



岁月

七十岁说

王唯唯

2025年5月28日,是我七十岁生日,也就是说,我已走完人生整整七十年的路程。

认真想想,时间是真的不经过,70年的岁月就像流水般匆匆逝去,留下的只有无尽的回忆与感慨。实话实说,我不在意自己慢慢变老。有句话说得好,你可以什么都不服,但不能不服老。生活中,有风有雨,时雨时晴,风雨交加,晴雨相间,这些是自然常态。人入老境,体力、记忆力、灵敏度,均呈江河日下状,这些也是人生常态。人老了不像文物古董越老越值钱,尽管老夫、老教授、老专家很吃香,却没有一个想老在别人的前面。老,毕竟是人生的最后一段,虽万般不愿却无法拒绝。

“众老忧添岁,余衰喜入春。年开第七秩,屈指几多人。”白居易在年届七十时写下的这首诗,表达了诗人对岁月的珍视和对春天的喜爱,同时也传递了一种积极向上、乐观面对生活的态度。认真想想,人老了,因为看清了自己,也就原谅了自己。所以,正确的仪式是,向自己的过去鞠躬道歉,深沉地说:那时候,我争强好胜,要得太多,对不起,委屈你了。往后的日子,一定好好过!

我现在每天除了做一些力所能及的家务活,绝大部分时间都是待在家里伏案读书和写作。我读书只读纸质书,不读电子书,觉得只有这样才有读书的现场感、仪式感。每天早饭之后,走进书房,一个人,一杯茶,一本书,这样的时光,很是享受。从书橱里抽出一本书来读,在平平仄仄的字符间,在絮絮叨叨的述说中,在起起伏伏的故事里,乐在“读”之,乐在“思”之,乐在“悟”之,乐在“感”之,乐在“醉”之。借用亦舒的话说,书不是化妆品,改变不了你的五官。但你读过的书,却能融进你的气质里,显露在每一个需要力量的时刻。

美国作家苏珊·桑塔格说,“所有写作都是一种

纪念。”现在的我虽然似感到力不从心,不是那么信心满满,但写作对我来说更像是一种精神生活方式,如果没有阅读和写作,我很难想象自己会成为一个什么样的人。我勉励自己:春风既来,花自盛开,珍惜与文字结下的情缘,不轻易放下手中的笔!当然我也明白,现在我所写的,并不是什么惊天动地的“沧海大文章”,而只是存在我过往岁月里一些难以忘怀的点点滴滴的细节,旧事新说而已。

每天傍晚,我就去离家不远的银河公园散散步。散步于我不仅仅只是健身、养生,而是更愿意把散步看做是感受生活之美的一种途径。一个人沿着河边散步,一花、一草、一鸟、一石……都是途中的小友,随时可为它们止步。随行随止,无牵无挂,什么都可以想,什么都可以不想,思绪似彻底放空,又仿佛满满当当。感觉这是最自由的时候,也是距离自己最近的时候。沉浸在自己的小世界里,自在悠闲,充实快乐。

上周朋友老紫在群里发了一则顺口溜:七十不算老,八十满街跑,九十才称老,百岁上墙了。笑后细细琢磨,传统观念中,70岁常被视为老年阶段,而现代医学与生活方式的变革,使老年人寿命延长且保持较高生理机能。此顺口溜的意义告诉我们,人不思老,老不将至,保持积极乐观的态度,好好享受生活。

人生有限,死是生命的前提,有生有死,才是一个完整的过程。现在的我,常常告诉自己,健健康康,轻轻松松,高高兴兴走完这段路就是人生赢家。正如梁实秋在《老年》一文中所说的:“人吃到老,活到老,经过多少狂风暴雨、惊涛骇浪,还能双肩承一喙,俯仰天地间,应该算是幸事。”

七十岁了,作《七十岁说》,这是向过去的告别,也是对未来的告白。给自己送上一句话:心若年轻,岁月不老!

诗词

刘铭传

王家富

烽火当年蔽海涯,将军仗剑靖边沙。
百磨铁甲驱穷寇,一袭红袍惠汉家。
抗法保台昭史册,设厝开矿著云霞。
英魂已化蓬山鹤,浩气犹萦两岸花。

沁园春·游北京有感(外一首)

施家常

北京之旅,一路见闻,景色突出。
看神州大地,欣欣向荣,蒸蒸日上,朝气蓬勃。
深化改革,扩大开放,应对挑战稳大局。
基础固,江山人民,坚如磐石。
社会安定和谐,科创富民共幸福。
沿二十大指引,努力奋进,勇毅前行。
征程跨越,从严治党,正风肃纪,
防腐倡廉不停足。
再前进,为复兴伟业,重创佳绩。

浪淘沙

丰碑溯史杭,科技力强

劈山涉水织河网,抗灾雄心斗志壮,牢记不忘。
景色似画廊,中外名扬。
灌溉发电增产粮,受益人民讴歌颂,业绩辉煌。

随笔

大暑三伏天

梅会林

蝉鸣撕开七月的天幕,大暑裹挟着三伏的热浪轰然登场。

古人将大暑拆解为三候,每一帧都藏着自然密码。《逸周书·时训解》记载:“一候腐草为萤;二候土润溽暑;三候大雨时行。”腐草堆里跃出的萤火,恍若夜空中坠落的碎钻,可李商隐笔下“于今腐草无萤火”的怅惘,在现代都市愈发清晰——柏油马路吞噬了泥土,霓虹灯取代了流萤,夏夜的浪漫成了濒危物种。到了“土润溽暑”,大地饱吸雨水后在烈日下发酵,空气里浮动潮湿滚烫的热浪,走在田埂上,汗珠顺着脊梁流淌,才懂李绅“锄禾日当午”的汗珠,原是滚烫的生存诗行。

作为二十四节气的第十二站,大暑以超越小暑的炽热冠名。东汉刘熙《释名·释天》言:“暑,煮也;热如煮物也。”民间“小暑大暑,上蒸下煮”的俗语,与现代人戏称的“桑拿天”暗合。这看似残酷的高温雨季,却是万物疯长的狂欢节——玉米秆蹿得比人高,红缨子如持矛军团的旗帜;棉花开出白的、粉的花,点缀绿叶间;花生藤蔓匍匐地表,在泥土里孕育珍珠。天未亮,农人们便扛锄下田,日头毒辣时仍不停歇,除草、施肥、杀虫。

古人消暑自有章法,一个“伏”字道尽生存哲学。唐代张守节注解:“伏者,隐伏避暑也。”三国程晓《嘲热客诗》绘出古人蛰伏智慧:“平生三伏日,道路无行车;闭门避暑卧,出入不相过。”西汉“伏日诏”让官员放假,汉武帝还会赐肉;唐宋“三伏给休”,官员在初伏、中伏、末伏各得一日假。文人雅士更将避暑过成风雅事,或栖身山林听泉,或静坐水畔观荷。

寻常人家的消暑智慧藏在草木间。竹帘取代布帘,凉席铺就木床,枕头裹上藜草垫,老人们甚至用小木凳当枕,冰凉沁骨。北方人编草墩、戴草帽,南方人披蓑衣、戴斗笠,这些带草木清香的物件,构成夏日独特风景。饮食也顺天时,煮一锅绿豆汤,撒把冰糖冰镇,清甜直抵心脾;菜市场里,苦瓜、丝瓜、黄瓜成抢手货,凉拌菜摊前总排长队。可即便有空调电扇,现代人反倒像被圈养的困兽——在恒温空间里丧失对季节的感知。

年复一年的大暑三伏,见证古今生存智慧。摇蒲扇、睡凉席、井水镇西瓜的旧时光,正慢慢褪色成记忆里的水墨画。

人物

赤脚医生

陆伦求

在二十世纪六七十年代,中国农村出现了一个特殊的医生群体——赤脚医生。他们没有固定的编制,是由乡村或基层政府批准和指派的,拥有一定医疗知识和能力的医护人员。这些医生白天可能还在地里干活,晚上就背着药箱走村串户给人看病,他们既是农民也是医生。他们的出现,大大缓解了当时农村缺医少药的问题,还在农村普及了卫生知识,对除“四害”、治血吸虫病等作出了大贡献。

说起赤脚医生,我就想到了老表杨大力。他家祖辈都是太湖县天桥乡的老中医世家,几代人都行医。由于历史原因,杨大力孩子读书受限,小学一毕业,就跟着父亲翻山越岭,学医采药,继承了家里的医术。因为他能吃苦,肯学,加上家里的秘方,十七岁就成了村里的赤脚医生。

杨大力的药箱像个小诊所,上面放着些常用药,像土霉素、阿司匹林,还有注射器,下面则藏着《赤脚医生手册》和他抄的治疗秘方。他经常在漏风的土坯房里用听诊器给人看病,晚上在煤油灯下用银针扎穴位。他那个“移动诊所”特别灵活,那时候药品匮乏,他用蒲公英当抗生素,用车前草治痢疾。他穿着解放鞋,走遍了附近的山村。

记得那是20世纪80年代初,我家在大山里面,日子过得挺艰难。我妈和我哥都得了严重的肺结核,打针吃药都不见好。每天晚上听着他们咳嗽,我难受得睡不着。

后来我爸听天桥乡的亲戚说,他那边有个叫杨大力的赤脚医生,医术高超,治好了不少疑难杂症。一打听才知道,杨大力的妈妈还是我爸的远房妹妹。我爸立马决定请他来给我母亲看病。那时候从我家到天桥乡没有公路,得走三十多里山路才能到杨大力家。天刚亮,我爸就带着我出发了。山路弯弯曲曲坎坷不平的,每一步都是踩在杂草间的沙石子上,有时候还要攀爬岩石坎坝。早上雾气蒙蒙的,给山峰披上了一层神秘的面纱,

也让我们路更难走了。

我爸走在前面,背影特别坚定,就像一座山。我跟在后面,背着干粮,心里既担心我妈和我哥的病,又好奇这个传说中的赤脚医生。我们走走停停,渴了就喝口山泉水,饿了就吃点干粮,就这么一步步满怀希望往前走。快到中午时,我们终于到了天桥乡陆家牌村。按路边老伯的指引,我们找到了杨大力的家。那是一栋旧的砖瓦房,院子收拾得干干净净,几株草药在风中摇晃,散发着药香味。

杨大力听到动静迎了出来,他中等个子,皮肤晒得黑黑的,眼神很温和坚定。他热情地叫我爸“舅舅”,招呼我们进屋。聊了几句后,我爸说了来意,杨大力二话不说,拿起药箱就要跟我们走。“路远,咱们得快点,争取天黑前回去。”他边检查药箱边说,那份认真让人特别信任。

回来的路上,杨大力边走边问我妈和我哥的病情,他说治病就像打仗,得先了解“敌情”才能下药。这话让我这个啥都不懂的小子对医学有了新的认识。

太阳快下山时,我们终于回到家。杨大力顾不上休息,就开始给我妈和我哥看病。那一刻,我看到了希望。接下来的日子里,杨大力不辞劳苦,隔几天就来我家一次,根据病情调整药方,还教我们怎么照顾病人,怎么调理病人身体。在他的治疗下,我妈和我哥的病慢慢好了,咳嗽少了,脸色也红润了。每次走的时候,母亲在衣柜的角落里摸出五元皱巴巴的钱给他,他看到我当时艰难的境况很少收下,总是说,“亲戚帮忙不要钱的。”

那段日子,杨大力不仅治好了我母亲和哥哥的病,更用他的医术和医德,在我心里种下了感恩和希望的种子。

现在,每当夜深人静,我都会想起那段艰难的日子,想起那个在崎岖山路间奔波的,用爱和智慧给人治病的赤脚医生——杨大力。