

F 非常感受
eichangganshou

15岁那年,我打算徒步穿越海杜克步道。海杜克步道全长约812英里,横穿犹他州和亚利桑那州。

它起于拱门国家公园,途经6座顶级国家公园,穿过峡谷、山峦、松林、沙漠,沿路几乎没有供水的地方。

听起来,这并不适合徒步新手进行挑战,尤其是对徒步经验为零的我。

噢,请不要担心,我之所以会做出这个决定,是因为这次徒步有我的祖父。

我的祖父是一位徒步高手,他曾背上背包,独自完成了很多次徒步旅行,积累了丰富的徒步经验。

祖父说,对一个热爱运动的年轻人来说,徒步是最好的锻炼。这次,他将陪我去海杜克步道徒步。

仔细检查所有的装备后,我和祖父开启了徒步之旅。

祖父告诉我,“海杜克”是爱德华·艾比笔下《有意破坏帮》里主角的名字,这条步道正好穿过给予艾比书写灵感

徒步的最佳路径

□艾萨·默塞德

的荒原,因而得名。
我开心地笑起来,与祖父在一起,总是如此轻松而有趣。

但很快,我脸上的笑容消失了。结束一天的行程后,我和祖父躺在帐篷里休息,我浑身酸痛,感觉全身的骨头都要散架了。

而这还只是开始,接下来我们还有很长的一段路,想到这里,我突然失去了勇气。

“哪段路是海杜克步道的最佳路径?我是说,峡谷、山峦、松林、沙漠,相对来说哪段路更容易走?”我忍不住问祖父。

“噢,当然是峡谷。”祖父侧过身子看着我说,“峡谷平坦,而且凉爽,是徒步的最佳路径。”

听了祖父的话,我松了口气,我们正在穿越的就是峡谷,也许明天的路程会轻松一点。

或许是有了足够的底气,接下来的几天,虽然感觉劳累,但我走得很起劲儿。

接下来要爬山了,我的心里又产生了一丝恐惧和忐忑。
我问祖父:“剩下的路程里,哪段路是最佳路径?”

“当然是山峦,孩子。爬山时我们可以放缓脚步,反而会轻松一点。”祖父肯定地回答。

我当然相信祖父,因为他有足够多的徒步经验。于是,我跟随祖父的脚步,顺利穿过了山峦。

当我们途经沙漠时,祖父又告诉我,只要我们备足水,辨别好方向,徒步穿越沙漠反而更加简单。

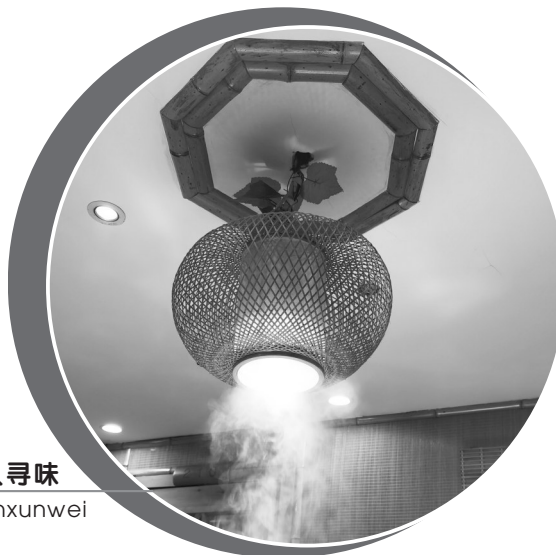
就这样,在祖父的鼓励和带领下,我完成了徒步海杜克步道全程的挑战。

对15岁的我来说,这简直是一个奇迹般的创举。

我的朋友们都惊呆了,同时对我羡慕不已,他们问我:“哪段路是海杜克步道的最佳路径?”

我愣了一下,这是我曾经问祖父的问题,可是直到现在,我也没有确定的答案。

因为在祖父给我的答案中,似乎每段路都是最佳路径。



N 耐人寻味
airenxunwei

我的“黄昏”哲学

□王 蒙

人老了之后,要做到三点:一是要有自己的专业,二是要有自己的朋友,三是要有自己的爱好。

人生最缺的是时间?是时间,是经验,是学问,是纯净的心情。人老了以后,这方面的“本钱”便多起来了。

老年是和解的年纪,与命运,与历史的规律,与天道、宇宙、自然、人类文明的和解。

他的遗憾与愤懑应该是清醒的,而不是盲目的。他可能仍然无法理解生老病死、天灾人祸、阴差阳错,然而,他毕竟多了一些自

省、一些悔悟、一些自责。
所有这些都会使一个老人变得更可爱、更智慧、更阳光、更哲学。

我们常常讲不服老,该不服的就不服,例如人老了一样能够或更有条件学习,不能因一个自命的“老”字就“不学无术”。

该服的就一定要服,我年轻时扛过二百斤的麻袋,现在扛不动了,我并没有什么不安,也感谢上苍对我的豁免。

现在,我可以,也乐于过更健康的生活。

Y 有此一说
ouciyishuo

八分刚刚好

□杨福成

书法中有楷行草隶篆五种字体,其中隶书曾有一段时间叫作“八分书”。为何叫“八分书”?有一种说法是指其意为“去隶字八分取二分,去小篆二分取八分”,也就是说将隶和篆巧妙结合,去八取八又得八,这八分就刚刚好,结字飘逸,神态潇洒,舒服耐看。

人和人的关系要想舒服,也是取八分为好。

在我们的现实生活中,走着走着就散了的朋友,往往是那些平时好得分不开的朋友,十分十分好,关系反而很脆弱。倒是那些不远不近的朋友却长久,三年

两年不见面,见了特别亲,十年八年不联系,一联系啥事都能帮,这才是好朋友,一辈子的朋友。

夫妻间的相敬如宾,也是八分刚刚好的意思。两口子你敬我我敬你,说起来、看起来略有些生分,可也正是因为生了这二分才可能白头到老。不敬了,哪怕爱得轰轰烈烈,却有可能会落个一拍两散,恨得咬牙切齿,老死不相往来。

一个人也是如此,凡事不可求太好,凡物不可求太多。

八分,是艺术,更是生活。这种好,真是刚刚好。

R 人生感悟
enshengganwu

有天中午下班走出办公室,抬头间突然看到蓝天如洗,高旷明净,白云飘逸,苍穹下高楼明亮,绿树泛光,好一幅和美温情的画面。我赶紧拿出手机,把这秋天美景拍下来,把这美好的瞬间定格在心,顿时忘记了这段时间有太多的“案牍之劳形”,愉悦充盈心间。

平时,上班或外出,我尤其喜欢看四季变化时大自然的景物变化,丽日晴空,雨后彩虹,春花秋月,夏荷冬雪,每每有美景闪现,我总是快速反应,果断拍下来,留下刹那永恒。

和很多人一样,拿出手机随手拍下眼前美景,已成为我的一种生活习惯。我拍过清晨上班元气满满时看到的透过枝叶的斑驳阳光,那是春天里我决心不再熬夜从此早起的第一天,阳光暖暖

随手拍“几帧当前”

□蒙 华

地打在我的脸上,一切都是欣然的样子;我拍过旅途中满脸疲惫时眼前乍现的满天彩霞,那是我一个人自驾去稻城亚丁,迷了路,从早上摸索到傍晚,终于突围走上国道的瞬间;我拍过冬天衡山山顶一家小宾馆被皑皑白雪裹围的霓虹灯招牌,那是我走了8个小时上山看冰挂,归途中看到的一抹家灯般的暖色;我拍过住宅小区后街那棵冬天里盛放的异木棉,那天,我特意迎着和煦的阳光去为这棵寒风中的花树拍下特写,心也被它的坚韧顽强激励着。

不止白天拍,夜晚我也会趁着散步随手拍,最喜欢看城市里的万家灯火,会变换角度拍下来,仿佛沉浸在烟火气中,看到“家人闲坐,灯火可亲”,是那么温暖,那么祥和。

感恩科技的进步,手机可以便捷地让我随时拍下生活中遇见的美好,眼睛也捕捉着这些美好,让自己保持一颗热忱的心。

现在喜欢随手拍的人很多,捕捉和定格生活中美好与感动的瞬间,不少人还喜欢在社交平台分享自己拍的照片、视频,蓝天、白云、阳光、花朵、山水、美食、笑脸……纷纷入镜,美好就在我们身边。我拍的美景照片,偶尔也会在朋友圈里晒一晒,与朋友分享,但更多是收藏着,偶尔在某个时候翻出来看看,那时那景便又历历在目。时光易逝,但回忆温馨而绵长。

有位作家说过我们每天应留几分钟诗意给自己,抵挡岁月漫长。一个简单的“随手拍”,便让生活多了诗意,也许就那几分钟让人心

旷神怡的诗意,便可抵生活中随时可能到来的“晚来风急”,让日子变得从容。

此时,我想起那首很火的歌曲《这世界那么多人》,唱着“晚风中闪过几帧从前”,我何不留下“几帧当前”,蕴藏生活的美好?虽然时光终会将它们变成“几帧从前”,变成记忆,但它们如和风拂过湖面泛起的涟漪,如少年在晴朗早晨的惊鸿一瞥,让人生回味起来总是充满激情,充满诗意,像一束束光,温暖心底最柔软的地方。这些小美好积攒多了,记忆便是甜的,心也有了韧劲,这也是我保持着乐观心态的缘由吧!

“流光容易把人抛,红了樱桃,绿了芭蕉。”季节在变,景致多姿,我会一如既往地用手机拍照,用心记录,用生命中遇见的种种美好,抚慰心灵,昂扬斗志,滋润岁月。

