

天涯诗海

一粒米的光芒

(外两首)

■ 林海平

一粒米睡在掌心，
像大地遗落的一小瓣太阳。

春风翻过田埂，
它把嫩绿的梦举过头顶；
夏雨落下来，
它吮饱雷声，腰身渐渐丰盈。

镰刀走过，谷浪低头——
谦卑。是它最亮的部分。

春去粗粝，淘尽尘沙，
它在灶膛的火焰里舒展、沸腾，
把一生熬成一锅乳白的黎明。

端上桌时，热气轻轻上升——
那是人间最矮、也最暖的星空。

孩子捧碗，指缝漏下几粒光，
母亲弯腰拾起，
像拾起大地遗落的一小瓣太阳。

黄皮甘蔗

南风把田垄吹得金黄，
你一节一节，把阳光举向天上。
紫皮是旧梦，青皮是远方，
而你，把甜藏在最朴素的衣裳。

农人弯下腰，刀光一闪——
你裂开，露出满膛洁白的月光。
嚼一口，汁水在齿间奔跑，
像童年的河，忽然涨潮。

蔗渣吐在田埂，甜味留在心房，
你从不说谎，却把日子酿成糖。
贫瘠的泥土，你站成风景，
风来，你弯腰；风去，你向上。

如今我把你轻轻折断——
听见大地深处，有根在歌唱：
“把苦咽下去，把甜交给时光。”

内在的火焰

风把夏天收进谷仓，
田野空出来——
秋天，把火焰别在胸前。

高粱举着火把走过平原，
稻浪一层一层，
把大地焙得金黄而温暖。

母亲说：你看那柿子，
悬在枝头像小小的灯笼，
照亮我们朴素的日子。

当最后一片叶子落下，
那不是告别——
是等春天，重新点亮人间。

季候帖

■ 梁秋红

蝉鸣把日历烫穿一个洞
立夏的墨迹未干
立秋已在远方排版

空调外机日夜诵经
二十六度的慈悲
渡不了窗外的火劫

谁把春天夹进字典
谁让秋天在站台
错过每一班南来的风

我只记得两种天气
一种是此刻的灼热
一种是关于凉爽的——传说

而所谓四季
不过是神写错的批注
被蝉声一笔勾销

年少心底，始终安放着一份对西藏的遥远向往。巍峨的雪山静立云端，浩荡江河奔涌千里，藏地歌谣萦绕耳畔，化作我经年不散的念想。

半生奔走尘世，碌碌奔忙，心中的雪域之梦却从未褪色。退休之后，卸下俗世纷扰，与十几位志同道合的好友，自驾奔赴期盼半生的藏地之约，圆了深藏心底的夙愿。

此行自成都启程，沿318国道向西，穿山越岭、溯江而行，途经康定、雅江、波密、墨脱、林芝等秘境，抵达圣城拉萨。归途择317国道折返，穿行那曲、丁青、昌都、丹巴等地，饱览色达独有的红房胜景。20天的旅途，5188公里山河闭环，全程风途顺遂，让我慢下脚步，静心体悟雪域高原独有的辽阔温柔。

一路向西，山河盛景次第铺展。穿越云雾缭绕的二郎山，跨过承载红色记忆的泸定桥，两岸青山绵绵，脚下江水滔滔，熟悉的康定情歌随风漫扬，温柔拂去一路风尘。夜幕浸染古朴静谧的康定小城，街巷灯火错落温暖，夜色安然静好。极目远眺，木格措湖水澄澈安宁，藏着川西独有的柔情与浪漫，初见便涤荡心灵，心生眷恋。

翻越海拔颇高的折多山，我们迎来进藏路上第一次考验，沿途墨石怪景林立，独具高原韵味。汹涌的金沙江水拍岸轰鸣，驶过惊险曲折的七十二拐峡谷，登临东达山巅时，长风漫卷群峰，云海铺展天际，伫立辽阔高原之上，心中豁然通透，忽然读懂：人生从无坦途，唯有历经迂回磨砺，方能冲破迷雾、登高望远，窥见山河浩瀚辽阔。

途中既有动人的风景，还有不期而遇的陌路温情。行至雅江，同行好友不慎遗失了充电宝与衣物。机缘巧合下，通过抖音平台联系到一位正在自驾318国道的九江网友。虽与我们素不相识，听完原委后他欣然应允帮忙。此后千里奔波，专程从雅江追至波密。奈何我们行进迅速，早已深入



藏旅风景。 蒙海龙 作

偏远闭塞的墨脱腹地，最终遗憾擦肩。即便如此，他依旧信守承诺，辗转将物品完好送还。这毫无功利善意，至真至纯，成为318川藏线上温暖的佳话。

雪域大地，处处人间绝色。澄澈通透的巴松措，湖水如同镶嵌在高原之上的蓝宝石，清亮动人；浩浩荡荡的雅鲁藏布江横贯雪域荒原，气势磅礴；苍茫辽阔的拉乌山，旷野无垠；古朴静谧的结巴村，烟火恬淡；澄澈纯净的纳木错，天光云影。

行走藏地间，这片独属于高原的澄澈天地，彻底打破了都市生活固化的匆忙与内卷。百里无人的旷野、澄澈纯净的蓝天、稀薄清新的空气，让人不由自主放缓步履，褪去半生浮躁焦虑。抬眼是雪山云海、碧空碧湖，入耳只有长风呼啸，即便身体受“高反”影响略有疲惫，内心却无比松弛安然、澄澈舒畅。这里是极致的旷野荒芜，亦是极致的

纯粹温柔，能抚平半生俗世沧桑，让人真切感受岁月安稳、人间美好。

夜宿鲁朗扎岗村，民宿主人央金与尼玛夫妇质朴真诚，早早在村口等候，热情地带我们游览村落风光。谈起家乡变化，眉眼间满是真挚自豪。他坦言，得益于国家政策，家中投入资金修缮祖屋、经营特色民宿，生活蒸蒸日上，未来还计划扩大经营规模，迎接更多远道而来的旅人。

入夜微凉，晚风轻柔，众人围坐庭院闲谈小聚，共品地道鲜香的石锅鸡、牦牛肉，灯火可亲，美食暖胃，笑语融融，暖意盈盈。离别结算，善良淳朴的夫妇只收取住宿和菜品费用，青稞酒、酥油茶等特色吃食尽数免费赠予。这份不加修饰的善意，温柔治愈整段旅途。车行渐远，夫妇两人挥手相送的身影，定格在高原清风之中，成为此行最隽永的记忆。

穿越藏地，我真切见证了西藏的旧貌新颜、日新月异。如今的雪域高

四季回音

秋是一点一点浸入的

□ 王 紫

今天同事跟我说，看，树叶都变黄了。我笑了，我早就看到了。

我确实早就看到了。从我办公室窗口望出去，原来绿得发亮的树叶，正一点一点地变黄。那绿以前很猛，太阳一照整棵树都在闪，像有人往上面泼了一层油。现在叶子边缘开始发旧，先是叶尖，再是叶脉旁边，再是半片叶子。黄不是一下子铺开的，它从角落里慢慢渗出来，像一块布洗了太多次，颜色先从边上褪。

秋不是忽然来的，它是一点一点浸入的。

我习惯伏案久了抬头看看窗外。那些树不说话，就站在那里，从春天绿到夏天，又从夏天慢慢往秋天走。我看着它们抽芽，看着它们浓密，看着它们在暴风雨里晃，又看着它们在一场一场的光里悄悄换了颜色。

现在的树叶是渐变色。远远看过去，没有分明的边界，只有过渡。有的

原，公路四通八达、平整通畅，高铁建设稳步推进，旅游与生活配套设施日趋完善。这片曾经遥远神秘、令人心生敬畏的雪域秘境，已然褪去旧日闭塞，成为寻常人踮脚可及、随心奔赴的诗与远方。

行经古朴的藏式小村，偶遇一位假期归家的藏族少年。他就读县城高中，假期归家帮母亲打理小摊。少年真诚地向我们讲述家乡的巨变：全村二百多户民居皆由内地援建，崭新宽敞，父母靠牦牛养殖，生活富足安稳。姐姐远赴咸阳就读大学，主修生态环保，立志学成归乡，守护绿水青山。

更令人动容的是，姐弟两人全程享受国家利好政策，读书求学花销极少。少年反复念叨家乡越来越好，眼底盛满对生活的满足与对未来的憧憬。从他灿烂的笑容里，我真切读到了藏地百姓的安稳幸福，读懂了雪域高原蓬勃向上、生生不息的新生力量。

20天的藏地远行，恰逢我62周岁生日。雪域为幕、山河为邻、老友为伴，同行朋友备好蛋糕、美酒，为我温暖庆生。高原清风徐徐拂面，雪域烛火温柔摇曳，祝福歌谣萦绕耳畔。在这场独一无二、终生难忘的生辰里，我沉淀思绪，细细探寻奔赴西藏的真正意义。

世人有言，此生必驾318！我始终深信，远赴雪域高原，从来不止为沿途诗意风光。人这一生，若能踏足西藏，触摸四千米海拔之上自由浩瀚的长风，仰望层层叠叠、澄澈无垠的高原天际，让辽阔山河拓宽心胸格局，让纯净泥土治愈半生奔波过往，是人间难得的修行。

见过雪域浩瀚，便不会困于人间琐碎；走过高原迢迢长路，更能懂得岁月安稳。藏地山河绝色旖旎，藏家儿女淳朴热忱，旅途相逢皆是温柔，只问贵姓，不留微信，浅浅相遇，默默温暖。这份纯粹澄澈，便是走进西藏最朴素也最珍贵的意义。

假日里的活力中国

□ 赵雅静

国庆长假，一晃就过去了。没有什么轰轰烈烈的声势，只是寻常山河、寻常人家，攒着细碎的欢喜，铺展开一派鲜活热闹的光景。

翻出游友人们随手拍下的朋友圈照片，山有山的清朗，城有城的烟火，寻常画面里，藏着最生动的中国模样。

秋日的天光最是柔和，不烈不燥，洒在山川街巷，处处温温柔软。山野间的景致是清爽的。小城秋意正浓，天高云淡，草木染着浅黄。秋阳穿过枝叶，落下斑驳光影。

往日清静的街巷，如今挤满了远道而来的游人。小城不大，常住人口寥寥，假期里却涌入数万游客，民宿家家满房，街巷烟火蒸腾。孩童追逐着秋风奔跑，衣角翻飞，笑声清亮。树下有人铺着凉席静坐闲谈，有人举着手机记录秋景，没有喧嚣拥挤，只有岁月安然。偶尔有风吹过，落叶姗姗飘落，不萧瑟，只温婉。一草一木，一风一阳，都透着安稳从容的气息。长假最珍贵的，从不是远赴千里的盛景，而是这份卸下忙碌后的松弛安稳。

也有人无处远游，只守着自家的小日子。清晨开窗，迎一缕秋风，晒一方暖阳。在家煮一壶清茶，翻几页闲书，或是陪着家人闲话家常、打理花草。不必奔赴山海，不必追赶人潮，寻常院落、三餐四季，亦是圆满风景。

生活最好的状态，从来不是步履匆匆、追逐繁华，而是忙时有奔头，闲时有温柔。

翻看一张张假日照片，没有刻意的滤镜，没有精致的摆拍，皆是随手记录的寻常瞬间：山野辽阔，街巷热闹、家人相伴、岁月安然。就是这些细碎平凡的画面，拼出了最鲜活、最有温度的活力中国。

山河无恙，烟火寻常，人心安稳，便是世间最好的光景。

假期已过，暖意未减，欢喜依然。山河岁岁清朗，人间日日烟火。愿往后日子温柔顺遂，烟火生生不息，岁岁皆安然明媚。

话，藏着最纯粹的善意与温情。

后来我离开故土，去城里求学谋生。城里食堂、街巷、早餐小摊，处处都能买到热气腾腾的馒头。但我总觉得，市面上的馒头品相过于白净，口感过于虚软，入口寡淡无味，全无新麦的醇厚回甘。

前些年，街巷间常看到有人骑着车，后面绑个泡沫箱子，走街串巷地叫卖：“馒头，老面馒头。”这股手工老面馒头，肌理紧实有嚼劲，入口满是纯粹的麦香。每次遇见，我总会买上几个，贪恋那一缕质朴的麦香。后来这股叫卖声日渐稀少，不知是生意难做，还是守着老手艺的人，已被岁月催老。

我定居的城市，有一家馒头店颇有名气，名曰“馒有缘”，某个周末，专程前往买馒头。店门口排着长队，后厨伙计埋头忙活，手脚不停，烟火气满满。有顾客自发维持秩序，相互约定，每人购买不超过十个。

终于买到刚出笼的馒头，随手掰开，浓郁的麦香扑面而来。一口咬下，软糯劲道，却终究不是儿时记忆里的味道。说不清差在哪里，或许食材、火候、工序皆无差错，只是那个端着青花大碗、奔走送馍的孩童，早已在岁月里长大。

