想起工友邵三

孙现富

“邵三走了！”

4月22日傍晚，我刚走进地铁站，就收到哥哥发来的微信语音。我惊愕不已，站在川流不息的站台上，愣了半天。

“不是好了吗？怎么这么快啊！”我轻声回复道。

“是啊，人有啥意思吧！”哥哥在微信里嘟囔着。当时脑子一片空白，后面他说的什么，我一句也没听清楚。地铁上，我极力想控制自己的情绪，还是禁不住一次次擦拭眼泪。

邵三大名叫邵贵柱。因为在家排行老三，工友们都叫他邵三。他年长我3岁，我一直称他三哥。三哥的父亲和我父亲原来都是运输公司的老人，同在一个车间，同住一个筒子楼，还是隔墙邻居。20世纪七八十年代，企事业单位还实行顶替，就是老一辈退休了，可以找一个子女接班。

三哥接的他父亲的班，我哥顶的我父亲的班。按道理，他和我哥才是真正的工友，一个客车司机，一个汽车修理工。那段时间，我厌学情绪厉害，中学没读完就去车站当乘务员了。运输公司和车站同属一家单位，而且我也住在父亲宿舍里，天天和三哥打照面。我和三哥都有一个共同爱好，就是喜欢看书、写东西，久而久之就成了无话不谈的朋友。

三哥文化程度也不高，对于写作，他只能算是喜欢，很少见他写过东西，更没有发表过。所以，每次在报纸上看到我的“萝卜条”“豆腐块”，他总是比我还激动。他经常对我说，我看你肯定行，肯定能写出名堂。这句话一直激励着我。那个时候，我们梁山有个小作家协会，我是会员，经常被邀参加一些活动，我也会经常带他一起参加。每次三哥都特别激动，打扮得比我这个正式会员还“正式”。有时见我一脸“坏笑”，他就会说，干啥都要有个仪式感，这才是对生活的尊重。

三哥喜欢穿工作服，当时还买了两套。他上班、下班都是那套蓝色的工服。修理工天天和油打交道，汽油、柴油，还有黑乎乎的机油，还要钻车底、爬地沟，一天下来浑身都是油泥。很多工人的工服早已看不清颜色，三哥的却很干净。每天下班，不论多晚，他都要把脏工服洗一遍。每次见他洗衣服，邵大爷就很生气：“穿不坏也让你洗坏了，一身臭毛病！”这个时候，三哥都会给我挤挤眼，嘿嘿一笑：“干啥都要板正的！”

那个时候，生活条件不好，我天天跟着父亲在宿舍吃面条。其实，我也有个“小酌”的爱好，只是我是临时工，工资很少，经常囊中羞涩。三哥是正式工，就时不时请我们搓一顿。那个年代，十几块钱就可以要4个菜，基本上是三素一荤，醋溜豆芽、尖椒土豆丝之类的。有时候也会奢侈一把，再加个硬菜：奶汤鸡。我们自己带上一瓶白酒，喝得也是迷三倒四，好不惬意。

三哥为人忠厚老实，干活从来不惜力气，工友们都愿意和他搭伙。他也愿意帮忙，谁叫都行，从来不拒绝。有时候，看他满身油腻，在蒸笼似的车间里加班，我就会替他抱怨，他却总是开导我说：“帮助别人，也是提高自己，不吃亏！”

后来，我参了军。刚入伍那几年，我们还经常书信联系，信里具体写的啥我已经记不清了，经过多次搬家，很多信也没了。再后来，有了手机，通信发达了，联系反而少了。只有回家探亲时偶尔见上一面，也是匆忙，很少再像以前那样海阔天空地畅谈。有时听说我回老家了，他就给我哥打电话，说啥时候叫小富咱们一起吃顿饭。我总是推辞，一来确实怕应酬，不想出去吃饭；二来也是怕三哥破费，每次吃饭他总是提前买单。那个时候，企业改制，三哥下岗了，三嫂在药店给别人打工，日子不好过。

现在回过头来想想，其实是我狭隘了。我们之间吃饭，不是应酬，那是一种感情的交流，更是对远逝青春的回忆。我们曾经是那么要好的，真正的朋友。

见几次都没约成，后来也就不约了，这样一算我们好像有四五年都没见过面了。前两年，听说三哥病了，是肺癌。如今，噩耗传来，三哥竟然走了，虚岁才53岁。

那一夜，久旱未雨的北京狂风大作，雷雨交加。我独自坐在窗前，静静地翻看三哥生前给我的微信。再努力翻找，偌大的手机里只有两条信息。现在想来，他深夜发信息给我，是不是被病痛折磨得无法入睡？还是说，剧烈的病痛刺痛了他怀旧的神经，让他又想起曾经远行的青春。那个时候，他已经知道了自己的病情，正在接受化疗。

看着桌上的手机，我恨起了自己，甚至越想越后悔，繁忙的工作让我忘记了三哥。有人说，不联系，不等于忘记；不打扰，是因为在意。细细琢磨，这不过是自欺欺人的一种安慰罢了。忙，是一个借口，更是一种冷落的理由。如今，时间有了，手机还在，可那个曾经一起追风的少年却再也没了踪影。窗外的雨越下越大，遥望雨中的夜空，我早已泪流满面。

且行且从容

胡高堂

日前，知悉组织部门通知，翌日退休谈话，感慨良多。一方面，颇感欣慰：从政四十余年，筚路蓝缕，健康退休、光荣退休，实属幸福。另一方面，顿感迷茫：对于退休生活，未曾规划，可谓挑战。

沉思感悟，且行且忘且随风。

退休，既一退二休，又退而不休。作为中共党员，工作退了，党员的本色不能退；作为领导干部，职务退了，公民的社会责任不能退；作为公务人员，编制退了，组织关系不能退。

默想感奋，且行且看且从容。

一要善待老伴。人生，只有夫妻才能陪伴终生。工作时忙于公务，对家庭关注不够、对小孩关心不多，尤其是对老伴关爱不力。退休回归家庭，应当不忘初心，善待老伴、关爱老伴，承担家务、照料孙辈，携手人生曲终奏雅。

二要安置老窝。安居，方能久老。随着年龄的增长，腿脚不便、不宜爬楼登高，需备一套独立的、面积适中的安全、安静、安适的电梯楼房，以利方便出行。房址可选与子女同一小区，尤以“一碗汤”的距离最佳，以便老人看望孙辈、子女探望老人。

三要健养老本。生命在于运动，健康在于管理。强健身体迈开腿，选择适合老年人的一些文体健身项目，并注意活动安全，做到运动不过量、不过度；康养身体管住嘴，注重健康饮食，做到营养均衡，不挑食、不任性。

四要充实老底。做人，都有人情客往，也将生病终老，需要一定的资金支撑。父母对子女不能倾囊相授，还得留下充实的老底，以便平时支用，甚至救急救困，以免届时向子女伸手，带来不及、不便、不解、甚至不愉快。

五要常联老友。老，莫大于心衰。心态决定情绪，情绪关乎健康。作为朋友，应该常常联系，在交流中互通有无，畅叙友情；在交往中互助互利，深化友情，始终做到朋友之间心有存念，不断丰富退休生活。

六要寻求老乐。人生苦短，珍惜当下。追求学习之乐，学习政治时事，坚守理想信念；学习现代文明，融入社会发展；学习网络知识，契合时代生活。享受天伦之乐，不失时机与小辈、孙辈在一起，尽情逗乐，保持年轻心态。营造兴趣之乐，在家养花、种草，陶冶情趣、颐养天年；赴外踏青、旅游，放飞心情、拥抱自然。

七要适度老俏。夕阳无限好。退休了，虽不像上班时讲究仪表，穿着整齐，但也要注意该有的形象。就男士而言，出门访亲探友，不可不修边幅，还需拾掇拾掇，不求高档品牌，也得庄重舒适。就女士而言，外出也可捯饬捯饬，不求珠光靓丽，也应大方得体。适度装点打扮，让退休生活变得更自信、更光彩、更有尊严。

工人先锋号

李光辉

我们骄傲
我们是新时代的产业工人
全身心投入到
一线的车间、工段和班组
在机器的运转下
在金属的碰撞中
我们用最响亮的声音
向全世界唱出
咱们工人有力量

我们自豪
我们是新时代的开路先锋
吃苦在前
享乐在后
已成为我们的座右铭
勇担发展重任
攻克技术难关
创出一流的工作和服务
创出一流的业绩和团队

我们振奋
我们是新时代的前进号角
既有铁血的温柔
也有玫瑰的铿锵
我们欣喜地看到
在我们身后
紧跟着无数的兄弟姐妹
去战胜更多的困难
去创造更大的辉煌

晨耕

在云南哀牢山南部，世居在此地的哈尼人沿着山坡开垦梯田。梯田自河谷延伸到海拔2000多米的山上，每年春耕开始的时候，自山顶的“龙潭”放水灌注梯田。当太阳升起，万亩梯田金波闪耀。

本报通讯员 温昀妍 摄

珍贵的“大脑瓜”

邵维信

“大脑瓜”是我们那儿山边或田间纯野生的山地菜，形状好似小蒜头，纯白色，大的有麻雀蛋大小，小的也有豆角籽或黄豆粒大小。因为它生长期露出地面的菜苗细小，大头小尾，所以人们俗称这种野菜为“大脑瓜”。

记得儿时的一年春天，母亲带着我去山边田间挖“大脑瓜”。远远望去，一片绿油油的菜叶随风飘动。还没到跟前，母亲就指着那片菜叶对我说，要挑大的挖深点儿，千万可别挖断或挖碎了“大脑瓜”。俯下身去，我拿着扎枪头似的挖刀使劲儿挖下一手指头深，挖出来一看，有两三个“大脑瓜”破土而出，洁白干净，十分好看。快到中午了，我和母亲满载而归，回到家中坐在小院子里精挑细选起来，掐根去尾洗干净，剁成馅烙菜盒子。

春天这阵子，母亲挖回来的“大脑瓜”主要是让家里人当成早春菜蘸酱吃。饭桌上虽然有早春发芽的小青葱，或者炒好的新鲜韭菜，但是都没有“大脑瓜”受欢迎。

春播过后，“大脑瓜”逐渐变老了，变得光滑皮硬，但是口感更好。母亲挖回来后，就洗干净用酱油或盐腌上，等着过冬再吃。

到了新年，邻居曹二叔家杀年猪，请左邻右舍家的人吃年猪肉。上了餐桌看到杀猪菜，但出乎意料的是还有一大盘腌好的“大脑瓜”，这下引起大家齐声叫好。帮助曹二叔杀猪的李大哥高兴地说：“这个大冬天能吃上早春的‘大脑瓜’，可不比杀猪菜差啊，当真是过年了！”说着说着，餐桌上的人都不停地伸筷子，转眼间一大盘“大脑瓜”不见了，只剩下空盘子。

随着科学种田不断推进，农场的耕地每年全部浅翻深松，早春的“大脑瓜”变得非常少见了。偶尔在山间看见几棵珍贵的野菜，我总是浮想联翩，难忘当年。

姥爷的花卷

左荪屹

早上在食堂排队打饭的时候，我夹起了一块花卷，思忖一下又放了回去。身后的同事问我怎么了，我说吃不下。其实，我是担心这花卷会让我失望。我已经很久没吃过令自己满意的花卷了。

我不算挑食，但对于花卷，却有一种近乎偏执的苛求。花卷如果太过松软，缺少了咀嚼的过程，那么就毫无口感可言；如果做得太过筋道，则会因过度咀嚼而忽略味道，有喧宾夺主之嫌。太久没吃到好吃的花卷，愈加让我怀念姥爷做的花卷。

姥爷蒸出来的花卷没有花哨的外表，形状很简单，只有大致的卷状，整体小巧饱满，珍珠色的面上嵌着几星葱花，既是点缀，也是调味。他做的花卷上，能同时出现软嫩与酥脆两种截然相反的特征，一口咬下去，真是相当美妙。

我上学时，每晚放学回家，姥爷总能像变戏法一样在桌上摆满热气腾腾的花卷。我顾不得吃相，狼吞虎咽吃得干干净净，然后一边抹嘴一边跟他说希望他开一个小店专门卖花卷，生意一定火爆。姥爷嘴上说着不可能，但却笑得很灿烂。说来惭愧，我从未亲眼见过姥爷做花卷，总想着等长大之后应当认真学一学，这样才不至于让他的这份手艺失传，但我终究也没有跟他学过。

长大后，我曾尝试着按照网络上的教程还原姥爷做的花卷，却每次都以黑暗料理告终。直到有一次趁着家里没人，我又开始和面、发面、擀面、上料、卷坯、发酵、蒸熟。一套流程下来，出锅的花卷竟也有了些许姥爷做出来的样子。他要是看到了，定会凑过脸去，皱着眉端详，再用他那标志性的河南味普通话说：“咱家小宝贝也会做花卷了！”

只是我知道，我再也吃不到姥爷做的花卷了。

好邻居

罗光辉

刚搬新居没多久，一天，我在外面参加书画笔会活动回到家，发现门前鞋架上有一纸箱，纸箱里面有不少蔬菜，辣椒、茄子、西红柿。拿进门，不敢动。妻子出差去了，我又不会点外卖，这是谁放在这里的？

第二天开门，看见对门小庄，才知道是她送的。她笑着说：“乡下朋友送来的，自家地里种的，新鲜，您尝尝。”

我报刊信件比较多，每逢我外出，她就会帮我把这些东西收好放好，如有邮件，她就会拍照发微信给我，问我信件着不着急处理。

邻居知道我喜欢写作，平时总是静悄悄的。女主人出门进门，声音都很轻，即便是穿着高跟鞋，进出电梯也不会有多大声响。

我家孙子小，调皮，时不时蹦跳淘气，发起脾气来会大喊大叫，弄出震动楼廊的动静。有时恰逢小庄出入，我们便会对她说声对不起。小庄从不计较，每次都是友好地笑笑：“小孩嘛，都这样。”

小孙子尽管淘气，她还是很喜欢。有一次，她给孩子拿来一大堆玩具，警车、手枪、溜溜球，小孙子乐了：“阿姨好！谢谢阿姨！”

有来无往，非礼也，我们有什么好吃的好喝的，妻子也会给她们家送过去，熟了后，她们常会敞开门聊天。门一敞开，世界就敞开了。见面问好，开门闲聊，你送一把盐，我送几棵葱，我们相处得像一家人。

一次外出，她见我拖着行旅箱，还背着个包，便说：“我送您去地铁站吧。”

有一年重阳节期间，我一人在家，病毒感染，血压升高，浑身乏力、发冷，喝了碗姜汤就迷迷糊糊睡着了。“咚、咚、咚”，有敲门声。半夜三更的，谁呀？我打开了门。小庄站在门口：“吓死我了！您赶快给您儿子打电话，他在赶来看您的路上，您爱人给您打了好多电话您没接。”我打开手机，发现妻子和儿子的未接电话共二十来个，是蛮吓人的。

上面来通知，可办房产证。小庄年轻，很快就办好了。我手机里有一条信息：请你于今天下午6点前将补交款打到建房局账户，否则，就要等下一批了。怎么办？我心急如焚，等下一批，谁知道以后情况会发生什么变化？我敲开了邻居家的门：“摧我交房款了，我妻子不在家，我手机里又没钱……”话还没说完，她说：“好的，我知道，要交5万，我这就给您转过去。”她熟门熟路，不一会儿就给我办好了。

“每因暂出犹思伴，岂得安居不择邻。”唐代诗人白居易对邻居的憧憬，也是我们的希望。睦邻、安邻、悦邻，遇上个好邻居，真好！

云游三则

张永生

邂逅桃花源

每个人的内心，都藏着一处世外桃源，陶渊明笔下的《桃花源记》在梦中，也在现实。

那里群山环绕，绿树葱茏，清澈的河水自桃红柳绿的村落间缓缓流出。划船入洞，是一条深不见底的地下暗河，伴着桨声灯影，和着年轻人的歌声和欢笑，喀斯特地貌的钟乳洞壁也互动回声。经过短暂的幽暗，竟是天光渐现，豁然开朗。

下得船来，只见村内屋舍俨然，田园纵横，酒家绵延，古榕参天。渔人结网捕鱼，农夫荷锄待耕。村人怡然自乐，家家炊烟轻扬。真是浮云出岫，倦鸟知还，结庐此境，车马无喧。这就是位于云南广南坝美的世外桃源。

瀑布与流泉

春天的流泉是最美的，罗平的九龙瀑布群就是个证明。瀑布最高处56米，最宽处112米。在这条只有4公里长的银河中，却10个落差的叠水景点，远远望去，壮观、震撼。一路银花飞溅，一路水声轰鸣。裂帛般的白瀑、绿玉般的流水，激起了游客的万丈豪情，一路语笑言喧。

这里上山的交通工具很别致，是坐着阿拉伯神话传说中的飞毯登顶。大家倒背大山，坐在铺有毡毯的传送带上，大口地呼吸着山林空气，神清气爽。

站在山顶神龙瀑观景台，眼前的飞瀑和脚下的油菜花动静相宜、相映成趣，让这个春天充满生机和活力。这是文人眼中的风华，画家笔下的江山，是琴师指尖灵动的音符。

在元阳梯田看日出

我欣赏过水上日出，“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”；也体验过沙漠日出，“草上孤城白，沙翻大漠黄”；然而，最带给我冲击和震撼的，还是在元阳哈尼族多依树梯田观日出的盛景。

我们睡眼惺忪乘车到多依树观景台，天，还是漆黑一片。山顶很冷，虽然裹着外套和毛衣，我还是瑟瑟发抖。绵延几百架的机位早已占满，只等待那辉煌的一刻。我们在更高一层的观景台找到了位置，离7点27分的日出还有将近两个小时，团友们靠聊天打发时间。

山下有农人烧荒，青烟和着岚气，在山底弥漫。远处，指南针正东的峦顶微微泛红，观景人流在不断加厚。灌水的梯田，在天光的映照下，色彩渐渐丰富，由初始套版木刻般的黑白效果，向赤橙黄绿多彩过渡。

摄影师们忙碌起来，他们一会儿相机一会儿手机，不断地调整角度，寻求最佳。太阳千呼万唤不出来，它用姗姗来迟的亮相互动人们的焦急企盼。朝霞终于崭露头角，耳边只听咔咔声不断，幸福的尖叫不绝于耳。

当旭日霞光万道，我们向朝阳挥手、向机位告别，向秀丽壮美的哈尼族梯田告别。春风遂意无憾事，更有大美在招手。下一处风景见！

鹅坡有武

宁新路

金色的晨阳洒在一道坡上，把霞光舞成了彩虹和金色霹雳的是那如林的刀剑，刀光闪烁到成百上千穿着白衣的舞者身上。这是一群又一群如蛟似龙的少女少年，这鹅坡上的刀光剑影，让我有了朝气冲天的感动。

这感动的情愫，是在那一坡顶天立地的“武”字里涌动起来的，也是被鹅坡一代武术宗师梁少宗“武”的情怀搅动起来的。

当车子驶入鹅坡武术学院，那个站在大红“武”字前的人，把我带到“武”味十足的一群人中。他给我讲述了鹅坡武术学院数千名学生习武的情怀，与梁家几代人传承少林武术的故事。

武术是民族的骄傲，武术是华夏的尊严。在我们没有枪炮的那个年代，每当家园被强盗侵入，横刀立马站在父老乡亲前面的人是武人，以威力八方的拳脚刀剑迎接敌人的是武人。他们是怀揣高大梦想练武的，是为成为一代英雄而练武的，他们有练武的高贵情怀，因此也生发出爱他人、爱家园的深情。

少林武术场开遍了县城内外，四面八方每年有几十万迷恋少林拳的人，来到少林寺，也来到少林拳的热土鹅坡拜师学艺。梁以全创办的鹅坡少林武术学校，接纳来自各方的求学之人，从这里走出了成千上万的少林拳手。

如今，热了几千年的武术神功，被钢铁的武器挤到战场的边缘。但武的本质是善意的。梁以全带他的儿子梁少宗，把祖辈的训导和少林武术作为坚守与追求，练武研功并办学传术，把少林武术传到了天下。

梁少宗把校舍扩建到了整个鹅坡。鹅坡有多大？它是少林寺遥望的嵩山一面坡。清晨旭日下的鹅坡，鸟叫声里那震天的练武少年的声音，让享受和平安宁生活的人们，无不振奋和激动。那些少年响彻山谷的练武声，是催人奋进的力量。