

纸质书唤起我们慢生活感受

张丽玲

你有多久没翻纸质书了？也许因为手机阅读太方便，现在很多人大多数的阅读都是在手机上完成。这不能用对错或者好坏来评价。手机读书也是读书，和读纸质书各有优劣。手机读书可以尽情利用碎片化时间，纸质书籍则传递给人一种浓郁的书的自然气息。

前段时间，连续几天手机接到短信：气象台发布大风蓝色预警信号，每一次我都听话地走到窗前，把窗子关严，其实窗外起没起风，我也不知道。

有一天疏漏了，在书桌前，突然听到窗扇被风吹起的晃动声。干燥的冬天，为了让家里吹进新鲜空气，我24小时将窗开个小缝隙。于是，这声晃动提示我，窗外起风了！

吃过晚饭，我打开一本曾看了一半的书，慢慢读。内心竟然产生一种宁静的感觉。平时比较迷恋刷微信或浏览公众号，那种感觉是一种快节奏，快呼吸，囫囵吞枣，看过的东西消没消化也不知道，如赶鸭子上架般匆忙。

看纸质书，唤起了我的慢生活感受。我用苹果、饮料，榨了一杯苹果汁。在苹果的清香和饮料的甘甜中，在书里一个字一个字的阅读中，我慢慢品尝着生活的滋味。冯小刚曾认真记录过与意大利导演多纳托雷的交流所得，关于潮流：“如果一块表走得不准，那它每一秒都是错的，但如果这表停了，那它起码每天有两次是对的。”我们为什么对天气预报如此纠结，天气本来就无法预知，瞬息万变，对错都可原谅。

书是人类生活中不可缺少的一位好朋友，读书也是人类生活中不可缺少的事。书是一定要读的，何必纠结手机阅读还是纸质书。如果我们有大块时间，就拿出纸质书吧，这种阅读在电子产品泛滥的时代，有一种不同的阅读体验，它会让你记忆书上每一个字的一笔一画，会有书香氤氲在你的周围。但是如果你只有等车或路上的小空闲，那么就可以点开手机阅读。这也许是阅读快餐，但是天长日久也会有书的营养融进你的生命中。

书籍是思想的航船，在时代的波涛中破浪前进。它满载贵重的货物，运送给一代又一代……

我们为什么去旅行

许迪

什么是旅行？

有人说：离开熟悉的一切，去熟悉陌生的一切。

有人说：旅行是让被躯体包裹的心灵晒太阳。

不同的人有不同的诠释和理解。

为什么要去旅行？

有人说：我迷惑于大自然神奇的力量，我要与她融为一体。

有人说：身体和灵魂，有一个必须在路上。

不同的人也会有不同的观点和看法。

究竟是怎样的，暂且不用管它，让我们先行出发，在旅程中寻找答案吧！

只有踏过了千山万水，见识了形色人等，才能走出井底，才会用全新的眼光重新审视打量自己。由此，我们会比以前更加懂得生活的美好，找寻到接下来要走的路，获得凤凰涅槃、洗礼重生。

古时的人们，有着很多先天制约条件和局限因素：张骞骑着骏马，历时多年才通西域；徐霞客凭着赤脚，终其一生才写成《徐霞客游记》。所以，才有了“父母在，不远游”，有了这在当时看来正确、如今早已过时的告诫。

对于以上这些，有的人可能会说，我有钱却没时间；有的人也可能说，我有时间却没钱。网上流传着这样一段话：上大学时，你的理想是环游世界；毕业时，你说工作以后再去；工作稳定了，你说买房后再安排；有房有车后，你说结婚带老婆一起去；有了小孩，你说孩子再大点去；孩子长大了，你又说养好了老人再走。最后，你哪儿也没去成。

人类的监狱有两种：有形的和无形的。想起电影《天堂电影院》中的一句经典台词：离开这里！老待在这儿，你会以为这里就是世界的中心。所以，舒一舒眉，扬一扬头，为自己“减刑”吧。除了自己，还有谁能让你卸下重负、恢复自由！

可见，旅行是另一种修行。

读万卷书，行万里路。实求是讲，我们不能说“行”比“读”更重要，但我们完全可以说，一切深层次的沟通了解都不能只靠文字，必须有脚步、目光以至整个血肉之躯的支撑。旅行是对天地之书的阅读，只有身体力行去远行、去探索，才能实现“读”得更高层次和境界。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。每一次旅程，都是荡涤心灵的寄托，都是增长智慧的机缘。走的路越远，遇到的人越多，见识的美景越震撼，我们越会感叹这个世界的广博与伟大，认识到自身的卑微与渺小，越会对在这个美丽星球走上一遭觉得感激和荣幸。

你的闲暇藏着你的前途

李小芬

工作之外的闲暇时间，你是怎样度过的呢？如一条大河激情奔涌，或似一股细流涓涓流淌？身边的朋友，有的徒步、摄影、唱歌、跳舞、打球、下棋……有的用来安排独属自己的事情，比如学习、看书、做家务，或者晒着太阳放空……闲暇时光，动静皆宜，可能藏着一个人未来的前途。

有一种人，闲暇时喜爱做家务。每天做饭、洗衣、收拾房间，不是应付式的，而是花费心机，比如爱逛超市，饭菜会换着花样做，定期给花剪枝施肥，洗衣服分机洗和手洗，房间的地板、家具、玻璃用不同清洁剂来擦，每天都享受着干净整洁的环境。这种人，往往有一颗热爱生活的心，富有生活情趣。他们总是全身心地珍视家人，愿意付其所有，乐此不疲。除了做好本职工作，他们对事业可能没有太大的野心，而是满足于经营好家庭，享受烟火生活的美好。

另一种人，生活随性，喜欢喧闹。他们一周内总有一两场聚会，和朋友吃饭聊天。到周末，外出逛商场、公园，和亲友聚会。晚上常常看电视，玩电脑，刷手机。时间如流水，匆匆而过，一天又一天。这样的人，幸福感强，忧虑少。思考少，规划也少，不贪心，易满足。对未来的设想是细水长流，云淡风轻，只看重过好现在每一天。

还有一种人，也有烟火岁月的庸常，但目标明确，内心坚定，不断进取。我要成为什么样的人，计划达到什么目标，未来该走哪一步，闲暇时间做什么，都一一规划，且付诸实践，这种人，未来会有更大的发展。

还是在陌生的竞争激烈的大城市，怎么可能？后来，我了解到她每天的闲暇时间在做什么，才知道她所说的并非妄想。

她每天学英语，现在可以轻松对话；每天跟着留学的女儿学经济学；每天在网上听各种相关的精英创业课程；还请假去参加培训班，结识了一帮朋友，积攒人脉。“我每天花在学习上的时间累积起来超过6小时。”她如是说，目光灼灼。

未来可期，并不缥缈。不管成功与否，她已朝前走了。而我，也有过理想，爱写作，期待有所成就，这种隐藏着的愿望从未停息过。可是，闲暇行走着的光阴，并不踏实坚定，在摇摆摆摆间，时断时续，变成拖延，“总觉得自己的文字浅显，离文学很远，哪能出书呢？”面对远方文友的鼓励，我总是信心不足。但她说：“你不试一试，拼一次，怎么知道不行呢？你的闲暇藏着你的前途。从现在开始一点点努力，坚持下去，终有一天，会迎来自己的艳阳天。”

这位文友自己就是这样做的。她起步比我晚，努力比我多，方向比我明确。当我还热衷于刷手机，沉迷于各种肥皂剧的庸常时，她早已开始埋头读书、写作，严格地按着专辑的框架来组书稿，目标坚定，持之以恒。如今，她的第二本书已经出版。年过50的年纪，写的青春爱情小说既浪漫唯美又充满想象力，想想都不容易，她却成功了。我是不是也该为自己写书的理想切实行动起来，并为之付出闲暇时间呢？

在朋友圈里看到这么一段话：业余时间可以成为一个人的人生高度，可以延伸一个人的人生宽度，也可以深挖一个人的人生深度。所以，要努力掌控它，让自己成为时间的智者；要努力设计好它，让自己成为时间的主人。现在就行动起来吧！

喷嚏趣谈

谢太平

春日里，乍暖还寒，稍不注意就染上感冒，迎风落泪、见人喷嚏都很正常。人打喷嚏，是一种难以抑制的生理反射活动。奇怪的是古今中外打喷嚏有许多不同的看法和习俗，颇为有趣。

《诗经·邶风》里有句：“寢言不寐，原言则嚏”（意思是睡觉醒来，无法入睡，我思想你那么多，你一定在不停地打喷嚏）。这是中国古代最早的喷嚏入诗。郑言在笺注《诗经》时，把这个冷热不调的生理反应说成是离别相思的心理感应。难怪梅尧臣在诗里要写自己出外思家，希望美貌夫人闺中打个喷嚏，

“我今斋寝泰坛外，佗僚愿喷朱颜妻。”

唐代以前，人们打喷嚏称作错喉。唐玄宗有一次宴请所有王爷吃饭，宁王李宪与玄宗皇帝坐在一席，宁王怕是感冒了，忍不住喷了一口饭，喷到玄宗的脸上，玄宗一抹脸，调侃说：“宁哥何故错喉？”乐师黄幡绰怕皇上发火，马上说：“此非错喉，是喷嚏（嚏）。”（刚才宁王不是错喉，而是“喷嚏”，是在赞美皇帝呵）。一句话，把玄宗皇帝给逗乐了。“喷嚏”由“喷嚏”一词演化而来。

民国时期的胡适先生去造访好友杨杏佛，不巧主人不在家，胡适独坐无

聊，突发诗兴，以杨杏佛的大鼻子为题作打油诗：“鼻子人人有，唯君大得凶，直悬一宝塔，倒挂两烟筒。亲嘴全无份，闻香大有功。江南一喷嚏，江北雨濛濛。”写毕，他边念边笑，正巧杨杏佛回家，见诗之后连呼：“好诗，好诗”，两人捧腹大笑。

保加利亚的农村，有一种怪俗：认为在吃年夜饭时，打喷嚏的人会给全家带来幸福。

苏格兰人认为婴儿出生时，如果打了喷嚏，便表示他已逃掉了“魔鬼”的纠缠。

美国有句俗话：“星期日打喷嚏，你就不安宁，魔鬼在本周会找你麻烦。”日耳曼人认为花烛之夜，新郎打喷嚏是不吉利的。西方一些国家的船主在启航时候，如果听到船员打喷嚏，马上就命令停船，另择航期。

雨夜吟诗

宛 皖

想来也是奇巧，生命中总会在不经意间发现一些细微的小事让人心生欢喜，让人满怀感恩。今晚，独坐窗前，沏一壶清茶，翻开一页书。那些文字中单纯的小美好，那些朴实无华却感人至深的情感，总让读书的人瞬间心潮澎湃，一种想对着窗外的夜色高声呐喊的冲动油然而生……

今夜细雨绵绵，浅吟的风声伴随着细雨打在窗前清晰的声音。遵循自己晴天读史，雨夜吟诗的阅读习惯。我打开了一篇诗歌，那是戴望舒的《雨巷》：“撑着油纸伞，独自/彷徨在悠长，悠长/又寂寥的雨巷/我希望逢着/一个丁香一样的/结着愁怨的姑娘。”那个有着丁香一样颜色、芬芳、忧愁的姑娘。牵动着我的思绪。她在忧伤什么？她美得让我心疼！“她静默地走近/走近，又投出/太息一般的眼光/她飘过/像梦一般的/像梦一般的凄婉迷茫。”她的眼光中发出叹息的声音，感觉她像梦一般走近

我又飘过，让我的眼神随她一起发出叹息的声音，让我的心微微地疼痛。诗人的情感如此细腻，透过那个丁香一样的结着愁怨的姑娘，寄托着自己雨夜的哀思和内心深处的惆怅。让我在吟诗的这个雨夜，抒怀而又沉思。

春日的雨夜适合吟一首舒婷的诗。《神女峰》里：“与其在悬崖上展览千年，不如在爱人肩头痛苦一晚。”仅仅一句诗，就道明了爱情的凄苦与甜蜜。那展览千年的世人皆知的爱情，远不如在深夜给我一个肩膀让我痛哭一场的触手可及的幸福。爱得死去活来，爱得肝肠寸断以及那些让人传颂的美丽刻骨的爱恋，都不及“执子之手，与子偕老”的相互陪伴来得温暖贴心。而在这个凉薄的人世间，我能想到最浪漫的事就是，肩并着肩和你慢慢变老，一起回忆过去那些美好的生活。你看着我双鬓如雪的白发，我抚摸你眼角沟壑纵横的皱纹，就这样一直坐