

# 活出一个真实的自我

## ■寒朴

有一位哲人曾经说过:“如果说,人生是一场修行,那么修行的境地,不在远方,也不在他乡,而在人的内心。”

回首过往,人生最有价值的事,莫过于:不忘初心、不违本心、不负真心;脚踏实地、兢兢业业、砥砺前行,努力活出一个坦荡做人、无愧于心的自我。

时光匆匆,岁月难留;花开花落,秋去冬来。狮城的冬夜,宁静而深邃;仰望星空,叩问心灵。真水无香,静水流深。

行走在人生的道路上,保持一颗平和宁静的心,紧跟新时代,拥抱新生活,懂得爱与感恩,我们就能守住良知与本真,变得更强,走得更远。

自然、质朴、随缘,用心走好每一段路,做好每一件事,让自己的心灵归于一种本真,就能使人胸怀坦荡,心地洁净,一种幸福感就会油然而生。

著名心理学家卡耐基有句名言:“每个人生来就是独一无二的,模仿别人就等于扼杀自己。”面对尘世的喧嚣,细细想来,同样,在我们的生活中也应当携一份质朴与宁静,用心智、用真情保护自己的本色。

一个人真正的幸福,是不心高气傲、盲目乐观,过高地估计自己,也不过度谦恭、自卑自叹,过低地看待自

己,不瞻前顾后、患得患失,随意去模仿和羡慕别人。学会踏踏实实做人,干干净净做事,追求一种真实的幸福,做个真实的自己。

人生在世,每一个人无论在什么岗位、做什么工作,不管是春风得意还是流年不利,都应该把命看顾好,把心安顿好。风雨,磨炼人的意志心性;霜雪,让人变得坦然从容。人只有穿好自己的鞋,走好自己的路,才能完善自己、提高自己,让平凡的人生绽放出绚丽的光彩。

人最宝贵的东西是生命和灵魂。从某种意义上来说,人生是痛苦与失败的交织,磨难与顺利的对立,艰辛与辉煌的交融。因势而谋、顺势而为、顺势而为,追求本真,是一种不可多得的人生历练与财富。

掩卷深思,凭栏凝望,我深切感到:要追梦、筑梦、圆梦。拾得起是一种担当,放得下是一种洒脱,走得稳是一种涵养。只要坚持本色,在平静中做自己该做的事,就能真实地活在每个当下。

活出一个真实的自我,守住生命内在的自然本性,守住天真质朴,从心灵深处唤起对生命活力的向往。我们要在返璞归真中,做到宠辱不惊、淡泊宁静,开心愉悦地生活。

## 心灵发迭

时间老人告诉我们:筑梦,让人奋进;质朴,让人踏实;感恩,让人快乐。人生,只要懂得感恩,就有灿烂阳光;只要心存美好,就会满园花香。人生,往往因为感恩,而充满了幸福。

看的是书,读的却是人生;品的是茶,尝的却是生活;沾满的是尘土,历练的却是筋骨。生命,像一张有去无回的单程票,把握好每天的生活,就是最好的珍惜。我们的脚下沾有多少泥土,心中就会沉淀多少真情。

行走在人世间,有一种责任叫“弘扬时代精神,厚植家国情怀”。明德至善,好学力行,是对自己的人生负责。走过的是路,看到的是景;陶醉的是心,净化的是灵。天天省悟,天天检点自己,循环往复,日积月累,就会不断提高自己的修为。

大器、善良、宽容、真诚,活出一个真实的自我。懂得感恩,懂得看淡看开,让内心阳光,让灵魂干净、清澈,我们就会享受时光里的每一寸安静与温暖。

人生最幸福的事就是:有方向,在路上。按着自己的内心去生活,去奉献,内化于心,外化于行,或辛勤耕耘,或学思践悟,或奋笔疾书,让生命绽放光彩。

## 百姓茶坊

# 鞋千层,爱无底

## ■熊荟蓉

得知雨雪要来的消息,我赶紧给儿子打电话,提醒他穿厚点别着凉,尤其叮嘱他要穿皮鞋,因为寒从脚底来。放下电话,惊觉自己的双脚凉飕飕的。再看脚上价值不菲却并不保暖的绒靴时,突然想起小时候的棉靴,想起母亲的千层底来。

我母亲有一手做鞋的好手艺。我们家 and 外婆家的三代人,穿的都是我母亲做的鞋子。

每年夏天,母亲总要把旧衣破衫整理出一大筐,用剪刀裁成一条条、一块块不同形状的布片。然后用刷子往门板上刷浆糊。刷一遍浆糊,就拿来布片在门板上均匀地贴一层。再刷一遍,再贴一层。一般都要贴六层以上,这叫千层布。暴晒几天后的千层布,用鞋样量过,裹上白边,就用来纳鞋底。

纳鞋底也是有讲究的。粗心大意的人针脚混乱不均匀,鞋底纳得不结实。母亲纳的鞋底针脚绵密又匀称,线路美观又耐穿。左邻右舍经常来向她请教,并讨取鞋样。母亲总是笑脸迎人,主动帮人剪裁鞋样。

母亲的鞋底纳得密实,鞋面做得精美。她给父亲和弟弟做的布鞋,一般是松紧口,而给我做的从不单色,要么用对比色滚边,要么在鞋背上绣花。有一次,她还别出心裁用蓝绿相间的条纹布,给我做了双浅口布鞋,鞋头打了两个蝴蝶结。我穿着这双鞋上学,不知引来了多少羡慕的目光。

大年三十的晚上,我们吃过年夜饭,洗了个澡,最高兴的就是换上新衣,穿上新鞋了。一双黑色的灯芯绒面子,镶着毛边的新棉靴,穿在脚上暖乎乎的。在“噼噼啪,噼噼啪”的鞭炮声中,我们踏着新棉靴,满院子跑,不知有多惬意!

那个年代,新棉靴和新衣裳一样,是过年的专属品。为了赶在年前给每位家庭成员做出一双新棉靴,母亲每天都加班加点,点灯熬夜,挤出一切空闲时间纳鞋底、粘鞋面、上鞋帮。

我家老少共6人,加上外婆家7人,每年20多双布鞋棉靴,全压在母亲一人的手上。她几乎没有空闲的时光,白天忙里忙外,晚上,就在煤油灯下做鞋。眼睛熬得通红,鼻孔熏得黢黑。如豆的灯光,母亲飞针走线的身影,还有那麻线被拉拽的沙声,是我童年最深刻的记忆。

在我们老家,女儿出嫁后的第二天,娘家要给她送花篮。竹篾或者柳条编制的篮子里,放两双母亲做的千层底布鞋,寓意女儿从此能步步平安。我结婚时,其实已经不时兴这个了,但母亲仍然给我做了两双绣花布鞋。我嫌老土,一直不穿。后来得了脚气病,医生建议穿布鞋,我才拿出来。许是母爱佑佑,两双鞋子穿旧了,我的脚气病也好了。

如今,母亲已离开我6年多了。再没有谁天凉提醒我添衣,再没有谁寒夜为我做鞋了。但母爱不灭,我用她给的声音,传递母爱。用她暖过的双脚,踏实走路。我是千层底铺垫出来的农民的女儿,我知道一针一线的艰难辛苦,也珍惜一丝一缕的绵绵深情。

## 生活手记

# 加油!妈,我拉着你一起“跑”

## ■牛敏

三年前,年逾八旬的老妈学会了玩微信,从此跟上了时代的脚步。

对微信这个玩意儿,妈从开始的否定、排斥到现在的接受、喜欢,是个缓慢的过程。

最初,给妈推荐微信时,妈说:老了,不学了,看看电视,看看书,时间就打发了。

但架不住我们的劝说,妈终于愿意尝试了。

从此,有相当长一段时间,妈见到我们一定会说一句话:“等会儿给我说说那个微信咋弄的。”

经历了锲而不舍的练习之后,现在的妈,会用视频聊天,会在群里分享知识,会提醒我们注意事项,会发信息让我们回去品尝她做的好吃的,更会与朋友同事相约去聚会……

一次闲聊,妈说:“现在离不开手机了,有空就想拿起来看看,尤其是微信,上边的东西真多,还很方便,坐在家不出门就能聊天,看着真有意思。”

是的,妈,能体会到有趣和美好才能享受幸福的生活啊。

都说科技让生活变得更美好,但对上年纪的老人来说,要想享受互联网时代的便利,就需要付出比年轻人多得多的时间和精力。

于是,有人就说,数字社会,对有生活自理能力的老人最好的爱就是教会他们学会上网,让他们紧跟时代不

掉队,对失去生活自理能力的老人最大的爱就是帮助他们完成一些生活琐事,不让他们茫然失措心慌张。

我80多岁的老妈,通过现代工具的使用,跟上了时代的步伐,没落伍,没掉队,即使鬓发斑白也依旧对未知抱有好奇,对美好抱有希望。

有一次,妈感慨道:“当年最不能想象的是‘耕地不用牛,点灯不用油’,后来都实现了。”

“那你当年听到这些说法时,咋想的?”

“咳,那时候觉得是不可能的事情。点灯不用油?那用啥呢,想象不出来。第一次看到街上路灯亮的时候,在场的大人小孩都欢呼起来了,还有人像吹煤油灯那样想把灯吹灭呢。”

“嘻嘻,那肯定跟看到奇迹差不多。”

“就是啊,还有,前几年你能想象用手机可以买东西?时代变化成啥样,谁也不准。”

“妈,你这么一说,未来有一天咱出门时还真有可能会安上翅膀飞呢。”

“就是,但我可能等不到那一天了,你们也许会看到……”

哈哈,可爱的老妈,有那么多科学家在琢磨发明着呢,这么美好的畅想一定会实现的,就像当年畅想过上“楼上楼下,电灯电话”的日子一样。

妈,加油!我拉着你一起“跑”!

## 花开诗旅

# 乡村冬日

## ■马从春



雪花姑娘迟迟未归  
多情的北风

在村口,唱着情歌  
痴痴等候了一个下午

牛羊归圈,鸡鸭入笼  
慵懒的大黄狗

躲在厨房里  
就着灶台的余温,梦见

白天的骨头  
黄昏隐去,寒鸦扑腾

晚归的丝丝冷雨  
伴着一盏昏黄的灯火

轻轻摇曳,乡村湿漉漉的梦境

## 【黄昏】

黄昏,我漫步在大运河畔。河水清澈,映着夕阳,想起小时候母亲带我坐渡船过河的情景。如今母亲已归于尘土,而我的人生也在不知不觉中换了季节。而我的作为呢?禁不住一声叹息。

——杨家才

## 【高架桥赞】

一桥飞架两山间,万丈深渊大道宽。振翅雄鹰桥下过,飞驰车辆宇中穿。科学智造全球最,技术创新世界颠。华夏名桥千万座,复兴圆梦万千帆。

——张文汉

# 微写作

“微写作”栏目短信平台号码为15630730721。倾听您的心声,期待您的短信留言。

## 【戈壁滩】

漫天风沙,风化了一座山,带走了最后一滴水,每一粒沙都成了顽石。

人迹罕至的守卫区,国之重器,民族未来,最可爱的人在这里用青春和生命,筑起新的长城,不曾留下他们的名字。

——周晓峰