

落叶的从容

当北风越过山川河流,枝头残存的叶片便迎来了最后的告别仪式。它们熬过了秋霜的浸染,在寒意渐浓的北风里,与相守一年的枝丫作最后的告别。这份告别,褪去了秋日的缱绻,多了几分清寂,在冬意渐深中沉淀出淡然的意蕴。

古人早已读懂落叶的深情。战国时期楚国诗人屈原在《九歌》中写道:“袅袅兮秋风,洞庭波兮木叶下。”那随风轻扬的落叶,是湘水之畔最缠绵的絮语,将离愁别绪化作漫天飞舞的诗行。战国末期辞赋家宋玉在《九辩》中叹道:“萧瑟兮草木摇落而变衰。”作者在诗词中未止于悲秋,而是从落叶的飘零中看见自然的节律。北宋文学家欧阳修在《秋声赋》中写道:“草木无情,有时飘零。”这份“无情”恰是自然的通透——深知万物有始有终,告别不过是另一种开始。

我最爱在阳光充足的午

后,漫步在铺满落叶的小径上。脚下的落叶早已褪去盛夏的翠绿,染上焦糖般的暖黄,踩上去发出“沙沙”的轻响,像是在低声呢喃。抬头望去,枝头还挂着几片迟迟不肯离去的残叶,它们在风中微微颤动,仿佛在与树枝作最后的告别。忽然想起晋代王子猷“雪夜访戴”的典故(出自《世说新语》),乘兴而来,兴尽而返,这份洒脱与落叶的告别何其相似。它们不恋枝头的繁华,不怨寒风的催促,顺着风的方向,坦然奔赴一场邀约。

落叶的告别,蕴藏着生命的智慧。晚唐诗人李商隐在《宿骆氏亭寄怀崔雍崔衮》中写道:“秋阴不散霜飞晚,留得枯荷听雨声。”枯荷尚且能在萧瑟中成就另一种景致,何况落叶。它们并非走向消亡,而是以另一种方式延续生命。清代诗人龚自珍在《己亥杂诗·其五》中感叹:“落红不是无情

物,化作春泥更护花。”落叶亦是如此,当它们吻别枝头,飘落大地,渐渐在泥土中腐烂、分解,将积攒了大半年的养分回馈给滋养自己的树木。这种“零落成泥碾作尘”(出自南宋诗人陆游的《卜算子·咏梅》)的奉献,让告别有了沉甸甸的分量,也让生命在循环中生生不息。

记得小时候,每到落叶飘零的季节,奶奶就会带着我清扫庭院里的落叶。她说:“这落下的叶子藏着整年的阳气,埋在树根下,能帮树木熬过寒冬。”那时我只觉得落叶好玩,把它们攒起来堆成小丘,看着霜花落在上面,像是撒了一层碎银。如今想来,奶奶的话里蕴含着最朴素的生命智慧。落叶的告别不是消亡,而是蛰伏,是将荣光与能量化作来春新绿的伏笔。正如印度诗人泰戈尔在《飞鸟集》中所言:“生如夏花之绚烂,死如秋叶之静

美。”这份静美,正是源于对生命轮回的坦然接纳。

在城市街头、在公园里、在校园内,金黄的银杏叶随风飘落,像是大自然送来的信物。它们或许不及春花娇艳,不及夏叶浓绿,却在这一刻绽放出耀眼的色彩。就像北宋文学家苏轼晚年“竹杖芒鞋轻胜马,谁怕?一蓑烟雨任平生”(出自苏轼《定风波·莫听穿林打叶声》)的豁达。

其实,人生亦如落叶。我们会经历相聚与别离,会遭遇繁华与落寞,而每一次告别,都是成长的契机。就像落叶告别枝头,是为了滋养新的生命;我们告别过往,是为了迎接更好的未来。不必为告别伤感,因为所有的离别,都隐藏着重逢的伏笔。愿我们都能如落叶般从容,在每一次告别中沉淀,在每一次沉淀中成长,于岁月流转中,活出属于自己的静美与芬芳。 杨丽丽/文

订《燕赵老年报》 赠一本书

从即日起至12月10日,石家庄市(限二环以内)读者在秋林书城订阅2026年全年的《燕赵老年报》(订价120元),书城将奖励10元现金并赠送一本价值20~40元的书。赠书包括养生保健、文学名著、国学知识等数十种,您可以任意选择。

秋林书城图批四楼店地址:友谊南大街与工农路交叉口图书批发市场四楼;秋林书城东购店地址:中山西路83号东方购物广场(京东MALL)二楼西侧。建议您周一到周五前往,避免长时间排队。

咨询电话:83038006(图批店)、85361001(东购店)。

刘坤/文

诗歌集萃

咏菊

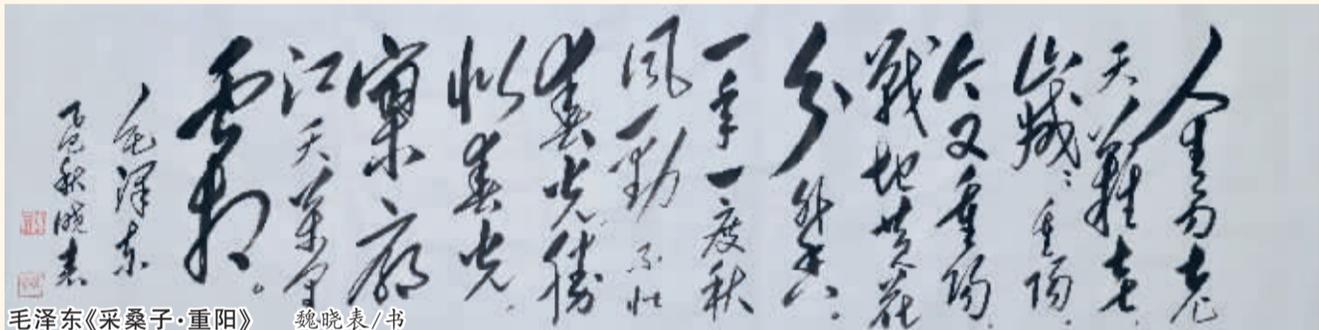
王洪泽

霜天百卉敛红妆,
独有菊艳送清香。
莫叹寒凝秋意尽,
一枝胜似满庭芳。

感悟

许俊乔

短短人生几十秋,
如烟往事不停留。
若为夕阳无限美,
永葆豪情乐白头。



毛泽东《采桑子·重阳》 魏晓表/书

冬日的温补时光

我的家乡在南方。随着冬天的到来,补冬成为生活中一件不可或缺的事。最寻常的是煨汤。一只本地养的母鸡,配上笋干、香菇,在瓦罐里用文火慢慢地煨着。灶膛里需多放些硬木制成的炭块,提供持久、温和的热力。待到汤端上来,是清亮亮的一汪,喝一口,那鲜香是沉甸甸的,顺着喉咙一路暖到胃里。

除了汤,让我最怀念的是母亲做的“糯米蒸枣”。首先,挑选外形饱满的大红枣,用温水泡软了,小心地剔去枣核。接着,将淘洗好的糯米塞进枣腹里,一颗颗填得结结实实。最后,将这些填了糯米的枣,在碗里码得整整齐齐,淋上少许猪油和冰糖水,上笼屉蒸。蒸好的糯米枣,枣的甜香与糯米的软糯交融在一起,吃起来甜而不腻、糯而不粘,是冬日里好吃的点心。

有时,补冬只是一碗热乎乎的粥。比如山芋粥,将红皮山芋切成滚刀块,与大米一同下锅。熬得久了,米粒开花,山芋的甜味也全部融进粥里。喝上一大碗,额头上便能渗出细密的汗来,浑身的寒气仿佛随着这汗蒸发出去了。又或者,是几块烤得焦黄的糍粑。守在炭盆边,看那白色的糍粑在火上慢慢受热,渐渐地鼓胀起来,表皮裂开细小的纹路,蘸上一点儿白糖,趁热吃下,外皮是脆的,内里却是软糯拉丝,那种粮食的焦香,很抚慰人心。

在我的记忆里,有一个特别清晰的补冬场景。那是我十四五岁的时候,

一个天气阴沉的下午,我从学校回到家,冻得手脚冰凉。祖父正在堂屋守着一个小火炉,炉火上坐着一个很小的陶壶,里面温着自家酿的米酒。祖父看见我,便招招手,倒了一小杯递给我。那酒是乳白色的,暖暖的,带着甜香和一丝恰到好处的酸。我呷了一口,一股暖流立刻在身体里弥漫开来。

故乡的补冬,补的并非只是身体,更是一种精神的越冬储备。在食物的温香里,在亲人无言的关切里,让我们更安心地去面对那即将到来的冬日严寒。 叶俊/文



有新闻《老友新闻》
有历史《精品阅读》
有故事《记者串门》
有生活《百事顾问》
有医疗《医疗指南》

燕赵老年报

让更多老年人老有所养老有

一纸精彩 值得拥有

2026年《燕赵老年报》火热征订中……

订阅热线 中国邮政:11185 桥东南站 裕华西路: 66161716
长安东站 开发区站: 66161718 新华南站 新华北路: 66161721
长安西站 长安北站: 66161717 桥西南站 桥西北站: 66161729

每周三期 全年定价120元
四开八版
邮发代号: 17-103