



百家笔会

我在步道等你

黄道娟

我更喜欢黄昏中的步道。此时红日西沉,霞光映照草木。临春岭森林公园在夕阳映照下柔和而宁静。

鸟鸣,草木的哨音,城市的情影。行走步道,感受城市的变化,感受诗意的生活。

清晨,一声声清脆的鸟鸣把沉睡的临春岭唤醒。草木散发的气息在空气中弥漫,温润而清新。在刚刚新建成的三亚临春岭公园健身步道上,人们或慢行或快走或跑步,或驻足或远眺或拍照,怡然自得,乐享有氧运动。

在崇尚健身的今天,在市中心能拥有这样一个健身步道,真是恰逢其时,民生之福也。步道全程5.5公里长,约5米宽,盘旋曲折,像一条黑色的带子在翡翠的山峦中蜿蜒,环临春岭一圈。步道沿途设置了醒目的里程标识,提醒运动的人们距离起点位置已有多远。

步道刚建好开放后,我便迫不及待约好友一块去打卡。由临春岭公园大门入内向左侧步行,眼前呈现的是一条崭新的蓝黑砾石沥青路,在阳光照射下散发着光泽。步道随临春岭森林缓坡而上,蜿蜒连绵,一侧是青山蓊郁,一侧是城市景观。站在高处远眺,楼宇、街道、村庄、河流、大桥、田园、湿地等尽收眼底。

在观景台上,好友指着山下马路对面一灰白色外墙的高楼说:“看,那

是我,中间楼层阳台盛开三角梅的那个,我家阳台美吧?”我顺着她指的方向望去,远远的,影影绰绰,依稀看见一簇红色的光芒在蓝天白云下闪烁。在青山绿水间,在健身步道上,举目便望见近在咫尺的家,这是件令人愉悦的事。

行走在步道上,视野开阔,步换景移,景观随山势而变换,呈现出不同的色彩。一会山体逶迤,满眼葱绿;一会楼宇矗立,河流入眼;一会鸟鸣啾啾;一会野花摇曳。满山的荫翳,湛蓝的天空,缥缈的云朵构成了一幅雅趣盎然的淡墨山水画。绕山一圈,也绕城一周,整座城市铺就眼底,高楼耸立处,氤氲着人间烟火气。变换的是景致,不变的是人们热爱大自然、亲近大自然的初心。

我更喜欢黄昏中的步道。此时红日西沉,霞光映照草木。临春岭森林公园在夕阳映照下柔和而宁静。山上凉风习习,山下车水马龙。相较于白天的炎热,黄昏中凉爽的步道迎来了高光时刻。运动健身中,还有日落美景相伴,让人愉悦。夕阳中,有时我会想起李清照的那首《永遇乐·落日熔金》,“落日熔金,暮云合璧,人在何处。”面对璀璨的夕阳,词人是如此的愁苦寂寞。“如今憔悴,风鬟雨

鬓,怕见夜间出去。不如向、帘儿底下,听人笑语。”在南宋风雨飘摇的日子里,女词人由北向南,一路颠簸,独自一人,流落异乡,在国家破亡的双重愁绪中,无限感伤。

而今天,我们逐绿而行,行走在“山泼黛,翠相掩”的公园步道上,更多的是感受到生命的活力和大自然的美好,感受到城市日新月异的变化。而所有的这一切,皆因我们生活在安定祥和的氛围中。

有一回我看见一群野生猴子,拖家带口,在山上寻果子吃。在步道临近出口处,山上有一片芒果地,猴子一定是冲着芒果来的。临春岭生态环境好,各种小动物在这里安家。山上的猴子有可能是从鹿回头分流过来的,那里的猴子可多了。我想,这下果园的主人也许该犯愁了,猴子属于国家级保护动物,该如何对待这些特殊的“山外来客”呢?

行走步道可观景,可减压,还会遇见不同的人。我们小区一对“黄昏恋”的李阿姨和王叔也常来步道打卡。两个老人都是单身,每天带着孙子散步,小朋友在一起玩耍,两人聊天聊到了朋友,发展成恋人。两个老人都热爱运动,把步道当成约会场地了。有时我看见李阿姨拿着自

己做的糕点给王叔吃,王叔则拿家乡的空竹教李阿姨抖动。哦,这老年人的浪漫,也是步道一景观呢。

在步道,我还有了新发现。山岭植被丰富,空气湿润,夜里会遇见“露珠”。有一天晚上我8点多到步道,那天走得慢,出来已近10点。在停车场,我发现电单车座上有一层厚厚的露水。我有些惊讶,夏日大晴天的,哪来这么厚的露水?不太相信,连忙看了看相邻的车,用手一摸,也是一层露水。哦,说明山岭中林木繁茂,负氧离子高,水分涵养足,夜间,厚厚的露珠就洒下来了。长居闹市,许久不知露珠为何物,车子一直停在室外,除了下雨,露水未曾“光顾”过。

今年五一,单位组织活动,竞走步道。沿途还设置了套圈、答题有奖、猜谜等活动。无限春光中,明媚的阳光下,大伙一边走一边闹一边乐,歌声、笑声、打趣声、欢呼声交织在一起,飘过步道,回荡在山间……此刻,青春的光芒在每一个人身上闪烁,此时,青春不是年华,而是心境。

这是一条健康步道、快乐步道,也是一条减压步道、人文步道。我在步道等你,我们一起追逐生活的阳光。

天涯诗海

母亲的白发

(外一首)

周梦蝶

仿佛一夜之间 洁白的雪花纷纷扬扬 从天而降 飘落在了母亲的头上

青丝悄然隐去 皑皑白雪化作了冷冷风霜 岁月改变了她头顶的颜色 却改变不了她在我心中最美的模样

母亲的头顶 犹如她脚下肥沃的土壤 春日东风浩荡 夏季万物生长

我曾试图用心去梳理 这片林海雪原的分量 结果大失所望 她的深沉与厚重颠覆了我的所有幻想

母亲的白发好比一部悠久的历史书 上卷闪烁着她炽热无比的青春华光 中卷书写着她为了儿女的辛勤奔忙 下卷浓缩着她慢煮生活的黄昏景象

迎着又一个五月的阳光 母亲的白发散发着花一样的芬芳 根根铿锵 丝丝绵长 ……

风中的舞蹈

晶莹的露珠滚落下来 惊起了沉睡林间的布谷鸟 一声声划破黎明的尖叫 穿透了一道道山坳

年迈的父亲来到了麦地 佝偻的身子形同他腰间那一弯镰刀 风吹散了嘴角飘起的丝丝烟雾 裸露出了他夹杂在皱纹深处的微笑

看到成熟的麦子在风中舞蹈 父亲此时是不是想起了 多年以前有一个调皮捣蛋的孩子 曾经在他的注目下随风奔跑

那个追风少年后来跑遍了整个世界 却再也冲不出青山绿水的环绕 抬望眼麦浪阵阵 心归处炊烟袅袅

眼前的麦子和远方的孩子 其实在父亲的眼里都是宝 一个让他难以忘怀无法割舍 另一个让他梦萦魂绕牵挂到老

说起来,禅与茶的相遇,最初是在“当下”、“在生活里”的。

古籍中首次提及僧人饮茶,应算是梁朝慧皎所撰的《高僧传》:“单道开曾栖隐绝谷,诵经四十余万言,昼夜不卧,首创禅定,坐禅之余,饮茶破睡”——单道开是东晋时代的僧人,修行于蠡城昭德寺。

当时所饮的是一种怎样的茶呢?陆羽在《茶经》中给了解释:“敦煌人单道开,不畏寒暑,常服小石子,所服药有松、桂、蜜之气,所余茶苏而已。”可见,单道开是用茶破“坐禅之困”,是出于实用的意图的。所谓提神、助修禅,这是茶最开始走向佛门的因缘。

有了这种因缘,茶开始广泛走入僧人们的视野,加之寺院大多地处山川峡谷,也促进了茶树的种植与僧人日常活动的融合。

唐代崇佛,禅茶之风日盛。普济《五灯会元》中曾有对话录——僧问:



有趣说说

我们不是邋遢人

朱辉

如今很少听到“知识分子”这个词了,或许因为职场上大多数人都有了各式各样的大学学历。没“知识”的人成了少数,自然也就不必刻意强调“知识分子”了。

上世纪80年代初,中专毕业就是“压线知识分子”。当时我在一所省重点初中上学,班上大多数同学的家长都是高级知识分子。同学间经常互相串门,于是发现工人家庭和高知家庭直观感觉大不一样。我家三代工人,家里窗明几净,母亲没事就会擦玻璃窗、拖地,总有忙不完的家务活。那些高知出身的同学家里,往往乱糟糟的,茶几上杂乱地堆着书,地板一看就是半个月没拖过……

“知识分子不爱干净,还是我们大老粗讲卫生。”包括母亲在内,有追求,下了班还要看书搞研究。哪像我们回到家就无所事事,所以才有闲工夫擦这洗那。

一晃40年过去了,曾经的同学不少成了“现役”高知,有时去串门,发现和他们的父母不同,他们家都非常干净整洁。稍微分析一下就能明白为什么会有这样的改变,当年知识分子和工人收入差不多,学校工资还普遍低于工厂,知识分子也得亲自做家务。现在的高知都属于中高收入阶层,请得起

心灵细语

禅与茶的相遇

赖廷阶

“如何是和尚家风?”资福如宝禅师答:“饭后三碗茶。”

茶中有禅悟,禅悟中唇齿留香,岂能不强?

茶,这一片绿叶,自古以来就在中国文化的熏陶下,融入了深厚的历史底蕴和人文精神。一杯茶,佛看禅,道看气,儒看礼。在禅门公案中,茶不仅是品味生活的媒介,更是修行悟道的工具。

相传,在唐朝时期,有一位高僧名叫慧能。他精通佛法,修行深厚,备受信众敬仰。有一天,慧能大师邀

请了几位弟子和信众前来品茶。茶室中,茶香四溢,气氛宁静祥和。慧能大师亲自为众人沏茶,弟子们则恭敬地坐在一旁,聆听大师的教诲。茶过三巡,慧能大师忽然问道:“你们可知茶为何能修身养性?”弟子们面面相觑,无法回答。

慧能大师微微一笑,继续说道:“茶,生于山间,吸天地之精华,沐风雨之恩泽。它的生命历程,就像我们修行的道路一样,充满了艰辛与坎坷。采摘、炒制、揉捻、烘焙,每一道工序都需精心付出,才能成就一杯香醇的好茶。同样,我们在修行的过程中,也需要历经磨难,才能悟得真理,成就正果。”

弟子们听后,恍然大悟。鲁迅先生有言:“有好茶喝,会喝好茶,是一种‘清福’。”茶人人都能喝,可惜“清福”却并非人人明了,这其中的禅意要静心细品才懂。

古人称赞“茶秉天地至清之气”,好茶的生长要经历四季风雨,若是接受霜露雨露的洗礼,更是再好不过。

古来贤者多寂寞!苏轼尤甚。苏轼一生,自入仕以来,政治上一直得不到当权者的认可。“乌台诗案”以后,他更是被朋友疏远,被朝廷遗弃,彻底成了一个孤独的灵魂。然而,他却是最悲惨的境遇里,活出了生命的至高境界,在最难熬的日子里,跨越无数失意与孤独,练就了一腔豁达与从容。

他刚被贬黄州时,没有地方居住,只能暂住在定慧院的禅房里。此处万籁俱寂,其他人一入夜早早便睡了。唯有苏轼,辗转难眠。被贬的痛苦,亲朋的离弃,像一块大石,堵得苏轼难以入睡。这一夜,苏轼独自起身散步,突然看到林间飞过一只大雁。大雁不断地穿梭在寒冷的树枝间,千回百转仍不愿栖息。于是,他在《卜算子·黄州定慧院寓居作》中写道:

缺月挂疏桐,漏断人初静。谁见幽人独往来,缥缈孤鸿影。惊起却回头,有恨无人省。拣尽寒枝不肯栖,寂寞沙洲冷。孤独,是一种清醒。在苏轼的诗意世界里,大雁宁可忍受来回飞行的疲惫,也不肯在寒枝上栖息。他想到自己不也正是因为不愿迎合官场的污浊,才落到这般田地吗?即便孤独难以自遣,但苏轼也和苏轼一样,宁愿在这沙洲默默承受凄寒之苦,也不去后悔自己的选择。有人说:孤独分两种,一种是与三

因为它的茶汤最是透亮,在水中绽放茶魂的那一刻,是让人看得到天地间的草木氤氲。

就像《道德经》的那句“光而不耀”,做人要讲究拥有内在光泽,而不是外在的刺眼光芒与不可直视,这样的生命必然太过喧嚣。

透过一杯茶的风月,虽暗香无迹,但却可以使人不被红尘纷扰的表象所迷,从喧嚣中寻到宁静,在纷繁中守住内心的真淳。

或浅啜或慢饮,就这样悠悠地喝着,许多人难解的结,便在时间的缓释中悄悄地解开,许多生命里的焦灼,便在这茶叶的沉浮中淡泊了下来。让人在平和中获得快乐,是人茶合一的境界。我们从那小小杯中承载的红尘万象,参悟出的应是一份淡泊宁静的云水禅心。

关于饮茶,皎然僧人如是说:“一饮涤昏寐,情来朗爽满天地。再饮清我神,忽如飞雨洒轻尘。三饮便得道,何须苦心破烦恼。”周作人在《喝茶》中写道:“喝茶当于瓦屋纸窗之下,清泉绿茶,用素雅的陶瓷茶具,同二三个知己共饮,得半日之闲,可抵十年的尘梦。”

泽庵禅师在《茶亭之记》中也写道:“筑小室于竹阴树下,贮泉水,植草木,挂釜置炭,插花,摆道具。真乃人间仙境尔。”由此可见,禅在茶里,人在茶里。

闲庭信步

苏轼的孤独

阿阶

于繁华世界的格格不入,一种是历经悲欢离合后,学会与自己好好相处。显然,苏轼是后者。他在被贬黄州的几年间,非但没有被落魄的生活击垮,反倒练就了一副超然的心胸。

农耕时,苏轼完全放下了读书人的架子,像一个老农民般,勤勤恳恳地耕种;闲暇时,他便跑去喝酒,打发时间。有一次,他在临皋亭夜饮,等他喝完酒回家时,家童都已呼呼大睡,怎么敲门都不醒。苏轼也不生气,他就索性一个人仁立在江边,静静地听江水浩荡,看月洒大江。

他回忆起过往的岁月,有过风光,有过辛酸。但这一切,到头来都是一场空,唯有眼前的清风明月,江河小舟,才能摆脱让人烦恼的尘世,找回内心的宁静。于是,一首脍炙人口的《临江仙·夜归临皋》喷薄而出:

夜饮东坡醒复醉,归来仿佛三更。家童鼻息已雷鸣。敲门都不应,倚杖听江声。长恨此身非我有,何时忘却营营。夜阑风静毅纹平。小舟从此逝,江海寄余生。

你看,生命的丰盛,就是从享受孤独开始的。越是优秀的人,越不会从人群中汲取满足感。在无人问津的日子,他们懂得寻找内心的诗意;在寥落孤寂的时刻,他们亦会赋予生活一些高于柴米油盐的品相。知乎上曾有人问:什么是孤独?

天地·母亲

王玉美

古木苍天,落叶遍地。

天地间,有一棵树立于风寒雨露中,这便是人世间最神圣的风景。

名誉和赞词代替不了母亲的伟大。土地自古至今是母亲的最初起点和最终归宿。一生勤劳一生奉献。

她倾听儿女的苦闷哀怨,一言未发。而心海的平面却激起澎湃之音,于暗夜里悄悄垂挂和搜寻缝合儿女伤口的答词。

儿女在母亲的哺育和教诲中长大。坚硬的翅膀呀!永远飞不出母亲的心之旷野;浅唱也好,低吟也好,一生都在慈母的怀抱摸爬滚打。

一双积累了陈泪的眼眶诠释着陈的心。无语并非无情,只因儿女过分依赖母亲那朴实的臂膀。

天地间,母亲在人海中默默地感受着世间的辛酸,承纳着儿女的感慨;所有的一切苍白了母亲曾经墨黑的秀发。一根白发呀,就是一面光滑的镜子,折射出儿女的忧郁和疼痛。

年轻呀,轻轻地滑过。母亲还不曾厌弃这块土地,却已被皱纹斑驳,银丝飘飘……

人生易老,光阴荏苒,手足颤栗,而心依然。因而,天地间焕发勃勃生机——

幸福,代代相传!

最精辟的回答是:“在中国文字解释里,孤是王者,独是独一无二。所谓王者,都是在孤独中成长起来的。”

苏轼,便是那一个在孤独中成长起来的王者。宁可孤独,也不违心。宁可抱憾,也不将就。这便是苏轼千年之前的选择,亦是无数现代人的指路明灯。

生活中,我们总是为了不被排挤,而急于合群。但合群,恰恰才是一个人丧失自我的开始。只有敢于做一个独来独往的人,我们才能发出自己的光,将灰暗的世界照亮。

人生中,总有那么一两座山,需要我们独自翻越。与其畏缩逃避,不如调整处世的态度,大胆地去感受,去经历。到后来,你会发现,一个人走过的路,也能看到不同的风景。