

人到中年 天高云淡

□崔志勇

近来，我患上了轻度失眠症。往常总是一觉睡到天亮，现在凌晨就醒了。既然醒了，我索性穿衣下床，随手拿出从图书馆借的书翻起来。

我手里拿着的这本是《毕淑敏散文精选》。打开目录，一篇题为《我不喜欢中年人》的散文引起了我的兴趣。哦，不喜欢中年人，这话说得有点儿太绝对了吧？中年人上有老下有小，是社会和家庭的顶梁柱，为什么不喜欢中年人呢？带着这样的疑惑，打开正文仔细瞧，文章题目原来是《我不喜欢的中年人》。哎呀，中年的我，眼睛确实有点儿花了，硬是把题目看丢了一个“的”字。顺着读下去，散文名家毕淑敏点到了她不喜欢的四种中年人，分别是：好为人师的中年人、唉声叹气的中年人、惧怕衰老的中年人和停顿学习的中年人。该文短小精悍、富有哲理，给人以教益和启迪。想想“有则改之，无则加勉”的净言，我反躬自省，思绪翩跹，“人到中年，天高云淡”八个字不时在脑海浮现。

“人到中年，天高云淡”，什么意思？天高云淡，即天气晴朗，天空云少而高，轻薄而淡，指秋天的天空。这是秋天的美好画面，让人感到清爽而舒适。

现在，我正奔走中年之路上。“五十而知天命”，这是孔圣人的人生感悟。到了这个年龄段，我终于发现了一个灵验到我身上的“真

理”：我确定是没有大富大贵的命，而且迄今为止，仍没有半点儿老天真垂青的迹象。在这里，我还可以告诉大家一个秘密：我觉着吧，眼下，我生活在我人生中最幸福的时光里。我甚至觉得，有一束幸福幸运的灵光始终在护佑着我，而且这光是那么耀眼、那么明亮。

我是一个容易知足的人。一路走来，我时常感到一种幸福、幸运的气场始终在萦绕着我。我有一个幸福的家。一家人柴米油盐，心手相牵，虽无富贵，但总有温馨相伴。我远在京城、省会，近在莲城和梅乡的亲人们给了我无限的亲情；我有缘结识的领导和同事、同学和朋友，都给了我不少的帮助和鼓励。这些人间真情和同志友谊，我会永远珍藏记忆里。

这些天，我静心冥想，终于找到了自己的快乐之源。那就是，我的家人、亲人、友人给予我无尽的支持和帮助、奉献和付出，让我的心中充满了美好和希望，充满了温馨和力量。

人到中年，应当知天命、尽人事。一路走来，大家的嘉言懿行，让我感激不尽。我无以回报，唯有努力做好自己，用信仰、理想、道德之光把自己点亮，尽力把爱 and 美好予以传扬，努力为我亲爱的家人、亲人、友人送去一丝丝人间温情，送去一缕缕真诚的微光。

信仰之光坚韧而顽强，它可以穿越时空，与日月同辉。我乐于追寻那“革命理想高于天”的信仰之光，向光而行。当今世界，芸芸众

生，人的认识不一，信仰肯定不一。“砍头不要紧，只要主义真”是夏明翰对自己信仰的坚贞誓言。“敌人只能砍下我们的头颅，却不能动摇我们的信仰，因为我们信仰的主义乃是宇宙的真理。”这是方志敏对信仰的泣血誓言。正是牺牲的 370 多万党员的信仰之光，激励着亿万革命群众为了新中国斗志昂扬。革命理想高于天，信仰之火一经点燃，就会爆发出巨大的精神力量。信仰之光，穿越时空，激励着一代又一代中国共产党人带领全体中华儿女开天辟地、战天斗地、改天换地、经天纬地，实现了中华民族从站起来到富起来、强起来的伟大飞跃。

新时代、新征程，党的二十大为中国式现代化道路描绘了宏伟蓝图，指明了方向。征途漫漫，更需要 9600 多万共产党员冲锋在前，需要 14 亿中华儿女斗志弥坚。作为一名有着 26 年党龄的党员，我要以优秀共产党员为榜样，坚定信仰不移志，践行入党誓言，为党的事业出力流汗。我还要努力当先锋、走在前，发挥优秀党务工作者的优势，引导身边党员信心百倍跟党走，甘于奉献为群众，以自己的信仰之光烛照他人，奋然前行。

理想之光绚丽奔放，它可以穿越迷茫，与梦想同行。我乐于追寻“中华民族伟大复兴”的理想之光，甘为孺子牛，行动如脱兔。“天下兴亡，匹夫有责”，中华复兴，人人奋勇。建设中国特色社会主义强国是 14 亿中华儿女的共同理想，这个宏

大的信念在指引着全体中华儿女勇毅前行。作为华夏子孙的一员，我天资鲁钝，但少时学习还能下功夫，被老师评为“不用扬鞭自奋蹄”的老黄牛；参加工作了，自知没有千里马的开拓精进之能，自付出了一点儿老黄牛不懈耕耘的尺寸之力。虽然付出一点儿苦劳，党组织却给予了不少荣誉，不免让我时常诚惶诚恐。兔年春节团拜会上，习近平总书记殷殷嘱托：“希望全国人民特别是广大青年像动物脱兔般飞跃而上，飞速奔跑，在各行各业竞展风流，尽显风采。”人到中年惜力短，谆谆教导记心田。宜将剩勇继余志，追逐梦想不畏难。我甘当一头老黄牛，不遗余力，为建设社会主义现代化强国出力流汗。

道德之光温暖而闪亮，它可以穿越心海，与人类同在。我乐于追寻那“人人为我，我为人人”的道德之光，向上向善。这是一种高尚的人生境界，是对中华民族传统美德的传承。1991 年在原许昌师专上学时，我第一次听到了老师告诉同学们的这句话。从此，这颗道德的种子就深深地埋在了我心里，生根、发芽、开花，照耀我一路前行，引领我做一個讲道德、讲文明的人，做一个有益于社会和其他人的人。

人届中年，我甘于追求恬淡宁静的

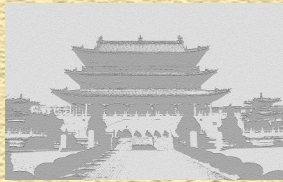
人生境界。恬淡宁静，应该有淡泊名利的意蕴在里面。一位领导讲党课时说过的一句话，让我记忆犹新。他说：“一名党员干部要正确对待名利，能看淡名利，那么烦恼就不会紫

绕。如果满脑子的名和利，那就会时时处处不开心，甚至会翻车落马。”听君一席话，胜读十年书。十余年来，“看淡名利”这句警示真言时常在我耳边回响，它不断滋养着我的心灵，提醒我远离尘世喧嚣，静心享受人间的馨香和美好。

恬淡宁静，也应该有清谈雅致的意蕴在里面。清谈雅致，不是清静无为，参禅打坐，玄虚清谈。“人是应当有一点儿精神的”。这一点儿精神，蕴涵有高尚的精神追求。毋庸置疑，它还应该蕴涵良好的情趣和雅好。比如琴棋书画、散步健身、跳舞照相……都可以参与其中，自得其乐。当然，对于这些爱好，我们不能让它走入火魔、走味变形，更不能深陷其中，不能自拔。习近平总书记在接受金砖国家媒体联合采访时说：“我的爱好挺多，最大的爱好是读书，读书已成为我的生活方式。”我也爱好读书，时常抽空到图书馆去看书、借书。遨游书海，乐在其中，修身养性，享受人生。我愿把读书作为自己的最大爱好，把学习习近平新时代中国特色社会主义思想作为自己最重要的学习任务，力求学懂弄通做实，做政治上的明白人，不做时代的落伍者。

思绪回转眼前，此之谓“天高云淡”。毛主席说：“人到五十，才是下山虎。”我没有“气吞万里如虎”的气概，但我仍有“不用扬鞭自奋蹄”的勤奋和执着。人到中年，我只想尽心做好自己，尽力烛照他人，尽展个人芳华，尽享盛世太平。

总第一四五六期



那一抹春播图

□陈鹏飞

春阳启蛰，布谷啼鸣，豫西南家乡又到了犁耙水响的春耕时节。那里山峦相连，田土岗坡，参差错落。

放眼望去，一座座村落镶嵌在山间，黑瓦红墙，老式平房，错落有致。一条小路穿村庄而过，四周植被，郁郁葱葱。村前稻田边的池塘总少不了几株垂柳，春光灿烂，柳条翠绿如鞭，柳荫下常常有小伙和姑娘在浸泡谷种。姑娘穿着花花绿绿的衣裳，扎一根大辫子，油亮油亮的，上面别着好看的蝴蝶结。她们在柳荫下嘻嘻哈哈地笑，笑够了就唱，敞开嗓子甜甜地唱，常常忘了水中浸泡的谷种，也不注意身边小伙们的恶作剧。当被小伙子掀起的水花淋得满头满脸时，便噘着嘴，嗔怪那些仰天哈哈大笑的小伙子们。如果是艳阳天，塘池里的水碧蓝碧蓝，轻轻泛着涟漪，绿波上几只鸭子和白鹅在悠闲地戏耍，水坑里浮动着一只待洗的坛子或者农具，随着水波一晃一晃的。

春风来，柳条轻拂，吻着绿水，拂着塘边嬉戏劳作的男孩女孩，那情景煞是动人。

如果是在微雨天，桃花如霞，柳树笼烟，山野之间到处流淌着氤氲之气。这雨虽然沾衣不湿，但人们还是怕受了湿寒，一般不关紧的农活也就停歇了，偶尔可以看到邻家大叔头戴草帽，赶着耕牛，在山间悠悠而行。这时，你可以听到他们用厚重的嗓音哼着老歌……

有时雾浓，一缕缕，一团团，缓缓地飘荡着，将犁田的人和牛时而遮住，时而显露出来，那情景会让你想到雾里的神仙。

清明来到，此时，庄稼人该忙着整秧田、下种育秧了。整秧田可是个细致活，要将一块田的底层犁过来，耙好，施足肥，开成一个个的长方块，每块四五尺宽不等，长度则依田的宽度整整齐齐的，像方方正正的书排在那儿。每块秧厢播得如镜面，映着天上似水的流云，衬着周围如茵的绿草。

撒种子更讲艺术，种庄稼的那些老把式儿轻易不会让年轻人插手，否则一箩筐谷种子会三下五除二被撒完，那结果就会出现这儿密那儿稀。老把式儿撒谷种，腰系一条围裙，端着谷箩，侧着身子，右臂轻舒，很有节奏地颤动，谷种便轻盈地不稀不密地落在了田地的镜面上。

清明前后，种瓜点豆。这都是妇女和小孩子做的事。房前屋后有水的地方，一般种丝瓜、扁豆、苦瓜之类的；干燥一些地方，就种南瓜。南瓜长出来后，搭几根木棍，瓜藤就爬上墙，窜上屋脊了。种瓜时，那些流鼻涕的小孩争着往土穴里放籽粒，放火灰。他们干得满脸是汗，擦汗时用小手抹抹，于是红嘟嘟的小脸上便出现了一道道黑色的画符。个别有条件的人家不喜欢在房前屋后围个小园，就撮几根草绳，编上荆条竹板，算是遮挡的一道篱笆墙了。春播时，那些老菜农嘴里叨着烟，整天在园里辛勤劳作，菜畦整得平平整整。用他们的话说，要像一本书。苗出齐后，要除草、捉虫、施肥，当瓜菜长大开花时，院落里就被各种绿叶青蔓和各种各样的花缠绕包围起来，煞是好看。

这就是家乡春播图，它就像是一幅幅蕴含无限勃勃生机的图画，随便哪一幅，看了都会让人心旷神怡，都会流连忘返。

穿越百年的你和我

□冯圭萱

时光见证信仰，岁月磨砺初心。

党的百年奋斗史，征程漫漫，有昨日的傲骨，有先辈的热血。新时代的中国青年，义无反顾地选择了勇气与担当。那些奋斗在抗疫一线的“白衣天使”们，那些戍卫在广袤边境的年轻小伙们，那些日夜奔忙在助农致富路上的大学生村官们，还有那些在校园里发出琅琅读书声的学子们……透过那一张张青涩而纯真的面庞，我仿佛看到了百年前工农革命的鲜艳旗帜，看到了神圣的五星红旗冉冉升起，看到了麦田风吹浪打，看到了远处走来一名身着旧戎装的年轻人，他对我说：“你，都看到了吗？”

是的，我看到了。我看到了 960 多万平方公里的山海壮丽，人与自然和谐共生，美丽中国展开了前所未有的长长画卷。全民积极倡导“绿水青山”的新发展理念，立足能源资源禀赋，为打造一个全新的经济体系做好了长足的准备。守护家园的美好，是一代代青年人不断努力的目标。

我看到了日新月异科技新产物与新空间，探索远方，不止脚下，原来神话故事里的蟾宫折桂也不再缥缈神秘。科技是第一生产力，义务教育培养了德智体美劳全面发展的社会主义接班人。我们更加坚信，教育与人才的高质量、科技与创新的战略支撑，才是当下与未来国际竞争的关键核心。

我看到，更快更远的国际班列，载着沿途邻邦的贸易伙伴，走进更加开放的中国。占有张骞丝绸之路、郑和七下西洋，今有“一带一路”等多边合作的 140 多个国家和地区的贸易伙伴。坚持对外开放，积极参与国际治理，维护世界和平，成了每个年轻人无比向往的信仰与抉择。

我看到，三艘飘扬着五星红旗的航母停靠在祖国妈妈的臂弯里，傲骨铮铮的舰体，犹如它载着的中国军人一样，坚毅地凝视着远方。百年甲午之痛如深深嵌入中华民族的血液，但那只会让我们更加清醒地知道，要毫不动摇地坚持党对军队的领导，实施国防科技现代化，建强军事人才培养体系，实现中国人的强军梦。

我看到的还有许许多多，不管是公园一角的欢声笑语还是高楼大厦内的忙忙碌碌，不管是丰富的物产还是百姓的“钱袋子”，不管是传承的文化还是家风美德，不管是崇尚公平正义还是坚持守正创新……最重要的是，我想告诉那个身着旧戎装的年轻人：“我们同你一样，都无比热爱着我们的党和国家；我们同你一样，希望家人幸福。”我会十分骄傲而欣慰地告诉他：“我们很幸福，并且会如你一样，继续守护着‘她’。”

走过荆棘沼泽，从嘉兴南湖的小小红船一路出发，披荆斩棘的战士们用热血踏出一条信仰与光明之路，穿越百年与我相会。团结奋斗的青年人，就用你那傲然的姿态去引领出属于我们的未来吧，将一部又一部壮丽的史诗继续镌刻在世界的舞台上，迎着那光芒万丈的五星星，所向披靡。



桃花弄春脸 马宁摄

我的青春绽放法则

□米万

如果你觉得，你已经浪费了很多时间，你的青春还没有开始就已经快要结束，那么我会很认真地告诉你，要想让自己的青春持久绽放，这些法则请收好。

法则一：听从内心的召唤，列下你的愿望清单。

电影《遗愿清单》教会我做的第一件事就是：列愿望清单。

你想过什么样的生活，成为什么样的人，先不要急着去行动，先听听自己内心的声音，你的心会告诉你答案。

不要不好意思，不要在意别人的眼光。把内心告诉你的答案全都写下来，列成你的愿望清单，让你的欲望和你的梦想无处遁形。

法则二：制订计划，建立人生秩序。

列完了愿望清单，你需要制订计划，让你愿望的实现过程变得有迹可循。

曾经，我是一个不属于做计划的人。因为我的信仰是：万事万物都在变化，唯一不变的是变化。现在我才知道我大错特错。做计划和我的信仰根本不冲突，甚至可以说，做计划就是为了更好地应对世界的各种不确定性。

一开始可以先把计划的目标定得低一些，当你每次都能轻松完成，甚至超额

完成的时候，你会很有成就感。然后你就可以试着挑战一下自己，把计划达成的目标调整得高一些。

长此以往，你会发现，别人的一天只能当半天用，而你的一天可以当两天用。人与人的差距就此拉开。

法则三：动态地朝着一个方向努力，人生才能平衡。

愿望清单帮你找到前进方向，制订计划为你画出行动路线。接下来，你需要的是全力以赴地行动。

世界著名儿童心理学家皮亚杰有一天跟同事聊天儿，那个同事问皮亚杰：“为什么你觉得平衡很重要？你总是在强调平衡的重要性，你能不能告诉我，平衡为什么很重要？”皮亚杰说：“游过泳吗？一个人在游泳的时候，怎样才能不掉下去？”同事说：“那就是踩水，使劲儿原地踩水。”皮亚杰说：“哪有原地踩水不掉下去的？往前游不就行了。”

皮亚杰的这句“往前游”，我记住了。“往前游”意味着动态地朝着一个方向努力，“平衡”则意味着圆满和成功。

“往前游”的路上，也许有时你看不到什么结果，甚至觉得这一切都是徒劳无功。但是请相信，你做的每一件事情都是重要的，绝不可能是徒劳无功。

你的每一次尝试，每一次努力，都在

离目标更近，都在为下一步积蓄力量。

湖水没有足够的深度，就不会有美丽的水面。如果这个世界上真的有奇迹，那也只是努力的另一个名字。

就像海明威笔下《老人与海》的主人公圣地亚哥一样，宁可被毁灭，也不能被打败，就是不向命运低头，就是不放弃。

最终，老人圣地亚哥钓到了一条大鱼。

人生的关键就是钓一条大鱼。一条大鱼足以让你的整个人生灿烂起来。法则四：追逐目标很重要，但同时不要忘了享受过程。

尼采说：“不要停在平原，不要登上高山，从半山上看，世界显得最美。”

这句话强调的正是“过程”的重要性。最美的风景不在终点，只在通往终点的路上，在一日三餐里，在四季更迭里，在似水年华里……

日子里每一个让心灵颤动的小琐碎，都值得放进你精神的百宝箱，这是独属你一生的财富，任何人都拿不走。

法则五：唯有爱，才是生命里一切创造的源泉。

海子说：“你来自人世间一趟，一定要看看太阳，和你的心上人，一起走在街上。”一花一世界，一叶一菩提，万事万物，宇宙星海，都值得你放在心上。

只有爱，才是你所有行为动机背后最深层的根源。只有爱，才能让你变成一道闪亮的光。

你来自人间一趟，就一定要光芒万丈。