

# 愿你有个好心境

◎ 黄金泽

生活总是琐碎的,充满了不确定性和挑战性,但我们得有个好心境。

品读唐代诗人虞世南的《蝉》:垂緜饮清露,流响出疏桐。居高声自远,非是藉秋风。这首诗读起来朗朗上口,意味深长,富有哲理。蝉饮清露,鸣叫悦耳,如流水般清脆的声音,从疏疏梧桐,丝丝不断地发出。蝉声悠扬,飘向远方,并非是借轻柔的秋风。诗人将世人都觉得聒噪的蝉声,写得如此高雅不俗。特别是后两句议论,更是让人耳目一新,给人留下不尽的想象。

想必诗人一定是心境如小溪般澄澈,心胸如大海般通达之人。带着好奇,我查了虞世南的简介。果不所料,他是唐初伟大的诗人、文学家、书法家、政治家,被誉为“初唐四大家之一”。其实,虞世南一生并非一帆风顺。他是隋入唐的官员,也曾被误解入狱,但他依然正直进谏,终获太宗认可。正是诗人如此好心境,才写下了千古不朽的诗篇。或许,我们不能像诗人吟诗作画,但我们一定要拥有诗人般澄澈如水的心境和淡泊宁静的心性。

前些天,有位同事向我抱怨工作有点儿

累。我一时不知如何开解,只是报之一笑。我想,很多人没搞明白,是工作本身累,还是心累。其实,对很多人来讲,不过是心累而已。如果心累了,看什么都不如意,做什么都觉得累,总认为工作和生活的条条框框在束缚我们,让我们不能随性而为,轻松自在潇洒走一回。生活也好,工作也罢,总是有规则的。这些规则虽然限制了我们所谓的自由,不能实现我们理想的自在放松,但也建构了工作和生活的秩序。没有这些秩序,你的自由和轻松拿什么保障?我们只有遵守,人人都必须遵守的规则,才能实现真正意义上的自由和轻松。俗语说,累并快乐着。苦累,是人生的必修课。没有品尝苦和累的滋味,就无法体会到甜的幸福。生活再累,我们也不能少了好心境好心性。不困于人事,不执着于人心。做好当下事,守住本分心。

前不久,看到一篇文章《不要比,无须争》,启功先生讲了一句话“别跟父母比年龄,没有哪天能比过。这世上很多东西都没法比,也不能比。”一位友人曾给我讲“比较是让你快乐,而不是让你痛苦”。如果,比较带给我们痛

苦,那比较毫无意义。但很多人总喜欢比,今天比这,明天比那,然后是无完没了的抱怨。这岂不是预支未知的痛苦吗?不比较,不计较,做好自己就行。

人活着,是要有一股子劲儿的,这股子劲儿就是精气神。人一旦有了精气神,就有了信仰信念,就会一生向阳,就会有“一生一事”的专注、“一往无前”的热忱。人生不如意之事常八九,哪能事事称心。成年人的世界更是没有“容易”二字。不经历风雨,怎么见彩虹?

花开不问春,叶落不逐风。很多事情不在事情本身,而在于我们面对事情的心态。面对困难和挫折,以积极的心态处之,再大的事儿也就不是个事儿。现实生活中,我们要悦纳自己,与自己和解,减少不必要的精神内耗。好心境好心性,自然会有好风景好人生。

曾听说,人之所以幸福,是因为心态好;人之所以快乐,是因为不计较;人之所以知足,是因为不攀比;人之所以宽容,是因为有心胸。这,就是我们应该追求的好心境好心性。不以物喜,不为物累。愿你我都有好心境好心性。

(作者单位:重庆市涪陵监狱)

## 沙尘天气扫描

◎ 张云平

暮色与飞鸟达成湮灭协议时  
黄沙正解开山城的量子纽扣  
天空的波函数坍缩成铁盒  
沙尘开始朗诵自己的法典  
所有瞳孔都成为概率云  
在观测中坍缩成琥珀

铁锈在支气管里结晶  
玻璃幕墙繁殖着  
苔藓方程某个未署名的推导  
秦岭褶皱能否装订风的走向  
追问碎成二维码  
在口罩内闪烁

十指焊接成防风锚链  
风掀起病历本某页  
“关窗”的医嘱正在发芽  
婴儿奶嘴收集整座城市如潮汐  
流浪猫把影子蜷成问号  
等待沙粒重新造句

当沙尘校对永恒刻度  
万物用锈迹封印时针  
那些被风蚀的语法  
正在语法里重新降生

(作者单位:重庆市第二师范学院)

## 故乡三重奏(组诗)

◎ 陶苏川

### 月光

儿时,故乡的月光  
是银白的纱帐,轻柔地  
披在小院,罩在我的小床上  
我快乐地追逐着萤火虫  
听外婆讲嫦娥玉兔的模样  
那月光,化作甜甜的糖

18岁,背起行囊奔向远方  
那片月光,凝结成思念的霜  
倾泻在异乡的窗前  
堆积进孤独的梦乡  
着急赶路的我无暇仰望  
可那月牙,却在心底往复生长

如今,月色染白了我的发  
我再次回到了故乡的老屋  
还是那轮月,洒在最熟悉的地方  
外婆的故事已经戛然而止  
皎洁的月光盛在我的眼眶里  
在寂静的夜,肆意流淌

### 老井

村口的老井,是故乡的眼眸  
倒映着蓝天和垂柳  
木桶在井中摇晃  
捞出清凉的秋

井边的青苔,藏着孩童的脚步  
井沿的石头  
被绳索勒出深浅不一的伤痕  
镌刻着岁月的斑驳

粗糙的井栏,抚摸过几代人的手掌  
那吱吱呀呀的辘轳声  
是最动听的山歌  
吟唱出永不褪色的烟火人间

### 旧巷

雨敲响青石板  
声音回荡在小巷深处  
斑驳的木门后  
藏着外公讲过的传说

木棉花爬上墙角  
害羞地露出半个头  
微风轻轻拂过  
花瓣静落落在我的肩膀

巷口的老邮筒  
盛满了乡愁  
我在时光这端回望  
故乡,伫立在那条小巷的尽头。

(作者单位:重庆市沙坪坝区人民检察院)

# 家乡的折耳根

◎ 王云

长安城槐花落尽时,我案头的鱼腥草枯了。蜷缩的根茎像未写完的乡愁,同事笑我痴,竟托三斤腥草北上。他们不懂巴山的月如何被蕺叶割碎,更不知每根紫茎里都藏着潮湿的经纬线——那是用云雨捆扎的故土密码,需以唇齿为犁铧,在腥涩里翻找失落的脐带。

蜀人偏执地称它折耳根——或因叶形似蜷曲的耳廓,或说食之如折碎耳畔的山风。它又叫蕺菜,那个生僻的“蕺”字,总让我想起外婆纳鞋底时指尖挑破粗布的声音。又因全株散发鱼腥气,得名鱼腥草。这草芥之身,在饭桌上割裂出两极天地:老蕺们将紫红嫩茎拌入红油,嚼得山响;外乡人乍尝一口,恍若吞了整条沱江的河。恰似两极分化的深情——故土本就是盘踞在舌根的记忆,有人甘之如饴,有人终生排斥。

它偏爱在背阴处蔓生。外婆家的青苔木桶里,暗红茎叶从朽木裂缝探出,沾着隔年雨水。清明上坟时,坟头折耳根顶着的白花比纸钱鲜亮,像祖先递出的素笺。城里人把它种在塑料桶,搁在空调外机滴水的墙角,竟也活得恣意。

随外婆挖蕺菜要备三样:缠五色线的短锄、篾青竹篮、半圆采蕺谣。“鱼腥草,一到春天遍坡生。外婆带我挖根根,我是外婆乖孙孙……”外婆布满裂口的手在蕺丛里穿梭,像梳理地下族谱,掐茎留半寸根须,说这是和土地的契约——蕺根是祖先的掌纹,紫茎是漂泊的游子,而那些深褐节瘤,原是时光打的绳结。归途的篮子渐沉,暮色里地的银簪与蕺菜白花一同摇晃,恍若大地生长出的星星。

云贵人拌折耳根要撒糊辣椒,川渝人偏淋凝脂菜油。《救荒本草》记载饥年蕺菜救荒,民间传说中越国民众曾以鱼腥草充饥。抗战时期,重庆防空洞外文人蘸着硝烟嚼生蕺,腥气冲淡了警报的余韵。缺血少药,西南联大的师生嚼着这腥苦的草根退高热。这蕺草见过盛世饥馑,听过诗书炮火,不断在地底就暗网,春生冬枯,岁岁不绝。

回重庆那日,我在巷口摊子要了碗碗杂面,上面铺着脆生生的折耳根。晨雾里,山城的石阶蜿蜒如根须,江风裹着鱼腥香涌进肺腑。我蹲在北街市场挑折耳根,老婆婆说:“要

连泥买,长出的折耳根才香。”是啊,离了故土的根会哭,泪水冲淡了腥气,就不香了。那年北方窗台摆满了塑料筐,钻出的新芽总朝着长江的方向。

如今仲春的金佛山下,漫山遍野的蕺菜又到了疯长期,外婆坟茔旁的蕺菜格外丰茂。暗红茎叶从青苔碑座涌出,似地底有人蘸朱砂写家书。旧锄柄的五色线已褪灰,但仍能摸出外婆缠线时打的平安结的纹路。腐殖土裂开时,白根如雪浪翻涌,新生的乳须与陈年蕺根交织,竟像外婆梳了半世纪的发髻。白花轻叩石碑如絮语,腐叶下传来根须汲水的细响——所有离乡的魂魄都沿着蕺脉归来。

折耳根的腥苦,许是大地窖藏千年的酒曲,需以半生漂泊作引才能酿出回甘。那些被水泥封印的根茎,总在某个潮湿的夜晚顶开石缝,向人间探出带泥的春天。只要地气未绝,便有千万个春天从折裂处重生,带着腥,带着苦,带着让人眼眶发热的、大地最本真的体味。

(作者单位:重庆市南川区教育委员会)

# 暮春闲看飞花

◎ 张儒学

暮春时节,春雨伴着飞花无声无息地落下,空气中弥漫着淡淡的花香,它们轻歌曼舞的优雅姿势,构成了春天一道独特的风景。

清晨,我独自漫步在公园小径。虽是暮春时节,但依旧感受到春天的绚丽。树上已长出了新叶,鸟儿在林间飞来跳去。那些樱花,杏花,桃花,似乎已退去了华丽的盛装,依依不舍地伫立枝头不愿离去,仿佛美好春光给她们太多的留恋。尽管枝头上的花朵不多了,但我仍用最好的心情去欣赏,在我与花对视的瞬间,花的回头一笑却多了几分妩媚。金黄色的油菜花,如今也花瓣凋零,只能收藏在梦中。

因昨夜一场细雨,一阵风吹瘦了花枝,落红如雨,那花瓣带着雨露洋洋洒洒,飘飘落下。那轻轻飞舞的花瓣,像一只蝴蝶,更像一行行诗句,将暮春点缀得五彩缤纷。飞花落如梦如幻,给人一种淡淡的哀愁和喜悦。杜甫的《曲江二首》诗中写道:“一片花飞减却春,风飘万点正愁人。”曹雪芹的《葬花吟》诗中写道:“昨夜庭外悲歌发,知是花魂与鸟魂。”李商隐的《无题》写道:“相见时难别亦难,东风无力百花残。”不知多少文人墨客,给暮春注入了伤感的情绪,更是给暮春赋予了希望和赞美。

我停下脚步,静静地看这些花瓣飘落。它们有的落在草地上,像是给大地铺上了一层粉色的地毯;有的落在水面上,随波逐流,像是在进行一场水上旅行;有的落在我的肩上,让我恍若梦中,心中多了几许诗一般的想象。偶尔抬头望去,树枝上还残留着几朵未落的花,

它们在微风中摇曳,像一个心中的深深爱恋的人,哪怕心中的美好总是短暂的,就像这些花朵,它们在春天里绽放,又悄然离去,但依然保存着相见时的甜蜜,更让人去想象着下一个春天相逢的美好。

其实,暮春虽然没有初春那么娇艳,却也多了几分丰腴的美。在这春意盎然的季节里,绿色的叶子和鲜艳的花朵交织在一起,构成了一幅充满诗意的画卷。大地沐浴在春雨的洗礼中,万物都焕发出新的生机和活力。那些嫩嫩的草也被花感染,充满着花的浪漫,带着雨的轻柔,只是没有花那样个性张扬,而是大大咧咧,一整片一整块地点缀着田野山川,与空中飘零的花瓣,相互映衬也相得益彰,共同演绎出暮春的美丽与精彩。

在这暮春里,那飞花春雨就播撒着希望。在那暖暖的阳光下,农人们那爽朗的笑声,欢快的歌声,播洒种子的声音,总在山上山下,田土里回荡着,似乎在奏响一首春天的交响乐。那绕山间的白雾,也笑成了一大片金灿灿的阳光;那绕小山村流过的小溪,也改往日的沉默,而唱起了“泉水叮咚,泉水叮咚响……”的歌儿;那片沉寂了一冬的原野,也在农人锄头的挥舞中,吟诵着比诗还美,比诗还深刻的“春种一粒粟,秋收万颗子”的农谚;那躲在林间的小鸟,也在用另一种更加形象更加含蓄的语言,吟咏着“春眠不觉晓,处处闻啼鸟”或者“春水初生乳燕飞,黄蜂小尾扑花归”的诗句。

水田里,农人打着牛走过,一行行散发着泥土味的诗句,从暮春那美好的意境里飘了出来;

那弯曲缠绵的乡间小道上,恋人相依相偎,踏青的脚步,在暮春那浓浓的气息里,构成浪漫的风景;村口那一条清澈透明的小河边,女人们用爽朗的笑声,将暮春描绘得淋漓尽致。那小桥流水旁,那古道芳草边,那宽阔平坦的公路上,那高楼林立的闹市里,都无不留下暮春里人们忙碌的脚步声……

暮春是一首意境深远的抒情诗,更是一幅田园山水图。绿色的树叶、鲜艳的花朵、清澈的溪流和鸟儿欢快的歌声,共同构成了一幅生动而美丽的画卷。芳草优美,落英缤纷,整个大地充满着世外桃源一般的美。春雨因落花而多了几分幽雅,落花因春雨而多了几分色彩。花开时节,正是春天的开始;花落时节,正是春天的梦境。正如黄公度《暮春山间》中:“缓步春山春日长,流莺不语燕飞忙。”释文珣《暮春书怀》中:“青春还又暮,草树各相高。”却对暮春另一种赞美,暮春落花并不是结束,而是一个崭新的开始。

暮春不仅是春天的一种记忆,更是春天又一道美丽的风景。在花落后的地方,到处都是绿树成荫,树枝上各种鸟叫声清脆悦耳。暖风习习,吹得绿树枝叶哗啦哗啦直响,更显出农家小院的宁静和祥和。绿色的田野,绿色的山间,绿色的大地,仿佛是暮春的一幅最美画轴,给春天带来生机和活力,也给人们带来希望与遐想。

飞花落暮春,飞花是春天的颂歌,春雨是春天的画笔,将暮春描绘得如诗如画!

(工作单位:重庆市大足区文化旅游委)