

最是浓情元宵节

□卜俊成

制图:李歌

已是深夜,但室外此起彼伏的鞭炮声及烟花声仍不绝于耳,再加上几场大雪的映衬,让人感觉与前几年相比,年味儿的确是愈来愈浓了。

由于还在放假期间,没有时间自然也就晚了许多。这样一来,夜里反倒是精神旺得很,竟然常常没有丝毫困意。我就索幸起身下床,披件大衣踱步到书房,煮一壶清茶,准备一边喝茶,一边读一些春秋时的著作或唐宋名家的文章来消磨时光。也许是触景生情,两眼盯着书上满满的文字,思绪却不由自主地飞到了在故乡鄢陵县生活时的岁月,想起那让人攒足了劲盼望、敞开了怀快乐的元宵节。

故乡称元宵节为灯节,一般都从正月十四庆贺到正月十六。在20世纪90年代初的豫中地区乡村,踩高跷、赏花灯、放烟花、逛庙会都是过灯节的必备项目。这对于当时正青春年少的我来讲是极具吸引力的。因为能够参与其中,不仅能够饱览寻常日子里见不到的新奇物件,还能够玩儿得尽兴、吃得开心。

一般农历正月初二、初四、

初六大家都忙着走亲访友,到了正月初八之后,为了过灯节时能够表演顺利,有了闲暇的大人们就开始演练踩高跷了。他们的高跷通常高1米左右,表演时要穿着仿古服装,装扮成如来佛、观世音菩萨、唐僧、孙悟空、猪八戒、沙和尚、武松、武大郎、诸葛亮、刘备、关羽、张飞、贾宝玉、林黛玉等四大名著中的人物,引得村民驻足观看,以换取村民或村委会的糖果及打赏钱。

小孩儿虽然没有表演任务,但是学着大人们踩高跷的样式玩耍,依然能够让人感觉到新鲜和威武。我是八九岁时学会踩高跷的,刚开始是借小伙伴的小高跷练习,等学会后,父亲就找村里的木匠给我做了一副高跷。由于父亲担心我摔着,那副高跷的高度只有50厘米。尽管如此,依然被我当成能带来无穷快乐的“宝贝”。

通常我们七八个小伙伴会踩着高跷排成一列,在大人演练场的一旁闲走。有时我们也会头戴美猴王、黑猫警长、葫芦娃等面具,队伍整齐地沿着村庄的中心街道游行。每次听到路过的大人们夸奖我们“踩得真不赖”“咱村的小孩儿真有本

事”时,心中就会升腾起一股自豪感,于是踩高跷时也就更加卖力了。

另外,过元宵节的乐事还有赏花灯和放烟花。按照惯例,在正月十三,村里的男人们会在村中心的空地上,用粗壮的木头做架子,中间用木条做纲,再绑上高粱秆等,搭建成一座巨鳌形状的灯山,即鳌山。鳌山内部众多小格子插上青翠的柏树枝,之后放上用萝卜做成的油灯。鳌山的最高处及外围通常缠上几圈小彩灯。这样每到夜晚,整个鳌山就灯火通明,充满了节日的氛围,真是如同《水浒传》第三十三回“宋江夜看小鳌山,花荣大闹清风寨”中所描写的“玉漏铜壶且莫催,星桥火树彻明开。鳌山高耸青云上,何处游人看不来”的盛大场景。

正月十三,村里手巧的女人们则是把五颜六色的彩纸剪成纸花,用糨糊一排排地粘贴在绳子上。最后,在大孩子的带领下,由小孩子把满绳的纸花悬挂在村里的主要街道中间,以乡村特有的习俗迎接元宵节。

正月十四、十五和十六晚上,负责掌管赏灯的大人们会

把之前购买的各式各样的烟花拿出来,分发给男女老少,让大家在鳌山前面集中燃放,高高兴兴地释放过去一年为生活忙碌的辛苦,祈祷来年风调雨顺和吉祥安康。而这些购买烟花的钱,则主要来自进入正月后,到村里走亲戚的新老女婿们拿出的喜礼。

30多年前的乡下,物资还是较匮乏的,很少有家庭舍得自己购买烟花,让孩子们燃放。因此,在元宵节期间,在观看大人们燃放大烟花之余,小孩子们能够借机燃放一些村里发放的小烟花,也就成了我们童年时期的一大美好期盼。

正月十六,是赶庙会的日子。我所居住的村庄距离扶沟县的道教圣地雾烟山仅有5公里的路程。那里相传是春秋战国时道教始祖老子西行路上讲道的第一站。雾烟山的寺庙众多,热闹非凡,是乡村善男信女的祈福之所。因此,每到这一天,奶奶和妈妈总会带着我们姐弟几个去雾烟山赶庙会。

大人们到雾烟山是为了烧香祈福,对于我们小孩儿而言,跟着大人们走完十余个庙宇后,则是在山前的空地上观

看魔术表演、划旱船、套圈换礼品等新鲜事物。对于男孩子来讲,最开心的事情莫过于长辈们能给我们买一把木制的短刀、长剑或红缨枪,或者能乘坐简易的过山车、电动花轿等,或者吃冰糖葫芦、豌豆糕等平时不常吃的零食了。通常来说,我们小小的愿望都会得到满足,所以每次想到元宵节,回忆起在雾烟山赶庙会时的点点滴滴,内心总是充满溢于言表的喜悦和无忧无虑的温暖。

此刻,钟表已在悄无声息中走到了凌晨时分,窗外的爆竹声也渐渐淡去了。我想起来代豪放派词人辛弃疾记述元宵节的一首词——《青玉案·元夕》:“东风夜放花千树。更吹落、星如雨。宝马雕车香满路。凤箫声动,玉壶光转,一夜鱼龙舞……”

古往今来,我们都以看花灯、放烟花、逛庙会等作为庆祝元宵节的传统习俗。无论岁月如何更迭,但蕴含其中的祈求团圆和谐的中国精神都是一脉相承的,从来没有改变过。这也是在时隔数十年后,我依然一次又一次深深地怀念故乡元宵节的缘由。

书画作品



春风满园 吕嘉/作 (作者供职于河南省郑州市人民医院)

我们为什么怀念故乡

□吴贝贝

我听过这样一段话:“因为地里埋着祖宗,路上埋着童年,我们在时间的长河里刻舟求剑。”

渺小个体的万千思绪,被淹没在广阔的田野里,一眼望不到头。我今年春节没回老家,没有到麦田里走走,心里有点儿遗憾。这几年,我每次回老家,总是匆匆忙忙的,最后带着遗憾和不舍离开。

小时候讨厌的地方,长大后却格外怀念。大概是因为老家的每一寸土地,都有我的回忆。在返程路上,我看着周围的风光,用手机拍了很多照片。以后,我就可以指着这些照片告诉我的孩子,这是妈妈小时候生活的地方,这是大城市里没有的风景。

乡村的夜晚总是这么宁静惬意,21时就已经夜深人静,伴随着虫鸣声,微风中夹杂着泥土的气息。我坐在院子里,抬头仰望星空,仿佛回到了小时候。我仍记得,小时候乡村的夜晚,月亮很亮,走路都不需要用手电筒;夏天在房顶铺一张凉席,数着满天繁星,会因为找到了北斗星而欣喜,伴随着蛐蛐声和狗叫声入睡。这些回忆让人感到无比放松,这一切还是那么熟悉,仿佛从未远离。

路过了小时候骑自行车摔倒过的小桥,走过了和哥哥一起乘凉的柳树下,又摸了摸玩捉迷藏的石柱。看着院子里的物品,那感觉不曾改变。女儿指着墙上的老照片大声说:“这是我妈妈,这是我妈妈。”也许这就是过年的意义,让我们这些游子因为节日陪陪父母。父母的白发提醒着我,陪伴的重要性。

现在的我们,虽然习惯了城市车水马龙快节奏的生活,但是又留恋乡村的恬静。长大后,我很怀念家人闲坐、灯火可亲的时光。也许是因为老家存着我童年的梦,所以无论何时,那里都是我感情的寄托。

为什么我们会怀念小时候呢?是因为小时候日子过得很好吗?其实,并不是。那时候我们年龄还小,父母还很年轻。吃1角钱的冰棍、看黑白电视机、在小河里捉虾,仿佛都发生在昨天,却已经成为遥远的回忆。小时候,我喜欢在手腕上画手表,表针虽然从来没有走过,但是带走了美好的时光。小时候,小卖铺出售的东西,我都想买,但没有钱;长大后,超市里的东西,我都能买得起,却不知道买什么能带来快乐。那时候,我可以整天在外面玩儿,回家后不仅有吃有喝,还有父母的呵护和关心。

也许我怀念的不是老家,而是小时候无忧无虑的自己。未来,我希望能不因他人而改变自身,做一个快乐的人!

(作者供职于河南省人民医院)

炊烟起处是乡愁

□郝军



制图:李歌

新春佳节,窗外的鞭炮声不断响起,烟花也时不时地在夜空中燃放。不到2岁的孙子手舞足蹈,看到他高兴的模样,我的脑海中忽然闪现出自己儿时在家过年的这一幕幕……

记忆里,奶奶和父母从腊月二十五、二十六就开始忙碌起来了。在临街街屋和东厢房之间的灶房里,1米多高的灶台上蒸着雪白的热腾腾的小圆馍,大铁锅里炸着糖饼、菜角、油条、糖糕、豆腐等,格外诱人,到处都洋溢着快乐、祥和、忙碌的节日气氛。

母亲曾不止一次对我说过:“家里有些烟火气,才像过年的样子。”人间烟火,从某种程度上讲,它代表着一份人间真情。

在老人们的心目中,无论儿女的官儿做得再大,生意做得再兴盛,事业做得再辉煌,过年都应该回家看看。大年夜,一家人热热闹闹地围坐在一起,讲讲在外面的见闻,说说一年来的收获,吃一顿年夜饭,放一挂红红的鞭炮,家中的灯火整夜不灭,这样的年,才过得有意思。

前几年,由于疫情的阻隔,许多老人们都是在失落和遗憾

中过年的。整整3年,母亲经常站在村边的路口,盼我回家过年。

在不少游子心中,看到房屋上空袅袅升起的炊烟,就像看到了日思夜想的老家。在他们的心中,有个冒着炊烟的家,就会感到格外温暖。凝视西北方那个炊烟升起的地方,我心中曾无数次默默地念叨:“俺在那里有个家!”

在我的内心深处,每个烟囱下,都安放着一个温暖的家。尤其是在乡下,谁家的烟囱冒烟了,就意味着这个家有亲人回来了,或者是有人要外出了。这时,一家人聚集在一起,或开怀畅饮,或诉说衷肠,或泪眼婆娑。记得1985年11月1日,我应征入伍那天清晨,母亲起床很早,点燃了灶台里的第一把火,为我做了一顿最值得怀念的早餐。炊烟随风飘荡,火苗越烧越旺,在明亮的灶火前,母亲脸上幸福又不舍的样子,令我许多年后还记忆深刻,且感动不已。此时的烟火,关联着幸福、关联着温暖、关联着远方,是一种情感交织的展现。

从部队回家探亲的那几天,

我经常到灶房里看母亲做饭,或坐在街屋里陪着母亲说说家事,那是久违又难得的岁月回望,也是人生记忆里动听的赞歌,那是何等幸福啊!

当我再见到母亲时,她已发际染霜。母亲老了,如同屋前那棵粗壮的松树,颇有沧桑之感。她起身点燃灶火,想给我做饭,被我拦住了。母亲一辈子与炊烟打交道,围着锅台转,是真正的烟火人生。

从那以后,在城市生活的日子里,我似乎总能看到老家房顶上升起的袅袅炊烟,感觉那是来自故乡的一盏灯,那是母亲凝视我的眼睛,那是母亲殷切的希望,激励着我不忘初心、砥砺前行。母亲在无声地告诉我,我是谁,从哪里来,要到哪里去。“父母在,不远游,必方有方。”

春节再回到故乡,村民们都用起了既干净又方便的灶具,很少见到炊烟缥缈的锅台。虽然我家的老屋和灶台还保留着,但是奶奶和父母已逝,空留下惆怅的乡愁。

(作者供职于河南省孟州市创建卫生城市办公室)



自律的正确『打开方式』

□宋戈文/图

在春节假期,我读了一本书,起初最吸引我的不是书的内容与作者,而是封面的装帧设计。

从外观看,它全身被深邃的蓝色裹挟,是现在很流行的“克莱因蓝”。无论身在哪里,若将它捧在手心,都像手捧了一片蔚蓝色的大海,宁静而深远,可以让人瞬间从嘈杂的环境中剥离出来,进入纯净的阅读空间里。

该书封面上乳白色的几个大字“在舒适区自律”赫然进入我的眼帘,拿起翻阅,腰封里还隐藏了惊喜——“自律的我,太酷了”几个字。这本书的装帧设计真炫,非常符合工具书理性兼实用性的风格。每次翻开这本书,都会使读者觉得自律的自己太棒了,有一种满满的成就感。

这本书的作者是汤小小。这是一本我认为“美貌与智慧并存、才华与气质兼备”的工具书。

但是,如果只有漂亮的装帧,怎么能称得上是好书呢?一本好书,不仅要具有实用性,还要有深刻的内涵,能够触及读者的痛点,帮助读者解决难题,从而引发共鸣,这样的书才能称得上好书。

《在舒适区自律》要解决的问题就是“怎样轻松舒适、顺应人性地自律”。作者将这个问题又分解为6个问题,作为全书的大纲,组成全书的6个章节。

这6个问题分别是:“为什么你的自律那么痛苦?”“为什么你的自律那么低效?”“为什么你总是上瘾?”“为什么你总是拖延?”“为什么你总是三分钟热度?”“为什么你总是急不能自律?”

如果你没有养成自律的好习惯,正在为如何自律而发愁,想让自律自然而然地发生,既能舒适地享受现在的生活,又养成自律的习惯,那么以上6个问题,一定能触及你的心灵。想知道解决问题的方法吗?这本书会告诉你答案。

作者是一位非常自律的人,全职写作13年,在日复一日的生活中,她取得了连自己都不曾想过的成果:一年内不仅发表1400篇文章,还有许多文章被选用在中小学的语文试卷上;积累了350万名粉丝;出版了2本书;成为公司创始人,还有了自己的团队……她把自己亲测有效的76个自律方法,全部分享在了这本书里。

她说:“自律不是目的,这本书不会教你痛苦地自律,而是教你尽可能轻松地自律,直到忽略自律这件事,让它像吃饭、喝水一样自然,用自律达成目标。”

她说:“自律只是工具,它是为了帮你实现某种目标才存在的,没有目标,自律是没有意义的。”

她说:“没有方向感的自律,本质上都是自虐,是违反人性的,反人性的必不能长久。”

她说:“人有无数想做的事情,这都没关系,但在一个时间段内,最好只做一件事,把大部分时间和精力放在这一件事情上,既不会觉得太累,又容易出效果。”

书中还分享了养成自律习惯的实用方法:

制订一个可执行的计划:一个好的计划应该具体、可衡量、可实现,有相关性和时限性。通过制订这样的计划,可以更有目的地去执行,并且可以在完成后获得成就感。

养成良好的生活习惯:习惯是自律的基础。养成良好的生活习惯,可以轻松地保持自律,例如每天早起、定期锻炼、每天读书等。

寻找支持:在自律的过程中,有时候会遇到困难和挫折,这时候可以寻找支持,例如和朋友一起锻炼、参加线上或线下的自律小组等。

我想要分享的书中的内容还有很多。如果你读完这本书,一定会认同我的观点:这是一本“美貌与智慧并存、才华与气质兼备”的好书。

新年伊始,希望能养成自律习惯的你,不妨抽空读一读这本书,希望能借助此书,轻松养成自律的习惯,告别拖延,实现轻松、高效的自律,更好地掌控自己的生活。

(作者供职于河南省驻马店市中医院)



征 稿

本版征稿栏目:《悦读》《医者手记》《人生感悟》《心灵絮语》《从医随想》《摄影作品》《书画作品》等。

征稿要求:文章主题突出,形式灵活多变,语言生动活泼。

投稿邮箱:258504310@qq.com

联系人:李歌

邮编:450046

地址:郑州市金水东路与

博学路交叉口

东南角河南省

卫生健康委8楼

医药卫生报社

编辑部

