



小溪流动的风景

刘本楚

一条涓涓细流，滋润着小村，流淌着烟火升腾、子孙繁衍、田园丰饶、万物繁茂，更是流淌着温暖与祥和。

小溪洞出峰峦密林的深处，汇万涓声韵，聚千涧山泉，弯弯曲曲，弯出了万千泉眼清流，洞开了千万岩窝石穴，折出了一条婉转悠扬的流泉长沟，形成了一条细波荡漾、潮涌跌宕的长流溪。悠悠的波音流声，和着溪浪烟云里的雀鸟莺啼，润育了两岸的葱茏林木，把溪床的头流出了透明的五彩缤纷，把鲜美的芳草流出了亮眼的碧绿青翠。

小时候，亲眼目睹，一夜春雨千山浪，百壑波涌万溪潮。丝雨纷飞迎红日，木排树筒旋涡涌。顽皮的娃儿们都会闹着妈妈牵手溪岸，看爷爷、爸爸在洪水中放排时，双脚呈八字形，稳立木排之上，衣袖高高挽起，赤露手臂，背披蓑衣，手挥竹篙的英武形象。妈妈们也自然会向父亲送去欢乐的祝福，向丈夫投去牵挂的目光。柔柔软软的心窝啊，可要装下这条奇曲山溪的险滩洪流。溪流有多少弯道，多少坝潭，多少悬崖，多少漩涡，多少滩头激流，多少长潭巨浪，都在妈妈们的心窝里旋流激荡……

“回来啦，回来啦！爷爷回来啦！爸爸回来啦！”牵着娃儿的妈妈在门前打望，惊呼着娃儿，“你看，爷爷的竹篙上挑着蓑衣和斗笠，爸爸的竹篙上挑着一大块大肉啊！我们有肉吃啦，有肉吃啦！”妈妈对着娃脸蛋重重地吻了两下，撒娇的欢笑声从娃的口水里滴落。

在娃和妈妈的笑声中，爷爷和爸爸已跨进了大门。

“爷爷——爸爸——都回来了！”娃欢喜的高喊声，那山里的清脆童音，久久地撩拨着山里的人家，撩拨着青山绿浪，溪流细波，更是撩拨着爷爷、爸爸和妈妈的心灵暖流……

因为放排的山民，也偶有被洪潮吞食，被漩涡淹没，留下的只有门前打望的妻儿，泪入潮流，把生离死别的割舍泪泉，滴成长长的丝线，牵向恶涛浪尖，牵向长空的尽头，那相濡以沫的身影啊，从此模糊滴干在泪眼的深处。

因此，娃的妈妈经常会不顾身边的阿公与娃儿，情潮绝堤般一头扎进丈夫那浪翻波涌的胸怀，放声大哭……壮健的双臂，轻轻抱起妻子那柔软的身子，双手抹着妻子的泪脸，瞬间，一朵出水芙蓉的俏丽，融进了丈夫的双目。“放心吧，我和爹爹都不会有事的，这不是好好地回来了吗！”妻子的两个拳头，在娇滴滴的笑声中雨点似捶响了丈夫的胸膛……

一条小溪，流淌着山民生活的甜酸苦辣。如今不再在洪浪中放排闯险了，洪潮漩涡，坝潭悬崖，险滩长浪所颠簸的悲剧，不再重演。下游电站蓄出的潭水湖面，波光荡漾，细浪涟漪；白鹭展翅，飞出林海，划出了江流一道道迷人的景色，金黄的脚爪，洁白的翅羽，轻点拍打着江面，激起朵朵翻飞的浪花，波峰浪尖的奇景，在白鹭的翅羽间飞荡流淌；两岸的群山，如万马奔腾，连绵长空，舞动着的烟云，江浪的声韵；农舍村庄，白墙红瓦，建在山前水上。门前翠竹摇曳，屋后绿浪翻腾，百灵鸟奇迹般飞进了大山，婉转的歌声和着画眉歌唱，把鹅黄的蓓蕾啼成了花朵，把浅黄的叶儿叫成了绿荫……

“万山不许一溪奔，拦得溪声日夜喧。到得前头山脚尽，堂堂溪水出前村。”一条小溪哟，流淌着大山勃发的激情，浪漫着花瓣的滴滴清露，波涌着花蕊的摇荡心旌。大山欢腾的绿浪，多情着小溪的笑容，大山深情的激流，温暖着小溪的心灵。大山在小溪里流淌，小溪把大山装下。古老的村庄哟，汇成了小溪流动的风景，锦波画浪，诗意跳跃，荡漾远方。

『看』，这一年过去了

刘新昌

昨夜，辅导女儿的语文作业时，发现她总在阅读理解“归纳中心思想”环节卡壳。看她踌躇半天不敢下笔，一下子激起了我“好为人师”的恶习，反复大声地跟她讲，“一定要用最凝练的语言归纳文章要义”。

十一二岁的小朋友，虽没到叛逆阶段，但也拥有了自己的主见，她用眼神刷了我一下，默默写完她的作业后，女儿忽然“夸”我：“爸爸，你归纳能力那么强，能不能用一个字归纳你今年的过往啊？”

没想到“现世报”来得这么快，刚才还口若悬河的我，被问得一时语塞。“一年时间这么长，遇到的事情那么多，一个字怎么总结得了？”女儿没反驳，“哼”了一声，像是挑衅。

我知道，女儿对我的回答肯定不满意。为了挽回一个可怜老父亲所谓的“尊严”，这几天，我仔细回想了过去的一年时光，还真找到了一个字来总结我的2023年，那就是：“看”。

看书。从逻辑上讲，我既不是专业作家，也不做学术研究，书，似乎可看可不看。可这么多年养成的习惯，就跟吃饭、睡觉一样，成了我的生活必须，一天不看，浑身难受。我对书的选择只有两个字：“识”和“趣”。要么能长点小知识，要么能体会点小趣味。太专业的书，我不看，累。看书时，我喜欢泡杯茶，然后拿支笔，边看、边画、边记、边悟。看到精彩处，大腿一拍，起身咕咚灌一口茶下去，酣畅淋漓的感觉从心爽到心。

2023年，我总共看了30本书，写了读后感的有5本，随意看、跳着读的，20多本。这些书，有的博我一识，有的赠我一趣，让我工作之余，多了一份生活体验，增了一份生命情味，甚好。

看房。久居高楼，厌倦了这种“空中楼阁”式的生活，做梦都想拥有一个院子，可以在工作之余，种种花、种种菜，体会“接地气”的田园生活。去年末，处理了一处闲置的房子，手中有了一些闲钱，想改善的念想就越发在心里生根发芽，再加上房产中介不断跟我“吹”风，说今年是楼市入手的好时机。

于是，闲暇时光，跟各种房产中介打交道，每到周末，不是在看房，就是在看房的路上。非常感谢中介的帅哥美女，他们很敬业，只要答应去看房，他们会早早地开车来到我家楼下候着，一上车，散烟、发水、递槟榔，供奉得跟尊财神爷似的。

房子，从河东看到河西，从叠墅看到联排、双拼，最后到独栋，院子越看越大，价格越看越贵，可手头就这么点钱，再心动也得回归现实。

房子，从河东看到河西，从叠墅看到联排、双拼，最后到独栋，院子越看越大，价格越看越贵，可手头就这么点钱，再心动也得回归现实。

实。于是，在无数次权衡和挣扎之后，我在中介失望的眼神中“出手”了，买了个只有50平方米的袖珍型院子，价格还不及一个大平层。对于有钱人来说，也许这根本不值一提，但对我来说，好歹实现了“有天有地”的梦想，甚欢。

看山、看海。都说“青山不墨千秋画，绿水无弦万古琴”，山水之美，美在变化，美在气象万千。看山水之美，比赏画听琴更让人放松和愉悦，它对于一个人的熏陶是潜移默化、润物无声的。

为了这份熏陶，春天，去了浏阳大围山，那漫山遍野的杜鹃花和孩子们灿烂的笑颜，至今萦绕在我的脑海；夏天，去了浏阳周洛大峡谷，峡谷里清凉的风、高悬的瀑布，以及摸鱼捉虾的快乐，依然清晰可见；秋天，去了永州南山牧场，那风吹草低见牛羊的壮阔，那策马奔驰的快感，仿佛就在昨天；冬天，去了一趟望城黑麋峰，山顶上，那皑皑雾凇、那晶莹冰挂，仿佛进入童话世界，与山下喧嚣热闹的市井生活截然不同。

暑假时，女儿说，想去看海，想去体会“面朝大海，春暖花开”的意境。于是，挤火车，找酒店，带着几个小孩在汹涌的人潮中左冲右突，虽然只在鼓浪屿上呆了两天，可那柔软细腻的海滩，那扬帆出海的豪迈，成了女儿作文本里最绚烂的一笔，被老师用波浪线标了又标，甚佳。

看望父亲。母亲去世后，80多岁的老父亲，一个人呆在老家，他坚称自己身体硬朗，不习惯城里的生活，不愿意随我们兄弟姊妹进城。其实，我们知道，他是不想给儿女们添麻烦。

我的一位老友父亲去世后，他的母亲也是这样，坚持要住在农村，老友只得每周五开车去异地乡下看望母亲，这样坚持了两年多时间，母亲心疼儿子在路上来回奔波不安全，才答应跟他来了长沙。

我不会开车，且路途比老友远得多，坚持每周回去不现实，但逢年过节，还是要回老家去看望父亲的。到家后，给父亲做几顿热饭，和他唠几句家常，或带他去亲戚家串门，父亲的脸上总是洋溢幸福笑容，其实，作为儿女，父母的健康也是我们最大的幸福，看着父亲80多岁还能行动自如，甚慰。

看展、看见和看淡。年初，给自己定了个小目标，看12场展览。没想到，一年下来，竟远超这个数，历史文化展5次，书法绘画展6次，摄影展3次，花卉展2次，玉石、珍珠展2次。今年看展，不只在湖南，还跑到河南、福建等地，算是个“穿过大半个中国去看展”的看展狂魔，总觉得，展览是社会变迁的备忘录，看展，真的能起到增信、益智的目的。

时间的车轮轰轰隆隆驶过，看，这一年就这样过去了。工资没有看涨，好在能基本持平；写作没有看头，写与不写，看心情；记得有本书叫《看见》，它记录了十年的时间跨度，而我，没法对十年时间做总结，只想对这一年的时光做个小结。这一年，我看见过太多人性的光芒和美好，也看见过一些阴暗和龌龊。对于美好，我谨记；对于丑陋，我看淡。因为，看趋势，我坚信明年肯定会比今年要好。一定？当然一定。

金龙出海焕新春

玉兔回宫捣灵药

玉兔回宫捣灵药
金龙出海焕新春
易鹰撰联 孔小平书

新年是个美好的词

(外一首)

流河

新年自带祝福

把它和快乐一起喊出的人

正披开贴着窗花的门帘

把它和吉祥连结的母亲

正将劳动的果实与家的味道糅合

正抱着啾啾学语的大孙子

嘴里喃喃念着，新年好啊

又侧耳倾听孩子回应

新年好啊，新年好

像迎风的春晨播下新鲜的种子

像皑皑的雪夜迸发萌动的心跳

像一泓清泉打开了新的端口

像青鸟飞过之后

洁白的天空与蓬勃的大地

彼此问候，并互致

美好的祝福

人间值得

第一个翻看新日历的

是早起的阳光

你看，那么多希望一样明亮的光芒

贴在千家万户的窗口

楼上有有人在碰杯

院里孩子们在奔跑

戴红帽子的年轻小伙

正撒下泛旧的二〇二三

搭在他肩上的红纸

格外显眼

幸福如时光般悄无声息

迎来送往的人们

纷纷开始驻足，凝视

等待贴上对联的时刻

人间有太多对仗工整的希冀

人间有太多可以实现的愿望

适时换换频道

帅兵

职场上因为各种原因，人总有心特别累的时候，也有实在想不通的时候，还有了无生趣的时候。如果任由其发展下去，就像走进一条死胡同，有人因此罹患抑郁症，默默承受着身心的双重折磨。这时不妨换换频道，转移注意力，就能轻松迎来柳暗花明的新天地。

换哪些频道呢？

看电影。心情郁闷、烦躁的时候，实在想不通的时候，干脆什么也别想了，跑到电影院里去看一场电影。最好是情节曲折、故事感人的电影。你会不知不觉地进入一个陌生的世界，感受别人的酸甜苦辣、悲欢离合、绝地抗争、九死一生……看完电影，步出影院，之前的烦恼烟消云散。你会觉得，和电影中的人生相比，你的烦恼不值一提，你的生活足够幸运，你的明天值得奋斗。于是满血复活，就像换了一个新人。

这种感觉你有过吗？有，就证明这是个好方法，值得一试再试。

看书。不管多大的烦恼，只要翻开一本好书，看上几页，心情就不知不觉地平静下来。一个黑字，就像是有魔法的小精灵，吸引你从外在的大千世界中抽离，飞向一个陌生、丰富、广大、睿智的书世界中。在这里探秘、遨游、思考，你的视野会逐渐开阔、思路会慢慢打开，你会找到自己烦恼的原因，进而轻松避开它。等你合上书的时候，你身心轻松，心情愉快，烦恼不知道跑到哪里去了！

看书使人睿智，是逃避烦恼的灵丹妙药。常备无患。

旅游。说走就走，跑得远远的，去一座陌生的城市，或是人迹罕至的深山老林……把工作抛到脑后，什么也不管，放飞自己，想干什么就干什么。走访当地名胜古迹、品尝当地美食，探访当地好友……几天时间后，你就会发现原来纠缠你的负面情绪，在清风明月面前，慢慢从你身上飘散，继而消失殆尽。你会由衷感叹“旅游是一剂良药”所言不虚。

聊天。找一二知心好友谈天说地，也很容易把你从负面情绪的泥潭里摆脱出来。也许说的话题与你无关，甚至没有什么意思，但只要听听，就能进入另外一个话题，从而转移原来纠结的思想，解开情绪的死扣。又或者说的话题与你有关，大家讨论一番，朋友视角不同，见解和观点也不相同，自然能给你不一样的启发和思考，引导你从原来的死胡同里走出，眼前豁然开朗。

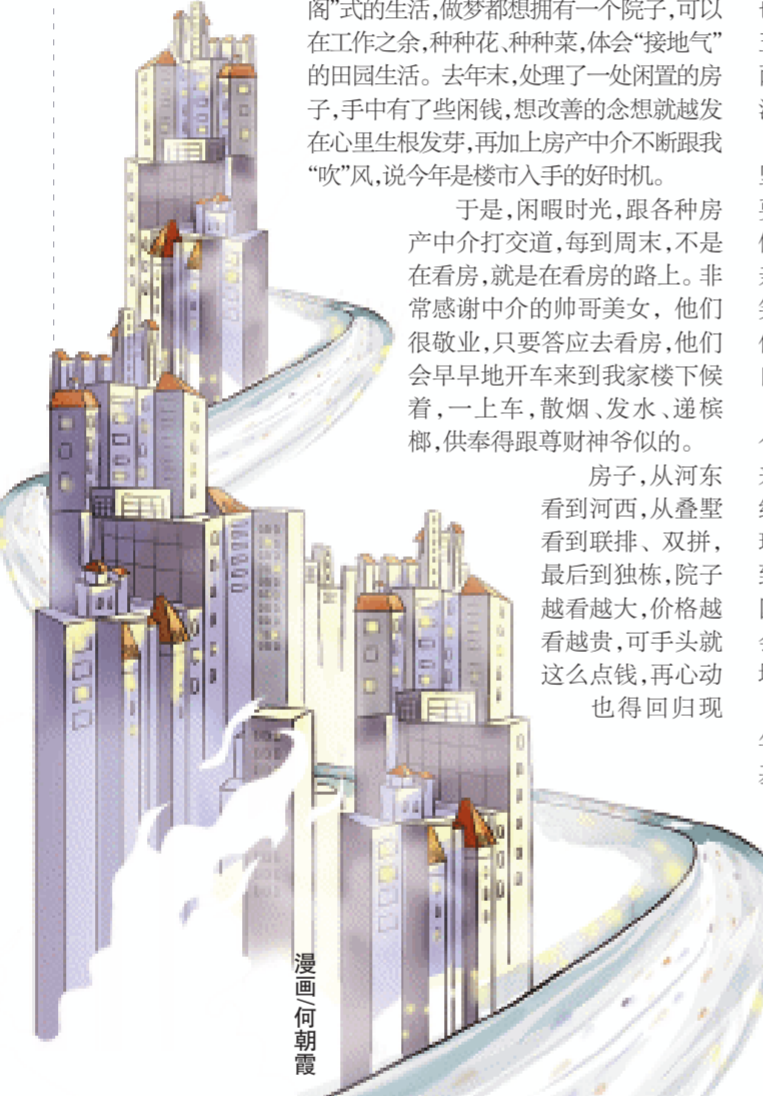
打牌。很多人喜欢打牌，只要有时间就打，断断续续一打几十年，其实是有效的换频道。坐上牌桌，就像进入另外一个博弈的战场，捉对厮杀一番，不亦快哉。一场牌下来，不管输赢，都至少从原来的烦恼中解脱。

不过，打牌不能上瘾，从早打到晚，从晚打到天亮，身体吃不消，必定耽误工作，反而不美；如果赌博，打得多，赢钱伤别人，输钱伤自己。有些人历经千辛万苦，侥幸创业成功，却因沉迷赌博，钱财散尽，甚至负债累累，身陷囹圄，悔之晚矣。

我们看电视，单看一个频道，即使再精彩，也难单调乏味。人生也是如此，不应该只有一个频道。在工作之余，多培养一点业余爱好，就能让自己在几个频道间转换自如，获得轻松愉快的韧性。

人生适时换换频道，才能走得好、走得久、走得远。

生活悟说



漫画/何朝霞

文明旅游 爱在长沙



中共长沙市委宣传部
长沙市文明办

设计 星辰在线(长沙文明网)