



舞动快乐

■ 崔静红



在矿区的一角,活跃着一支快乐舞蹈队,无论酷暑寒冬,每晚七点半,欢快的音乐声伴着优美的舞蹈准时上演,点缀着大山里空旷、恬静的夜晚。

“我舞蹈,我快乐,我健康,我美丽。”这支名为“我舞我快乐之水兵舞”的团队成立两年了,现已有八十多名成员,都是年龄跨度从三十岁到六十多岁的女性,她们为了共同的目标——健康、快乐,走到一起,组成一个充满正能量的大家庭。

水兵舞原来是美国水兵跳的一

种舞蹈,跳起来有点像在军舰上站不稳摇摇晃晃的感觉,动作充满幽默诙谐的味道。最开始是两位男士对跳,随着美国海军的远征,水兵舞也被带到了世界各地,并成为男女对跳的一种舞蹈。因水兵舞注入军魂,跳起来轻松活泼,富有朝气,很符合我们矿山人憨厚、质朴的气质,所以很受矿山人女工的喜爱。她们利用业余时间,脱下工装,换上舞衣,瞬间变成英姿飒爽的女兵,女扮男装成威武潇洒的男兵。在老师的精心辅导下,学员们从舞蹈知识、跳舞与健康、水兵舞的基础步伐、舞蹈套路、完整节目的排练等循序渐进地一点点学起。学员们学习的认真劲,不亚于工作中每一项作业的标准操作、每一个化验样本的精准测量。

学习舞蹈是艰辛的。枯燥的基础学习,脚上磨起的老茧,舞姿的不优美足以打消坚持下去的信心。但是学会一个舞蹈动作的惬意、比

赛拿到好成绩的喜悦,见证着每个人的辛勤汗水,给每个人带来无限的欢乐;每天在这短短的两个小时里,每个人都专注于自己的呼吸吐气,在不经意间,生活中积聚的种种烦恼和挫折在舞步的移动中已悄然失踪。

老师常说:“在舞蹈这条路上,不在于你掌握了多少技巧,而在于你收获了多少自信!我们不是职业的舞蹈家,而是自己生命的舞者,也许我们将来没有跳出什么名堂,却也为自己舞出了一段健康快乐的岁月,收获了健康、美丽、自信,这就是我创办这支舞蹈队最大的成就。”

生活是美好的,而享受美好生活的方式,不外乎是和一群志同道合充满正能量的人,一起奔跑在理想的路上。回头有一路的故事,低头有坚定的脚步,抬头有清晰的远方。我们是快乐水兵舞队员,我们爱舞蹈,我们爱生活。

“有的人缺铁,有的人缺钙,我最缺的就是面子”。这句充满哲理性的旁白拉开了《夏洛特烦恼》的序幕。短短一百分钟的时间,电影《夏洛特烦恼》让在场观众笑着、哭着、感动着。

笑声过后,独留影片结尾“千帆过尽,还好有最爱的人相伴,这才是好的人生。”这句耐人寻味的话在心里反复咀嚼,喜剧的背后给人留下的是感动和人生启示。

夏洛的烦恼,何尝不是我们的烦恼,夏洛做的梦,何尝不是我们每个人日日夜夜梦中的期待,满满的惊喜与甜蜜。只是,当梦醒之时,一切归零。一直想追求自己想要的东西,结果发现原来就在自己的身边。这恐怕就是这部电影的主题。对于我们每个人来说,在追求功名利禄的道路上很容易迷失自我。自己真正想要的东西真的是这些吗?一位患者朋友曾经告诉我,在医院里,钞票就如白纸一样,所以说金钱不是万能的。至于功名,绝大多数人也正如《赤壁怀古》中说的,大江东去,浪淘尽,千古风流人物。

珍惜自己的现在,活在当下,和心爱的人认真过好每一天,我想这是每一个人应该努力去做到的。人生短暂,每个人只有一次机会在这个世上走一遭,别到了弥留之际,才意识到自己真正想要的东西,那就晚了。

人生不可能重新来过,唯有把握住现在所拥有的,才是最完美的人生。



珍惜拥有

■ 张文霞



瓶花
陈小革
摄

雪,来得轻轻
没有一点声音
静静地
让大地措手不及
雪,来得匆匆
没有一丝微风
悄悄地
让生命经受寒冷
雪,玲珑剔透
没有一片污染
默默地
让人们久久感动

■ 陈文慧

雪落无声

冬韵

■ 王虹



周日,一家人去郊外爬山。正值初冬,我们爬到山顶又是正午,晴暖的阳光下冬意深邃,草木寂寂,一颗压抑许久的心忽然跳跃翻滚,似在跃跃欲试跳出沉闷的胸膛,融入大自然的怀抱。

冬景、冬韵,在我眼里既萧瑟又妖娆。萧瑟的是天地,妖娆的是心情,心随境转。此时的郊外已不再是满目苍凉,它有了另一番境界,令人思考,也让人醒悟。

凝眸岁月,草木枯瘦,却也临风而立,那种顽强,那种倔强,让人自然想到一种不畏严寒的坚强。崖畔上有许多酸枣树,叶已落,光秃秃的刺枝上零星挂着些红彤彤的果实,令人馋涎欲滴。儿子高兴地摘下几个酸枣,说要尝尝什么味道,我则赶紧用手机拍下这难得一见的美丽。虽山高草密,却封不住那特有的暗香,我追逐着它们的疏影,想把那细微的气息,独自收拢,沾染它的素雅与禅意、清幽与远香。

是啊,人生亦如是。顺境里,不惊不喜;逆境里,不卑不亢;寒风里,从容地浅释着人生的繁华与落寞,体味生活的浓淡与清欢。

早听说晋源区柳子沟的冰挂是太原冬季的一道独特奇景,终于等到今年的元月,天气渐冷,正是欣赏冰挂的好时节。

一路上,来柳子沟的驴友络绎不绝。柳子沟全长约7公里,沟深林密。行至姚村,一个银装素裹的世界像连绵不断的画卷展现在眼前,令游人的心情顿时敞亮起来。只见沟里银色的冰占据了整个柳子沟的沟底,一根根伟岸挺拔的冰挂牢牢地倒挂在陡



游柳子沟赏冰挂

■ 米晋峰

峭悬崖上,如悬挂着的冰笋、冰柱,近看晶莹剔透、洁白如玉,远看雄伟伟岸、巍峨挺拔。天龙山的山泉并不大,柳子沟峡谷陡立,林茂草密。在夏季,流经这里的山泉根本不为人注意,冬天这一滴滴的小水滴居然能一点点凝聚起来,从绝壁上垂挂下来,形成一个个巨大的冰挂,令人啧啧称奇!

一路上,大家有抢拍景色的,有播放音乐的,还有放声高歌表达自己喜悦之情的。沟里的冰很厚,我们手拉着手,在冰面上前行,不时有人摔倒,歌

声、音乐声、欢笑声、惊叫声交织在一起,游人们肆意地体验着冬日冰上探奇的乐趣。

接近天龙山的时候,眼前豁然开朗,冰面变得开阔起来,一座巨大的冰瀑映入眼帘,冰瀑近三十米高,三十多米宽,观赏冰瀑的驴友近千人聚集在这里。冬日的阳光下,银亮的冰瀑不时地照耀着我们的眼睛,它的冰清玉洁,涤荡着我们的灵魂,在雄奇的大自然面前,我们觉得自己又是何等渺小。沿着

通往天龙山的台阶,逐步登上冰瀑顶端,俯视柳子沟,景色迥然不同。一览众冰挂,大大小小、形态各异,这些银色的精灵点缀在深黄色山崖和绿色的松柏间。幽远的山谷里,五颜六色的小点在冰面上移动,令人心旷神怡,流连忘返!

走在天龙山的山间小路,随着阵阵清风和渐渐远去的回音,虽然冰挂、冰瀑渐行渐远,慢慢消失在视野中,但柳子沟冰挂的灵动奇绝却留在了我们的思绪里……