

我劝老年朋友写日记

□ 胡世宗

我是一个与日记相伴了60余年的老者。从青涩的学生时代,到戎马倥偬的军旅生涯,再到2003年退出现役后的悠闲岁月,日记就像我最忠实的伙伴,如影随形地陪我走过生命的每一天。

春风文艺出版社曾在2006年、2016年两次正式出版《胡世宗日记》,足足17卷、972万字,收录的是我人生岁月里最真实的印记。从1996年开始,我告别了手写日记的时光,改用五笔打字在电脑上记录生活,而此前积攒的309本手写日记本,也已被沈阳市档案馆收藏。如今我早已步入老年,但愈发觉得,日记于我们老年人而言意义非凡——它不仅是我们的“生存记号”,更能为晚年生活增添诸多益处与快乐。

或许有朋友会说,年轻时太忙,没来得及养成写日记的习惯,老了空闲下来,再提笔是不是晚了?其实一点都不晚。

人到老年,记忆力难免衰退,很多过往的片段会渐渐模糊。但日记就像一台时光记录仪,帮我们留住那些珍贵的瞬间。翻开日记,可能

是某一天和老友相聚的欢声笑语,可能是一次悠闲的公园漫步所见的景致,可能是对某件时事的感悟,也可能是与家人相处的温情细节。这些看似平凡的日常,被文字定格后,就成了独一无二的人生财富。我常常翻阅自己的旧日记,那些学生时代的懵懂、军旅生涯的热血、为人父的喜悦、步入老年的从容,都清晰地呈现在眼前,就像重新走过一遍人生之路,每一个片段都鲜活无比,这种与过去的自己对话的感觉,温暖而治愈。

写日记还能让我们的晚年生活更有意义、更显厚重。年轻时,我们为生活奔波,很少有时间静下心来审视自己的内心、梳理过往的经历,而老年的空闲时光,恰恰给了我们这样的机会。每天花上一点时间回顾当天的生活,记录自己的所思所感,其实是一个与自己对话的过程。当那些零散的思绪变成规整的

文字,当那些平淡的日子被赋予文字的温度,我们会发现,晚年生活不再是简单的时光流逝,而是充满了思考与沉淀的价值积累。

更重要的是,日记是我们留给后代最宝贵的精神财富。我们这一代人,经历了时代的变迁,见证了国家的发展,我们的人生故事,本身就是一部微型的历史。这些故事里,有我们对生活的热爱,对困难的坚守,对未来的期许,而日记就是这些故事最真实的载体。当后代翻开我们的日记,他们便能读懂我们那个年代的生活,了解祖辈的人生态度,感受到血脉里的精神传承。这种传承,远比物质财富更有力量,也能让我们的生命价值得以延续。

除了这些长远的意义,写日记本身也能给我们带来当下的快乐。拿起笔或坐在电脑前,将内心的想法娓娓道来,本身就是一种情绪的释放。而记录快乐的瞬间,更是一

种双倍的幸福——书写的过程,就是重新回味快乐的过程,让这份愉悦在心底久久停留。

可能有朋友担心自己文笔不好,写不出优美的文字。其实,日记不需要华丽的辞藻,也不需要复杂的结构,只要真实地记录自己的生活 and 感受就好。一句话、一段话都可以,哪怕只是简单记下“今日天气晴,和老友去公园散步,很开心”,都是有意义的。我从年轻时的手写日记,到后来的电脑打字,形式在变,但记录真实的初心从未改变。久而久之,你会发现,自己的表达越来越流畅,思考也越来越深入,这本身就是一种成长。

我想和老年朋友说,晚年生活是人生中最从容、最自在的阶段。不妨试着拿起笔,养成写日记的习惯吧,让这份独特的“生存记号”成为我们晚年生活的调味剂,成为留给后代的珍贵馈赠。当你在日复一日的记录中感受了生活的美好、沉淀了人生的智慧后,就会发现,老年写日记,真的好处多多,快乐无比。

游学银冈书院

□ 徐云华

岁寒龙首访冰漆,
格知堂前忆旧题。
吟赏偶惊枝上雀,
三百年里可曾啼?

老屋是生命的根

□ 黄江

前几日,老乡小聚,话题总绕不开游子与故乡。老高笑着忆起:“1986年我探亲回家,大伙聚在我家老屋前,穿着喇叭裤,听着录音机里放的《成吉思汗》,学城里人跳八步、十六步……”是啊,每个人对故乡的眷恋都深植心底,化作夜夜萦绕的梦境。

当夜,我便梦回老屋。梦里,父亲举着一套《看图识字》唤我——那是他骑车百里,卖了屋后西红柿为我买回的第一套读物;梦里,母亲端来刚出锅的酥鱼白菜,野河沟捕的鲫鱼鲜香扑鼻,那是当年最珍贵的营养套餐,而鱼香入喉,泪水早已潸然,只因梦里也清晰记得,双亲早已不在,这般温情,再也难寻。

因求学与工作,我离开老家已近40年。每逢年节,我便如候鸟般归巢——老屋是我永远的家。在钢筋水泥的城市里奔波疲惫时,唯有

老屋的火炕能熨帖我的腰背,唯有老屋的灶台能升腾起最真切的人间烟火。身居老屋,便觉此生从未失落他乡。

梦终究会醒,纵然满心不愿。我无心早饭,只念着老屋,驱车便往。车停老屋前,腿竟微微发颤,不知是一路劳顿,还是重逢的激动。绕屋一圈,墙体斑驳,几近坍塌。父母尚在时,年年都会修葺破损之处,而今,只剩满目沧桑。我立在门前,往事如潮水涌来:父亲是捕鱼队队长,队员们穿着水裤涌进老屋,门前的狗挣着绳子狂吠;夕阳下,邻里串门,茶余笑语填满院落;左邻右舍的婚礼喧嚣,阖家团圆的热闹,母亲给孙辈发红包时的笑脸……这一切,都已随风而逝。

老屋后,那棵我20多年前种下的枣树依旧苍劲,树下落满干瘪的冻枣,似在诉说老屋的流年。屋顶



炊烟散尽,荒草萋萋,满目破落。

“老黄!”一声呼喊打断了我的思绪,是儿时好友吴迪。他留在村里开超市,生意红火。他隔着墙问:“邻居说你们不回来了,有人想买老屋当仓库,卖吗?我比别人多给一万。”

我斩钉截铁:“不卖!”越长大,越念故乡,越懂老屋的意义。老屋是我的根,没了老屋,我便成了无根的浮萍。老屋的一砖一瓦,一草一木,都藏着唱不完的怀念之歌,温暖又亲切,岁岁年年,萦绕心间。



温泉小镇
(篆刻)
王庆华作

吟诗作赋抒胸臆,摄影书画绘山河。如果您也热爱诗词、散文、摄影、书画创作,就请加入我们吧!

扫描下方二维码添加管理员微信,备注“诗词散文”或“笔墨光影”字样,管理员会邀请您进入相应的交流群,共赴风雅之约。

我们在这里等您!



冬果

□ 刘春雨

叶子飘落之后,小小的玲珑剔透还在树上紧紧地抓着枝条的手,摇曳着自己的情长……错落有致的样子,吐露出文明的氛围在肃杀的冬天,显得气宇轩昂……冬果,以赤橙黄紫的色韵抒发冬日里的芬芳不必咀嚼,可以用心去细细地品尝……

那一份超凡脱俗的坚守,以及不屈不挠每一位前来的顾客,都能够汲取到生命的力量……在树旁伫立久久,甚至都溢出了泪光小小的冬果,用哗哗的声音为人歌唱……分别之际,带走了它们宝贵的礼物是一颗颗非凡的心,荡漾着灿烂的思想……