱。

这句话已经成了咒语,是我无法摆脱的诅咒。

纵使使百般努力,仍旧身在泥沼中,仿佛越挣扎越沉沦。

在沉沦中,我成了惊弓之鸟,稍微地风吹草动,就会让我惶惶不可终日。

如果人生是一场梦多好,一场可以重来的梦。梦想时分,一切的一切都烟消云散,然后重新开始。

可是,人生不是梦。人生的路只有一条,选择了就再也回不了头了。

自己选择的路,再苦再痛都要走下去。

只是,所有的辛苦和挣扎都是徒劳,诅咒的枷锁越勒越紧,我几乎要窒息了。

难道一切都是天意,不然为什么半分不由己?

于是,我不再安静,我也不想继续窒息下去。

于是,我选择了出逃,频繁地出逃,用外面的热闹掩盖对生活的无力感,用俗世的喧嚣来应对内心的寂寞。

是的,寂寞。我从来不承认自己是寂寞的人,我向来是喜欢独处并享受独处

的。唯有独处,我才是真正的自己,哪怕什么事也不做,静静地发呆,也是美好的。

为什么就寂寞了呢?那是对半生徒劳无功的厌倦,那是无法对他人言说的压抑。

改变从盛夏开始。持续的高温把我逼回原先的生活状态。

我又恢复了以前的生活节奏:重新拾起书安静地看着、为自己做一道可口的饭菜、细心地打理花草、边做家务边听养生节目……

躁动不安的心慢慢安静了下来。

寂寞的感觉悄然泯灭。

“任何事情的发展都是动态的,我们只管努力往好的方向推动,然后顺其自然。”老同学说。

是的,“人生不如意事十之八九”,芸芸众生,每个人都有自己的烦恼吧。

不执着于过往,不懈怠于现在,不迷茫于未来。生活的一缕阳光总会照在心上。

社交礼仪篇

网交 并非虚拟真人在

- 1.网上的交往应如现实生活,不能进入虚拟世界就忽略了法律、道德和礼仪。
- 2.真诚待人,像当面谈谈那样诚恳、友善、亲切、慎重。发帖之前要仔细检查内容的准确性,语法、用词的失误或错别字都会影响自己的网络形象。
- 3.注意网上礼貌用语,文字应准确、简洁,与对方真诚友好地进行交流。
- 4.尊重别人的版权,不要抄袭他人的作品,而原创更能吸引眼球。
- 5.注重保护自己和他人的隐私。尊重他人的隐私,未经同意不能公开他人的真实信息,包括电子邮件、私聊或私信的记录。
- 6.网络生活也要追求高境界,可与他人共享彼此的专业知识,交流信息,互相帮助。自己的提问得到回答,要表示感谢。
- 7.网络争论是非常现象,要以理服人,不要进行人身攻击。言语低俗会使网友远离你。
- 8.自觉做个守法网民,使用正版软件,不伤害、不攻击、不干扰别人,不偷窃别人的资料、智力成果和网络资产,未经许可不得使用别人的计算机或网络账号,自觉抵制歪理邪说、黄色网站、黑客软件下载网站,不制造和传播病毒、谣言、垃圾邮件,促进网络的安全可信。
- 9.在网上开店或购物都要自觉遵纪守法、诚实守信,公平买卖,促进网络交易的繁荣。
- 10.营造绿色网络环境,不制造、不浏览、不传播不良信息;不制造、不传播文字垃圾和垃圾邮件;维护网络安全,遵守网络秩序。

文明礼仪

养成教育

