



我的“作息表”

都说“一年之计在于春，一日之计在于晨”，对于我而言，一年的大计都在元旦清晨。正所谓：一元复始，万象更新。新年第一天起床后，我会马上打开电脑，在香喷喷咖啡的陪伴下，好好检查上一年的“作息表”执行情况，在深刻的反思中改进。再精心调整新年的计划，然后打印出来。

我的作息表传承自父亲。早在我识字开始，就看到父亲的书桌上有一张“作息表”——以小时为单位，具体安排起床、跑步、三餐、工作、看报、读书、睡觉等时段。由于他有严格的作息，我们家的午餐定在十一点半，晚餐是六点，前后都不会误差五分钟，所以全家的胃都保养得不错，根本不存在胃痛那回事。家人约亲朋好友见面，永远提早几分钟到达，几乎不会迟到。这也成了我多年的习惯。

父亲还不止一次与我说过，一生只要把“作息表”订好，就会过得充实，把时间用在刀刃上，才有希望成功。他老人

家一丝不苟遵守“作息表”，生活极有规律，再加上他是马拉松运动员，且有乐观的性格，老人家活过一百岁才驾鹤西去。静心思忖，先父虽然没有给我们留下万贯家产，但他留下了宝贵的精神财富——有效的管理时间是重要一项。

榜样的力量是无穷的。记得上小学三四年级时，我就依样画葫芦，订出了人生的第一份“作息表”。父亲还亲自修改，并且提醒我，每年至少要调整一次，最好放在元旦那天。直到现在，我每年第一天都会修订“作息表”，并且非要打印出来，放在书桌旁，亲眼看到，心里才踏实。

现在，我的“作息表”以小时为单位，在电脑内有专门的文件夹。为了遵守作息，我几乎谢绝没有必要的应酬，通电话通常不超过五分钟，微信上也极少闲聊。太太是广东人，嗜好“饮茶”，周末中午通常与亲友茶聚，我极少参与，除了有好友从其它国家或城市来相聚。一是感到饮

茶浪费时间，二是并不喜欢闹哄哄的环境，饮茶后也会感到较累。如果非要与朋友见面，我宁愿约在咖啡馆，清静而便于交流。

除了出国旅游外，我很少与太太一起去购物。我有一个自圆其说的逻辑，一个人能完成的事儿，没必要花双倍的功夫，在有效的时间单位内各司其责，可以获得双倍的效率，岂不美哉？近三十年来，好在她完全理解我，也幸亏有她母亲、姐姐陪伴逛街。

时间是靠自己挤出来的，恰如鲁迅先生所说：“哪里有天才，我只是把别人喝咖啡的工夫用在了工作上罢了。”多年来，我除了上班、采访、健身、周末下厨，我的时光大多数在书房里度过，读书、写作，成为我生命的“主旋律”。择一事，终一生，一辈子与优美的方块字打交道，是如此幸运。夫复何求？

两个儿子从小学一年级开始，我就给他们进行“作息表”教育。而且，我每年

底都会督促他们修改“作息表”，十多年不变。实践证明，这一方法十分奏效，他们都进入心仪的大学，学习喜欢的专业，毕业后南下美国发展，均进入世界顶级公司任职，历练几年后，再创业或加入有一定规模的初创公司。

有一次在晚餐上，我又提起“作息表”的话题。大儿子感慨地说：“现代企业分秒必争，我们上班时通常以十分钟为单位，有时连上厕所的时间都没有。”小儿子开玩笑说：“还好，没时间管理大师埃隆·马斯克那样——以五分钟为单位安排日程。”大儿子这样一说，我和太太似乎都理解他了，他往住隔好几天才回我们的微信。

不管风吹浪打、潮涨潮落，只要有“作息表”的陪伴，我的双脚就好像走在坚实的土地上，初心始终如一。每年倘若做到“作息表”的七八成，这辈子也算没有虚度光阴了。

(孙博)

乡村冬晨

时光无声，冬晨安宁。村庄仿佛一位淡看时光流转的老人，缓缓睁开眼睛，并不急着做什么。能做什么呢？冬日寒冷，清晨尤甚。冬晨的寒冷，是侵入骨子里的冷。太阳将出未出，夜晚的寒气依旧凝聚着。天寒地冻，四野沉寂，冬晨静默，乡村成了一幅安静的画。

晨雾淡淡地笼罩着，宁谧的小村庄仿佛隐约在云烟深处的仙境一般，远远望去极富美感。难怪有些画家来乡村写生呢，原汁原味的风景最能唤起心底的乡愁。清晨的雾气缓缓地浮动，乡村氤氲在一片浅浅的白色中，很有“烟村四五家”的意境。冬天的乡村，像冬天的山一样，也是瘦削的，露出了骨骼，显示出气韵和骨风。

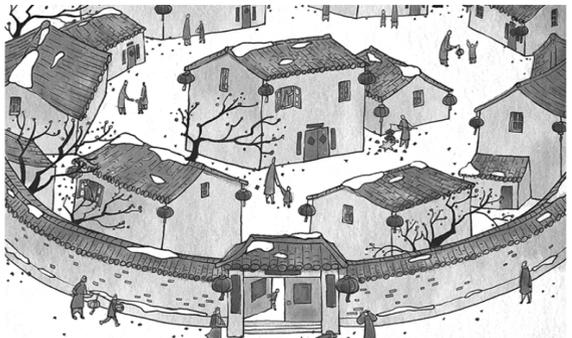
乡村冬晨，如诗如画。错落有致的农家房屋，密集地拥抱着在一起。红砖青瓦，高低相间，风格相似，从中

似乎能够看出其中的民风民俗。窄窄的街巷，长长地延伸着，弯弯曲曲，仿佛是村庄书写的巨型的古老汉字，表述着村庄千百年的历史。

安静的冬日清晨，村庄袒露出它的脉脉筋骨，也袒露出它的思想情感。每个村庄，都有悠远的历史。人类繁衍生息，世世代代固守村庄，留下了多少故事啊！村庄的烟火气很浓郁，人世间多少悲欢离合都在村庄上演过了。

寒冷的时候，最适合悠悠闲闲地等时光慢慢地走。冬闲之时，村庄人的生活节奏慢了很多。很多人躲在温暖的屋子里猫冬，任凭屋外寒气侵袭，有一间温暖的屋子可栖身，就是世上最幸福的事。

乡村冬晨，苍茫，寒冷，安静，底色是冷的。不过，有春天可以期待，便会觉得再寒冷的日子都是有暖色的。(马亚伟)



给心灵“醒花”

醒花，是一种生活态度。它告诉我们，生命需要被唤醒，需要从沉睡中苏醒的过程。就如同那些枯萎的花朵，经过一夜的浸泡，重新焕发出生命的活力。人也如此，当我们陷入困境，感到疲惫不堪时，也许正是我们需要“醒花”的时刻。

记得在一个江南初冬的午后，我漫步在河边的小道上。路旁的树叶开始泛黄，落叶在风中轻轻飘落。这时，一朵枯萎的金菊躺在地上，我弯腰捡起来，它已经干枯得毫无生机可言。但是，当我拿回家，将它放入水中，经过一夜的浸泡，它竟然重新挺起了胸膛，绽放出娇艳的花瓣。这一刻，我明白了什么是“醒花”。

醒花，还是一种心灵的觉醒。当我们在人生的道路上遭遇挫折、失落和困惑时，我们需要的是一种心灵的觉醒，就如同枯萎的花朵在水中浸泡的过程中，它们的灵魂也被唤醒了。这种觉醒，会让

们重新找到生活的意义和方向。

在这个快节奏的社会中，我们常常被各种琐事所困扰。我们的心灵也因此变得疲惫不堪。这时，我们需要及时给自己进行一次心灵“醒花”，或者是一次短暂的旅行，也许是一次与朋友的聚会，也许是一次与家人的温馨时光。不管是什么方式，只要能让我们的心灵得到放松和觉醒，就是一种最好的方式。

当我们静下心来，重新审视自己的生活时，我们会发现，生活中有很多美好的事物值得我们去珍惜。这些美好也许并不是那么显眼，但是它们却能让我们的的心灵得到滋养和成长。就如同那些枯萎的花朵，经过“醒花”的过程后，它们不仅重新焕发出生命的活力，也让人们看到了生命的美好和希望。

在这个瞬息万变的世界里，“醒花”也许并不是一件容易的事情。但只要

我们能够保持一颗平常心，去对待生活中的变化和时挑战时，我们就能像那些经过“醒花”过程的花朵一样，重新挺起胸膛，绽放出美丽的光彩。(葛鑫)



书里有什么

书里有山河，有百变人生。与一本书相遇，你总能找到一个合适的位置，看到你眼前一亮的风景。你可以在山下仰望，也可以在山上俯瞰，又或者站在这座山的山腰处平视不远的另一座山。正如双脚站立的地方不同，看到的风景也不一样，在不同的时间、不同的心境下看同一本书，也会得到不一样的读后感。

书里不仅有万花筒似的精彩世界，还能把时间和空间的界限模糊掉，使阅读拥有无穷妙趣。

一书在手，我们可以与隔着光阴与距离的名人对话。我们可以和李太白看同一轮明月，也可以和白居

易闻同一株桂花，我们还能和前人走同样的路、做一样的事。

书里有太多的天马行空，让我们思绪游走，书里同样可以藏着我们无尽的想象。书里的花不会谢，书里的山不会塌，书里的河流不会干涸，书里月的盈缺总要比人间多几分含蓄。

书里的故事是那样精彩。若是别人的故事有点疏远，那么不妨代入一下我们自身。书里还藏着我们过去的历史和回忆：溪水、雪景、竹林、野花……以及爱过的人。那些被现在的我们忽视的，书里都有备份留下来。

书里的文字由别人写就，凝聚着别人的智慧。与之相应，我们读别人的书，能够看到别人的不凡，也能看到别人的短板，都能更好地促进我们成长。再不济，也可作为一种旁参。

相遇一本书，是一种幸事。我们只有一生，而阅读，能让我们人生的轨迹在别人的书里得到无限延伸。(潘玉毅)



春晖不待悔之晚矣

“哀哀父母，生我劬劳”，自古以来，歌颂母爱的文学作品数不胜数，但并不是每一部作品都能正视母亲遭遇的艰辛困苦、回馈母亲的情感需求。韩国女作家中京淑的小说《请照顾我妈》，以细腻的笔触、犀利的视角，为读者展现了一位“为家人奉献了一生，却没有人了解她是谁”的平凡母亲。

书中的“妈妈”在乡下操劳了一辈子，含辛茹苦地养大了学业有成的五个子女，也迎来了病痛缠身的晚年。在陌生的首尔地铁站，疑似罹患阿尔兹海默

症的妈妈走失后，让原本准备为她和父亲庆祝生日的儿女们心急如焚。

印刷工人启事时，他们才发现，除了名字“朴小女”之外，大家既说不准妈妈身份证上的生日是否准确，也找不到适合贴在启事上的近照。尽管子女们也会为妈妈买礼物、打电话，却很少真正去了解她的内心，关注她的情感需求。就连身为作家的大女儿，也没能给不识字的妈妈念过几次自己的作品，妈妈只能独自去福利院请人帮忙读书，家人居然都对此一无所知。

在全家人的回忆里，几十年来，妈妈忙里忙外地照顾全家老小，日复一日地烹调三餐，其他人也心安理得地享受着这一切。有过外遇的父亲终于归家后，儿女们都不想理他，只有妈妈为他端来饭菜、香油烤好的紫菜和锅巴

汤。对家务毫不操心的父亲在老伴儿走失后，回忆起她为自己切萝卜、煎带鱼、做煎饼的诸多小事，泣不成声，“他说，当时不知道这就是幸福”。

大儿子回想起自己刚刚毕业时，妈妈时常大包小包地进城，帮他 and 弟妹妹改善生活，“妈妈用盐渍过白菜，除掉水分，腌成泡菜，又拿起铁刷子，擦拭被炭火或火炉熏黑的饭锅，直到油光锃亮。等晾在楼上的被套干了，妈妈麻利地缝好。妈妈淘米，做大酱汤，准备晚饭。碟子里装满了妈妈从家里带来的酱牛肉、炒银鱼、苏子叶，摆满了晚餐桌。他和弟妹妹舀一口饭，妈妈就往他们的勺子里夹一块酱牛肉。他们让妈妈也吃，她总说，我吃饱了……”

乡亲们更是赞美妈妈的手艺和待人的热情：“她到宅旁地里割了冬菜做

大酱汤，拔一棵白菜做拌菜，人们就能津津有味地吃光一碗米饭。他们说汤的咸淡正合适，凉拌白菜也香喷喷的。”妈妈在不同的厨房里忙碌了一生，只有当面对大女儿的时候，才忍不住倾诉：“有时我真的很烦，感觉厨房就像监狱。我就走到酱缸旁，挑个不好看的酱缸盖，使劲摔到墙上。”

直至全书结束，失踪的妈妈也没有回到家人身边。在远方的大女儿看过妹妹在信里的倾诉：“还有机会守在妈妈身边吗？哪怕只有一天也好啊”，默默地向上天祈祷：“拜托了，请保佑我的妈妈”，呼应了小说的标题。但是，一定要在失去母亲后才懂得珍惜，才后悔没能好好陪伴吗？每一位读者或许都应该认真地思索答案。(李元)

诗苑

也许他们不懂爱情

父亲走后
母亲大病一场
在同伴的路上
她的一只脚
是他的另一条腿

六十多年前
两个贫穷的人
走到了一起
也许他们不懂爱情
好心情就像好天气
好天气就像好日子
有盼头
流过的汗水
只为夜晚
做一个好梦

也许他们不懂爱情
伤感时用一滴眼泪倾诉
快乐时用一种微笑点头
执子之手，将爱
藏到最深处

(恩哥)

白雪飘飘

雪花像得到一道神秘的指令，在寒风的陪伴下，如赴约一般，接踵而至，一场又一场，亲吻辽阔的北方大地。

白雪飘飘。田野、村庄、道路、房屋、街道、农家的小院儿，都被白雪覆盖。天地间，银装素裹，粉雕玉砌，好一个美丽纯洁的世界。放眼四顾，北方大地就像一幅展开的透迤壮美的画卷，身在其中，人就像一粒小小的尘埃，不得由心生敬畏。

唐代诗人刘长卿曾于风雪之夜欣然写下“日暮苍山远，天寒白屋贫”的诗句，寥寥数语，却如同简笔画一样，简洁传神地勾勒出一幅雪后苍凉的图景。每每咀嚼，总有千年馨香，如丝如缕，盘桓心头，久久不散。

我是在北方乡村长大的。20世纪

90年代以前，人们住的都是低矮的土坯房。早在寒风从遥远的西伯利亚启程之时，乡亲们就要“披房”。何谓披房，即给房子做保温，就是将农作物秸秆磨碎的碎屑均匀地铺在房顶上，再铺一层胡麻的秸秆，最后再压上石头，以防被呼啸的寒风卷走。

为什么一定是胡麻的秸秆呢？因为小麦的秸秆光滑，互不粘连，石头都无法使它们降伏。当西北风嘶吼起来的时候，它们热烈地回应着风，心甘情愿地追随着风的脚步而去。而胡麻的秸秆互相牵绊，如同一张绵绵密密的大网罩住了房顶，再加上有石块加持，几无被风卷跑的可能。多年之后，读到诗人杜甫的“八月秋高风怒号，卷我屋上三重茅”时，我不禁佩服乡人的智慧。

最妙的是落雪之后，到处是白雪皑皑，站到院子里，再也看不见对房屋顶上褐红色的“披房柴”，而是蒙上了一层厚厚的洁白棉被。那一座座低矮的房子，如同一个个白色的大面包。这意味着最严寒的日子来了。乡亲们也不急，生活切换到了慢进键，把炉火烧得旺旺的，木柴在炉膛里发出快乐的吟唱，仿佛在大声而高调地说着什么热烈缠绵的情话，让炉壁听到后羞红了脸。人们围炉而坐，煮一壶奶茶，或烹一锅美食，任茶香、奶香、肉香、菜香氤氲，弥漫到房间的每一个角落，也渗透到人们的每一个毛孔中。乡亲们的脸上也终日荡漾着满足欣慰的微笑。光阴轻柔，日子变暖，夫复何求？

日复一日，严寒像一把大锁，锁住了这里的一切。“春种秋收，夏耘冬藏”，人们

在这严寒最盛的季节里，停下忙碌的脚步，安静地品尝美食，享受自己的劳动成果，这是生活的馈赠，也是大自然的美意。而雪，又何尝不是大自然对人的恩赐呢？看，那一个个憨态可掬的雪人，一个个雪球在空中飞舞，一串串银铃般的笑声在街道上响起，都是雪给生活在这片土地的人们带来无穷的乐趣。雪让一个个大人变成了孩子，让每一个孩子变成了天使。啊，浪漫温情的雪。

时光不居，岁月如流。几十年的光阴倏忽而过，我像一粒蒲公英的种子，被时光的飓风裹挟，飘零他乡，在异乡的钢筋水泥的丛林里扎下根来。每到寒冬，我是多么怀念童年生活，怀念“天寒白屋贫”的雪后美景。(张燕峰)

