

## 开栏的话：

匆忙的都市生活中，我们为工作忙碌、为家庭忙碌、为活着忙碌，没有时间放松自己，或依赖上了手机，或渐渐暴躁起来，鲜有时间在阳光和煦的午后喝杯下午茶，说说你我的心情……

即日起，本版更名为小憩驿站，邀您在这里喝杯“下午茶”，“说说”您的“心情”，在这里，您可以放松自己，畅谈生活和未来，

消散生活中的阴霾。或许，有人读了您的文字，会如沐春风饮清泉般畅快，就像遇见了仰慕已久的朋友，于豁然开朗中深化对人生世事的认识，重新鼓起战胜困难的勇气，以坚韧的意志面对挑战，以崭新的状态面对人生，度过心灵的煎熬期，迎来峰回路转的明媚风光。

## 栏目要求：

本版开设栏目有“下午茶”“说说”“心情”，旨在放松自己，放慢您匆忙前行的脚步，发现生活中的美，您可以把生活中的感悟、旅途中的所见，或是对新闻事件的看法记录下来发送给我们，体裁不限，字数在500字左右，发送到zkwbxyz@126.com邮箱。

## 五味·无味

去西安著名的回民小吃一条街，只觉得想吃的东西太多，胃却太小。似乎还没有来得及一饱眼福，胃已经开始抗议。

“五味令人口爽”，老子此言不虚呀。

吃饱了，再看下去，就觉得灯火实在太璀璨，游人实在太拥挤，诱惑实在太巨大……

看到一个满得没法再满的垃圾桶，大多是各种串串的竹签，堆得有一人高了。当时还只是晚上八点多钟，我想像不了，时间再晚些会是什么样子。

人的力量，实在太巨大，当然，包括制造垃圾的力量。

在终南山上时，特别想吃上一碗汤面。

从什么时候开始，这么喜欢吃面了？小时候不喜欢啊。那时父母吃面条时，总是要为我和弟弟做米饭的。看样子，真是一方水土养一方人，自己真是地道的河南人了。

晚上房东大嫂一家喝粥，不想给她添麻烦，就跟她商量，明天早饭给我下碗面就行。大嫂答应了。头一天晚上就活好了面。第二天一早，给我做了手擀面，面上，还卧着一个荷包蛋。端到桌上，怕口味不合适，她又拿来了盐罐子和一大碗油辣椒，热心地说：“要是不咸，你自己再放。辣子你尝尝，可香了。”

吃饭时，天还早，抬头，没有看到太阳。低头，看到面上圆圆的蛋黄，像在碗里看到了日出。很后悔自己照片拍晚了，想起拍照时，已经把“太阳”吞了下去。

简简单单一碗青菜鸡蛋面，口味很清淡，却吃出了浓浓的麦香味。

面对终南山，“味无味”时，却是人间至味。  
(芦花深处)

心若淡定  
便是阳光

在喧嚣的红尘中，我们为了生存，每天都在忙碌着。是的，谁都期盼着辛勤耕耘后的收获，在这过程中，有甜蜜也有苦涩。不过我想，我们无论穷与富，都要保持健康的心态，保持健康的身体。

我国著名营养健康专家洪昭光说：“为什么说健康是金子，健康最宝贵，那是因为虽然人生的财富、地位、名誉、家庭，都是很重要的，但是都是0，健康是1，有了健康就有了未来和希望，失去健康就失去了一切。”

仔细想一想，此话说得非常有道理。身体处在健康状态，挺直而立，顶天立地，好比是1，这时，在1的后面加上若干个0，便能够读出10、100、1000、10000……的数值，体现着人生的价值；而当人体失去健康，不能重新站立以后，1就归为0，这时，在后面再加上多少个0，仍然是0，人生价值就此结束。

所以人活着，要快乐每一天，珍惜所拥有的，也许会有遗憾，会有后悔，会有烦恼与忧愁，但那只是人生的一部分。

顺其自然不苛求。我们要保持一颗平常心，不过分去计较得与失，收获是一种满足，给予是一种快乐，知足常乐。愿我们生活的每一天都充满着阳光。

(文咏)

心情

## 天堂

人生之美，在于天地之间唯我与你自由翱翔。对于飘飘凌云的态势，御轻风而四海之内穷目达心唯我独享。天地，在遥远，弥高弥阔弥深弥渺，穷极而不知所终，想象而不知所涯，是以冥灭不定智慧无穷。思想，天马行空来去无形，所到所思所在，尽在天地一瞬。转眼云烟，人生如梦，想能所得，不累物欲，不为情感，则是自在人生天堂人间。

## 长夜

如此，夜色在夕阳即没的那一时刻，悄然来临。

那时，游动的橙色，在血红渐浓的那一时刻，逐渐凝固成奢望的紫，让梦的衣裳飞短流长。这个季节，让蝴蝶入梦，翩然而飞。明媚的碧绿，在拂晓的晨露里，露出春的颜色。鹅黄，成为生命的渴望，嫩芽茁壮，在点滴的对话里，与徐来的轻风柔相逢。

(朱社会)



## 忆童年

童年似六月已然飘零的丁香花，花落无痕，记忆中只有香气留存。童年似一个不真切的美梦，梦醒无痕，记忆中还有欢乐留存。

那些童年记忆，可能是纸飞机在湛蓝的天空中飞翔，小云朵给它添了翼，老师粉笔在黑板上划过的吱呀声，偷看过的动画片；也可能是白天山间收集的烂漫野花，夜晚灌入耳朵的虫鸣，池塘的水面上印入的点点星光。一如那些和小伙伴一起游戏的欢笑，是白衣服上的泥手印，走廊地板上画的跳格子，跳山羊后红肿的后背，滚铁环滚走的年少时光。在形式各样的这些游戏里，我们收获满满的幸福，傻傻地欢笑着，正如泰戈尔说的——“他们满心欢乐，却浑然不知这样的欢乐对于世界的价值。”

(大巢)



下午茶

