

【人生随想】

□杨曙明



退休之日， 戒酒之时

再有两三个月我就要退休了。我想把退休之日当成戒酒之时，了解我的朋友对我此说多不以为然，而我自己信心也不是很足，这倒不是我不想戒酒，而是我的性格太江湖了。

实话实说，我算是个能喝酒的人，从1975年参加工作起，至今已有四十多年，这既是我的工龄，也是我的酒龄。正常情况下，高度酒我能喝八两，低度酒喝斤数。年轻时特别能喝，经常是中午喝了晚上喝，顿顿喝个七八两不在话下。如今年龄大了，酒量有所下降，尤其是不能“连续作战”了，倘若偶尔喝一次，还是能喝个半斤八两的。

酒无所谓好东西或坏东西，好坏需要因人因事因时而说。对嗜酒如命的人来说，酒犹如毒品，可对常人来讲，待人接物少了酒也不行。朋友相聚需要以酒助兴，诸如接风洗尘啦，贺喜贺寿啦等，不喝点酒好像不合适。逢年过节时家人团聚，没有酒好像也不是那么回事。但是，不管什么场合、什么时候都不能喝多，喝多了就会适得其反。按照中医的观点，适量饮酒有益健康，无度饮酒则有损健康。《本草纲目》中有这样的话：酒“少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴；痛饮则伤神耗生，损胃亡精。”我信奉道家的顺其自然。就喝酒而言，我以为想喝就喝点，不想喝就不喝，人生不过百年，顺其自然为最好，没必要过于难为自己。当然，凡事都得有“度”，假如喝酒成“癮”则需另当别论。

人们在社会交往中，离不开饮酒，因为在某种场合或某种氛围内，酒的确能沟通情感。“悲欢聚散一杯酒，南北东西万里程”(王实甫)；“劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人”(王维)，在那种场合下，不喝酒好像不尽情谊。所以，朋友间交往离不开饮酒，古今中外都是如此。我虽然能喝点酒，可心里却不太

愿意喝酒，以往这些年的所喝之酒，多是朋友间的交往而“被迫”。或是亲情陪客，或是因事陪喝，或是朋友相聚实在无法推托。在家里的平常日子，我几乎是滴酒不沾，即便是逢年过节，也只是象征性地“点到为止”。

我为什么要戒酒呢？因为对我而言，如今喝酒已经成为负担。年龄不饶人，身体不允许，既然退休了，保护好身体自然成为首要任务。身高1.77米的我，

【岁月留痕】

朦胧的季节

龙的喧嚣还是清闲自在的悠闲？是静还是动，是远还是近？一切似乎都没有了概念。于是，回想中木然打开电脑，迎面扑来的是不久前长城上的鼎沸，九寨沟的五彩，坝子上的悠闲，大海边的喧嚣。

我思索着，昨日清晨的这个时候，爷爷应该已经牵着孙子的手小心地过马路了，老太太的手提袋已经被全家当日的蔬菜和海鲜装满了，刚才那位还在赤膊健步的行者已经变成了提包上班的潇洒白领，马路上的拥堵平添了小城市恼人的“繁华”，阳光却把世界的本来面目彻底还给了大地人间。

窗外，那不远处的独盏茅灯似乎又多了些伙伴，不远处海边的淡

【人生边上】

悲伤的热爱

有很多人，是敢火中取栗的，甘冒一种瞧得见胜利的险，那火中若隐若现的香味，帷幕下若隐若现的秘密，总引得好奇无法回头。所以就去吧，去生存或者死亡，酣畅淋漓的，像是热辣辣的太阳下喝了一杯热水，曲折的动脉里涌动着波涛汹涌的内循环。

但你千真万确不是普通的，在千万人之中，一眼就能看见你。绝不是手上的伤疤让你与众不同，不是你被焦灼熏红的双眼，也不是你寂寥的背影，异乡人的口音，不是不是。

我以为我看见了你的灵魂，你不肯被灼穿的，辗转的灵魂。我羞于启齿追问你，你真的有灵魂吗，你可别骗我。

人总归要寻到一条出路，我不能拒绝这样的劝慰，所以万万不会放弃寻找出路脚步。我甚至相信，思维可以脱离规则和惯性，躯体也会告别作业，所有执迷和追逐沦为平淡，灵魂和肉体终于可以归一，恍

如今体重竟有90多公斤，超出正常值30%以上。虽说还不算是肥胖病，但那“将军肚”着实让我血压高了好多年，而且前两年又得了冠心病。当然，很多人对此会说，血压高和冠心病并非是饮酒所致，可对我来说，“将军肚”绝对是因酒而“凸”，血压高、冠心病绝对是因“凸”而得。要让这“凸”逐渐消下去，唯有戒酒方能日见成效。

我这个人践行文明饮酒，无论在什么场合，对什么人，我从不劝酒。酒逢知己千杯少，能喝多少喝多少，能喝不喝也不好，喝多喝少都喝好，千万莫要喝醉倒，这是我多年来奉行的准则。说实话，我对劝酒，尤其是无节制的劝酒深恶痛绝。我喜欢交朋友，也有很多朋友，可是，我对有些朋友的劝酒做派始终搞不明白。朋友间本应相互关照，喝多酒让他难受是何苦来？要说劝酒者都是居心叵测有点言过其实，可那些劝酒者，喜欢让朋友喝多者，虽然未必是居心不良，但结果却与不良居心无异。要知道，很多人就是因为朋友间的喝酒无度，导致家庭破裂，甚至是命丧黄泉。所以，凡是那种刻意劝酒者，不让人喝醉不甘心者，绝对不能称之为朋友。

说实话，时下的酒局劝酒者多，不劝酒者少，而我又太江湖，有时候经不住劝。虽然大多数时候不至于喝多，但晚上喝了酒半夜难受是常有的事。为此早就有心戒酒，可总也戒不了。我想，与其如此，不如借着退休之机，彻底把酒戒掉，再有酒局便以茶代酒，许我者就参加，不许我干脆回避。假若再遇到那种言而无信或说话不算数的人，索性与其断交，不如此，酒还真戒不掉。身体是自己的，不是别人的。身体是美好生活的本钱，没有了好身体，幸福的晚年就是痴心妄想，这是千真万确的大实话。

□韩政

淡红润将这里装扮成羞涩的早晨。与窗外马路相隔的窗棂上闪烁着排短红蜡烛一样的霓虹亮光，像跳动的键盘在整齐地舞动。

起身离桌，静思自我。窗外还是那个世界，只是不再是昨日那个。浮动的心去看世界，身边的宁静永远不再。起身出门，彩霞已飘在天际，寒风吹拂着晨露，淡淡的雾霭将清晨这最后的面纱撕扯。朦胧之中街上传来跑步人手持音响摇曳微颤的歌声，月朦胧，鸟朦胧，荧光夜夜空，山朦胧，树朦胧，秋虫在呢喃。

原来还是如此。这恼人的季节，诱人的季节，朦胧的季节，这琢磨不透的季节，这充满颜色的季节，这也是心静才能看到的季节。

□季兰萍

惚间仿佛真的摆脱了羁绊，开始在时光和记忆中游戏。

关于断定你灵魂的这件事，喝一杯茶就忘记了。

可是，一切狂热和执迷，一切追逐和放任，又都被打上绝望的烙印。

高贵和卑劣之间的差异，或许只有打开脑壳细细分辨才知道。可如果这两个试验品的脑壳构造一般无二的话，我们又该如何区别呢？面对两个坦诚的，无一丝隐瞒的脑壳，我或许该松一口气，没有善恶，没有高低，这是最好的结果。可是那你呢，你高贵的标签来自何处？

可是我不得不告诉你，耗尽热情，是一件多么安稳的事。

我终于不用再揣测你的肆无忌惮，佯装潇洒，你编制的自我，难辨真假的微笑。

就从那一秒算起，我会遇见世上的一切，但绝不会遇见你。

【大众讲坛预告】

梁漱溟和他的民国朋友圈

梁漱溟先生是20世纪中国最具影响力的思想家之一，一生极具传奇色彩。虽身处风云更迭的时流中，每每都有其独立而独特的文化思考，并留下掷地有声的空谷足音。

11月26日大众讲坛邀请中国孔子基金会梁漱溟研究中心副主任、梁漱溟先生的幼孙梁钦宁为大家带来专题讲座：《那些年 那些人 那些事——梁漱溟和他的民国朋友圈》。梁钦宁将向我们讲述梁漱溟先生青少年期间的成长历程，与蔡元培、胡适、陈独秀、梁启超等民国学人的交往经历。

讲座时间：11月26日(周六)9:30

讲座地点：省图一楼报告厅(二环东路)

联系电话：(0531) 85590666

【行走人生】

在日本遇见最安静的马拉松

□石小生

前往日本之前，便有师友提及，这是一个安静的国家。起初我也并未深以为然，只是觉得当地环境使然罢了。直到身临其中并有了一次特别的半程马拉松比赛体验才真切发现，这份安静，与其说是自律，倒不如说是从容。

这是今年10月下旬的一次旅行，目的地是泉城济南的友好城市——日本关西小城和歌山市。我们为马拉松而来。当地政府主办的这一场马拉松赛事，一年一度，今年是第16届。就级别而言，典型的群众嘉年华式参与性、娱乐性赛事，参赛总人数超过2万人。

比赛日的早上，导游送我们到起点——当地的一处物流码头仓储基地。同行10人都是跑龄有年的“老马”，第一次出现在日本马拉松赛的现场，一眼望去，满眼的简陋之感。在国内参赛的种种经历里，即便是一些简单的赛事，也大都展台华丽、拱门孔武，连带一片片的狂歌热舞。遑论一些大型赛事大多选择城心广场起跑的惯例了。

一条绳索，扯起一条简单的横幅；另一条绳索，在马路上拉成一条起跑线；一把置于起跑线外的椅子，上面站着一位手持话筒的当地官员，这就是“主席台”了。没有领导讲话，也没有赞助商发言，有的是对外籍特邀选手和医疗跑者，一一的介绍。伴随一声枪响，数以万计的选手应声而出，踩过起跑线向远方跑去。

坦白地讲，目之所及的一切，在我的跑马经历里，都是新鲜的。跑马者从四面八方或驱车或单车而来，没有拍照者的扎堆秀场，没有各色的旗帜飞舞，也没有动感的音乐与性感的领舞者带领大家一起做热身。队伍蜿蜒，人群静默，目之所及，或是兀自拉伸，或是调整呼吸。伴随起跑的枪声响起，耳畔传来一阵阵的脚步声……没有轰鸣的音乐，没有呼啸的人声，我有点不敢相信自己的耳朵：怎么会是这样的安静？

这无疑是我迄今所遇的一场最为安静的万人集会，且是一向被视为激情澎湃的体育赛事。习惯了在起跑的一刻长吼一声的我，顿时失去了打开嗓门的勇气。这个被师友誉为安静国家的人们，在刹那间让我感觉到了一种真实的可怕。隔着一个月的时间，每每想起彼时的这份安静，以及安静背后的那种克制与专注，仍禁不住震颤有余。想想国内的那些马拉松现场，是怎样的一种山呼海啸啊，是怎样的一种忘我放情啊。或许，这就是民族性格的差异吧。

快乐发乎内心，而不系于宣泄。看着身边一个个努力调整着呼吸的日本选手，当时我就想，行而不语的他们，与PARTY心态浓郁的我们相比，应是更为简单和纯粹的跑者。

差异真实而巨大。就像后来的日子里走在日本街头，触目所及，排量660毫升以下的“黄牌”微型轿车占据了相当多数。导游说，这就是日本人的消费习惯，他们认为重要的是通勤之需，而不是品牌高下。仔细想想，跑步大抵也一样吧，重要的是跑步而不是跑步的姿态。

这一场马拉松赛的颁奖仪式，同样简单。按照性别和不同的年龄组，前六名的选手，鱼贯而上，领取属于自己的木质奖牌和纪念奖品。没有奖金，没有硕大的支票挥舞。这是一场真正的跑者的聚会，而不是商业的。