

五味子

■骆沙

遇见更好的自己

早上穿裤子时,手指不经意间扯了扯裤腰,突然发现原本紧绷的牛仔裤居然松了一截,不用再费力吸腹就能轻松拉上拉链,转过身对着镜子,之前凸起的啤酒肚也悄悄地瘦了下去。抱着好奇站上体重秤,数字跳停的那一刻,我着实惊喜了一把——不知不觉居然瘦了八斤!这意外的变化,让我忍不住复盘过去一年的生活:减少应酬,多运动,多陪家人来调整作息,才换来这份由内而外的通透与清爽。

曾经的我,总觉得应酬是成年人的“必修课”。客户要维护,同事要联络,朋友要聚聚,似乎少了一场酒局,就会错失重要的机会、淡了珍贵的情谊。于是,下班铃一响,不是往家赶,而是奔赴一个个饭局。酒桌上,明明不胜酒力,却要硬着头皮喝下一杯杯“感情酒”;明明不认同对方的观点,却要笑着附和“您说得对”;明明心里惦记着家里的孩子和等候的爱人,却要在推杯换盏中虚与委蛇。为了趁年轻多做业务多赚钱,每天有应不完的局,第二天顶着浮肿的眼皮、满脸油腻去上班,整个人浑浑噩噩:裤腰一年比一年紧,啤酒肚像吹气球似的鼓起来,穿什么衣服都显得臃肿,体检报告上的各项指标也亮起红灯,胃药成了随身必备。如今看来,那些热闹的酒局,终究只是一场场消耗自我的“无效社交”,不仅掏空了时间、拖垮了身体,最终也换不来多少绩效。

直到工作上的一场变故后,原先走得近的朋友逐渐远离,平时热闹的手机信息也清静了,终于让我体会了一把“众叛亲离”的滋味。一位长辈曾告诉我:“真正的圈子,从来不是喝出来的;真正的修养,是在安静的时光里慢慢沉淀的。”从那以后,我开始学着“拒绝”。起初,还会担心别人说“不合群”,但几次下来发现,真正在意你的人,不会因为你不拒绝一场酒局就疏远你;而那些只在酒桌上维系的“情谊”,本就不值得珍惜。

静下心的我开始清理“朋友圈”,重新回到自己喜欢的作息。伴随窗外的鸟鸣起床,用晨跑来替代宿醉后的头痛,泡一杯热茶,读几页喜欢的书,阳光透过窗帘洒在书页上,连空气都变得温柔;下班后不用再匆匆忙忙赶场,到家后买些新鲜的食材,和爱人一起做饭,听女儿讲学校里的趣事,餐桌前的欢声笑语,比酒桌上的虚情假意温暖百倍。

周末的时光更是变得充实又惬意。不再被聚会占用,生活被爬山、乒乓球和种种菜填得满满当当。天气好的时候,就约上朋友去郊外爬山,沿着蜿蜒的山路向上走,路边的野花、林间的鸟鸣、山顶的清风,都让人豁然开朗。爬到山顶俯瞰城市全貌,所有的压力和烦恼都变得渺小。深呼吸时,清新的空气灌满胸腔,浑身都透着有氧的畅快。遇上雨天,喊上邻居大叔去小区的乒乓球台切磋几局,乒乓球的魅力在于攻防之间的专注与灵活,一场球打下来,汗流浹背却浑身舒畅,技术也进步了不少,偶尔去打积分赛,如今我已手握1500积分的乒乓球爱好者了。更让我欣慰的是农村的小菜园,带着家人一起种上青菜、冬瓜、番茄、四季豆、玉米,女儿也会慢慢地提着水壶去浇水、除草,远离电子产品的她看起来更健康;种子发芽、幼苗长高、果实成熟,那种亲手培育的成就感,是桌上的寒暄永远给不了的;摘下自己种的青菜炒一盘,入口是带着阳光味道的清甜,侍弄菜园的过程,是静心的过程,内心的浮躁也慢慢消散。

如今的我,早已不再执着于酒桌上的“人脉”与“面子”。我明白,真正的成长,不是认识多少人,而是沉淀了多少;真正的幸福,不是拥有多少热闹,而是内心的平静与安宁。人生短短几十年,与其在无意义的应酬中消耗自己,不如把时间留给自己、留给家人、留给热爱的生活。减少无效的应酬,是一场与自己的和解,也是一场珍贵的修行。当我们摆脱了世俗的纷扰与束缚,静下心来修身养性,在身材的蜕变中收获自信与健康,就会发现,生活原本可以如此简单美好。行稳致远,遇见更好的自己。

尘世间

■来永祥

墨水沾上花衬衫

上高中那年,父亲给我买了人生第一支钢笔。那时候日子紧巴,平日里做作业、考试,用的都是圆珠笔和铅笔。这支新钢笔,在我心里是金贵的物件,平时总藏在枕头底下,连带去学校都舍不得。直到期末考试,才恣恣率率摸出来,小心翼翼地塞进书包,只盼着用它写出的字,能让卷面多几分干净。

考试间,笔尖突然顿住了,明明出门前刚灌满的墨水,此刻偏是不肯往下流。我急得手心直冒汗,下意识地握着笔甩了两下,“噗噗”两声,墨点像黑色的星星,猝不及防溅在了前座女同学的花衬衫上。她的同桌猛地回头,一声惊呼划破了考场的安静,阿萍崭新的的确良衬衫后背上,已经洒开了好几滴深黑的痕迹。阿萍知道后,头埋在臂弯里,肩膀一抽一抽地哭了。我站在原地,手脚冰凉,脑子里一片空白。在那个“穿上的确良,宁可米不量”的年代,那样一件崭新的衬衣,作为农民的孩子,是我无论如何也赔不起的。

后来老师过来安抚,我讷讷地站在一旁,只憋出一句:“等我以后有钱了,我赔你一件吧。”在老师的轻声劝说下,阿萍的哭声渐渐低了下去,可那几滴墨渍就像巨石一样,压在我的心上了。

很多年后,我领到人生第一份工资,攥着信封的那一刻,最先想到的竟是阿萍那件沾了墨水的花衬衫。可这时的我们,早已被时光冲散在人海里,各奔东西了。当时那句没能兑现的承诺和少年时窘迫的歉意,终究成了我藏在记忆里的一道痕。

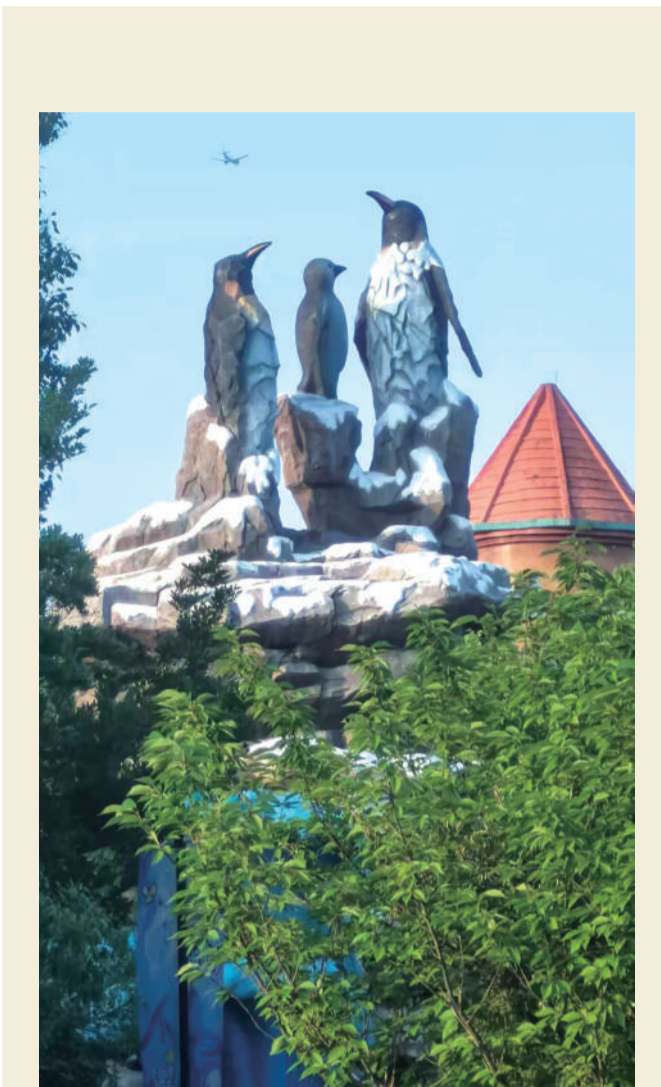
直到毕业三十五年的同学会上,阿萍刚好坐在我旁边。几杯酒下肚,我借着微醺的醉意,轻声问:“阿萍,你还记得当年我把墨水甩在你衣服上的事吗?”阿萍的脸一下红了,她低着头腼腆地点了点头。周围的同学哄笑着喊:“赔衣服!赔衣服!”闹成一片。

我看着她,半是认真半开玩笑地说:“要不,我赔你一件

衣服吧?”

她笑着摇头,语气里带着岁月的温软:“难为你还记着这事呀,不用了,早都过去了。”

我在心里默默应着:“是呀,我一直都记着。”终究,这件衣服还是没有赔成。但我知道,歉意早已在三十多年的时光里,酿成了心底最柔软的一滴墨渍——那是少年时的窘迫,也是自己对一份纯粹善意的惦念。



忽闻天上“大鸟”鸣 一诺摄

如烟事

■张水明

一湖碧水寄乡情

我的家乡在所前镇孔湖村。春节回老家,家人说起村里古老的孔湖焕然一新了,我迫不及待前去看个究竟。

300余亩的湖水泛着碧绿的波光,周边青山倒映在湖中好似一幅水墨画,那石砌的游步道宛如一条小龙沿湖延伸,还有那亲水平台、游乐小广场……一点不输城里的公园。

夜晚,在灯光辉映下,湖岸边流光溢彩,乡亲们三五成群漫步而行。碰到了好几年不见的阿芳,惊讶她怎么回村住了?她乐呵呵地告诉我:“城里的房子出租了,还是到孔湖边住来得舒服惬意。”她指指湖水说:“这可是山泉水,同家里的自来水一样金贵呢!”说着,我们大笑起来,引来一位大妈开玩笑说:“要么我们装好瓶装给城里人去,哈哈……”笑声响彻湖面。

置身于这青山绿水的千年湖畔,我望着湖水缓缓向东流去,真想掬一口孔湖水,回味一下孩提时代拥有的甘冽滋味;也想跳入水中,痛痛快快地畅游一下,让肌肤亲吻老家的精灵碧水。在思绪萦绕之际,向世代历宗说说我知道的“水事”的嬗变。

上世纪五六十年代,走进村里的每户人家,都有一口大水缸、两只木水桶及一根有两个钩子的扁担,姑娘出嫁也少不了有两只红漆水桶作为嫁妆。

那时的早晨,村民起来第一件活就是到河里去挑水,这河里的水是从孔湖里流出来的,清冽冽,微波荡漾。夏天的傍晚,劳作一天的村民爱去河里或湖里洗澡,湖水清冽洁净,孩子们在水里嬉戏,就算呛上几口,也觉得清凉舒爽。

上世纪八十年代初,村里实行家庭联产承包责任制,大批劳动力从土地上解放出来,进了乡办、村办企业做工。村里有了资金,大伙说造水塔吧。于是,说干就干,水从孔湖里抽上来,经过水塔的沉淀后,通过水管分流到村里的几个点。这样,人们只要一拧水龙头,水就汩汩地流出来,村民们个个笑逐颜开。从此,祖祖辈辈挑水喝的村民再也不用起早摸黑去挑水了,只要走出家门就可以从容容用水。水桶和扁担被束之高阁,水缸干脆用来贮粮食。

上世纪九十年代,随着一幢幢新楼房拔地而起,村民们觉得水应该接到家里,像城里人那样用水。于是,纷纷筹集资金,加之政府的倾力关怀,真正的自来水通到了每户农家。

之后随着乡村产业逐步发展,前行路上也曾一度疏于生态养护,往日水乡的清丽容颜悄然褪色,鱼虾渐少,水波失色,乡亲们也少了近水洗洗、临水畅游的兴致,日常多选购纯净水饮用,洗浴也常去镇上浴室。

近年来,借着五水共治的民生东风,村里大力整治水环境:梳理整改沿岸污染源,清淤疏浚河道,修筑石砌堤岸,沿岸栽绿植水,落实河长常态化管护;同步完善污水管网建设,实现生活污水统一收集、集中处理,污水直排的旧貌彻底改变。如今清流重回村畔,潺潺流淌,鱼虾复游其间,引来不少垂钓休闲的乡人,重拾水乡闲趣。

水是故乡魂,这方滋养了世代乡亲的孔湖水,早已融进游子浓浓的血脉里,一泓碧水润乡情,也让湖畔人家真正过上了临水而居、依水而安的幸福日子。

悠悠事

■邱柏水

编《沙地文化》的日子

作为一名土生土长的沙地人,每当我翻开那本略显陈旧的《沙地文化》,仿佛就能闻到钱塘江边扑面而来的江风,听见沙地人围垦拓荒的铿锵号子。这本书不仅是原杭州市萧山第九高级中学的校本教材,更是我教学生涯中一段难以忘怀的记忆——我有幸担任其副主编,与师生们一同追溯脚下这片土地的根脉,书写属于沙地人的精神底色。

《沙地文化》是原杭州市萧山第九高级中学(始创于1958年,2020年更名为杭州市钱塘高级中学)打造的校本特色教材,由时任校长徐柏兴担任主编,我有幸编撰并出任副主编。学校坐落于钱塘江南岸的萧山沙地片区,这片土地由钱塘江千年江湖淤积、历代民众围垦而成,土质盐碱,民风淳朴。一方水土孕育一方人文,世代沙地人耕耘不息,沉淀出厚重质朴的沙地文化。

世纪交替之际,我国基础教育改革步入深化攻坚阶段,育人模式亟待转型升级。教育既要守护文化根脉、传承乡土精华,也要启迪创新思维、涵养家国情怀,更好赋能新时代中国特色社会主义建设。1999年,在学校推进校本课程开发的浪潮中,结合多年教学观察,我发现不少沙地子弟生于斯长于斯,却对家乡的过往与本土文化知之甚少,便率先提出编写《沙地文化》教材的构想,并主动承担了第一章的撰写工作。那些走访老围垦亲历者、整理沙地方言谚语、梳理围垦历史的日夜,至今历历在目,记忆犹新。

校本教材内容层层递进、脉络清晰:既溯源沙地风貌,细致梳理钱塘沙地的地理格局、江滩淤积与波澜壮阔的围垦历史;又凝练沙地人文特质,总结提炼出沙地人六大精神内核——独立自主、坚韧自强,吃苦耐劳、踏实肯干,勇立潮头、敢闯敢试,敏锐前瞻、善抓机遇,勤俭节约、朴实持家,务实进取、开拓经商;更由此赓续文脉,记述沙地英才辈出、文脉绵延不息,以及沙地经济蓬勃发展、紧跟时代浪潮的奋进篇章。

在编撰团队同心协力、反复打磨修订之下,《沙地文化》校本教材于2000年5月初定稿。经过两年课堂试用与内容打磨,2002年,教材通过五位专家学者评审,由四川人民出版社正式出版发行,成为萧山教育史上首部由学校自主创编的乡土校本教材,相关事迹也被载入《萧山教育志》,成为一段珍贵的乡土教育印记。

自新世纪伊始,《沙地文化》走进校园课堂,扎根乡土大地,滋养了一代又一代青年学子。它让年轻的心灵触摸到土地的脉搏,让沙地精神在新时代依然鲜活。于我而言,这不仅仅是一本教材,更是一场跨越时间的文化守望——愿这片土地上的人们,永远记得自己从何而来,又将向何处去。

麻辣烫

■孙伟林

机不离手觅真情

一个女孩,正刷手机。对身边所有的人流涌动,完全无视。她旁边的,应该是她的男友,也全神贯注地盯着屏幕。我挺好奇,想看看到底屏幕里面有什么具有这么大吸引力。余光所见:女孩从一页翻向另一页,短视频从一个移到另一个,爆笑的、治愈暖心的、互粉的、知识科普的等等,不一而足。

这个世界似乎只有短视频了,或者说只有手机了。只要有某个瞬间无所事事,机不离手几乎成了所有人的常态:人们总会不自觉地掏出手机,盯着屏幕看。当代世界真像一幅迅速褪色的画卷——一个似乎失去了未来的世界,一个密不透风的时代,仿佛什么活力都流失了。茫然失措的人群,只能从短视频里寻找昙花一现的慰藉。

然而真正的出路,是要为心灵讴歌。凡能传颂的都会涵养心灵,它们会不断回归心底,成为人们的涵养,能看见超越时间的不朽,心灵也会为之活跃,乐观而振奋。这世间还有这样的事吗?当代世界的悲剧在于,当一个时代转向封闭,连那些短暂的值得传颂的事,如财富英雄,也成了一场梦幻。人心此刻的苍白,就如乌云下失去色彩的白光。

想起元好问的词。元好问(1190—1257),金代大学问家、词人。1205年的一个夏日,他旅行到并州,即现在山西一带,遇见一位捕雁人,说起他捕到一只大雁失手弄死了它。没想到,另一只已经逃出网罗的同伴,竟哀鸣不去,自投于地而死。说这话时,想必猎人心中也难过了。诗人感伤不已,买下两只大雁,合葬于汾水河边,堆石为记,写词悼念,后人称为“雁丘词”。词曰:“问世间,情是何物,直教生死相许?天南地北双飞客,老翅几回寒暑。欢乐趣,离别苦,是中更有痴儿女。君应有语,渺万里层云,千山暮雪,只影向谁去?横汾路,寂寞当年箫鼓,荒烟依旧平楚。招魂楚些何嗟及,山鬼自啼风雨。天也妒,未信与,莺儿燕子俱黄土。千秋万古,为留待骚人,狂歌痛饮,来访雁丘处。”

“问世间,情是何物,直教生死相许?”诗人心灵震撼如斯!纵是千年后的我们,再读此词,雁儿爱情的专诚仍让世人惭愧。这对雁侣,每年寒暑飞越万里千山,晨风暮雪,固然有相伴的快乐,“欢乐趣”,然而一旦失去至爱,苟活又有何意义?“千山暮雪,只影向谁去?”世上的人们,真能够明白天地都嫉妒的生死相许的情感吗?这份千秋万古的爱,留待后人怀念,“狂歌痛饮,来访雁丘处”。原来生命并非只是旅程逸事,还真的有过越生活日常、值得舍弃此生生命去追随之爱。

经常听人骂恶极之徒禽兽不如,实在有辱禽兽,因为哪怕禽兽都有可传颂的善良,有不灭的爱。这样的可传颂之事,人间尚存几许?如果有,这世界也会存在更多希望吧!

凡能传颂的都会涵养心灵!而能传颂的还有多少呢?