责任编辑 博雅
版式设计 刘红颖
版式校对 刘芳

春光，是一计疗伤的良药

□施崇伟

和上司闹了一场意见，如阴云般的罩着心空。抽了一大包的闷烟也无法解脱；太太的安慰，也难以消释心中的怒。

太太说，多好的阳光，出去走走吧。便和太太驱车穿出拥挤的城区，一路狂奔，奔向春满大地的乡野田园。升起天窗，暖融融的春光涌进来，清新的空气飘进来，绿的树绚丽的花芬芳在我的飞驰里。

径直来到郊外的森林公园，一座青山逶迤在面前。有攀登的欲望，一整座山就是一片翻卷的绿海，哪里找得到上山的路？沿着指示牌的引导，哦，一条仰望不到尽头的登山道全被树木花枝所笼罩。从枝叶间漏下来的阳光落在青石级上，斑驳的光影，一直往上延伸。

沿着铺满春光的登山路，一路捡拾着春天。两边是幽幽篁竹，微风中姿影婆娑；中间的树木越发枝繁叶茂，有异香扑鼻冲云霄的润南，有“迟日江山丽，春风花草香”的木荷，还有“春风不识杜英树，待到夏季如云开”，还有“楠木泛清香，悠悠已千载”……依山而上，是一条青石路，也是一坡林木廊。

登山石级上，镌刻着汪国真的诗《跨越自己》：“向上的路/总是坎坷又崎岖/要永远保持最初的浪漫/真是不容易/有人悲哀/有人欣喜/当我们跨越了一座高山/也就是跨越一个真实的自己”一步台阶一句诗，诗句的力量，春天的诗意，让我把七百多米长、一千多个登山梯级征服在脚下。

走出心情中的阴霾，不也是对高山的跨越吗？

顿时觉得多了份攀登的力量，便继续向着更高的山林攀越。再往上行，林子更深了，空气中的负氧离子浓郁得像是化不开的满足感。迎春花星星点点爬在石壁似在向我眨着眼睛，白里透红的樱花树站在路旁像粉妆的少女，夹道的石楠绿装头上露出红嫩叶尖如羞羞含笑……听，有鸟儿的啼鸣，虫子的歌吟，林子间落下的阳光也似乎在沙沙的响。这才发现，路上的行人也是寥寥，好像整座山上只有我和太太在享受这份寂静的春光。

前方传来轻盈的小曲，看到林子中似有一个曼妙的身影。走近，真是一个俊俏的村姑。身着碎花衣，背着小背篓，躬着腰身在树林下的草丛中寻找着什么。太太凑过去，和她聊起来。原来她是在采野菜。她给我们展示着背篓里的收成：马齿苋、马头兰、荠菜、小野葱……她告诉我们，这些野菜不仅味道鲜美，还具有多种功能疗效，对身体有益处。太太眼馋了：“能卖一点给我们吗？”村姑随手抓了一大把野葱给她：“拿去吧，山里采的，要什么钱哟。”下山的路上，正好经过鱼塘，找老板买了一条鲫鱼，便宜得让人吃惊。

晚上回到家，太太用山上带回来的战利品做了一道“葱烧鲫鱼”，飘香的气息与滋味里，我吃出了春光的美妙。

一次登山，一餐美餐，心中的郁闷释然。走出去，走向开阔的世界，给自己一点自由吧！别让心中充满了疲惫，别让束缚成为绊脚石。自由之门随时敞开着，快加快自己的脚步，让心灵去接受自由的洗礼，让束缚与压力不再缠绕！

哦，我明白了，原来春光也是一剂疗伤的良药。

老家的公众号

□王丽

自从用上了微信，关注的公众号就挺多，大多数没怎么看。但有个公众号我每天都看，因为那是父亲推荐的。

平时父亲很少发微信给我，有天晚上他给我推荐了一个微信公众号，我点开一看，发现是老家的公众号。当时就感觉很惊讶，印象中老家很闭塞，居然也建了公众号了，看来老家也在与时俱进。既然是父亲推荐的，自然错不了，况且我也正想了解老家的情况呢。点了关注后，就进入老家公众号的页面，没想到一下就被那农村朴实的画面所吸引，那些图片和文字带着泥土气息，散发着淡淡的乡愁。

老家的公众号图文并茂，有村民生产生活的，有村容村貌的，还有文艺表演的，看着看着，一股农村特有的气息扑面而来。有点像小时候关于老家的记忆，但又不完全一样。小时候，大人们忙着生产，在田地间起早贪黑地劳作，哪有工夫去表演文艺的，更没有谁想着去健身的。现在大不一样了，乡村美丽起来了，乡亲们富裕起来了，文化生活也过得丰富多彩。我看了几个视频，里面有老妈和一群大妈跳广场舞的，很有点像那么回事。父亲的唢呐一直是棒棒的，按道理少不了他的视频。果然，在乡村文化那一栏找到了。父亲组建的民俗表演队，把锣鼓敲得震天响，把唢呐吹得悠扬婉转，表演队被观众们围得水泄不通。那场景很多年没见过了，只留在儿时的记忆里。我贪婪地看着，就像儿时骑在父亲的肩头看电影一样过瘾。

那天晚上，我躺在床上看了好久老家的公众号，一种温暖袭上心头，感觉自己一下回到小时候。我情不自禁地为家乡的变化点赞，大段大段地写上评论文字，衷心地祝福着老家。身在异地他乡的游子，哪个不希望家乡越变越好呢？

我好奇地看了父亲的朋友圈，几乎全是转发老家公众号的。也有少数是他拍的小视频，有皮影戏，有花鼓戏，还有鱼灯表演，这些久违的民俗表演，曾浸润着我的快乐童年。我看了一次又一次，真是觉得温馨而美好。有些视频和图片被我保存在手机里，有空就翻出来看看，以慰藉思乡之情。即使手机提示内存不足，我也舍不得删去。

老家的公众号是一滴水，折射出乡村的振兴。同时又是一首思乡曲，时时刻刻拨动着游子的心。

老家的公众号，寄托着浓浓的乡愁，看一次就再也忘不了。自从关注老家的公众号后，就觉得老家离我更近了。

女人四十一枚果

□郑丽娟

室友在看《女人四十一枝花》，美式爱情片，套路深深。室友说，觉得女人一生都该像花一样灿烂开放，不用介意年龄。我说，不相信，八九十岁还像花儿吗？花终究是要凋谢的。

记得看电视剧《甄嬛传》有一集，甄嬛在亭子里赏花，她说紫禁城里的女人就像花朵，哪个不曾美过，可终究是要凋谢的。常言道“女子十八一朵花”。《红楼梦》中更是把女子比为各种花，黛玉像芙蓉、宝钗像牡丹，探春是玫瑰……我更赞成青春时女子貌美如花，而到四十岁时，经历了世事沧桑，有了对事情的多角度看法，更像一枚透青的成熟果实。

朋友的姐姐在四十岁那年，老公和她离婚了。他们是在农村生活的，她和女儿回到了娘家。一无所有，还经常遭到周围人的嘲笑，谁说这时候的她像花？即便是，也是一朵被遗弃的花儿吧。她曾经很消沉，憔悴、精神恍惚、吃过一次安眠药想自杀。大家都劝她，不至于为渣男去死，你要让自己过好，幸福给他看。

后来，她想通了。她年轻时学过做衣服，于是她去村里服装厂打工，先从最累的活儿干起，比如剪线头，剪十件才一毛钱，不用再把精力放在照顾家上面了，她又跟着设计师学了半年，她的剪裁手艺迅速进步，还投资开了个小服装厂。

看电影《万箭穿心》中的女主角李宝莉，丈夫自杀了，她不仅要供养6岁的儿子读书，还要养活婆婆，她没有别的技能，只好去做女扁担（挑夫）卖苦力挣钱养家，被生活摧残的没有半点儿花的容颜与女人味，生活里写满了无奈和叹息，十年“扁担”苦力的艰辛生活，儿子对她的疏离和埋怨，这一切并没有压垮她，她把儿子供养到上大学，开始过自己的生活。她是一枚历经苦难，还对生活有信心的“坚果”。

所以，女人四十该像一枚坚果，外面那层坚硬的果壳，是历年抵挡风霜雨雪形成的坚实的防护。里面小小的果实，是逐步饱满丰盈的自己。

佯狂

也曾身手矫健
老了偶尔轻狂
找找年轻感觉
假装意气飞扬

知恩

知来亦知去
老幼相亲淳
一世报恩泽
悲怜眼前人

做真人

晨昏梳洗净
清爽做真人
夜夜省心地
相求日日新

撸袖干

力单心脆弱
书生种地难
拼出全力干
萝卜保平安

红袄漫话

□张文泽/画　冷冰/文

本版邮箱：
zhoumolvyou@126.com