

挂苑

刊头书法 吉卫平

书画艺坛

我是一名写作爱好者,业余时间坚持写作已有七年之久。写了大约有三百万字。依照“熟能生巧”的诠释,我已经写了那么多的字,文章写了数百篇,现在应该可以提笔成章了。其实不然,灵感枯竭、提笔不知道写啥的状况时有发生。窃以为,出现这种无从下笔的状况,主要原因是本人以前读的书太少,知识储备不足,词语贫乏。

回想自己从少年到青年,再到后来参加工作、成家立业,除了1988年中考之前下劲地读课本知识,后来中专毕业,参加工作后,几乎没有认真读完过一本书。偶尔翻阅一两本杂志,纯粹为了追求故事情节,只是走马观花地浏览一遍,从来没有深度阅读,或者深度思考过。更不要说读世界名著了。

从小我就有一个作家梦,各种各样的原因吧,作家梦一直搁

浅在记忆深处。再过两年我就退休了,现在我的工作不是很忙,孩子也长大了,我要重拾我的作家梦,我要重养自己一遍,把以前浪费的时间补回来,让自己的后半生,活得充实而美好。

首先我要从精神上重养自己一遍。并且是从大量的阅读开始,每天给自己定好读书目标和写作目标。让自己每天距离作家梦更进一步。

其次,我要重养我的身体。年轻时,为了美,冬天再冷,也不愿穿臃肿的棉服。以至于到了现在知天命的年纪,不是腿疼,就是腰疼。医生说,那都是年轻时冬天穿得太少,身体受了寒气导致的。还有,年轻时生活没有规律,经常熬夜,不吃早

饭,吃饭随性,想吃就吃,不想吃就不吃,饥一顿饱一顿的,这些不良生活习惯对身体的损伤也很大。

时光不能倒流,既然想重养自己一遍,那就从现在开始,学会为自己的身体健康负责。寒冷的冬天可以不要风度,温度还是必要的。穿上鼓鼓囊囊的羽绒服,身材看上去虽然不那么好看,但是只要干净整洁就是另一种美。以后还要养成早睡早起的作息习惯,尽量一日三餐按时吃饭,彻底告别过去不吃早饭,饥一顿饱一顿的不良饮食习惯。

最后,我要重养我的心理素质。我是爸妈唯一的女儿,上面三个哥哥。父母在世时,我很少

单独处理一些事情,有些事情不需要我考虑,父母都为我考虑好了。如今,父母都不在了,有些事情,必须我单独面对。此时,才觉得自己处理问题的能力有多差,并且自己的心理素质太过脆弱,经常因为一些小挫折小困难而伤心难过。所以,我想把自己重养一遍,提高心理素质也是重养自己的重要内容。

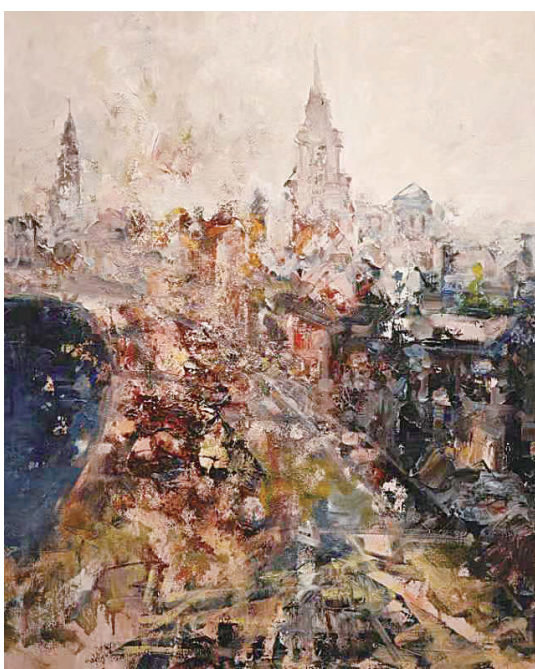
把自己重养一遍,我计划从精神生活、身体健康和提高心理素质这三个方面入手。我知道这是一场自我救赎和自我提升的美好愿景,中途一定会遇到意想不到的困难或挫折。但是我相信,只要自己有决心有毅力改变自己,不久的将来,我一定会看到一个更加优秀的自己。并且,这个更加优秀的自己,将会以更加饱满的热情去拥抱生活,用更加丰富的知识和更加深邃的思想去感知世界。

把自己重养一遍

□ 张秀梅

沈利

生于吉林省,上海市徐汇区书画协会会员,上海黄浦区美术家协会会员,吉林省美术家协会会员,吉林省油画协会会员。



▲ 布面油画《上海梦幻》

▲ 布面油画《上海与我的秋季》

徐家汇源的悠然时光

□ 苗云辉

在城市的脉络深处,徐家汇源宛如一部古老而厚重的典籍,缓缓翻开历史的笔触,勾勒出岁月的容颜建筑与故事交织,文化与信仰共绽华彩

远东第一大教堂,徐家汇天主堂尖顶指向苍穹,似在诉说神圣的祈愿每一块砖石,沉淀着时光的呢喃哥特式的风姿,于尘世中静守庄严

徐家汇观象台,默默观测着天象的变幻星辰的轨迹,风雨的密码在它的记录里,岁月的秩序井然智慧的眼眸,窥探宇宙的浩瀚

藏书楼里,弥漫着知识的芬芳古老的书籍,排列成智慧的诗行文字的音符,奏响思想的乐章那是文明传承的火种,在历史中闪亮

徐汇公学,孕育希望的摇篮莘莘学子的身影,穿梭在往昔的回廊知识的烛光,驱散愚昧的黑暗教育的火种,在这里世代绵延生长

南春华堂,明代遗风的守望雕梁画栋间,藏着往昔的生活篇章岁月的痕迹,在木纹中静静流淌历史的足音,于屋檐下轻轻回响

百代公司旧址,小红楼里的激昂《义勇军进行曲》的旋律,曾在这里回荡民族的呐喊,在唱片的纹路中珍藏热血与激情,铸就不朽的精神脊梁

特色游步道,串联起岁月的明珠漫步其间,仿佛穿越历史的帷幔触摸着往昔,感受着文化的温度伴着无尽的风情和梦想

平凡的小温暖

□ 徐汇中学 史润宣

就在校门附近路边摆摊。

“我爸爸妈妈估计今天又加班赶不及接我,所以我才在这儿等。”我委屈巴巴地回应道。“没事,姨给你妈妈打个电话,叫她不用赶了,姨先陪你走回家。”她说。就这样,我拿着地瓜,阿姨推着小车,慢慢走在街上。

一路上,我们聊了许多。阿姨从小看着我长大,为人和气,平时一直对我特别照顾,我忍不住跟阿姨抱怨起爸爸妈妈工作太忙对我关心太少。快到家的时候,阿姨说:“姨的女儿当年上学时也是我来接,放学时见我来,可开心了,牵着我的手,扑进我怀里……孩子,别怪你爸爸妈妈,姨认识你爸爸妈妈很多年了,看着他们忙进忙出,为了这个家,一直奋斗不停。你要体谅和感谢爸爸妈妈的努力和付出啊,他们那么忙,还不是为了你?为了让你有更好的生

活条件和教育机会。我相信,你的爸爸妈妈一定是想来接你放学的,加班一定是有事情绊住了。”

“来,姨这地瓜可香了,再留两个给你爸妈尝尝。”阿姨又在我手里塞了两个烤地瓜,我想婉拒,可看到阿姨脸上的笑容,还是收下了,心里仿佛也被什么点拨了一下,一下子热乎起来。是啊,爸爸妈妈确实忙碌,可是他们确也爱护我,虽然有时候下班回家晚来不及接我,可其他时间,他们对我关爱有加,还给了我遮风避雨的家和越来越好的物质条件,让我有宽敞敞亮的学习氛围。

我看着香甜软糯的烤地瓜,终是没忍住,咬了下去,暖意彻底驱散了寒冷,我心中温暖,身边的环境似乎也在升温。

阿姨推着车慢慢往回走,我站在门口看了很久,那个温暖的背影虽消失在冬日里,却永远烙在了我心中。正是这平凡的小温暖,驱散了寒冬。

星光点点,记载了多少芳华;年轮细细,记载了多少往事。我沉浸在记忆的星海中,找到了那颗令我难忘、令我感到温暖的星。

去年冬天,寒风凛冽,我随着人流走出校门,同学们找到自己的家长,满面笑容地随他们回家,可我等啊等,都不见爸爸妈妈来接我。身边渐渐安静下来,人潮退去,不再喧嚣。我知道爸爸妈妈平日工作繁忙经常加班,有时的确没法完全顾及我,可是看到同学们都被父母亲人接走了,心里难免还是伤心委屈。我站在马路旁,站在寒风里,低落的情绪包围了我。

“小妹妹,愣在那干什么?姨送你个地瓜。”我抬头看去,是学校边卖烤地瓜的阿姨。她穿着军绿色的大衣,套着一条橘黄色的围裙,一副眼镜将她爬着皱纹的脸衬得更加慈祥,布满老茧和烫伤的手递给我一只热乎乎的地瓜。阿姨是我家老邻居,她女儿上大学后,她