

## 顺其自然

一个人去餐馆,点了虾饺、白糖糕,还有一份南瓜盅。我很喜欢这家餐馆的红茶,茶汤呈琥珀色,喝起来很温润。一壶茶,一个人自斟自饮,这样的光阴真好。

一个人,读喜爱的书,吃喜爱的食物,做喜爱的事,见喜爱的人。愈来愈喜欢简单、清静、的生活,纵使一个人,内心也觉得丰盈满足。人生如一瞬,须臾即永恒。那个在时光的荒野上茫然四顾的女孩子,不知不觉走到了人生的初冬之际。然而,一颗心终是平静淡然,不觉衰老有多可怖。

那天去理发店洗头,吹头发的时候,理发小哥惊讶地说:“姐,怎么你有白头发了?”是



呀,那些白发,藏在里面,平日里倒也瞧不见,有时风一吹,或一低首,不经意却显露了出来。我早已见怪不怪,倒是理发小哥比我还着急:“姐,要不要替你染一下?”“不要了吧,顺其自然好啦!”

染一下,也只是掩耳盗铃。过不了多久白发又会冒出来。

来。总之,一切顺应自然为最好。譬如眼角的鱼尾纹,一条条小鱼似的游出来。起先也惊慌失措,买很贵的眼霜擦,并不见得有多大效果,渐渐就释然了。老了有老了的样子,老有老的美。生命中的每一个时刻,都很美好。每一个时刻的自己,都须郑重对待,珍之爱之。

一个人,若是连自己都不悦纳、接受、喜爱自己,又怎会得到别人的喜爱?

隔壁桌有一对小夫妻。女的穿一件大红色毛衣,化了淡妆,脸上有两个酒窝——她一直盈盈浅笑,想必是一个极温柔的妻子。丈夫替她夹菜,不过一块芥蓝,一只虾仁。她吃得津津有味,好似这是世上最好吃

的食物。桌上摆了一个精致的不锈钢架子,装着五色点心,那个架子会自动旋转,发出悦耳的声音。这一刻光阴,于那对小夫妻心中,也是赏心悦目。

最好的光阴,无非就是这样,删繁就简,平和冲淡,像一壶温润的茶,散发着琥珀色的光泽,像一束光,温暖地照耀,守着春花秋月,寂静的流年。如此,一个人的光阴,也有说不出的欢喜与温柔。

一个人,若是视线看得到远处,想必视野也会远一些。一个人,若是心中有山水自然,想必心胸也会变得开阔一些。一个人,若是趋向光明与美好的事物,想必光明与美好便会与他同在。

简红/文

## 有功底和无功底

孩子从去年下半年开始学习打羽毛球,每周日要在羽毛球馆里上一节课,两小时。由于是零基础,教练带着孩子从最基础的挥拍开始练——站在原地不动,反复不停地练习挥拍的动作,击打对面发过来的羽毛球,一练就是好多节课,练得孩子都想退学了,因为枯燥。

接下来是做脚下动作:如何迈步和收腿,又是反反复复地练,也很乏味。我在一旁看着都心急,甚至一度认为教练是故意把整个课时延长,让我们多掏钱。

有时看得无聊,我也会去其他区域看别的孩子训练。不少比我家孩子年龄小的孩子,打得非常专业,已到了能跟教练打好几个回合的程度了。过去一问才知道,能打到这般水平的,最少都已学了3年。且教练们告诉我,就这水平如果去比赛,可能在区里都拿不到名次。

我听后感慨不已,跟教练们说:“我让孩子学羽毛球就是想锻炼身体,培养爱好。”教练说:“那也得把基本功练扎实,功底不好,球就不可能打得

好,球打不好,很难培养起兴趣,因为没自信,最后都会不了了之。”

我儿时也打过羽毛球,但完全是瞎打,在乡下没有教练教。我以为自己打得不错,因为我常把村子里的小伙伴打败。工作后,有一年单位搞团建,其中一项是羽毛球比赛,我兴致勃勃地参加了,结果第一轮就被淘汰了。更让我颜面扫地的是,一个羽毛球打得好的同事对我说:“你那哪叫打球,一点儿基础和功底都没有!”我那时才知道,有功底和无功底的差



别是巨大的!

做任何事都要讲究功底,想一步登天是不太可能的。但要打好功底,也绝非易事,急不得,得一步步慢慢来。功底,功底,功夫不到,难有底子。

徐徐/文

## 本味

爱人买回来几个西红柿,表皮还有些发青,像是没熟透。

爱人用它们做了西红柿蛋汤。我舀了一勺放进嘴里,瞬间,一股久违的酸味布满口腔,让人不禁牙关打战。我脱口而出:“这是在哪儿买的?跟我小时候吃到的味道一模一样!”爱人说:“在路边买的啊,卖菜的是位老奶奶,她说,这个是老品种。”我说:“没错,以前的西红柿就是这个味。”

少时的夏日,西红柿蛋汤,几乎每日必上饭桌,因为我家菜园里的西红柿太多了,必须使劲儿吃。但那时的西红柿,与今天的相比,即便熟透了,生吃时依然会有一股酸酸的味道;做汤时,即便放油和盐,也依然改不了酸味。

小孩子,自然是不喜欢酸的,但母亲告诉我,夏天吃酸,能生津,能消食,对身体好,于是我也就习惯了。

长大进城后,我也吃过很多西红柿,但极少能尝到那样的酸味了,或许是因为新品种不断涌现,酸味被改良掉了。

其实,我觉得酸的也很好,一是那股酸味,唤醒了我的味蕾记忆,二是我觉得这是西红柿的本味。

没错,就是本味,本来的味道,食材固有的味道,比如苦、涩、酸。但现在它们统统少见,或者不见了,即便有,也不被人待见。就像一些人,只愿接受充满甜蜜滋味的成功和如意,而难以接受包含苦涩、酸涩的失败和挫折,他们忘记了失败和挫折,其实也是人生不可避免的本味之一。

无论是食材内的,还是生命里的,那些不太好的本味,也是真正味道的一部分,食之,尝之,会提醒人不忘初心。

立新/文

## 淘井

旧时的乡下,吃的都是井水。每到春季发水行洪时,村里那口吃水井就会被洪水灌满,变得又浑又油,水就不能再挑回去吃了。

洪水过后,全村人就要开始淘井,



将不清洁的水淘出去,同时将井底的污泥一并清理走。井淘过一遍后,需要静置一夜,等新的水从井壁里滤进来,第二天再淘一遍,再静置一夜。一般淘过三遍,井水便会清澈了,就可以挑回去饮用了。

“井淘三遍水自清”,这是村里人从劳动实践中总结出来的,跟“书读百遍,其义自见”颇有异曲同工之妙。其实,说的就是要下足功夫。反之,少淘一遍,少读一回,可能就难有效果了。

周牧辰/文

富强 民主 文明 和谐    自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善

图说 我们的价值观

# 子也孝

中国福

天津人郑西法

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台