



诗歌隧道

感题四平战役纪念馆

封玉华

朱墙肃穆隐悲风，壁上声光忆不穷。
弹洞残垣凝锐志，血痕故垒念英雄。
心生感慨思潮涌，情绕愁肠涕眼红。
史笔宏章呈画卷，沧桑阅守初衷。

七绝·诗文班开学抒怀

张成林

今逢耄耋多闲趣，追梦思吟有所求。
盛世挥毫生雅兴，徜徉诗海又行舟。

鹧鸪天·雨水

唐琢

又值新春雨水时，渐融冰雪午阳移。
南疆漫赏红梅艳，北域初闻征雁回。
风尚凛，雨尤迟，寒凝大地发春晖。
河边已见清溪逝，花绽枝头更可期。

绿色序曲

赵强

幼时种子向茁壮过渡，需冲破
禁锢，褪去陈旧襁褓
一层层剥落
不远处，清泉正搬运冰凌的残骸
叮咚作响
那声响，似在宣告春天的登场
种子与清泉，在蓬勃生长
同样都有灵动
同样身躯在欢畅
当嫩芽以翠色
在枝头写下春天的第一行诗
山洞已挣脱冬的桎梏
携着冰雪独有的清冽
在低洼处
哼唱一曲春天的歌谣
“春天从这美丽的花园里走来，
就像那爱的精灵无所不在”

听见春天

汤云明

暖风捎来消息，花开时日已定
长串鞭炮挂起来，大红灯笼点起来
门神、春联贴出新生活的祈盼和祝福
辞旧迎新预示着生活越来越甜美

我听见春天的呼吸，也听见大地的心跳
听见了一个季节代替另一个季节的交接
我听见了花开的声响，落英的叹息
听见了燕子呢喃，河水轻声私语
还听见了小草拔节，树木发芽的节拍

礼花照耀下，盛世壮丽
阳光爱抚里，一片和谐、温馨的表情
华夏的春天越来越繁荣、多姿
我们的春天也越来越美丽、幸福

我听见春天的脚步，从远古走来
穿越历史，激动着人心
穿过街巷，描绘着人间

春雨

崔军峰

燕子衔着春雨
自天涯海角，翩翩而来
一路润泽神州
春色如锦缎，徐徐铺展

春雨似银线，潇潇洒洒
描绘春的画卷，朦胧如烟
春雨若玉珠，淅淅沥沥
奏响春的乐章，悦耳如歌
春雨像情思，缠缠绵绵
书写春的诗篇，柔软如酥

春，眉眼含情
欣欣然，声声呼唤
雨，携万里柔情
奔赴春的约定

泳池里的岁月诗行

唐亚江

春风轻拂，暖阳初照。我怀着一份期待，仔细地收拾好泳包。此时，泳镜已微微起了薄雾，毛巾被洗得泛白，椭圆的搓脚石磨得发亮。随后，我乘坐201路公交车，直奔四平人再熟悉不过的华信游泳馆。

8020号储物柜锁舌“咔嚓”一声弹开，那清脆的响动，恰似阔别已久的老友送来的亲切问候。在弥漫着温润水汽的泳池，一场与生命重力展开的无声对抗赛，正悄然拉开序幕。

入水的庄重仪式感顷刻间拉满。我静静地站在第6泳道岸边，当脚尖轻轻触碰水温的刹那，年少时跳入老家大荒沟“露天泳池”的盛夏场景，如潮水般涌上心头。

记忆中，阳光慷慨地洒满河套。彼时，哥哥仁立在河汉里，目光专注而笃定，仔细地挑选着那一处处藏着生机的草棵与树墩。只见他手持端网，“唰”的一声精准落下，而后轻轻提起，一条条鲜活的鱼儿便落入网中。而我，静静地跟在哥哥身后，赶紧把鱼收起来。欢快的笑声在大坝围堰内悠扬回荡，那是青春奏响的美妙乐章。

回过神来，脚部以慢动作轻触池水，晶莹剔透的水花瞬间轻盈溅起。足尖轻点，层层涟漪缓缓绽开，水分子顺着肌肤的皱纹俏皮地攀爬，每一道波纹都在细腻地重新书写生命的刻度。此时的触水声，恰似流年岁月的自我，向30岁记忆发出的专属通关密语，巧妙地连接起过去与现在。

紧接着，纵身一跃，一池碧波温柔地将我拥入怀中，身体随之尽情舒展。我与一群银发泳友，仿若灵动的“浪里白条”，在水中劈波斩浪。就这样，开启了一场“1500米与心跳的浪漫约会”。

池水悠悠地漫过锁骨，岁月镌刻的褶皱，在浮力的轻柔抚摸下宛如书页般渐次铺展。手臂奋力地切分着水面，浪花顺势卷走了疲惫。一划水、一打腿，一呼一吸之间，似鸟儿展翅般轻盈自如，又如鱼儿戏水般灵动欢快，身体在水中自由地翻转。

原本紧绷的神经顿时松弛下来，沉浸在水流与波浪对周身体表的摩擦和冲击之中。这种独特的自然按摩，不仅让全身肌肉得到深度放松，更使人心情愉悦，仿佛沉醉在水体编织的温暖“水立方”。

蛙泳换气时，不经意间便能瞥见棚顶洒下的阳光，在水面上碎成熠熠生辉的星子，如梦如幻。泳道的那头，老妻、老王等正以各自独特的节奏奋“泳”向前，他们的身影是笑对时光后独有的优雅与从容。

自由泳换气间，半面于水中的“沉

沦”与瞬间对光明的“攫取”相互交替，恰似人生境遇的起伏，在沉浮之间不断追寻希望的曙光。划臂破水的清脆声响与换气时的畅快张扬，交织成一曲独特的呼吸赋格，稀疏的发梢在碧波中书写着灵动的液态诗行。

这首独属于自己的青春“泳”奏曲，除了掌控身体的节奏，思绪也如天马行空般自由驰骋，或是琢磨通讯短评的语句，或是勾勒选题策划的框架，万千思索尽在这一方泳池之中。

从水下视角望去，手臂划水的运行轨迹，池底瓷砖光影的晃动，不禁让人想起“水知道答案、我懂得它的年轻”，好像水也在诉说着生命的故事，与自己内心的情感产生强烈共鸣。

每一趟转身蹬壁折返，都像在解构牛顿第三定律。推水的作用力与岁月施加的反作用力，在这50米泳道中达成了一种微妙的动态平衡。这平衡，恰似生活的哲理，在运动与静止、前进与回溯中，找寻到生命的和谐律动。

在这里，年龄不再是交流的界限，浪花成为大家共同的语言。与常见到的泳友相遇时，大家总会不自觉地抬头或轻轻举起手臂致意，一个眼神、一个动作，便传递着彼此之间的默契。泳友们大多是中老年人，他们身上藏着对生活的坦诚与热爱，银龄生活过得热气腾腾。

池边稍作歇息，大家便会兴致勃勃地畅谈心得：游泳不仅能增强免疫力、提高身体平衡度、防治骨质疏松，还能有效缓解和预防颈椎病、加强呼吸器官机能、改善睡眠质量，等等。这些经验之谈，是生活赐予的智慧，也是大家对健康生活方式的执着追求。

在池座静谧的休息区，保温杯碰撞的交响乐悠然鸣唱。“老刘，你这仰泳的姿势可得改改了，脖子僵得比雕像还厉害！”在省脑科医院退休的陈姐一边拧着杯盖，一边关切地念叨着，“得学我，蛙泳蹬腿配合好呼吸，治颈椎比牵引术还管用呢！”这亲切的叮嘱，充满了浓郁的生活气息，让人真切地感受到深深的情谊。

出水时，洒落发梢的水珠，浑身的毛孔都在欢快地歌唱。淋浴时，不自觉地哼起年少时的歌谣，脚下的搓脚石轻轻磨去岁月的老茧，又变回那个跑去大荒沟捞鱼野浴的愣头青。那一刻，仿佛时光倒流，青春的蓬勃活力于此时再度悄然涌动，在心潮间肆意荡漾……

游泳，无疑是一场永不褪色的青春盛宴，让生命在水中绽放别样光彩。它不仅是身体的锻炼，更是心灵的洗礼，在这一方泳池中，我们与岁月对话，与自我和解，每一篇章都晕染着岁月的深情与梦想的斑斓，书写着属于我们自己的独特人生。

人勤春来早

郭华悦

乡间之春，其实早在过完年后，就已悄然拉开了序幕。年前的闲，年后的热闹，到了元宵节，就得暂告一段落了。轻寒料峭，风霾依旧，但田埂上处处可见脱下的厚重棉袄。在墙根暖阳下窝冬的农人渐少，他们脱下棉袄，走向田间，开始酝酿着新一轮的春耕。

此时，举目环视，空旷“与忙碌交织于村庄中。经历了一冬的萧条，风霾雨雪把大地清洗得格外空阔。但满目空旷中，已有点点新绿破土而出，开始试探春意的浓薄。田间地头，挖沟填坑，松土拉耙，春耕图日渐火热。

冬天的影子还在，春天的脚步还有些模糊。但吹过脸庞的风，不再硬生生地刮脸，雨水中也带着点柔意。似有似无的春意，充斥于天地间。草色遥看近却无，尽管春意尚朦胧，但似乎越来越近了。

这种时候，孩子们也欢腾起来，跑出家门，跑进田间，嬉笑追逐，把贮藏了一冬的热情都释放出来。天气依旧寒冷，但已经没几个孩子愿意窝在家中，而是让撒欢的脚丫子，在田间留下了串串脚印。

乡间的春日，就这样早早地开始了。只是后来，村里的人越来越少，城里的人越来越多。人从乡间走进城里，渐渐远离了有乡土相伴的春天。结果，春天也来得越来越晚。

与村庄相比，城里的春天要晚得多。生活中，与春天的联系，似乎不如乡间那么紧密。直至雨水过后，天气渐暖。春风拂面，已有浓浓的春意。脱下了厚重的冬衣，行走于轻柔的春风里，才意识到春天真的来临了。于是，开始感慨年复一年，春又一春。

少了土地的相濡以沫，春天也姗姗来迟。春雨润物，绵细无声，站在滴水的屋檐下，遥望故土的方向，似乎能看到一个个身穿蓑衣头戴斗笠的农人，于斜风细雨中，用勤劳和汗水，虔诚而又年复一年地早早就迎来了春天。

最美的风景

赵吉胜

人生就像一条河流，时而湍急，时而平缓，但是最美的风景，永远在路上。

我曾在山间的小径上漫步，曲径通幽，溪水潺潺。远处的山峦如黛，近处的绿树成荫。走在这条小径上，仿佛置身于一幅山水画中，心境也随之变得宁静而悠远。那是一个午后，阳光透过树叶的缝隙洒在我身上，我感受到了大自然的温暖和关爱。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

我也曾在海边漫步，听海浪的声音，看海鸥翱翔。海风轻拂着脸颊，海浪拍打着脚背，这一切都让我感到无比的舒适和宁静。海阔天空，无边无际的大海让我想到了人生的宽广和宽容。在那片海滩上，我感受到了大自然的神秘和力量。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

我也曾在城市的街头漫步，看着人来人往，车水马龙。虽然这里没有山间的静谧，也没有海边的宽广，但是这里有属于城市的独特魅力。在这里，我看到了人们的忙碌和奋斗，听到了城市的脉搏和呼吸。在这座城市里，我感受到了人类的智慧和创造力。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

我也曾在乡村的小路上漫步，那里有金黄的麦田，绿油油的草地和五彩斑斓的花朵。在那里，我感受到了大自然的生机和活力。那些耕耘、播

种、收获的人们，让我看到了生命的轮回和自然的规律。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

我也曾在湖边静坐，看着湖面上的倒影和远处的山峦。湖水清澈见底，山色空蒙，这一切都让我感到无比的平静和宁谧。在那里，我听到了内心的声音，感受到了自然的和谐与平衡。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

我也曾在长城上漫步，看着那一砖一瓦，感受着历史的厚重和沧桑。那里有古代人们的智慧和勇气，有中华民族的精神和传统。在那里，我感受到了人类的伟大和渺小，也明白了我们应该珍惜历史和、珍视现在、期待未来。那一刻，我明白了什么是最美的风景。

最美的风景，不一定是那些壮观的自然景观，也不一定是那些宏伟的建筑和雕塑。最美的风景，是那些让我们感到舒适和宁静的地方，是那些让我们感受到大自然以及人类的力量和智慧的地方。这些地方或许不起眼，或许不繁华，但是它们却能让我们感受到生命的美好和意义。

因此，让我们在路上寻找最美的风景吧！无论是山间的小径、海边的沙滩还是城市的街头巷尾，总有一个地方会让你感到心旷神怡。在那里，你会找到生命的意义和价值，也会找到属于自己的幸福和满足。

独处，是一种境界

萧穗玲

人到中年，越来越喜欢独处：喜欢一个人静静地散步，喜欢一个人时快时慢地跑，喜欢一个人安静地看书，喜欢一个人坐在阳光下哪怕什么都不想……

独处，是为了让灵魂能更自由地飞翔，让身心真正属于自己，静听自己内心的声音，明白自己想要的是什么。世界总是熙熙攘攘，难得的是可以静下心来，看彩云烂漫、看流水潺潺、看鸟过无声、看花、看草、看风、看雨，看世人百态、看万物荣枯，而我，从不会感到寂寞。

记得以前上班时，因为只有步行25分钟的距离，我总喜欢一个人散步过去。一路上，看看风景，看看菜园，捡拾几朵紫荆树上飘下来的落花，在中心大桥上享受着河面上吹来的风，偶尔还停下脚步用手机拍几张照片。汽车，路人在我身边掠过，仿佛只有我一人，在捡拾某些遗失的时光。到了办公室，总觉得如刚沐浴过春风，心情愉悦，工作效率明显提高。下班回来的时候，如果时间允许，我还会特意绕过小道，在香蕉文化园的绿道里行走。绿道的一边是大片大片的香蕉林，一年四季都有新长的香蕉，不同生长期的香蕉向人们展示着它们千姿百态的模样；另一边则是一条小河，由于潮汐的原因，每天水位高度都是不一样的，河水时胖时瘦，岸上则种满了花草，陪伴我的，除了花香，还有鸟语，更有风吹蕉林打叶声。这段路会让我的路程多走十多分钟，但看着每天都在蓬勃生长的万物，呼吸着新鲜的空气，觉得自己每天都像新生的一样。偶尔碰

见几个老农在园内劳作或骑着自行车、三轮车满载而归，总有一种想要放声歌唱的感觉。

现在，除了必要的任务或约会，我总喜欢一个人静静地运动，静静地喝水，静静地写点什么。我向往独处，但并不拒绝社交。与大家共处时，我喜欢静静地聆听，不在人前论长短，更不在人后论是非；我也不介意大家是否喜欢我，我只用真诚换来信任和友谊，偶尔也提出自己的见解。每几年一次的同学聚会我也坚持参加，因为总有几个我想见的人，有想说话的对象，那里可以挖掘很多我们当年难忘的记忆与欢乐时光。但是，热闹过后，便又恢复平静安宁的独处时光，再不打扰。有一次，一位好久不见的同学说想我了，把我约了出来。我们一起爬山，一起吃饭，还一起看了电影。我们交流着喜悦和担忧，譬如父母日渐多病，譬如自己早生华发，譬如更年期症状开始明显……时间总是匆匆过去，不发一言，却回答了所有问题。

其实，独处是一种境界，它是需要有那么一点勇气的——你必须不怕寂寞。在独处中，我们可以放飞自我，也可以悄悄地锤炼自己，让自己成为更让自己喜欢的自己。独处并不等于孤立无援，而是一种独立的精神状态。它让我们有机会远离喧嚣，摆脱外界的干扰，专注于自己的内心世界。这种专注让我们更加清晰地认识自己，也让我们更加坚定地走向未来。