



责编 / 黄 梅 校对 / 李 华 版式 / 翁碧唯

走在变老的路上

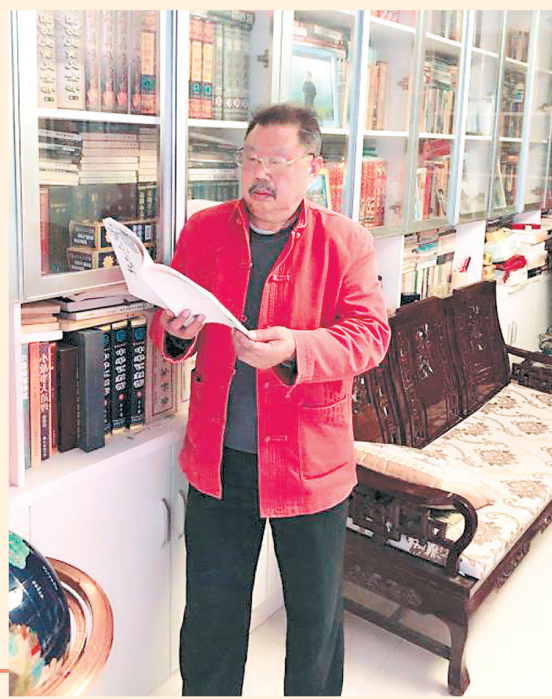
——人生况味

□ 李敬垂

青山常在，绿水长流。苍天有眼，人生如戏。我们谁也阻止不了变老的脚步。日子一天天过，我们一天天变老。头发白了，眼睛花了，牙齿一个个下岗，耳朵一天天变聋，再也没有笔直的腰板，再也没有往日的光彩。健康一天不如一天。各种疾病、烦恼孤独自然会找上门来，这就是我们平时说的风烛残年。痛苦和病魔有时候叫人生不如死的感觉都有。

人生实际上是无奈的。来时不能不来，去时不得不去，你无法左右。人说六十耳顺，七十从心。其实，这个年龄段当是镇定自如，波澜不惊，可以举重若轻了。对生活也看得格外通透。哭也是一天，笑也是一天，何不笑着过好每一天。

六十岁的时候，我写过一篇“走在路上”的文章。如今八年过去了，我没有再写过一个字。我走在变老的路上，有家人的关爱，有朋友的支持，有大自然的恩赐，让我过上了无比幸福，无比快乐的日子。若无闲事挂心头，便是人间好时节。可不知道为什么，又有了想写点什么的冲动。



李敬垂每天至少看两个小时的书



本报微信公众号每周四推出“星空下”栏目，刊登“亲们”的美文佳作，以加强报网互动，加强报纸与读者的联系。其中点击量最高者（周冠军）可获得岳阳县报《云梦周刊》发稿优先权。本期周冠军是《夜听蛙声》，诚邀大家共赏佳作。

投稿邮箱：yywbtg@126.com。

夜听蛙声

□ 彭定华

房屋不远处是菜地，菜地那头连着田野。平时偶尔穿过高楼大厦去看看，不过没觉出多少新意。近来晚上听到蛙声震耳，才记起那片原野来。大自然是一位神奇的魔术师，不需彩排，无须预约，到了节令，该来的也就来了。春天真好，不仅绿树抽出了枝叶，花儿怒放，鸟类雀跃，野外的青蛙也活跃起来了，经过冬天漫长的等候，似乎有些迫不及待，大嗓门“呱呱呱、呱呱呱”满是获得重生的欣喜，在清幽的夜晚撞击心扉。

已经很多年没有听到这么大的蛙声了，以往这个时间段充斥其他声响。从高大的楼房里飘出欢笑声，说话声，不时有阵阵推倒麻将声，混合着敲桌、拍手、跺脚的动作声响，不断循环。虽一间房子人不多，但都这样尽兴得忘乎所以发声，旁听者还是很烦躁的。何况周围几个麻将馆，馆馆爆满，如今社会打麻将已是全民活动，也不奇怪。这里还会上演广场舞，橘黄的灯光下，一群大姐们聚在一起，乐乐呵呵扭腰摆臀，她们就怕声音小，舞曲一响，感觉就来，哪顾鼓噪他人。有时，还有腰鼓队操练，那家伙那阵势，似乎让房子有震感。也有人私下提过意见，好不了两天又恢复，就小区一些人，也不好过多计较，怕吵的人终究选择忍让和适应告终。

因一场前所未有的疫情影响，这些声响消失了几十天，耳根清静，心也静。白天偶尔有宣传车架着大喇叭，一遍一遍普及防疫常识“勤洗手，戴口罩，不扎堆……”，听得人心惶惶。也许是宅家太久之故，容易敏感吧？

现在，只剩蛙声一片了，那么纯粹，那么响亮，敲打我的无限。声音或远或近，或长或短，或大或小，一波接一波涌来，“蛙声作管弦”，演奏交响曲。它们的身影一定密布野外各处，也许在菜地，也许在田野，也许在草丛，可以自由地跳跃，可以尽情地发声，还可以亲昵地相依，它们是自由的，不用担心有人捕捉，趁着春光正好，能大肆繁殖后代。

它们更是安全的，不用担心近距离接触有风险。可是我不敢外出，对春天的解读我多半是透过窗户得来的，看着嫩嫩的叶片从新绿渐成浅绿，一点点变大，舒展，小鸟在其中啼啭，浅翔，或者看到鸽子在对面屋顶嬉闹，知道春天真的来了！

我却不能放纵自己的行动，原计划再去东湖观樱花，只能放弃了。去年三月，我迷上了东湖的樱花，那天游客熙熙攘攘，如潮般涌向樱园，流连其中，简直是花的迷宫。一朵朵，一簇簇，一棵棵，争奇斗艳，摇曳多姿。雪白的樱花，精美，神秘莫测，让人如入梦境。粉红的樱花，浪漫，热烈奔放，让人激情洋溢。时隔一年，樱花是否依然美如故？但我知道，樱园很冷清，只有花儿独自绽放。

想到这里，我有些失意，一种辜负春光的失意。蛙声在不断回环，明显的得意，这个春天它们应该得意。那些可爱的小精灵一定神气活现，瞪着又大又圆的眼睛，鼓着白花花的肚皮，又宽又扁的大嘴巴一张一合，是在齐心协力演奏得胜曲吗？这节奏与共鸣的天籁之音，我仿佛回到了小时候那些亲近大自然的岁月。

长大后，远离了稻田，应该说，青蛙的身影在稻田也不好找了。不过，在菜市场常看见它们，挤挤挨挨困在网兜里，放进水盆里，两眼满是悲苦和绝望。这些日子没在菜市场见到它们了，人们自顾不暇，哪有心思想起这盘桌上美味，很庆幸，青蛙总算回归了田园生活。但愿这蛙声能感动人们，让它们一条生路，让它们恢复“捉虫专家”和“农田卫士”的职责。既是蛙之幸，也是人之幸。

咕呱、咕呱、咕呱，让我枕着蛙声入眠吧。这久违的声音，是那样亲切，那样和谐，如波如涛，抑扬顿挫，它是最美妙最原始的音乐呵！还会梦一次“蛙声陨落下”“稻花香里说丰年”么？

互动感言

近来晚上常听到蛙声，高亢而清脆，此起彼伏，给人美妙的感觉，不过也引起我诸多思考。如果不是疫情影响，周围嘈杂的娱乐声足以掩盖蛙声，青蛙的身影早已在菜市场出现，我最不愿意看到的杀蛙事件肯定上演了无数次。

一场新冠肺炎，算是给人类沉痛的教训，让我们意识到人类并非万物主宰，应该和野生动物和谐共处，甚至想去保护它们。停止捕捉青蛙，停止杀害青蛙，让它们自由地成长，我们便能听到快乐的歌声，何乐而不为呢？

我家有个小院子，有个小鱼池，栽了四季应景而开花的花草果木，春有鲜花秋有月，夏有绿荫冬赏雪，四季耕耘种瓜果，三生有幸好愉快。在人生的道路上，我哭过，我笑过，到了晚年更是开怀大笑。

我时常躺在院子里的睡椅上，点燃香炉中的檀香，捧一杯绿茶，看池中鱼儿撒欢，赏花儿微笑，听鸟儿歌唱，目明神清，自在怡然，仿佛停止了老去的脚步。望着那淡看流年，不问沧桑，自然天生，随遇而安，一步一枯荣的顽强生命启迪着我们，活着真好。人生的过程，在多数情况下远远重于人生的目的，享受过程是生命最重要的真谛。

我喜欢喝茶，喜欢喝绿茶。前两年，我把书房的大班桌搬走，改造成一个不错的茶室，自己享受，接待朋友，煮茶论道，一壶茶煮沸着整个江湖，好不快哉。

茶室里放着大红袍、西湖龙井、云南普洱、古丈毛尖等十余种茶叶，但我独爱绿茶，只喝绿茶。科学显示，每天摄入600毫克儿茶素，可降低体重、血糖、血压、血脂等心血管疾病因子，从而降低心血管疾病的患病风险。每杯绿茶中约含100克儿茶素，因此每天至少喝三杯绿茶，才会对身体有健康效应。长年坚持，感觉确实不错。

我爱读书。长年来，每天至少看两个小时书的习惯从来没有变过。床上、厕所读书这个坏毛病怎么也改不了。就是深夜归来，也忘不了读一阵书。养成了睡前不读书就睡不着的坏毛病，老了更是如此，走进书里一切皆忘，这种享受，只有我自己才体会得到。

家里的上万册书，我基本上都翻动过。“中外文摘”“今古传奇”也一直从创刊订到现在。隔三岔五还光顾一下图书城和书店闻闻那浓郁的书香。这几年，我还打算旧书新读也别有一番滋味，所以我打算用几年时间，把过去的旧书旧杂志重读一遍。

读书不但明白事理，增长知识，陶冶情操，启迪心智，我还在读书的过程中，找到了乐趣，找到了心理平衡，洞穿了人性，拥有了世界。一辈子与书结缘，看来是改变不了了，因为读书是老年人生活的一个重要部分。它的作用不仅是增长知识，明白事理那么简单。它是益心益寿，安然度日的一剂良药。

我不但喜欢喝茶，还喜欢喝酒。“天地最爱酒，爱酒不愧天。”无论在外面还是在家里，每天一杯酒是少不了的。虽然酒是辣的，茶是苦的，可是茶叶和白酒的滋味是世界上最复杂、最惬意的。人间极乐之事，无不是苦中作乐。

中国人的饭局江湖少不了酒。有人说国人一年喝掉的酒比西湖的水还多。二十多年前的，我的同学梅实就说过，垂哥的尿怕有38°。

我喜欢喝酒，因为酒盅里装的是人世间的酸甜苦辣，是人生旅途上的调味品。一招手，一抬头，是何等的快意。一壶浊酒慰平生，此生多少事，都付笑谈中。

端着酒杯看人呷饭，还有另一番乐趣。有的人见到好菜不放筷子，不停地往自己嘴里送，有的人先照顾左邻右舍，把好菜尽量给别人，有的人就算好菜上

在自己面前，也先把盘子推给他人。美酒佳肴，觥筹交错的饭局，又何尝不是社会缩影，反映的是人性和品格。

我喜欢交朋友，也很看重朋友这份情义。中国是个群居的社会，谁也离不开人群，离不开朋友。不信，你回想一下，庚子年初那场突如其来的疫情，不能外出，只能宅在家里，在那些日子里，谁不是都想往外跑，谁不是只盼疫情快点过去，好跟朋友喝一杯。

与人交往，交的是真心，与人相处，处的是诚信，与人谈论，论的是眼界。一时的朋友很多，一世的朋友却很少。我的很多年轻朋友对我关爱有加，照顾备至。和他们在一起，仿佛自己也变得年轻了，那种享受，那种心情，外人是体会不到的。

仗义每多屠狗辈，负心多是读书人，交友须带三分侠气，做人要有一点素心。我虽是读书人，但我从不做负心人。我的朋友大多是有三分侠气，否则，没有理由对我这个老头子这么好。我喜欢旅游。退休后，我游历了五大洲，到过53个国家和地区，游遍了包括台湾在内的中国所有省会城市。国内知名景点和名山大川几乎都留下了我的足迹。

我在南非见过大西洋与印度洋的交融，在美国的黄金海岸散过步，在澳大利亚牧过羊，在欧洲的小镇上吃过烧烤，在公海上游过船。在泰山看过日出、在山西见过地坑、在东北看过天池。在南海上过军舰、在北海游过泳……

旅途中没有江山，只有风景。没有王侯只有百姓，没有国家只有世界，没有烦恼只有生活。跋山涉水等闲依花傍柳，美食、美景赏心悦目，称心如意，随心所欲。三五个好友一起行走在天地间，好不快哉。听说还能延年益寿，何乐不为？大步走天下的快意算是领略过了。

有人说，旅行是离开自己活腻了的地方，到人家活腻了的地方去，这是过甚之词。我说旅行是离开自己热爱的地方，去热爱另一个地方，脱离原有生活环境的框架，突然就出现了一片开阔自由的空间。热爱生活的才会旅行，才会真正享受旅行的乐趣。

我喜欢打牌、下棋。几个好友，把108张扑克牌变成各式各样的格局，拼智力，拼胆略，其乐无穷。有时也把“长城”砌得风生水起，上顶下杠，真假虚实，也别有一番风味。

听说打牌可以练手、练脑，防止老年痴呆病，何乐而不为。

我有几个好棋友，虽然不下钱，也竞争激烈。常常是输了下位，轮流作战。一杯茶、一支烟，看着棋盘上风云变幻，一时四面楚歌，一时柳暗花明，一着不慎，满盘皆输。

人生何不也是如此。一个小小的棋盘，就是一个偌大的社会，落马行云之间，既有驰骋战场的豪迈，又有心静如水的宁思。人说世事如棋局局新，我说人生如棋步步险。

走在老去的路上，阅人无数，阅事无数。积淀了很多的事，积淀了很多感慨。许多事，许多理产生了与圣人、名人哲理的共鸣，我觉得自己更加明白一些

事了。

在我们这个社会，被逐渐加码起来的物质追求，已经变成了一副沉重的枷锁将我们控制，生怕失去了什么的恐惧，让我们失去了生活的快乐。大家都拼命地赚钱，积累财富。特别是一些垂暮的老人，把积累看得比命还重要。舍不得吃，舍不得穿，舍不得出门散心，把钱一分一分地存起来，好像他能永远活在这个世上。到死的时候，什么都不记得，却记得积攒的财富。而他的子孙可能对他的生死也记不住，但却记得他留下财富的密码。老人啊，莫这样对待自己。

如今，一些坏老头，坏太太不时在社会上流传。到底是老人变坏了，还是坏人变老了，真叫人搞不明白。一些老人利用这个社会对老年人的尊重、戾气冲天、横行霸道，动不动就骂别人，甚至拳脚他人，对社会、他人横加指责，仿佛全社会的人都欠他的似的。这样的为老不尊令人不齿，我们不要做这样的老人。不要觉得自己年龄大，就当得到别人的尊重。人们也许碍着传统，尊重一下老人，但人们内心尊重的是那些有德的、懂得自重和尊重他人的人。有些老人特别喜欢打探别人的事情，搬弄是非，听到别人有什么事情，就来精神，特别兴奋。看到别人的好，心里就不舒服。自己排队的时候，希望所有的人都排队，自己插队的时候，希望别人开一只眼闭一只眼。自己是君子时，希望所有的人都是君子。自己是小人的时候，还希望别人是君子。

我曾写过一副对联“怨天怨地莫怨人，拜神拜佛应拜己”。老了更应心宽些，心宽茅屋稳，性定菜根香。要知道社会并不欠我们什么。

我们很多老人缺乏灵性解读生活的能力，因此，也失去了很多快乐。比如带孙子，有人认为是一种负担，有人认为是一种快乐和享受。你付出了劳动，也带来欢乐。如果不留意，生活中一些温暖的快乐，就会像指缝中的细沙，不经意间被我们漏掉了。

我们很多老人喜欢插手单位上的事，退休好长时间了，还对单位上的事指手画脚，这不好笑吗？你要人家怎么尊重你。

我们很多老人，喜欢插手子女的家事，这有百害而无一利。要知道，世界首位关系是夫妻关系，然后才是亲子关系。不要总拿自己和孩子比，因为我们生活的时代不同，我们小时候很穷，子女小时候衣食无忧；我们成长在熟人社会，子女成长在生人社会；我们的职业是国营单位，子女的职业大都是私企；我们爱在一起喝酒聊天，子女喜欢给陌生人发微信。这一切都和我们过去生活模式不同，但我们都得理解，都要看得惯。让他们以自己的生活方式行走在社会上。他们跟谁结婚，他们如何养着孩子，他们喜欢什么工作，都是他们自己的事。父母无法为这些事承担后果，就不应该替他们做决定。

父母子女之间的代沟一定是有的。如果我们把代沟比作楼梯，父母向下走，子女向上走，彼此伸手相扶，那就没有距离了。那就是一种和谐幸福，是天伦之

