

不要错过春天

□诸雄潮

“老去又逢新岁月，春来更有好花枝。”今年春节，本打算去苏州香雪海看梅花，然而一场突如其来的疫情使原先的计划落下了空。

苏州光福香雪海种梅花的历史可追溯到秦末汉初，“邓尉梅花甲天下”。两千多年来，经久不衰。明人姚希孟曾在《梅花杂咏》序中写道，“梅花之盛不得不推吴中，而必以光福诸山为最。”我对苏州香雪海怀有美好的感情，义父的家就在光福，1979年我就去过，还在一块石壁题了一首诗，直到全上海语文竞赛的前一天才回来。以后我又去过多次。但2020年，我与它失之交臂了。

苏东坡也很喜欢梅花，他曾有诗云：“雪里开花却是迟。”齐己则云：“前村诗雪里，昨夜一枝开。”不管已开未开，今年却是难以实地赏景了。

但错过梅花，不要错过春天。闻不到梅香的春天，我们不要错过读书。

读书可学做人。要认识世界首先要认识自己，而读书，正是面对一面通秀的镜子，看清自己。美学家朱光潜曾说：“以出世的态度做人。”人生如水，淡看浮沉，虚怀若谷，放好初心。梅花有它的生活态度，而这也正是我们面对梅花的态度。

读书可学做事。养浩然气，做有益事。朱光潜说：“以人世的态度做事。”做事就要积极认真。时不我待，努力耕耘，尽力而为，不负我心。自己现在每天审看《湾区早晨》的节目，为《港清楚》审文稿，为大湾区之声策划重点节目，也算是为战“疫”出力。

读书可学修心。放下尘心，从容人生，满怀一颗好心，满手都是慈悲。含辛茹苦是人生的修行。“我睡着时梦见生活是美人，我醒来时发现生活是责任。”自己不能忘了责任。一个人在修行的道路上不能停下脚步，古人身处泥污，还要遥看满山花开呢。

我自己在农历正月写了一首《浣溪纱》，其中两句：心力移山成夙愿，神灵作雨种花红。

看不到梅花，但春天不会缺席。

阳光在沟里跳舞

□范墩子

我在野草遍地的背阴处挖了一上午的药。

当我顺着小路走到阳面的坡上时，瞬间被阳光包围，牵牛花摇曳着婀娜的身姿，云层如海。我放下小锄头，坐在青翠的草丛里，鸟雀从西边的树林里飞起时，阳光便在沟坡上追着蝴蝶和蒲公英跑，风一刮，阳光跑得更欢。

当对岸的梁上传来牧羊人悠扬的歌声时，远山盖上金色的雾霭，白云袅袅而动，阳光柔柔软软，如同美丽的少女在沟里跳舞。那景象叫我感到安心，我实实在在感受到了阳光的力量。在辽阔的沟野里，人是多么渺小，多么卑微。这会儿，阳光就是沟里至高无上的女神。

沟野里的风景都被风追着跑，被阳光带着舞动，被狐狸、野兔、鸟雀、黄鼠狼撵向天边，你不可能找到一处固定的风景。所有的风景无时无刻不在变化着。沟里的牧羊人、捡柴火的人、挖地的人，很多很多，但很少见到他们说话，他们就像桐树、像羊群一样在沟里挪动。苍天遮住了这片土地，也遮住了人们黑色的身影。生活在这里的人们，无时无刻不敬畏着这块沧桑的土地。每当我下到沟里，我藏在肚里的话就会被风吹到遥远的地方，大地苍翠，山野蒙蒙，唯有阳光在前面的山坡上轻轻荡漾，婆娑起舞。

躺在荒草里，我就成为一株野草。阳光的手轻轻地抚过四周的蒿草和我的脸庞，那时候，我感到自己无异于沟野里的一块石头、一棵桑树。在这样的暖阳里，沟底溪水流淌的声响，被化作鸟儿的歌唱，没有人会在这个时候，打破沟里的这份寂静。阳光把从村里传来的声音，带到了大地的深处，带到了永恒的未来。侧耳听去，唯有低沉而又古老的声音在梦境里回响。想起那些被埋葬在石头下面的神话，也想起那些早已被人遗忘的苦难。人在梦里迷惘，却在沟里变得清醒。阳光在沟里跳舞时，它就是一把为历史梳头的木梳。

两只蝴蝶在我面前翩翩起舞，牵牛花向我微微点头，外面的人都以为这里的沟荒凉，都以为这里的沟寂寞，可就在这寂寞与荒凉之中，谁又能见证沟野的微笑？我将草叶上的露珠抖落在掌心，阳光晶莹，令人迷醉，蝴蝶竟也飞来，我将手掌举在半空，一动不动，直到蝴蝶朝远处飞去。当阳光最为热烈的时候，会看到远处的娄敬山上，白光腾腾，雾气袅袅而升，沟坡上的野花，汇成一片花朵的海洋，风一吹，花海就朝远方涌动。我还以为这一地的野花想对远方说点什么。连忙将耳朵贴在地上，竟能听到阳光正在风中汨汨地流淌。

我喜欢躺在这样的暖阳里，闻着绿草的清香，看着活泼的沟野，昏昏睡去，然后做起明日的梦来。在梦里我看见阳光正为大地梳头，动物们躲在石头背后欢唱古老的歌曲，羊站在半山坡上，把一地的清香都嚼进肚子里。我不再顺着沟路走，而是随意走动，可无论我走到茂密的草丛间，还是走到长满酸枣树的野地里，总能见到那如同金梭般柔顺的阳光。阳光在小小的花朵里跳舞，在槐树叶子上跳舞，也在羊的脊背上跳舞。

背着药材往回走时，我意识到，只有在乡下的沟野里，我才能永远和阳光为伴，和这妖娆的野风为伴。

大家V微语

白菜朋友

□邓荣河

●白菜是家常菜，经常吃大鱼大肉，会泛腻，会没胃口，但白菜百吃不厌。人生在世，如果能结交几个像白菜一样久处不厌的朋友，实为幸事。

●炒也好，炖也罢，白菜很容易渗透进去油盐。不像有的蔬菜，任凭厨师裹上面酱，硬是油盐难进。这点，恐怕是白菜大众化的原因之一。身边有几个能够进得去油盐的朋友，不仅会在平时听从你的劝导，还能在无形中影响你，从而使你在关键时候把握住自我，远离固执，阔别矫情。

●凉拌白菜心，不少酒友很爱吃。或微甜或微咸的白菜心，不仅能压酒，还能减少酒精产生的肝火。人这一辈子，生气惹恼的时候很多，有时候仅仅靠自身的那点定力，根本就没法化解。这时候，我们就需要凉白菜心一样的朋友来帮忙了。几句平心静气的劝导，一番推心置腹的彻谈，会令充盈在我们心头的那些火气于潜移默化间慢慢消失。

●白菜一大长处是遇素成素，遇荤成荤。愿意吃素的，可以做白菜炖豆腐、白菜炖粉条；乐意吃荤的，可以做白菜炖大肉。这点，颇似我们身边那些喜欢成人之美的朋友。能够两肋插刀的朋友，有，但少之又少，很多人可能一辈子都不会遇到一个。在很多时候，能够包容你，能够陪伴你，就是很不错的朋友了。

●能够成为长久储存使用的泡菜、酸菜，可以说是白菜的一次华丽转身。如果能够有幸结交到这样的朋友，可以说那是修来的缘分。无论冬夏，时时相伴；只要有需要，就能随时相助，令人开胃舒心，试问这样的朋友能有几个？如果遇上，请好好珍惜。

金雀花

□尤今

春天，到新西兰去，金雀花灿烂灿烂地开得满天满地。簇簇蓬蓬艳丽已极的黄花，兴高采烈地聚拢于树梢，那种瑰丽啊，让人心旌动荡。

金雀花不爱“孤芳自赏”，它喜欢“群居生涯”。每每出现时，总是一株连一株、旖旎旖旎地沿着一望无尽的

马路或是迤迤迤迤地挨着高低起伏的丘陵高山绵延而去。那种比太阳还要热烈的黄色，近乎野性地燃烧着，在空旷无人的山路上，尽情任性而又快活无边地烧出了一种无声的热闹。

一路行去，一路惊艳。

啊，是这金雀花，让那幽深寂寞的

山谷森林在寒冬过后重新宽心舒怀地活过来；也是这金雀花，使新西兰春意澎湃的景致成为旅人记忆里的永恒。

下榻于占地八百亩的大牧场，山前山后，又是一片连一片璀璨的黄色，那蓬勃跃动的生命力呵，像是一丛一丛永不熄灭的火，把春季点得很亮很亮。

谈天说地

有时 倾听就是一切

□毕淑敏

专注的聆听和随心所欲的听，是完全不同的。做个小测验吧。你和你的朋友，算作一个小组。你是A，她是B好了。第一个回合，她说，你听。

第一小节，她认真地说，你仔细地听。注意啊，是聆听。“聆”在字典上的意思是：书面语的听。当我端详这个字的时候，总觉得不是那么简单。“聆”是由“耳朵”的“耳”字和“命令”的“令”字组成的，我一厢情愿地相信这是对耳朵的一个指令，好像在说——耳朵，你可要好好地听，千万不可以走神不可以溜号啊，一定要记住你听到的话啊。

好了，回到我们的游戏中来。第一次，你是认真地聆听了五分钟。做完之后，请A问问B的感受。我猜B一定会说，很开心，很受鼓舞。如果是悲伤，觉得有人和自己一道走过，一起分担。如果是快乐，觉得是分享和共同的喜悦。

现在我们进入第二个回合。这一次，还是B说，A听。只是A必须不认真听，可以任意东顾西看，三心二意。或者是表面上做出听的样子，其实心思早不知道飞到哪里去了。一定要做到心不在焉。结果会怎样呢？让我来告诉你。B根本就坚持不了五分钟，早早地就鸣金收兵一言不发了。问问B的心理感受，B一定会说，我觉得很受伤，觉得一点儿意思都没有，算了，还有什么好说的？！

更有甚者，如果B是在大的哀伤和混乱之中，也许会萌生出严重的失落和自卑，会觉得我不是一个可爱和受人尊重的人，你看，连我的好朋友都对我这样爱搭不理的，我做人的失败，晦气透了……

看吧，一个小小的聆听，就会有这样不同的结果。你若不相信，不妨再



试一试。这一次，A、B的角色调换过来，上次讲话的这一次换作倾听，上一次倾听的这一次来说话。我相信，经过这样一个简单的角色扮演，你就会对倾听、聆听的重要性记忆深刻。

“听”这个动作，说起来平常，其实有很多奥妙。

“听”是一个古老的功能。当我们还是爬行动物的时候，就掌握了这种性命攸关的本领。直到今天，当我们闭上嘴巴，就可以不说话，当我们闭上眼睛，就可以封锁外界的光线。但是你没有法子关闭耳朵。

也许需要接受的信息太多了，听觉基本上分为三个层面：

第一个层面是生理专注。我们会对大的声响，或是尖锐的不同寻常的音色，保持高度的警觉。当我们发现这种声音会带来生理上的威胁的时候，会忙不迭地捂上耳朵。再变本加

厉的时候，我们会拔腿就跑，逃避威胁。

第二个层面是心理专注。这有点像聆听了，我们不但在听，而且会用目光和身体语言，表达我们明白倾诉者的感情。人在，心也在。出于关切和爱护，我们的心愿意和她或他的一起跳动。这表达着一个善意——我愿意陪你一起走。

第三个层面就是精神的专注。我不单在听你说，我还在迅速地思考，我在想你的处境，你的辛苦，你这一切的由来，你的出路何在……当然，有些人仅仅停留在这一步，他会想很多，可是他不一定告诉你。他可能会说，也可能不说。说与不说，其实是倾听者的自由，不能强求的。相信那个作为叙述者的人，可以理会到这一层。咫尺之遥，人们都可以感觉出听的质量。

你也许会问，听完了之后，又怎样呢？

认真地倾听之后，你就会决定究竟怎样帮助她或她。也许，有时候，倾听就是一切。

一生中，你要找一双——至少要找到一双能够倾听你的耳朵。只要你一开口，它就能懂得你，不然的话，前言太长，序曲太长，是会让人不耐烦的。说完了前奏，就没有兴趣再说下去了。当然了，前提是相信自己是有价值的，自己的苦闷是有价值的，是值得朋友来倾听的。

版权所有 违者必究

总值班:贾敬伟
一版编辑:赫巍利
一版美编:颜威图
编:王泰舒

零售
专供报



6 935970 566666