



【眼中意】

诗意地栖居

□王玉河

德国哲学家海德格尔说：“人生的本质是一首诗，人是应该诗意地栖居在大地上的。”国学大师季羨林曾说：“人活一世，就像作一首诗，你的成功与失败都是那片片诗情，点点诗意。”

可是，在纷扰尘世中，人们为了生活或名利疲于奔命，匆忙而枯燥，到处充满了喧嚣和拥挤，焦虑、浮躁、苦闷、压力、快节奏让人喘不过气来，那些灯火阑珊，那些灵魂深处的感动，那些安详与笃定，那些美好和情趣，都离我们渐行渐远。缠绕在我们身边的东西，多是物质的、粗糙的，甚至是快餐式的生活方式。人们不断地异化生活，也不断地被生活所异化。

想象一下古时候，“小楼一夜听春雨，深巷明朝卖杏花。”“有约不来过夜半，闲敲棋子落灯花。”“小娃撑小艇，偷采白莲回。”“三月三日天气新，长安水边多丽人。”“晚来天欲雪，能饮一杯无？”“两人对酌山花开，一杯复一杯。”“开轩面场圃，把酒话桑麻。”“移船相近邀相见，添酒回灯重开宴。”“问余何意栖碧山，笑而不答心自闲。”“采菊东篱下，悠然见南山。”“行到水穷处，坐看云起时。”字里行间，是不是感受到了古人充满雅趣诗意的生活。

与这个变化越来越快的社会相比，从前的慢节奏，已经成为一种向往。从前的夜晚，我们在麦场上纳凉、数星星、赏月亮；从前的人们悠然自得，时间概念不强，什么事都慢慢来，不慌不忙，不争不抢，没有神情焦虑，也没有行色匆匆。现在许多人也开始追求“慢生活”，当然，这里向往的“慢”，并不是向往过去的贫穷，也不是速度上的绝对慢，更不是懒散，而是一种随性、从容、轻松、平静祥和的生活态度。

人生本来是一场旅行，在乎的应当是生命过程的体验和享受，而不是目的地。生活中的风雨兼程、春华秋实，以及云卷云舒都值得体味和领悟。在快速发展的当今社会，有些人往往只顾着追逐目标，却忽视了观赏沿途的美景，这也许是因为这个世界诱惑太多，也许是因为人们的功利心太强，但是，我们完全可以自己选择静下来、慢下来，保持着自己的节奏去工作、生活，在繁忙的工作、生活中拿出一些时间来滋养自己、欣赏生活。一缕阳光、一江春水、一次旅行、一场茶叙，都是生活里醉人的点点滴滴。

岁月慈悲，诗意栖息。美无处不在，诗意图无处不在，诗意图存在于我们平常的日子里。也许，生活并不像我们想象中那般美好，但我们仍有必要把生活过得富有诗意。什么事都不要悲观，也不用太着急，更不要用透支生命健康来换取钱财。应当明白，生命中并非只有眼前的那些“苟且”，更重要的是，对生活本身的品味和玩赏。只有懂得诗意地生活，才明白生活的真谛。实际上，这样的生活，并不需要过多的物质财富，需要的是诗意的心态。

“生活有界，诗意图无疆”。海德格尔说：“人安静地生活，哪怕是静静地听着风声亦可能感受到诗意图的美好。”请慢下来吧，摆脱周遭那些层出不穷、焦头烂额的繁杂事务的挟持，回到生活的本质，走心生活，诗意地栖居，这或许才是我们梦寐以求的生活方式和生活状态。

□王国梁

读到梭罗的句子：“我宁愿独自坐在一只南瓜上，而不愿拥挤地坐在天鹅绒坐垫上。”我不禁微笑起来，想起幼时与南瓜亲近的时光。

记得那时候，父亲特别喜欢把秋天收获的南瓜摆在窗台上，排满一排，既展示着丰收的喜庆，也是一种漂亮的装饰。金黄的南瓜，仿佛给农家小院镶上一道金边，让院子亮堂起来。我印象中，那些南瓜很长时间才吃得完，所以每每回忆起往事，脑海中总浮现出那个亲切的南瓜小院。我放学后，坐在院子里的咸菜缸前写作业。写累了，我便跑到屋檐下，与那些南瓜嬉戏。我盘腿坐在一只大南瓜上，学着电影里老和尚念经的样子，闭着眼睛打坐，口中念念有词。那只南瓜大小合适，坐上去感觉很舒服。坐累了，再换另一只南瓜。有时我会躺在一排南瓜上，枕着自己的胳膊，跷着二郎腿，觉得自己也变成了一只南瓜。还有一次，我模仿起武打片中的镜头，像练梅花桩一样在南瓜上面走来走去，正摇摇摆摆地走着，父亲回家了，大喝一声：“干啥呢？”我一跃跳下南瓜，做个鬼脸说：“我练功呢！”父亲见我像个顽猴，没绷住笑。

在我眼里，南瓜作为食物的功能被忽略了，完全没有了功利性的利用价值，单纯就是一只只南瓜，是我的亲密伙伴。它们有时充当我的座椅，有时充当我的玩具，我与它们亲密无间，就像相伴成长的发小一样。我亲眼看着一只南瓜如何长成硕大无比的模样，它生长在园子里的日日夜夜，我都是见证者。它的脾性，我最了解。亲近一只南瓜，渐渐地，人也就有了南瓜的脾性：本色自然，淳朴敦厚，一身磊

落，满腹清气。

其实不仅是南瓜，乡间的那些草木瓜果都是我们亲近的对象。你在一棵树上打过盹儿吗？记得那次我爬到一棵老树上，那些粗大的枝杈坐上去像椅子一样。开始的时候，我在上面威风八面地大呼小叫。等树下的小伙伴都走了之后，我靠在树枝上悠然地吹着口哨。不知不觉间，困意袭来，我竟然打起了盹儿。忽然，我的身子“忽悠”一下，差点摔下去。我惊醒了，往下望，吓了一身冷汗出来。

回家后，我把这件事告诉了母亲。她立即双手合十：“老树通灵，多谢保佑！”从那时起，我便觉得乡间的很多东西都是有灵性的。它们生在天地之间，吸纳天地精华，自带灵性。我曾经躺在麦草垛上数星星，在瓜园里看月亮，在草地上撒欢，在田野里狂奔，在苹果园里做梦……我曾经亲手种下一棵小桃树，曾经亲手撒下一粒粒种子，曾经亲手拔掉一棵棵杂草……那些身在天地之间、经常与草木亲近的日子，无忧无虑，快乐自由。人也像一株植物，恣意生长，畅快呼吸，身心都是清雅芬芳的。

可是，这些年里，我离自然越来越远，远得忘了亲近一只南瓜。南瓜也常见，但它唯一的功能是作为食物。我忘记了南瓜是那么有趣的伙伴，也丢失了南瓜带给我的淳朴自然。我的心变得麻木、生硬、冷漠，功利，长此以往，我将成为一台行走的机器，缺乏温度和温情。

是该亲近一只南瓜了，让一只南瓜把久违的自然之气带回来。蓝天厚土，阳光雨露，清风流云，一颗心只有回到自然之境，才会重新变得柔软。就像梭罗，隐居期间他与森林、湖水、月光、鸟鸣为伴，他独自坐在一只南瓜上，却是心灵最丰盈的时刻。

凭栏但觉秋肥

□潘玉毅

人有高矮胖瘦，四时也是如此。以身材来论，春天是苗条的，夏天是丰腴的，冬天是清瘦的，而秋天则是冬天在减肥之前的状况，可以用“肥”来形容。

秋天肥，是因为生长在秋天的草木虫鱼肥。

“焦陂八月新酒熟，秋水鱼肥鮆如玉。”此时，水里不只有柔情的秋波，还有肥美的鱼儿。鲈鱼便是其中的一种。秋天的鲈鱼肉质紧实，洁白肥嫩，葱烧清蒸，味极鲜美，这正应了《舌尖上的中国》里的一句话——高端的食材往往需要最朴素的烹饪方式。有意思的是，鲈鱼之爱，不只局限于今人。1700多年前，有着“江东步兵”之称的张翰因为思及家乡的鲈鱼、莼菜之美，弃官而归，从此，中国的文人雅士里便多了一个“莼鲈之思”的典故。

而在江南，是时新秋蟹最肥，这从街巷闻的俗语里就可看得出来——“秋风起，蟹脚痒；菊花开，闻蟹来。”意思是说，秋天的风一起，蟹塘里的蟹纷纷爬到人们的餐桌上来了。无论三门的青蟹还是阳澄湖的大闸蟹，俱是如此。此时的蟹甚肥，雄蟹有膏，雌蟹有黄，就连最挑剔的食客也纷纷献上了赞

美之词。因是赶上菊花开时，蟹顺利成章地成了菊花诗会里的常伴佳肴，宛如我们在《红楼梦》里所见。一口蟹，一句诗，人们在满足味蕾的同时也拥有了无限雅意。事实上，品尝美食本身就是一件雅事。

菊花肥时，景色最美，这种美不同于春日的繁花似锦，亦不似夏日的佳木成荫，而是浅浅淡淡的，与世无争的，吸引着人们不由自主地向它靠拢。沈复在《浮生六记》将人与花作比，留下了“秋侵人影瘦，霜染菊花肥”的诗句。这十个字是很值得玩味的。人因何而瘦？大概是因为秋上心头了吧；可是又为何发愁呢？或许是因为好吃的东西那么多，好看的风景又那么多，不知道该如何抉择了吧。

好在田里的谷物也肥了，秋收在即，正是忙碌的时候，人们很快便将心里的烦愁放下了。沉甸甸的稻穗把秸秆压得都快直不起腰来了，农人们也都纷纷弯下腰来，准备迎接丰收。

丰收不只在稻田里，也在山上，在院子里。橘子、柿子、番薯、绿芋、青菜……地里的，枝头的，这时节，可吃的东西太多了。也难怪老人们说起秋天，都会讲“贴秋膘”一词。贴了秋膘，人自然就胖了，于是，“肥秋”愈发名副其实。

【思之情】

秋阳杲杲

□高玉霞

宋代项安世有诗云：“秋水迢迢诗思清，秋阳杲杲道心明。谁人得似秋光巧，画出山斋杖履行。”秋水迢迢，秋阳杲杲。秋光之轻巧，如同清润里的溪水，柔柔的，软软的，让人如杖履在画中，身轻心明，从容淡定。

秋日的阳光，总是带给人很多回忆。特别是在儿时，秋阳仿佛是携着轻纱的美人，在每一个脏兮兮、脸庞粗糙的孩子脸上温柔拂过。孩子们仰着小脸依偎在柴垛或者屋檐下的暖阳里是常有的，伸出手指，看指缝间洒下来的阳光，或在院子里，在秋阳暖暖处扔石子，叽叽喳喳，如同从树梢飞落下的麻雀。

儿时的学校是平房，到了秋天，教室里颇为寒冷，课间大家在阳光下你挤着我，我挤着你，我们美其名曰“挤香油”。犹记得，班级的门是用铁皮包着的，阳光一晒，暖烘烘的。下课时，同学们争着去门口的铁皮处玩耍，我们女孩子挤不过男孩儿，争着去“摸秋阳”，跳一下脚，摸一把铁皮，再摸摸手、摸摸脸，顺势在脖颈“胳膊”一下，笑得人前仰后合！而男孩子呢，早已是一团乱战，瘦的被挤进了人堆里，脸都压变了形，胖的以力大无穷之势发力，一个跟头摔过去，“人墙”塌成一片，“一片哀嚎”之声下，欢快无比！

秋阳贵如金，在我的印象里，在秋天的操场上，迎着暖暖的阳光吃瓜子，是最美的事了。当然，也是儿时最丢人的事。操场上，不知道谁在兜里揣了炒瓜子，趁着老师不注意，在暖阳下，偷偷地往嘴里一扔，接着一声细弱的响，瓜子的香，就顺着秋风，在阳光下丝丝缕缕钻进鼻子。眼见几个男同学顺着香味，挤过去，把那个“罪魁祸首”洗劫一空，我也没有忍住，红着脸，凑到人家面前，伸出手，向人家讨要起来，好在没有丢面子，给了我八九粒，就美美地坐在秋阳下的石礅上嗑起来，直到今天，晒着暖烘烘的秋阳，我就仿佛闻到了炒瓜子的味道。

儿时，父亲在收割完地里的庄稼后，总会坐在院子里，喝一杯热茶，暖暖地晒着太阳。有的时候，母亲让父亲做点事，父亲也懒得动，就坐在暖阳里。无奈，母亲只好端着簸箕来到父亲身旁，让父亲剥豆子。母亲则在阳光下晒被子，一树秋阳下，幽蓝的棉被面绣着大朵的牡丹花，我则在秋阳下背诗，那是我记忆中最美的场景。

那个时候，不明白父亲对秋阳的喜爱。如今，人到中年，闲暇之余，拣一处秋阳，泡一壶茶，翻几页书，听听秋声，看看秋景，才懂得秋阳的好处。在秋高气爽、秋色满院的午后，舒舒服服地，研墨、写字，再在秋阳下，冥想一阵子，简直是再舒服不过了！

宋·吴文英《唐多令·惜别》中说：“何处合成愁。离人心上秋。纵芭蕉、不雨也飕飕。”这真是把离人愁绪写到极致。人到不惑之年，秋雨连绵，秋风萧瑟的日子，是常有之事。好在，中年人历经坎坷与悲喜，看待人与事已变得温敦平和，就如这秋阳般温暖、明亮，心境也变得沉稳、豁达，像一棵老橡树，每一片叶子都阔大苍厚，在秋来临时，在阳光拂过树梢时，满心都是愉悦。

“秋阳杲杲”的“杲杲”是明亮的意思，我想，每一个喜欢秋日暖阳的人，都有一颗明亮、温柔的心，能在人生匆匆忙忙的瞬间，洒下一片明媚的阳光，给别人，给自己。



扫码下载齐鲁壹点
找记者 上壹点

编辑:徐静 美编:陈明丽