

# 震波里的时光印记

段邦芹

2月5日清晨,我从酣梦中醒来。解锁手机的瞬间,微信朋友圈里的一条简短的动态“凌晨2:39,被晃醒了”,最先闯入眼帘。我的心头猛地一沉,地震了?

顺着屏幕往下翻,小区物业群、退休老同事群里早已炸开了锅,满屏的讨论交织成一张无形的网:有人说感到床轻晃了一下,晃得睡意全无;有人说手机上的地震预警信息,吵个不停……唯独我,睡得沉酣,对近在咫尺的震动竟浑然不知。

此刻回想,后怕与庆幸交织——若是强震降临,我这般毫无防备,后果不堪设想。可人生本就藏着无数未知,这场突如其来的小震,反倒如一记温柔的提醒,让此刻的安稳显得格外珍贵。

细数半生,有关地震的记忆有好几段。这些零星记忆,如同散落在时光长河里的石子,平日沉寂,遇到契机,便会清晰浮现。

第一次与地震“擦肩而过”,是女儿上小学时。那天中午,我骑车载着她往家属宿舍赶,阳光正好,路边的梧桐树叶筛下细碎的光影,女儿在后座叽叽喳喳地讲着校园趣事。刚到宿舍楼下,便见一群邻居围在空地上,脸上带着惊魂未定的神色。细问才知,我们在路上时,地震突袭,厨房正忙活的人们看着锅碗瓢盆哗哗作响,灶台轻颤,吓得纷纷丢下活计冲下楼。而我和女儿,在车轮滚滚的路上毫无知觉。

第二次感知地震,是女儿上高中时。她要赶早自习,每天清晨6点便出门。一个周六的早上,送走女儿后,我便坐在书桌前读书,阳光透过窗户落在书页上,静谧安好。忽然,身后像是被人轻轻推了一下,椅子带着我缓缓旋转,轻微的眩晕感持续了几秒,便悄然消散。我愣了愣,还以为是在看书入神产生的幻觉,直到看到新闻播报,才知晓是地震悄然造访。这短短

几秒的晃动,却让整座城市惶惶不安好久。夜深人静时,总有值班人员拿着喇叭在楼下喊话:“大家睡觉警醒点,注意防范余震!”那声音在寂静的夜里格外清晰。

最难忘的,还是上世纪70年代唐山大地震后的日子。我家乡距唐山遥远,并未受到冲击,但那场震惊全国的灾难,却在很长时间内,改变了人们生活的轨迹。那时我才十来岁,正读小学,全民防震的浪潮席卷而来,学校不敢让我们在教室上课,各班在操场边小树林里划分区域,挂起一块简易黑板,便是临时的课堂。

我家的四合院较宽敞,父母在院里搭了两个防震棚。棚子不大,每间只容得下一张床和一张小桌,用竹竿和芦苇搭好支架,外面苫上厚厚的稻草,里面糊上一层报纸,便成了我们的“安全屋”。让我和姐姐窃喜的是,这小小的防震棚竟成了我们摆脱母亲视线的“独立空间”。每天

夜里,我点上一盏煤油灯,借着昏黄的光,一头扎进大部头小说里。《红楼梦》《西游记》《钢铁是怎样炼成的》……那些中外名著像一扇扇窗,为我打开了全新的世界。夜深人静时,姐姐早已进入梦乡,棚外风声掠过,棚内火苗跳跃,我沉浸在书海中,早把防震的紧张抛在脑后,只觉得那份读书的乐趣,是那段特殊时光里最珍贵的馈赠。后来防震棚拆除,母亲发现我放灯的角落,棚顶贴的报纸被熏得黢黑,后怕了许久,念叨着“幸亏没引发火灾”。

一场小震唤醒我沉睡多年的记忆,细细想来:地震是大地偶尔的震颤,却照见了生命在不可抗力面前的脆弱,也让寻常日子的烟火气成了最该珍视的福气。而那些震波里的印记,深深刻进时光的肌理。既教会我们敬畏天地,也让我们懂得:所谓平安,并不是理所当然的馈赠,而是藏在每一个平淡晨昏里的幸运。

## 爱你“老己”

金艳丽

岁末,偶然听到一句带着方言感的“爱你老己,明天见”,我感觉好应景。“老己”是对“自己”的别称,“爱你老己”就是“爱自己”的意思。这句话的意思是,希望我们像对待老友一样对待自己,认真倾听、理解和回应自己的感受和需求。

前几天,因为有事我和一个不熟的人聊天,聊了两句,人家先撤了。我发信息过去,微信显示需要验证,我有点小内耗,回头一想,我也不喜欢她,大家完全不是一路人。于是,我也默默地删除了她。

人的感觉是相互的,你讨厌的人大概率也讨厌你。人至中年,我再也不想与那些三观不合的人打交道,对我来说,那是一种消耗。

曾经,我很喜欢强求一些人和事,就算别人提醒了,我仍要坚持,总觉得是自己做得不够好,总以为自己尽力就能圆满,总怕失去一个人,总怕把事情搞砸,总是在反思,总是在内耗,总是执着凡事有个好结果。就算自己很不开心,内心很委屈,也忍着、拖着、等待着、期待着。

后来,我发现不管在友情还是爱情的人际关系中,所有的单向付出只是一场自我感动,纯粹的精神自恋而已。我给予别人的,不一定是对方想要的。

现在,我终于学会坦诚地面对自己,倾听自己最真实的心声,高兴就高兴,不高兴就不高兴,不想原谅他人就不原谅,不想修复的关系就不修复;学会开始温柔地善待、接纳自己,不再用别人的标准

来衡量自己、绑架自己的人生,不再用别人的尺子丈量自己的幸福,不再惧怕别人的奚落、嘲笑和离开;学会主动和人告别,也能接受这世间所有的分道扬镳和事与愿违;学会停止内耗,停止对别人过度共情;学会按自己的节奏去生活,陪自己去真正想做的事,勇敢地面对一切。

是啊,与其等待外界的认可,为他人的期待奔波,不如,先爱“老己”。毕竟,“老己”才是最该重视的人。就算“老己”很平凡、会焦虑、会偷懒,有不少缺点,那又有什么关系呢?

那个一路披荆斩棘,咬牙坚持向前走的“老己”,那个跌跌撞撞总在受伤却真诚付出的“老己”,那个疲惫不堪却从不放松的“老己”,那个历经数次失败却从未放弃的“老己”,那具陪“老己”熬过无数苦日子、真实存在的肉身,他值得“老己”一声肯定和赞许。

我想,温柔地对待“老己”,看见“老己”,拥抱“老己”,是世界上最治愈的事情,也是最实在的情绪松绑。

其实,没有人会一直陪伴你,但“老己”会啊。即便今天,“老己”过得不好,表现得不尽如人意,可我们依然要照顾好“老己”的这具肉身,用心感受它的努力和不易,体谅和接纳它的不完美,为它加油打气,在修正中不断完善“老己”。明天,你会看到一个满血复活,能量满满的“老己”。

新的一年,愿我们好好“爱你老己,珍惜老己”。

## 一笔春联 一岁年味

张霜霜

如果说年味一半藏在百姓的灶火里,那另一半就一定在门框上。盘中鱼肉的丰俭,只有自家知道,可春联是要贴在门上的,是一户人家的门面,红得鲜亮,贴得周正,才像个认真过日子、热气腾腾的人家。

过去,整个村子的春联多数要仰仗村里识文断字的先生执笔。那一笔一画,端端正正,写字先生也总让人不由得心生敬佩与赞叹。我曾拜访过几位书法家,他们说起与笔墨的初遇,几乎都源于村里写春联的场景。折纸、裁纸、研磨、晾纸……哪一样都是细活,哪一样都得小心翼翼。这阵仗可不是小事,还真少不了一个小帮手。那时候没有专业的书法班,耳濡目染便是最好的学习,“打下手”就是最初的课堂。那些帮着递纸、研墨的孩子们,从好奇观望、由衷赞叹,到忍不住拿起笔在边角纸上试着写,可不就在默默传承着笔墨文脉嘛!

小女从一年级开始学书法,至今已有四五年。起初,我每晚陪她坐在书桌旁,一起看书法视频,琢磨结构笔法,写完再互相切磋。渐渐地,我这个“笨妈妈”就跟不上她的节奏了。当初曾许下心愿,盼着她到五六年级时,我们母女俩能一起写对联,如今

想来,这份美好,恐怕只能由小女独自完成了。

今年寒假一到,我便早早备齐红纸:大门纸、门框纸、门芯纸、福字斗方纸,粗细毛笔一应俱全。每天从书法班放学回来,她总兴冲冲地拿出刚写好的对联给我看,欢喜之情溢于言表。如今,小门上的对联已经全部备好,只待年关一到,便一一贴上。

晚饭后,小女的“大活儿”正式开始。老家大门的春联足有两米半高,每个字都格外大,对初次写春联、从没握过这么大毛笔的她而言,着实是件要紧事。我们腾出客厅,摆好书桌,找例字、裁纸、倒墨、铺毡……全家人齐上阵,一套流程下来,既忙碌又郑重。等大红春联平铺在地上,整间屋子瞬间被一片火红照亮,浓浓的年味也伴着墨香扑面而来。

一笔一画,是孩子的成长;一纸一墨,是家里的年意。曾经盼着母女同书春联的心愿,如今化作看着她独立提笔的欣慰。对联铺地,墨香满室,这不仅是辞旧迎新的仪式,更是笔墨的延续、家风的温暖。等新春一到,将亲手写就的春联一一贴上家门,红火映着笑脸,年味裹着墨香,便是一年里最踏实、最圆满的幸福!



AI制图