

灯下漫笔

留云

东方笑纳

有道是:闲听晨钟暮鼓,卧看云舒云卷。如此,便是怡然得乐,岁月静好了。

南翔古镇上的云翔寺,日日香火袅袅依依,月月钟鼓悠悠然然。何处观云呢?绝佳处,便是镇北的留云湖了。

留云,此名空灵而有诗意,妙不可言!是建园人佛道禅心,得了“云自无心水自闲”的妙理?还是借此表白“碧云无渡碧云沉,是湖心,是依心”的情思?亦或是建园人的一个狡黠,提醒来此小憩、观湖的人,年年岁岁有些牵挂,“当时明月在,曾照彩云归”?

毋须猜度,其实,我们每个人自有心中的“留云”!

留云与我,便是“浅情终似,行云无定,犹到梦魂中”的缱绻。

留云湖,有一种“野幽远之美。椭圆形湖面,被密密匝匝的芦苇遮掩,阻隔了尘喧喧嚷。景致环湖小筑,点缀四围。茂林修竹,成了出入口的自然“壁照”,曲径通幽,静谧深邃。

仲夏,半湖莲叶田田,荷花娇妍,宋人杨万里的“接天莲叶无穷碧,映日



荷花别样红”,恰是眼前这般的观照。星烁烁,五彩斑斓,点缀在莽野绿草丛中。闲适其间,寻了野趣,添了浪漫,忘了烦恼,自是惬意的精灵。

留云,应是“行到水穷处,坐看云起时”的豁然、淡定。

观景漫步的木栈桥,曲折回环。或铺展在绿树芳草间,或穿越纵横沟壑,蜿蜒在芦苇丛中,临水处宽三五米,任

人自由摇摆。草地平展处,栈道时有逼仄处,宽不过米,想必是建园人暗藏了机锋,提醒你:相遇是缘,行到此处,应抬头微笑,人与人要彼此照应。

更有妙处的是,游逸栈道,宽阔坦途,正惬意间,栈桥戛然而止,一抬头,但见“天光云影共徘徊”,行到此处,你是悠然而返,还是愠怒顿生呢?

人生不如意十之八九,豁然淡定了,眼前俱是美景,心里必是绽放了一朵莲花!

留云,应是“众鸟高飞尽,孤云独去闲”的自由与心安。

鸟儿在云天飞翔,虽有风雨霜雪的困厄,也是快乐的,自由的,鸟儿锁在笼中,纵有美食佳肴伺候,也是没有自由的“囚徒”,最大的快乐,来去自由,心静了,就脱了枷锁,离了羁绊,活在最大的快乐中。

晚秋夕阳,蒹葭飞絮,霜叶如花。空灵幽远,寂静安然。“落霞与孤鹜齐飞,秋水共长天一色。”凭栏袖手,不事不执,无念无妄。

留云,观自在,生喜欢心!

老有所为

怎样上好老年大学课

吴洪生

退休五年来,我在宝钢老干部(老年)大学先后开设了《古罗马历史》、《英国历史》、《美国历史》、《法国历史》、《德国历史》、《世界著名电影、油画、风景名胜欣赏》等课程。我的课受到宝钢老同志的热烈欢迎,教室里白发苍苍的学员越来越多。那么怎样上好老年大学课呢?

给老年学员上课,第一是要清楚。因为老年人的感知能力,特别是听力、注意力、知识整合力、思维的敏捷性等,其实是在逐年下降的,所以,教师的语音要清晰,吐字要清楚,意思表达也要清楚。

不光要让老年学员清楚地听到你的声音,而且还要让老年学员清楚地理解教学内容。

就拿我今年承担的这门《世界著名电影、油画、风景名胜欣赏》课程来说吧,老同志对国内的著名电影比较好理解,可国外有好多著名电影就不那么好理解了。

所以在教学时,我必须把里面涉及的历史事件一个一个全都交待清楚。讲清楚历史背景,无论是看小说,还是看电影,就都能理解了。

例如,要让老年学员理解《埃及艳后》,就要让学员先了解古罗马历史背景;要让学员理解《乱世佳人》,就要让学员先了解她的美国历史背景;要让学员理解《伊丽莎白一世》,就要让学员先了解她的英国历史背景等等。

给老年学员上课,第二是要准确。观点要准确,数据要准确,引用的材料要准确。要经得起推敲。诚然,老年人感知能力在逐年下降,但有些老人的知识广度、思维能力、比较能力、联想能力、理解能力、抽象概括能力、判断推理能力、分析综合能力等,却逐年上升。老年人并不在乎思考的时间长短,并不在乎反应快,他们在乎的是精确。

最重要的是,教师一定要有敬业精神,其中责任心是敬业精神的基础,进取心是敬业精神的动力;质量意识是敬业精神的内在标准,服务意识是敬业精神的外在体现;信誉意识是敬业精神的道德保证,奉献意识是敬业精神的最高境界。

夕阳之声

严防上门行骗

邓为民

说起上门行骗,其实它的花样还不少。比如,有的骗子以电力、邮政、电信、房产、自来水公司等工作人员身份出现,上门强行推销或安装产品;有的骗子以公司为回馈消费者,产品(如厨具、家电等)可以补差价“以旧换新”,诱骗老年人更换一些质次价高的器具或家电;有的骗子以政府工作人员或医生的名义,给老人检查身体,然后推销一些劣质的保健品和保健器具;有的骗子以提供某项免费服务(如免费清洗抽油烟机)或免费上门维修为借口,进入消费者家里,继而边“服务”边推销一些家居清洁用品等。这些骗子的诈骗金额虽然没有电信诈骗那么多,但对于被骗的居民来说,既损失了钱财,又造成了精神上的损害。

对于电信诈骗我们可以挂断电话,置之不理,但对于上门的行骗者,我们又该如何应对呢?一方面,我们不要有贪图便宜的想法,这样就不会被骗子花言巧语所迷惑。另一方面,老年人,特别是独居的高龄老人,对上门的各种检查和推销一律不要开门,免得被骗。老人遇事一定要沉着冷静,可以先打电话给居委会,或是物业,问清是否有此服务,没有的话就不要去理睬他。遇到骗子的无故纠缠,或是语言恐吓,也可以打电话报警。

当然,社区的工作人员面对骗子诈骗的动向,要及时地向社区老人进行宣传。如果确有上门服务的项目,应该提前由楼组长上门挨家挨户通知,让居民心中有数。而相关的职能部门应该提高打击力度,不管诈骗金额多少,都要有案必追,狠狠打击。总之,面对骗子上门行骗的新骗术,大家都要合力严防,不给犯罪分子以可乘之机。

诗词咏怀

冬日絮语

农

(一)

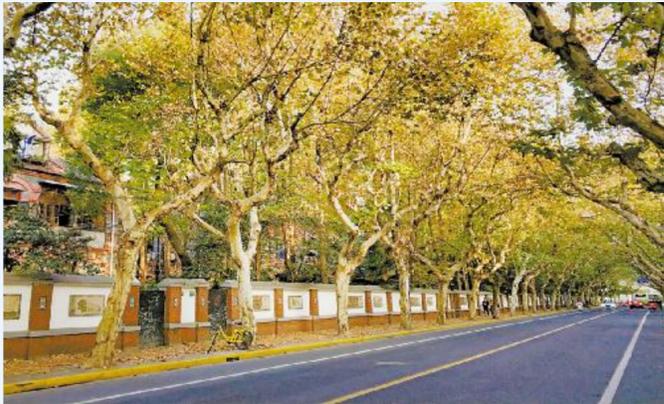
微云片月韵秋冬,四季轮回又岁终。破腊冲寒迎远客,凌霄斗雪耸高松。书田奋笔星如箭,韵海扬帆月似弓。吾辈自强闲不得,读书万卷敬儒宗。

(二)

读书万卷敬儒宗,小立残阳晚晚风。老树根深栖倦鸟,清溪草浅歇吟虫。寒烟素影皆相映,碧水蓝天已互融。天若有情呼旧我,初衷未改是工农。

叶落深阳路 最美赏叶季

周大为 摄



回乡曲

梁廷

(一)

时光飞逝四秩半,往事如云浮眼前。未及弱冠生干劲,已达豆蔻桃花颜。红歌美舞填新词,笛声琴韵配和弦。岁月难忘非蹉跎,情牵梦萦盼相见。

(二)

四十四载别童白,白驹过隙印象留。山乡初展鸿鹄志,铜城再启家国情。最怜子母百年孝,更幸梅竹一杯忧。神仙未有通天力,人生何须再从头?

健步行

郑植

雾锁江城刺骨寒,健身徒步劲头足。芦花摇曳忙招手,抗冷青枝鼓与呼。远处长桥同点赞,江滩美景绘新图。青山不老豪情在,不忘初心不止步。

注:日前,武汉市青山区2018老年人健步行活动在青山江滩举行。武钢部分退休老职工参与了这次活动。



剪纸 乔宪玲

往事钩沉

每个人有意无意之中,都会有一粒种子悄悄埋藏于生命的土壤深处,哪怕走遍千山万水,跨过人山人海;哪怕历经人世的浮沉,起起落落,它仍然会在岁月里发芽、生长,长成一棵风吹不倒、雨淋不败的记忆之树——这永不泯灭的记忆之树就是对故乡的怀念之情。

古往今来,思乡,不仅是人人都具备的根深蒂固的思想,更是诗人最深沉、最美丽的一种情怀。大凡写诗的人或多或少都有一些思乡的篇章,那反复咏叹的对家乡的眷恋和思乡的赤诚,被逐代沿袭和加深,以不同的姿态摇曳在文坛,成为中华文化的主流思想。

任时代变迁,人们对土地的眷恋没有减弱,今日,当我翻开倪家荣老师诗集,《晨风》一股浓郁的乡土气息和思乡之情扑面而来。

无论是《梦中故乡》、《故乡恋》、《想起故乡》、《故乡清月夜》、《童年的田埂》,还是歌词《家乡有条美丽的河》、《海岛,我亲爱的故乡》,每一首的语言都是那么的清新、洁净、质朴;情感是那么的真挚、深沉、连绵,意象是那么的形象、生动、鲜活。

倪老师诗中的故乡可视、可听、可闻。说它可视,是因为画面感很强,“想起故乡,就想起月亮/故乡的月亮/不像城里的月亮蒙着灰/远远地淡淡地注视你/故乡的月亮总低垂在半空/倒映在江

一切与记忆相连的皆入诗入梦

落依

江的水中/亲近、柔和,月光一泻千里/透视人的灵魂”。

“淡淡的炊烟在枕边飘香/弯弯的小河在眼前闪亮/小石桥伴着新月静默养神/萤火虫点着灯笼/双眼忽闪/清风送来几声蛙叫/几声蝉鸣/游子依着母亲进入梦乡。”

说它可听,是因为有清脆的音响撞击人的听觉,“河水匆匆流/船桨吱吱响/春秋裹烟雨/霞光织披肩/哗哗啦啦走远方/载着我童年唱的歌。”

说它可闻,是因为有醇厚的农家味沁入心扉。“一只只酒罐酿出米酒的醇香/八月金桂撒出满天芬芳/一串串葡萄压弯了脊梁/金色的梨挂如晃荡的铃铛/纺织娘唱着豆叶半勤吟唱/南瓜花一身淡妆含着欲放/向日葵吮露托起一个个金盘/小刺猬抱住甜瓜美美品尝……”

故乡在倪老师的笔下被描绘得如此有声、有色、有味,除了他的语言功力,更包含了他对故乡深挚的情感,我们从中可以想象,倪老师很熟悉、很热爱他的家乡,家乡的点点滴滴都在他的生命里留

下很深的印迹。柯灵有一段话很适合用在倪老师的身上:“乡上的一山一水、一虫一鸟、一草一木、一星一月、一寒一暑、一时一俗、一丝一缕、一饮一吸,都演化为童年生活的血肉,不可分割。”

记得20多年前,在报社工作时,就听说倪老师的家乡是崇明岛。那时,他是报社的副总编,工作时他是位敬业、严谨的管理者;工作之余,他是位随和、健谈的领导,他经常给大家说起他家乡的景色以及那里的风土人情,说至兴奋处,常常眉飞色舞,流露出个诗人的真性情。

中国的传统诗学比较强调诗人的内心,把“童心”、“赤子之心”看作是诗人才能气质的根本。的确,诗歌的真善美都是从诗人内心积累的精神财富中来,只有拥有一颗真挚、赤诚的心才能创作出美好、动人的篇章。

钢铁诗人刘希涛曾经说过:文学是有温度的,过于冷漠的人不适合从事文学创作。诗人尤其如此。诗人的心总是热情奔放、激情万丈

的,无论他走到哪,他总会情不自禁地用审美的眼光去观照周围的世界,用心去感悟生命,然后把在记忆中留下印痕的点点滴滴注入笔端。

倪老师的诗除了怀念故土的思乡诗之外,还有相当一部分是寄情于山水,描写各地风光的诗篇。山水情怀是中国古代诗人的普遍情怀,登山临水,让自己的生命有那样一种壮美,有那样一种广阔、有那样一种浩荡,是古今诗人都心向往之的,倪家荣老师当然也不例外。

倪老师和古代文人一样热爱山水,他诗集中的第一部分《路吟篇》就是记录他的旅游经历的,他以一个诗人丰富的情感和敏锐的审美眼光,一路走来,一路歌咏,留下一首首富有个性的山水风光诗。

《山里人家》犹如一幅清雅的长轴山水画卷,栩栩如生地把山的韵味、人的风情鲜活地呈现在读者眼前。“山泉/山林/山花/山露/山雾/山果/山歌/山鹰/山鸡/山鸟/山石/山枣/山雨/山风……”大自然鬼斧神工的钟灵毓秀,风情万种,被诗人以细腻的笔触记录下来,格外令人陶醉。

“辣椒、竹笋、土豆、南瓜/野菜、山鸡、池鱼、石蛙——地道的农家菜/杜仲、红枣、山核桃/板栗、山梨、鲍鱼果——山里的特产/炊烟升起的时候/小犬和主人一起忙碌/欢快地迎接山外的游客。”生活像满山的杜鹃/如锦的朝霞/红红火火、绚丽多彩。”日常的句子、简朴的语言,寥寥几笔就有形有色地写出了山里人家的风情,写出了浓郁的农家味道。

《宝岛行之一、之二》以奇特的比喻、大胆的想象写出了台北印象,“其实是祖宗建制的/一件陈旧的花衫衫/上面书写着熟悉的文字/涂满了各种图案……”倪老师的山水风景诗中有许多并没有仅仅停留在写景的层面上,同时还风光的游览中反思历史、感悟人生。例如《徐州西汉楚王墓观感》中“王者宝座/威仪四方/风雨千年/如今只余下空空/掩面哭泣……”

面对沉默荒凉的古墓,倪老师从广阔的空间望见了时光,望见了历史的悠长,久久伫立,思绪万千。此外,还有《访徐州》、《参观淮海战役纪念馆》,还有《访俄罗斯·游涅瓦河》……

倪老师就这样一路观景,一路沉思,一路感悟,一路歌咏……这不正是一个诗人的情怀吗?登山临水,抒情言志,壮怀激烈……