



【修养漫谈】

□崔耕和

你怎样吃橘子?也许这是个无聊的生活话题。用刀切开,或用手剥开,放嘴里,吃呗!

若你看了梁文道先生《味道之味觉现象》一书,也许会有所启迪,生出不一样的答案。书中“吃橘子”这段是这样写的:

前几年,誉满天下的越南高僧一行禅师访港。在他主持的禅修营里,他教大家用很慢很慢的速度吃饭,吃的时候不要交谈,全神贯注于眼前的菜肴,这就是所谓的“正念饮食”了。一行禅师

你怎样吃橘子

曾用“橘子禅”说明正念饮食的方法:不要像平时那样一边剥橘子一边吃,而要专心地剥开橘子的皮,感受它剥开时射出的汁液,闻它散发于空气中的清香。然后取出一瓣橘肉,放进口中慢慢地嚼,全神贯注地体验门牙咬断它,白齿磨碎它,舌头搅动它等每一个动作,直到它几近液化,通过食道吞咽下去为止……

精彩!一个橘子只有这样吃,才会全心身体验橘子的曼妙清香,这也是对自然赐予的橘子

的极大尊重。吃的是橘子,修行的是自身。

相信平时你有这样的体会,一生入口入胃的东西无数,但大多囫圇吞枣,又有何时凝神聚力、认认真真、专心专意过呢?早晨赶着上班,把油条、包子三下五除二就塞了进去。中午的快餐大多是胡乱对付,甚至是在眼睛落在电脑屏幕上时进行的。晚餐大部分时间不是在与朋友的闲谈中,就是伴着电视节目机械地入口。

从怎样吃橘子,就可以看出人生的境界,就可以判断出处世的层面,此言不虚。试想,若一个人能时时刻刻一心一意对待面前需要解决的任何事物,既能“正念饮食”,又能“正念做事”,既不忧虑过去,也不担心未来,只专注于当下,凝心于此刻,如此一以贯之,想不成功也难。

若从怎样吃橘子这简单的事理中开悟了,说不定,连喝白开水都是人间况味。这样,还有什么苦可言呢?

【我家家训】

□郭华悦

父亲是个铁杆球迷,从我记事起,每一届世界杯父亲都是忠实观众。

对于父亲的爱好,母亲是支持的。母亲常说,这老头子不喝酒不抽烟,也不会出去花天酒地,唯一的爱好也就是看看球赛。总不能这点爱好都不让人有吧?于是,在四年一次有世界杯的日子里,母亲不仅承担了家里、田里的活儿,还鞍前马后地伺候着父亲看球。

从小耳濡目染,我自然也成了球迷。记得有一年的世界杯,我正在读初中,因为学习松懈,成绩有所下降。有一天,看着球

世界杯里的家训

赛,父亲突然指着电视屏幕对我说,娃呀,看吧,这人就得敢拼,不拼,啥都没有,学习、工作跟踢球其实是一码事儿。

我明白,父亲指的是我的学习。从那以后,我再不敢松懈,认真对待每一堂课,每一份作业。没多久,成绩渐渐上去,父亲的脸上也有了欣慰的笑容。

上大学时,那一届世界杯开赛时我特地提早回家,和父亲一起看球赛。那时我摆脱了枯燥的高中生活,心里自然满是对未来的憧憬。有时,和父亲谈起对将来的规划,我不禁有些手舞足蹈,父亲一开始并没说什么。直

至有一天,看着球赛,有个球员每次球到了脚下,没几秒钟总是被别人截走。父亲感慨地对我说,这踢球呀,没有扎实的基础终究是不行的,哪怕踢得再花哨,也不顶用。所有的技巧都得以实力为基础,人也是一样。

父亲似有所指的话,不啻兜头的一盆冷水,让我狂热的心绪有些平静下来了。静思自己,因太浮躁而忽视了对基本功的培养。哪怕对未来有再多精彩的规划,若是没有实力一切都是枉然。于是,我懂得了父亲的苦心。

毕业后,我的第一份工作

做得还不错,后来因为犯了点小错被公司重罚,难免有些不甘心。那一年,恰逢世界杯,看着赛场上有个主力球员因犯规被罚下场,球队因此输了比赛。父亲说,实力再强,要是不遵守规则,最终也只能遭到淘汰,结果不仅害了自己,还会误了别人,影响了整个团队。我知道,父亲指的是我的工作,刹那,我对自己的浮躁羞愧不已。

就这样,在一届届的世界杯中,父亲教会了我为人处世的道理。这些从父亲口中说出来的“世界杯家训”,我至今仍谨记在心,并将陪伴我一生。

父亲离开我们整整34年了——1980年5月初三一个团聚之夜,我们仍然沉浸在幸福里,父亲却匆匆忙忙地走了,没有留下一句话,只留下呻吟与叹息。

那是一个周六下午,“大金鹿”丁零丁零的铃声在胡同口响起来,姊妹们争先恐后跑出去,迎接在县农修厂上班的父亲下班归来。一家人欢天喜地,古朴的小院融满醇酽的骨肉亲情。

酒足饭饱已是十点多钟,夜色黑黝黝的,刮着凉丝丝的风,远处蛙鸣零落,一如往常。我那时年龄小,一上炕就很快进入梦乡。母亲的哭声惊醒了我的梦,她嚎啕

【逝者背影】

追寻父亲匆匆的脚步

□刘固霞

大哭着把姐姐从炕上一把揪起来:“你爹不行了,赶紧叫医生!”我看见父亲蜷成一团,哎哟哎哟地在炕上打滚。

可是,等村里的医生赶到时,一切都晚了!父亲从病情发作到生命结束,只有短暂的一个多小时,医生鉴定为心肌梗塞。事后姐姐说:父亲感觉身体不适已经很长时间了,有时骑车感觉肚子痛,就蹲下歇息一会儿。我49岁的父亲竟撒手人寰,英年早逝,撇下了母亲和一群未成年的孩子。

34年了,多少个日日夜夜,浓眉大眼、瘦高个儿、酷爱整洁、健步如飞的父亲,不时进入我的心里、梦里,一幅幅画面挥之又来。

孩提时代,我在玩高粱席篾时不小心把手拉出了一个大口子,父亲对伤口进行处理后还是不放,又一路小跑抱着我去卫生室再包扎。还有一次,我刚出家门,被邻居哥哥扔过来的半块砖头砸伤了鼻子,鲜血流个不停。父亲急急把我送到了卫生室。邻居家老人孩子来家里赔礼道歉,父亲笑笑说:“孩子还小,以后勺子碰锅沿的事多着哩!”

父亲像一头老黄牛,白天黑夜连轴转。为了建造一幢宽敞明亮的新居,父亲晚上上完夜班,白天顾不得休息,回家伐树做门窗——老屋门前有两排大槐树,是玩耍的好地方。数不清的小鸟蹦蹦跳跳尽情地歌唱,姊妹们爬上爬下快乐无比。五月槐花盛开,甜丝丝的香气硬往鼻子里钻,我们用加长的竹竿插上父亲制作的铁钩,钩槐枝撸槐花。

父亲为了新居只能忍痛割爱。父亲先用铁锹和镐头把槐树周围的土一锹一锹刨开,然后除掉坑中土,清理出根部。又猴子般轻盈地爬到树干顶部,在枝丫的空隙里,手脚分成一个“大”字左右晃悠。树枝树冠发出飓风掠过的声响,侧根吱吱嘎嘎凸露断裂。父亲怕树倒了伤着孩子,大声撵我们到屋里躲避。自己宁愿冒着摔伤的危险,也不让我们受了点儿伤害。忽听“咔嚓”一声巨响,主根断裂,大树眼看就要倒地,父亲迅速调转方向,倒向另一排大树中央,父亲安然无恙。父亲锯断一根根枝干,量材用料。父亲没学过木匠,但无师自通,他借来了墨斗,沿着树干的直径,打上一条条密密麻麻的墨线,我和哥哥踊跃上阵,八九米长的树干被锯成了一片片厚薄均匀的木板,经过十几天的晒干,加工,变成了新居一扇扇精美的门窗。

父爱重如山,谁人堪替代!匆匆忙忙,里里外外奔波的父亲,没有享过一天清福就离开了人世。没有父亲的日子,心里没有太阳,没有月亮,我在孤单、自卑中学会自立坚强。每当想起父亲,酸楚的泪水难掩我滴血的思念和伤痛。

【亲情相册】

两代人的手足情

□雷有昆

我原籍广西山区,家境贫寒,长大后兄弟姐妹为生计各自奔波,直到1992年大家约定清明回乡给父母扫墓,分离了半个多世纪的兄弟姐妹才得以握手相拥,既圆了手足亲情梦,又告慰了父母在天之灵。大家非常高兴,用镜头记录下这一刻。而今兄弟姐妹已半凋零,现在我经常拿出照片看看,感慨万千。

那年回乡时大家都带了子孙,他们也亲情融融,一起拍下这张群娃照。别小看这群娃子们,现在,他们中有的在广东创建了亿元产值的企业,有的在柳州经营有近千万元的“三产”公司,足以容纳这帮兄弟姐妹们就业。



【空巢里的孝心故事】

□春江水

冬去春来,强叔的妻子菊婶却永远离开了人世。安葬好妻子,强叔刚走进卧室,大儿子就站在了门口,丧母的痛苦使他显得格外憔悴,他用锐利的眼睛搜寻着屋里的一切,仿佛要找出母亲在世时的一切。强叔见此情景,不禁打了个寒战,一种寄人篱下的酸楚涌上心头。

强叔清楚,他到这个家只有十多年,菊婶和前夫遗下的三男两女对他这个继父平时接近得就不多。现在,菊婶走了,这个家还能容得下自己吗?

强叔沉默了,一边低着头,一边往门外走去。然而,他刚走到门口,便被堵住了:“你好好坐在屋子里,不要乱走!”儿子的嗓门又大又粗。强叔吓住了,顺从地退了回去。这时,一个清脆的声音传入耳中:“大哥,你过来一下,二哥找你开家庭会议。”强叔像触电一般,神经一下紧张起来。“这个时候开家庭会议,孩子们会秘密地讨论些什么呢?”他心跳的心几乎要蹦出体外。“唉,我真是命苦的人啊!”此时,那段痛苦的往事再次闪现在眼前。

幸福的味道

强叔的前妻在他28岁时去世了,留下了一个出世才八个多月的儿子。他既当爹又当妈,好不容易把儿子拉扯大。可是儿子结婚后却听信媳妇的谗言把他赶了出来,不认他这个父亲……十年前的春天,从故乡来到这个小镇打工,经人介绍,他和做手工的菊婶结了婚。虽然日子过得清苦,但彼此相依为命,感情深厚,如今菊婶又走了。“60多岁的人了,今后的日子……”他不敢往下想,于是开始收拾自己的东西。

突然,他在衣柜里找到了一个存折,户名是自己的。他的心怦怦地跳,手有点发抖,翻了好几次才打开存折。他清清楚楚看到,在存入栏的万位上写着个“3”字。啊,原来前年、去年做手工挣的钱,菊婶没有给二儿子寄去开杂货店,也没有给大儿子汇去买结婚用的家具。强叔双手将存折贴在心口上,谢天谢地,她到底为我考虑得周到,我们没有枉做十年的夫妻!三万元钱虽不能养老送终,但有这三万元钱,可以解决许多问题。他的眼圈有些湿润了,

很快把存折收藏起来。

东西收拾好了,到底是该去还是该留呢?他在这间屋子里得到了幸福,又怎么忍心离去!于是,他把屋里所有的东西收拾了一遍,照菊婶在世时那样放好,把地面打扫得一尘不染。

他实在等不下去了,便提着自己初来时那唯一的行李——一个旧帆布箱往门外走。就在这时,孩子们迎了上来,“爸,你不能走!”强叔的脑海一片空白,箱子掉到了地上,呆呆地站着。

“爸!今年春天我们已经没了妈,以后的春天不能再没有了你啊!”“你们,你们喊我什么呀?”强叔顿时泪如雨下。“爸!”一双温暖的手把他扶上椅子。

大儿子走到他面前从兜里摸出一张写满字的信纸,大声说道:“现在,我代表兄弟姊妹宣读赡养爸爸的保证书。强叔是我们的爸爸,我们每一个儿女都有赡养他到老的责任!经大家商议决定,拟出以下赡养条款……”强叔感动得泪流

满面,他从椅子上一下站了起来,一头扑进大儿子的怀里,声音哽咽地说:“我的儿女们,我对不起你们!”手抖抖索索地从怀里摸出那个三万元钱的存折,“这是你们亲爱的妈妈做手工积下来的钱,是给老大结婚买家具、老二开杂货店的,她当时给我留下了,没有给你们送去,现在,我给你们了!”说到这里,他已经泣不成声了。

儿女们一齐上前,紧紧握住强叔的手,“爸爸,我们什么也不要!你老人家就支撑起这个家吧,这三万元钱,就算我们给你老人家的第一笔养老金!”强叔脸上挂着幸福的泪水,一股温暖如春的人间真情塞满他的整个心间。

征文投稿邮箱: qjwbxiaoxin@163.com

孝行齐鲁 共建和谐

主办单位: 山东齐鲁文化传媒集团
协办单位: 山东齐鲁文化传媒集团

“家教、家孝、家文化”
——百姓故事

投稿邮箱: qjwbja@163.com