

有书相随人不老

张泽峰

人生无常，世事难料，唯一能掌握在自己手中的事，便是读书。

对于生命中不可改变无法选择的，比如生死、出身、相貌，我始终把它看作是上天送给每个人的礼物，从不痴心妄想去改变。除此之外，剩下的便努力掌握在自己手中，比如知识。这一部分，我愿倾尽全力而为，努力拼搏、奋发进取。不能把命运完全握在手中，但至少可以让手中永远握着一卷书。回首过去，在最痛心疾首的时候、最无能为力的时候，安宁顺遂也好，浮躁烦忧也好，不管年龄几何，书始终在桌上、在床边，在我的手中难以放下。

我不过是一个平民，无可倚仗无可怨尤，只有靠读书消遣，靠读书韬光养德，靠读书滋养生命，靠读书安顿灵魂。

在农村朴素简陋的学校里，书陪伴着我瘦削的身影，在一灯如豆里，徜徉在书的精彩故事中，对外面的世界无限渴望。

后来，我来到技工学校读书。简洁明亮的图书馆里，成排成列的书缄口不言，却被我视为珍宝。目视今生我不过是个书虫，任窗外风花雪月，精神世界明净不染。

在忧乐的青春里，生命的迷茫和脆弱都在书的世界里被淡化了，书给了我一个支点、一根竹竿，让羞怯的世界打开了一扇明亮的窗。

从最初的教科书，到文学书，到专业书，再到现在的各种书。书，始终滋养着我，让贫瘠的生命变得水草丰美。

现在我退休闲在家，有了更多的自由时间读书。说实话，我既不是学识渊博的大家，也不是什么临近大考的“举子”，现在读书，对我来说只是一件很随意的事情。没有以前的既定目标，也没有了外界的压力，现在我就像一个云游四方的僧人，随便哪一座荒岭孤庙都可能留下我的行迹。

有时，我会借一身古装，趁曹老

先生不留神，混进他的大观园，偷两片沾着宝黛眼泪的落英出来；有时，我会冒着萧瑟的秋风，蜷缩在“咸亨”酒店里，耐心地听孔兄讲解“茴”字的写法；更多时候，则是拿上几份报刊杂志，让阳光、树林、鲜花、河流以及人们感到鲜活的情感笼罩我。这时深深地吸一口气，澄明的气流飘荡在我的心里，我会像快乐的孩子，在自己的后花园里嬉戏，任凭草色与花香在四周荡漾，传递生命不息的律动……

清代学者钟萋曾说：“忧愁非书不释，愤怒非书不解，精神非书不振。”书中凝聚着无数高深的智慧和情感，开卷神游，你的思想将得到激动；掩卷遐想，你的心灵将得到净化。所以，读书能使人心灵开朗愉快、情趣高雅、超凡脱俗，能让人摆脱忧愁烦恼等消极心理的困扰，畅游于生活的乐趣之中。

读书须心平气和、精神集中，而这正是调节身心的关键所在。我国历代养生学家认为：“聚精会神是养生之大法”，中医理论也认为：“聚精在于养气，养气在于全神。”聚精会神读书能达到精、气、神的聚集，而精、气、神又是维系人生命的重要元素。有道是，能养气者可长寿，读书可以说是达到这一境地的最佳方法。

南宋诗人陆游曾有诗云：“读书有味身忘老”。书给了我嬉笑文章的洒脱，也给了我安于清贫的定力，让我省略了许多贪心和烦恼，忘记了年龄，还省略了人生路途中的许多繁文缛节。

我知道书中没有黄金屋，也没有千钟粟，更做不到饥读之以当肉、寒读之以当裘。可我的性格内向恰恰暗含了书的有美不言，我的心性沉静与喧闹的声音格格不入。读书是我愿意选择无悔选择的嗜好，我找不到更切合彼此心意的方式安然度过余生。

书在手中难放下，是一种知足和幸福；有书相随人不老，是一种安宁和快乐。

阅读扬起生活的风帆

曹军红

阅读，让我的童年充满了理想。上小学时，语文老师说要提高作文成绩，就要多读书。因此，我除了学好课本上的知识外，一放学，就跑到学校的图书馆里读书，刘胡兰、高玉宝的故事，都是那时读的。父母给的零花钱也从来舍不得花，全都用来买书。我先后阅读了《鲁滨逊漂流记》《童年》《我的大学》《在人间》等。阅读不仅让我的学习成绩名列前茅，还给我的童年带来了快乐，让我对人生充满了理想。

阅读是我生活的航帆，带领我走出困境。参加工作后，工厂里的工作尽管紧张繁忙，我仍然没有放弃读书，业余时间坚持阅读，《毛泽东选集》《鲁迅文集》《史记》《孙子兵法》等。《毛泽东选集》第五卷刚开始发售时，买的人特别多，记得那天，我天不亮就去书店排队，可是等我到达那里，已经有很多人在等候了，可见大家对于书的热爱。工作中，我还坚持学习英语，在英语进修班学习两年后，又参加了北京外国语学院大专业英语班，学习了3年。改革开放后，单位时常有些外事活动，有时遇到一些语言上的障碍，我还做翻译。那一刻，自己读过的书、掌握的知识让我感到骄傲和自豪。

然而月有阴晴圆缺，后来单位效益不行，我下岗了。当时，我感到特别痛苦和迷茫，家中老人有病，儿子又刚刚考上大学。无助时，我想到阅读。先是开了家书店，后又办了一所英语学校，我慢慢地走出了困境。“你的气质里藏着走过的路，读过的书以及你爱过的人。”这句话是没错的，是读书给了我力量、勇气和智慧，让我在艰难时依然笃定前行。

时光就这样在有书的日子慢慢流淌着。退休后，曾经忙碌的生活节奏一下子改变了，每天除了带孩子就是洗衣做饭买菜等家务活，一天到晚忙得团团转，身心感到特别疲惫，我感觉自己一下子变老了，觉得生活是那样的索然无味，所有的梦想都随风飘去。

我想如果再这样下去，身体也会垮的，我必须改变。平日没时间，我就周日去图书馆阅读。当我一走进图书馆这个书的海洋，立刻觉得心情愉悦，精神焕发。我如饥似渴地阅读，有时竟忘记了吃饭和回家的时间。我在一本杂志上看到一篇《活出无龄感》的文章，里面有这样一段话：幸福一直是人们追求的，但幸福却不是人人都有，活出无龄感的老人才有收获成功的喜悦，有追赶梦想的快乐，更重要的是活出无龄感的过程中完全释放了自己，找回了自己，就越活越漂亮，生活越过越精彩。这段话我深受启发，我想自己虽然退休了，但还能做一些事情。这段时间里，我先后阅读了《边城》《呼兰河传》《小城三月》《杨绛文集》《毕淑敏文集》《迟到的勋章》等。我还上了老年大学，坚持写作，重温我的文学之梦，有时也有一些文章发于报刊杂志，而且还有几次在省市级大赛中获奖。尽管如此，我始终认为自己才疏学浅，要不断地充实自己，坚持不懈地努力学习、增长知识，才能与时俱进。我除了阅读文学方面的书刊，还有音乐方面、医学方面的书。并且还参加了《四库全书丛编》校对工作。

现在，阅读是我生活中不可缺少的一部分，只要一天不读书，我就觉得是那么寂寞无聊。书就像我的一位良师、一位知心朋友，关心我、爱护我、帮助我，给我勇气、力量和智慧，让我战胜一个个困难，跨过一道道沟坎，走出了困境。读书是我的精神食粮，是心灵的享受。读书带给我健康快乐，读书让我的生活丰富多彩，充满阳光。读书是我生活的航帆，漫漫人生路，读书伴我行。

家家贴二维码亮积分 人人当志愿者做好事

罗位村文明村风“码上”见

本报讯（记者齐斐斐 杨金丽 杨静然）“俺家文明积分破3000分啦！你可别小看这个小小二维码，手机一扫，俺家做的好事就全翻出来啦。”昨天，河间市沙河桥镇罗位村村民罗志远，扫完家门口的“文明码”后高兴地说。罗位村146户人家，家家门口上贴着“文明二维码”，“码”里有这家人志愿服务的积分。亮积分，争上游，各家比着劲地做好事，村庄成了省级美丽乡村、市级文明乡村。

罗位村村民大多经营电力物资回收生意，是个富裕村，但村风和村容村貌却一度落后。新“两委”班子上任后，决心从“人”抓起、“变个样儿”。于是，村干部和党员带头，以志愿服务破题，组织各项

公益活动，拆迁拆违、垃圾清理、修路修桥……村庄一天一个新模样。

“文明进步有奖，志愿服务加分。”村党支部书记罗全富琢磨着，要维护好村风树正气，得有激励机制。2022年4月，他提出施行“文明积分制度”。经村“两委”研讨，党员、村民代表参与，积分制度很快丰富了内容，包含爱党爱国、美德新风、移风易俗等7大项、25小项，如参军入伍200分、见义勇为80分、结婚零彩礼80分、义务献血30分、义务劳动10分……

为实现透明公正，在返乡创业的研究生罗宝台提议下，村里为每户制作了“文明二维码”，贴在各家门口，随时扫码，得分情况一目了然。这下，村民们来了劲头，谁也

不愿得低分落在后头。

“这可是俺们村的创举！”罗志远拿出手机自豪地展示自家的“文明积分”：“我母亲教子有方，培养出研究生，加60分；我每周都要参加两三次村里的义务劳动，每次都能加10分……再过一阵儿，我和媳妇零彩礼结婚，还能再加80分！”

“村干部真干事儿，党员们真带头儿，咱不能光看不动劲儿。”村民们口服心服，暗里“较劲”。为方便大家做好事，村干部和党员带头组成了“大爷帮帮团”“五老帮帮团”“青年先锋志愿者”“小红帽志愿者”，四代人都有自己的志愿服务“组织”，带起了争做好事的好村风。

如今，罗位村家家都有志愿者。前几天，村民罗红燕拿着自己

的献血证来到村委会，网格员马上给她家加了30分；老支书罗玉恒82岁高龄，每天都带头参加一些力所能及的志愿服务活动；村委会每周日下午都组织村里的孩子们捡垃圾清街道，每人每次可加10分……

“‘文明码’的积分每天都更新，涉及内容越来越宽，村民参与热情也越来越高。”罗全富说，按“文明积分”高低，村里季评、年评文明家庭，年终召开表彰大会，给予精神和物质奖励。

“小小二维码，成了村民们的‘线上精神家园’，也成了罗位村的‘新名片’。这是创新乡村治理模式的有益尝试，也是助力乡村振兴的有效探索，值得推广。”河间市委常委、宣传部长杜伟伟说。

家的味道

古稀老人演绎最美爱情

本报记者 杨静然 本报通讯员 刘焕杰

为爱等待痴心不悔

温双兰和崔庆明的故事，要从50多年前说起。

1970年，吴桥县桑园镇，二人在家人的安排下见面，一见钟情。他们散步、聊天，互生情愫，很快便订下了婚约。

运河岸边，崔庆明诉说着自己参军入伍报效祖国的理想，开玩笑地询问温双兰：“如果我去当兵，你会等着我吗？可能是一年、两年，甚至更久，也许我还会走上战场……”没等他说完，温双兰便点了点头，眼神中闪烁着坚定。

令她没想到的是，这一天真的到来了。

1971年，怀着保家卫国的决心，崔庆明应征入伍，一走就是8年。这8年，他们每个月通信问候，诉说近况。

1979年，回家探亲的崔庆明和温双兰举办婚礼，正式结为夫妻。还没来得及享受新婚燕尔的甜蜜，一封电报再次将二人分开。崔庆明回到部队，随之前往中越边境。

彼时，中越关系急剧恶化，中国边疆的和平、安定和人民的生命财产受到严重威胁。遵照中央军委命令，中国人民解放军广西、云南边防部队对侵犯中国领土的越南军队进行自卫反击作战。

而千里之外的温双兰，对前方战况一无所知，因为战争，二人也中断了联系。

温双兰翘首以盼丈夫的归来，但是撤军的消息传出后，迟迟没有崔庆明的消息，很多亲戚朋友不明所以，纷纷猜测崔庆明已经牺牲。叹息、劝慰一番后，也不乏善意的提醒：“趁着年轻，再嫁一个吧。”



然而，无论别人怎么说，温双兰都坚定地相信，丈夫一定会平安归来。

不知过了多少日子，温双兰终于收到了丈夫的来信报平安，得知他不仅凯旋回国，还荣立了战功。

战斗经历刻骨铭心

对越自卫反击战结束后，崔庆明在广州军区陆军第四十二军某部，温双兰也随之而来。

1986年，崔庆明转业回到沧州，被分配到百货公司工作。脱下军装，他依然严格要求自己，兢兢业业工作。

然而，对于部队，崔庆明始终有一种特殊的情愫，激情澎湃的军旅岁月，始终令他难以忘怀。崔庆明利用闲暇时间，将自己在越南作战时的点点滴滴记录下来。就这样，一本记录着在越南作战28天经过的回忆录诞生了。

他在本上这样写到：“眼看着自己的同胞、祖国的尊严受到凌辱，祖国的领土受到侵犯，作为一个共产党员、一个革命军人，怎能忍心，怎能不与敌人拼个你死我活呢？战争是残酷的，它是与流血牺牲紧密相连的，哪里有战斗，哪里就必然有流血牺牲，战争才是对每个军人、共产党员的真正考验。战争来了，作为一个革命军人，就要时刻听从党的召唤，挺身而出，个人利益无条件地服从党的利益，绝不能有半点含糊……”

回忆录里还记载了战斗的残酷，崔庆明曾几次死里逃生。他也因作战勇猛，荣立一次一等功、两次三等功。

多年后的一次搬家，温双兰发现了这本回忆录。她声泪俱下地翻看每一页，那一刻，才了解丈夫所经历的一切，才懂得丈夫的家国情怀。

2011年，崔庆明正式退休。从那时起，他的记忆力逐渐衰退，神志时好时坏，有时连家人都不认识。但每当拿出那本回忆录，讲起当年的战斗往事，他却清晰地记得每一个战斗的细节、每一位战友的

名字。仿佛当年的一切，已经融入他的血脉，令他刻骨铭心。

“我的爱人不认识我”

像许多童话故事的结尾一样，王子和公主从此过上了幸福的生活。但现实总会给人以波折，崔庆明从60岁起，开始逐渐淡忘了身边的一切，他忘了自己的名字，忘了家人，也忘了自己是谁……温双兰也曾带他去医院检查，但大夫始终没有给出确切的诊断，因为他除了记忆力差，其他各方面都很健康。

陪伴，是最长情的告白。温双兰能做的，就是变成丈夫的贴身护理员，不离左右。

没事的时候，温双兰就陪丈夫聊天，讲过去的事，讲他们如何相识，讲他们当年通信的内容，试图唤起丈夫的记忆。其实她也知道，大部分时间里，自己不过是在自说自话罢了。丈夫连自己是谁都记不得，更何况当年的事。但温双兰总期盼着，丈夫能在某个时刻突然明白过来，哪怕只是一瞬间。

唯情深，可抵岁月漫长。虽然，丈夫已不记得温双兰，也不会与她交流沟通，但多年的相伴早已让二人心心相印。温双兰在厨房做饭，崔庆明就在一旁守候；温双兰出去买菜，崔庆明就提着菜篮跟在身旁；无论多晚，只要温双兰不上床休息，崔庆明就一直痴痴地等待……

在温双兰的记忆中，他和丈夫从未有过矛盾，也从未因琐事吵过架。在她因工作而忙碌的日子里，是丈夫支撑起了这个家，边上班边照顾孩子。这份美好，温存在内心一辈子。“前半生是我追着他走，而后半生轮到他追着我走了。”温双兰笑称。

“我能想到最浪漫的事，就是和你一起慢慢变老，直到我们老得哪儿也去不了，你还依然把我当成手心里的宝……”相守半生，没有甜言蜜语和海誓山盟，温双兰和崔庆明却诠释了爱情最美的模样。



昨日，沧州市退役军人事务局对新修订的《军人军属法律援助工作实施办法》进行了集中学习宣讲，并邀请市司法局法律援助中心负责人、局法律顾问参加。

近年来，该局高度重视学法普法工作，持续开展“三讲四进一竞赛”活动。组织领导干部讲法律、业务骨干讲政策、全员学法讲心得，推动退役军人法律政策进军营、进社区、进企业、进校园，组织开展系列法律知识竞赛，做到学习领悟有深度、宣传普及有广度、推进实施有力度，全力营造人人学法、人人懂法、办事依法、全员守法的浓厚氛围。

魏志广 张峰 摄影报道

“洎头桑榘”杯·全民读书大赛

征文邮箱: 857171805@qq.com
电话: 0317-3155702
演讲、视频邮箱: hxyxyszx@163.com
电话: 15131760069