



2018年你都完成了哪些小目标呢?

时光犹如手中的沙粒,总想握住却又无法真正握住;时光又如指缝里的阳光,摊开手掌展开记忆,就能寻觅过去的模样……回望过去的2018年,给我们留下更多的是收获与感慨。平淡的生活,赋予我们幸福和欢乐,也给予我们烦恼和悲伤。有人说,人生就是一路告别,一路迎接每一段时光。2018年已经对我们说了再见。停下匆匆脚步,让我们思考一下,2018年都完成了哪些小目标呢?

——编者的话

编者按:

近年来,读书的人越来越多。有数据显示,2018年新增阅读人口接近3000万,增长主力来自于90后和00后人群。在读书的内容上,不同年龄段也是各有特色。80后的人群,买的最多的是各类育儿和教辅书,对孩子的教育成为生活重点;90后的人群,英语与公务员考试教材,则是最受欢迎的图书;00后人群,在购买英语四六级考试教材的同时,也爱买青春小说。

转眼2018年已向咱们说了再见。书籍把它的影子投在了时光的晨雾中,生活的余韵里。无论是经书里的哲思,史籍里的故事,还是文学世界里的浮生,人物传记里的光影,无一不引人思考、予人启示。

作为一名文字工作者,读书是职业行为,也是个人爱好,因此一如既往,2018年依然是完成任务和兴之所至相结合。所幸时间充裕,相应地心境也更为从容,可稍作筹划。年初我即为自己设定目标,暂且放下一向作为主要阅读内容的文学,多读一些传统文化书籍。这既是出于当下对优秀传统文化的倡导,也是为了更加清晰地了解自己作为中华民族一分子的精神构造和血脉由来。

在这个理念的引导下,2018年的阅读便有了一个明确的指向:回到先秦。

儒学自然无法避开,它是中国传统文化“主河道”。《论语》曾读过多遍,去年没有列入书单。倒是一册60多年前李长之所撰《孔子的故事》,血肉丰满、思想鲜明,消遣般地读过。它被列入“大家小书”系列,充分体现了“大手笔写小文章”雅俗共赏的特色。了解较多的是孟子,以往

未能读完全部,不足以深切理解其何以位居“亚圣”之尊。他继承了儒家道统,将之发扬光大,但其思想中鲜明强烈的人民性,却始终被后世统治者有意地淡化甚至遮蔽。“民为重,社稷次之,君为轻”,这样的话君主肯定不爱听,难怪他被供奉于孔庙中的牌位,明初差一点被朱元璋逐出。

春秋时期,王室衰微,诸侯争霸,这便是《左传》故事展开的舞台。最早读到它还是刚进大学时,当时对于很多书中的人和事都难以洞悉。而如今有了岁月和阅历作铺垫,再来读《左传》,就读出了时势和人力的纠缠,也读出了实力和名分的争斗,读出了争夺权位的尔虞我诈、骨血相残,也读出了身份卑微者视原则胜过生命的纯洁壮烈。据说婚姻成功的要素,是在合适的时间遇见合适的人,读书也是如此,只有具备了丰富的人生经验,才更容易辨识世界的光亮和昏暗。

虽然初衷未曾考虑文学,但不久

就意识到,其实文学始终缭绕不去。古代尤其是先秦,文学寄寓于历史、政论、哲学等诸多文体样式之中,并非只是诗经楚辞。《左传》记人传神,叙事精彩,精于谋篇,文风朴厚。《孟子》气盛言宣,辩势滔滔,设譬取喻,曲尽其妙。古人的音容连同他们的仪止,隔着缥缈的岁月烟云,依然栩栩如生。即便是最为古典的《尚书》,那些誓命训诰,仔细辨识,也有一种恳切、庄严、典雅和正大浑厚的文学气质。

目标明确,就更能够感知时间易逝,好几册计划中的书还未翻开,一年却行将消逝。孔子评价门生子路:“由也升堂矣,未入于室也。”那么,自己这一年的经典阅读达到的是什么程度?入室是断断不敢想,某些方面,是否距厅堂不远?推想下去,来年复来年,倘能持之以恒,常葆精进之心,或许入室也并非遥不可及?

这样的想法,让自己很是受鼓舞。

贾
录
会

收
获

站在新年的渡口
轻捻指尖流淌的岁月
放飞寻梦的翅膀
抒发诗笺般的畅想
2018年是开心的一年
我不仅住上了宽敞明亮的楼房
还领到了工地欠下的七千多元工资
2018年更是收获的一年
孩子研究生顺利毕业
进了一家研究所
探寻地球的奥秘
再也不会像我一样
背着星星出、顶着月亮归了
更不会像我在脚手架上笑风微雨
我突然觉得恬静婉约的冬天
特别淡然柔情
飘翔的雪花都是爱的音符
我拥抱着温暖的日子
种下郁郁葱葱的希望
准备在2019年谱写
更加幸福的明天



征稿启事

其美多吉,一个从雪山中走来的康巴汉子,中国邮政集团公司甘孜县分公司长途邮运驾驶员、驾押组组长,被称为“雪域鸿雁”。几十年来,他6000多次往返于雪线邮路,行程140多万公里。他在雪线邮路上架起了一座桥,连着党中央和藏区的百姓,连着青藏高原和祖国的各族人民。

其美多吉的故事,温暖了这个寒冬。那么,您在了解了其美多吉的事迹后,有什么感想呢?或者说,其美多吉的故事给您带来了什么启发呢?欢迎大家来稿与我们交流。截稿日期:2月15日。

邮箱:jswmtl@163.com
873658828@qq.com

读
书

彭
程

回
到
经
典

健
身

苏
葵

走
路
这
件
事
儿

编者按:

从“发展体育运动,增强人民体质”到“全民健身”“健康中国”国家战略。近年来,全民健身的推广让群众的健身方式更加多元,健身场地更加丰富,全民健身引领人们走向健康幸福美好生活。

2018年,“看看今天走了多少步”成了我生活中的一件重要的事。这一年,我将运动变成了游戏。

虽然不想承认我已经过半百。年过半百!对于一个心理年龄刚过青春期的的人来说,这是个多么难以接受的现实啊,心里真的不甘啊。

不甘归不甘,可身体不饶人,常年熬夜、伏案落下的毛病,再加上更年期的种种征候,身体开始提醒你:老了!

作为一个天性乐观的人,我当然不会允许自己向衰老投降。于是,我开始放下很多工作,尝试各种健身运动——瑜伽、普拉提、游泳、登山……后来发现:最简单的才是最便于坚持的。于是我选择了快走——因为膝关



节也出了毛病,医生早就严禁我跑步了,只能尽量快走,能走多快走多快——运动后出一身大汗再洗个澡,那种脱胎换骨的爽啊,简直像立刻年轻了20岁,浑身的毛病好像都没了,感觉好极了!

走路这件事儿吧,不需要泳池不需要山,也不用迁就健身教练的时间,只需要你有恒心,它不受时间、地点、场地等各种条件的限制,在小区里就可以走,早上、晚上、白天任何时候都可以走,所以最容易坚持。开始时我每天走40多分钟,大概六七千步。但是懒惰是所有人的天性,走了一段时间就开始觉得枯燥了,开始找各种理由偷懒……为了监督自己,我每天把计步器的记录晒到微信朋友圈,就像是打卡,意在让大家监督我别偷懒。当然了,也有人把这种行为叫作“晒”或“秀”,我可管不了那么多。

2018年的一天,有个朋友把我拉进了“微信运动”,哈哈,再也不用

“晒”计步器的成绩了,这就是一个运动“团队”,所有加入这个“团队”的人,每天的运动成绩都会自动显示在这里,还会根据成绩自动排名。

那时候“微信运动”刚启用不久,使用的人还不多,但是一加入这个“团队”我就发现“天外有天,人外有人”。以前我以为每天坚持六七千步已经是不错的成绩了,加入后才发现,每天更能走的大有人在。于是,我悄悄把每天的步行延长到1小时以上,走一万多步大约七八公里,有时勉强能挤进“排行榜”的前三!加入了“微信运动”好像每天有人跟你一起锻炼,于是劲头就更足了。再后来,参加这个“团队”的朋友越来越多,那些跑马拉松的朋友也进来了,每天1万多步再也不能跻身前三了,有时候连前20都挤不进去!

如今,在那些“狠角色”跑友激励下,我的运动成绩居然接近每天2万步了。我想,这就是榜样的力量在起作用吧。

出,梅花香自苦寒来”。他每天除了吃饭睡觉,把空闲时间都奉献给了学英语。睡前学,醒了学,走路念念有词,连出差也带着单词卡。“功夫不负有心人”,在一年时间里,爱人的英语水平从羞于开口跃升至侃侃而谈。有一次在超市,爱人用英语和外国人聊了20多分钟,并协助他买到了心仪的商品。坚持,让不可能变为可能;坚持,让人生的道路变得熠熠生辉!

2018年,女儿更加懂事。周末的早晨,我起床晚了,却闻到了早饭的香味。爱人出差,10岁的女儿早起为我做了可口的早餐。吃着女儿煮的稀饭,蒸的杂粮馒头和鸡蛋,还有拌黄瓜,我的眼眶湿润了,那是欣慰的泪

水,也是幸福的泪水。女儿在慢慢成长。懂事的女儿,我们愿陪伴你静静长大,也愿你永远心中有爱,眉宇有光!

2018年,我与文字相伴。这一年得遇良师,结交益友。读一本好书,写一段文字,分享世间的美好,让生命多些美丽的感受,内心充盈着永恒的美好和灿烂。当写下的文字变成心仪报刊上的篇章,亲朋好友的激动和欣喜不亚于我,他们细细品读,指出不足,赞扬精彩,并真诚地祝愿我继续在文学的美妙中远航,在文字里静品幽书香,在众声喧哗中留住简单纯真,让平凡的日子活色生香。

纵有千般不舍,万般留恋,感恩2018,相信2019依旧流光溢彩!

编者按:

所谓生活,不过是些平凡琐碎但又极为重要的事情,比如柴米油盐,比如穿着打扮,比如婚恋家庭,无一不是生活的内容。每个人的生活都有其两面性,有时令我们欣喜若狂,有时又不由让人疲惫不堪。但幸福也好,艰难也罢,希望对于每个人而言都是收获满满。

时光的脚步轻轻悄悄地挪移,不经意间,2018年渐行渐远,2019年已姗姗走来。站在光阴的巷口,回看斑斓的风景,2018年,感恩所有的美好!

2018年,父母身体安康。这一年,霜染两鬓的父母过起了有益身心健康的生活:荤素搭配,少油少盐,心情愉悦,早睡早起,每天走路一万步。如今,二老面色红润,身体硬朗,

还美滋滋地报了老年大学的书画班。父母寄情于灿若云霞的书画世界,生活翻开了崭新的一页,我的心里也充满了满足和欣喜。和至亲相伴,共享天伦之乐,提升了生活的质量,真好!

2018年,爱人学习英语。为了开拓新的业务领域,人到中年的他报了英语培训班,记忆力虽不及鲜衣怒马少年时,但始终信奉“宝剑锋从磨砺

生
活

陈
筱
静

感
恩