

一年又至。新年的第一篇文章,仍想献给我深爱的孩子们。教了一辈子书的母亲,也深爱所有的孩子,欣赏孩子们身上最本真的生命力。作为班主任,每个课间十分钟,她一定会去班里“轰”所有的孩子到操场上活动,带他们一起做游戏。即使退休多年,她也依然不遗余力地呼吁保护孩子们自由活动的时间,让孩子们的身体首先得到健康发展。

2019年9月,重病中的母亲在朋友圈转发了一篇有关芬兰图书馆的文章。文章说,图书馆专门留出了一个空间,允许孩子吵闹、发出“噪声”。与文章同时发出的,是母亲用毕生对孩子们的爱凝结而成的肺腑之言——“儿童的噪声是幸福的噪声,

是未来的声音。”我和母亲心心相印。同样是那一年的春天,在香港大埔滘自然保护区山顶的一场亲子活动中,当每个人轮流说出自己最喜欢和最想听到的声音时,我想也不想就脱口而出:“孩子的声音!”于是,不需邀请、不用命令,所有的孩子立刻放开喉咙、仰天欢呼,将他们在风中所能送给我的最热烈的声音回给了我。

和母亲一样,我喜欢孩子们的声音,因为那是大自然的一部分,是充满生命力的至纯至阳之音。我家对面,左边是一所小学,当中是儿童医院,右边则是一所中学。从露台望出去,我最喜欢的是,小学孩子们的欢笑嬉闹和



心灵港湾

萝卜长在贫瘠的土地上,历经风吹雨淋霜打,依然水灵灵、脆生生。长大后,却时常被冠以“花心”之名。

### “憋屈”的萝卜

胡圣宇

其实,萝卜是忠贞的。冬日的菜园里,青菜萝卜相扶相持。青菜喜欢萝卜的朴实,萝卜喜欢青菜的清香,就像我们种了一辈子青菜萝卜的父母,没有甜言蜜语,没有山盟海誓。他们的乡村爱情朴素而不华丽,是人间最温暖的情感。

杨绛曾说:“假如是一个萝卜,力求做个水多肉脆的好萝卜。”人的尊严,不靠地位,不由出身。金利来公司创办人曾宪梓一生爱吃萝卜,他出身于贫苦家庭,一直热衷于公益事业。2021年曾宪梓临终前,毅然捐出25亿元的个人财产。在生活方面,曾宪梓始终保持着勤俭节约的本色。用他的话说就是:“一日三餐,萝卜干、咸菜帮白粥一样过。”

有些人特别喜欢“萝卜里挑骨头”,明朝最富深情的吃货李渔,认为萝卜生的时候有点辛臭,“恨其食后打暖,暖必秽气”。想跟萝卜一刀两断,却发现萝卜跟葱蒜还是不同,生食可清火,解秋燥,“初见似小人,而卒为君子”,因

鲜的萝卜都会成为餐桌上的争食对象,让人齿颊生香,念念不忘。

萝卜很低调,论营养却和人参平齐,故有“十月萝卜赛人参”之说。“冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方”,是老一辈人常挂在嘴边的话。俗语中,“萝卜上市,医生没事”“萝卜就茶,气得大夫满地爬”,似乎萝卜总是和医生对着干。萝卜们不禁莞尔一笑。

萝卜代表了寻常百姓家的烟火气。聪明的煮妇以萝卜为原料,变着花样做出许多美味菜肴。江南人喜欢萝卜丝煎带鱼,萝卜丝寡淡带鱼的腥气,带鱼调动萝卜丝的清甜,两种食材相得益彰。在大雪纷飞的陕北,来一锅热气腾腾的萝卜羊肉汤,让暖意渐渐蔓延到全身,实在是一件惬意的事情。无论怎样烹饪,清香甜

自由奔跑;最心疼的,是医院里进进出出的身影;最渴望的,是中学孩子们也能欢笑嬉闹和自由奔跑。

校园,该是孩子们的生命力自然绽放和蓬勃生长的天堂,不该是关锁他们的牢笼。最先觉醒的,常常是孩子本身。

作为一名心理咨询师,25年来我接待了太多青少年来访者,太多人都被关在了一个叫作“抑郁”的黑暗城堡里。“关押”他们的,可能恰恰是爱着他们的父母、老师,也可能是整个社会大系统中每个尚未觉醒的人。

近年来,拒绝上学的中小學生、休学或延毕的大学生越来越多。要让孩子们重返校园,得先让孩子们爱上校园里的自己;要让孩

子们爱上自己,得先允许他们有自由活动的时间和最本真的“噪声”。就像爱尔兰神秘诗人罗伊·克里夫特的《爱》里所写的那样:我爱你/不光因为你的样子/还因为/和你在一起时,我的样子

我爱你/不光因为我为我而做的事/还因为/为了你/我能做成的事

我爱你/因为你能够唤出/我最真的那部分……

而我心里最美丽的地方/却被你的光芒照得通亮……

所有爱孩子的爸爸妈妈和老师,一起来大声朗读吧,一起学着接纳这世上“最幸福的噪声”。能接纳孩子们“噪声”的心,是安静的心。1月8日,是母亲逝世4周年纪念日。我想,看到我和她一样始终葆有这样一颗心,她一定会笑得像孩子那样开心。

崖顶,从崖顶俯瞰,如月的海湾,洁白的沙滩,汹涌的波涛和绵延的山丘尽收眼底。正是落日时分,晚霞将天空染成金灿灿的一片,映照在海上,波光粼粼的海水泛着多姿多彩的涟漪,如诗如画的景色让人陶醉。正当我们沉浸其中时,同行的大妈女士发出一声惊叫,循声望去,原来她的太阳帽和太阳眼镜被猴子掳去了,抢夺物品的猴子瞬间不见了踪影。遗憾中,大家彼此关照

要当心。而我则调侃大铭:“猴子见你颜值高,服饰艳丽,它是选择性地下手。”话音刚落,一只壮实、毛色发亮且动作敏捷的猴子,轻舒猴臂,以迅雷不及掩耳之势,轻松地把我的太阳帽和太阳眼镜也抢走了,并神速地蹿跳到树上,在我看得到却够不着的距离内,注视着我。帽子和眼镜虽不贵重物品,却是这几日印尼游的必需品,我与同行的朋友竭尽方法,用印尼纸币、矿泉水、面包和橘子诱惑猴子,示意与猴子换回帽子和眼镜,猴子则对此置之不理。

导游阿信见状,对我说:“不要急,我想去想办法。”不一会儿,他带来一个肤色黝黑、形象精干的当地中年男子。只见他来到抢夺我帽子和眼镜猴子前,让我到猴子所在树的下方。不一会儿,中年男子发出一种猴子打架的声音,猴子猛然抬眼看着他,似乎彼此相识。中年男子熟练地将手中的食物(塑

小院里积了薄薄的一层雪,凌乱的脚印和雪痕相互交织,最后被带到门槛旁。叔伯们习惯在此“踏踏踏”跺几脚,把泥水和尚未融化的雪留在门外。屋内,父亲多是在给那把心爱的二胡擦松香,或是拿锋利的小刀修琢芦苇哨片。擦一会儿,他就要拉两下听听有没有滑音,修几下,也要吹吹哨,听听哨片的音质满不满意。叔伯们坐着喝茶,声音低沉。这不过早上的五六点,我把被子裹了裹,慢慢又在嘈杂的声响中沉睡了。

临近年关,乡下有两种人最忙。一个是烧大菜的师傅,比如小牛庄的牛老爷子,他烧的大桌菜远近闻名,价格适中,关键是分量足,味道好。这样的大师傅,身边总有几个利索的跟着打下手,也算是半个徒弟。结婚的、生娃的、过寿的、剪辫子的,能够掐得准日子的,从麦子抽穗的时候就过去定了。也总有个日子赶日子的,算不准,只能到肘再请,看能不能那个空当出来。

另一个就是父亲这种。他是民间艺人,拜过不少师父,也教过不少徒弟,精通唢呐、二胡、笙。和烧大菜的师傅一样,红事的日子都是早早敲定的,唉作吹响。碰到个大户人家,除了吹呐,还要唱戏,这就又遇到搭戏台、请戏班。请梆子戏还是豫剧,也要看那边的安排。戏班子来了,总是先到我家,这算是父亲请的。有时他们会把冷飕飕的大手伸进我被窝里,被我一把握住。再有时,不少老人熬不过冬至,这些白事,也是要一早来寻父亲定日子。我对这种忙忙碌碌习以为常,临近晌午,只管循着唢呐声去吃席。乡下办这些通说吃席,“席”通“喜”,也是讨个彩头。放在冬至后,自有缘由:秋收后种子下地,萌芽需要一整个冬天,村民落下了大把的时间;劳力外出打工,也多在冬至后慢慢回来了;打工回来,总要带些钱,即便是村民,豆子、玉米也都堆了半面墙那么高。冬天办席也有好处,吃不完的菜,不容易坏,折菜方便。其实就是打包,这是土话风情,形象动人。

真到吃席时,又是另一番场景。听过这样一个笑话,一桌八人,上来了一只鸡,大家正准备夹菜时,突然停电了。然后又突然来电,桌上七双筷子夹住了一只手。而且天冷,不少菜来不及吃就成了“硬菜”。这似乎有些调侃的味道,但事实如此。倘若一桌人吃饭多是妇孺,上来一道菜,你下手稍慢,可能就变成了“消失的它”。等折菜时,管它什么鸡鸭鱼羊,除了汤,所有的都可以折在一个袋子里。回到家一起炖,放些白菜粉丝,自有一番滋味。

也有不折菜的,就是父亲这一桌。这些走南闯北的,见多识广,更是口碑的一种礼仪。倒是便宜了我,那些冷飕飕的大手总会扯上一个鸡腿、一块羊排塞给我,他们则悠悠地吃着酒。

如今,我从北方走到了南方,从一个冬天走到了另一个冬天。很多事恍然大悟。在南方,不说吃席,叫宴请,这是多温文尔雅的事。“硬菜”大多是蟹、虾种种。打包时,大家总是相互客气,然后优雅地向服务员要打包盒,用筷子一盒一盒地归拢。这后面也会有更深层次的折射,其实,乡下吃饭主要是孩子多,母亲有四个孩子,就恨不得一只鸡有四条腿。折菜也是,家里还有老人和孩子,总不能自己出去吃席,一点都不带回去。

这样说来,无关地域,是生活理念的事。而风俗是文明的一种传递,无论是吃席还是宴请,折菜还是打包,只要不浪费,饭桌上的趣事,就是最自然、最纯粹的生活。

料纸裹着的鸡蛋,让猴子必须手剥开塑料纸)抛向猴子。说时迟那时快,猴子眼疾手快地去接食物时,帽子和眼镜便顺势落了下来,得以“完璧归赵”。

回程的车上,阿信告诉我,由于情人崖发生猴子抢夺游客物品是大概率的事,于是,应运而生了一个特殊职业,即帮游客从猴子手中取回被抢走的

### 话席



百年松(中国画) 王文明

### 情人崖遇猴记

薛全荣

那天下午,我们到达情人崖后,当地导游“华四代”阿信再三叮嘱我们,情人崖上生活着大大小小许多野猴子,它们常抢夺游客的食物、太阳帽、眼镜、手机等,让我们千万注意。

情人崖高约200米,顺着蜿蜒曲折的道路拾级而上,沿途不时看到猴子或单独或成群,上蹿下跳于树木、崖石、台阶之上。猴眼骨碌闪光,虎视眈眈地盯着过往的游客,让人陡生一种防不胜防的“恐惧”。

我们到了情人

陈祎何许人也?或许有人不知,其实此人声名显赫,便是唐朝的“三藏法师”,俗称“唐三藏”,《西游记》中唐僧也。

陈祎,洛州偃氏县人,生于世宦之家,其高祖、曾祖与祖父皆朝廷命官,其父陈慧群官还乡,潜心儒学。陈祎少时早慧,他8岁时,父亲教他读《孝经》,读至“曾子避席”,陈祎即整襟而起,其父问何故?陈祎答曰:“今奉慈训,岂能安坐?”由于家道清贫,少年的陈祎入住净土寺,11岁背诵《维摩经》《法华经》,对佛教产生了浓厚兴趣。

隋炀帝大业八年在洛阳剃度一批僧人,陈祎被破格录取,他23岁获正式僧人资格,法号玄奘。玄奘讲场经论,听者无不为之倾倒,24岁被尊称“三藏法师”。由于当时所译的佛经讲法不一,他“莫知适从”,为求知欲所驱使,决心到佛国印度取经。

玄奘几次向朝廷提出申请,均未获准。贞观三年,长安闹饥荒,朝廷准许僧人去外地谋生,玄奘借此离开长安。西行之初,还有相伴者,由秦州至兰州,再至凉州,只剩玄奘一人,他一路开讲经论,但凉州都督阻止旅人西行,幸慧威法师秘密派人护送,从此玄奘踏上“但见平沙,绝无人径”的沙漠之路。他中途遇险,经受了数日无滴水沾喉的断水之苦,历经磨难,九死一生,才抵

达伊吾(新疆哈密)。

高昌王麴文泰,笃信佛教,见玄奘学识渊博喜出望外,愿供奉玄奘长住于此。但玄奘求经之志毫不动摇。两人结为兄弟,文泰赠银一百两,护送玄奘西行。得西突厥叶护可汗放行,游历数十国,终于到达印度。

### 陈祎之笃

米舒

玄奘入印后,广礼圣迹,于贞观七年抵达印度佛教最高学府——那烂陀寺。当地僧人闻大唐僧人光临,上千人夹道欢迎。其住持戒贤已逾百岁,悉心传授其学。玄奘在印度学习《瑜伽师地论》,兼学婆罗门书、印度梵书。为提高学识,他历时四年遍游印度。

玄奘西行求经学成后,拒绝印度国王的盛情挽留,于贞观十九年携带大批经像、舍利返回长安。唐太宗让宰相房玄龄率朝廷要员隆重欢迎,迎者数十万人。

玄奘在洛阳谒见唐太宗。唐太宗见其学识超群,对答如流,劝他还俗从政,赐以高官。玄奘力辞,在长安弘福寺专心翻译佛经,译出各类佛经75部,1335卷。梁启超称其“中国佛学界第一人”。

逝,对门人说:“万法无常,终归磨灭,我已六十五,必卒于玉华寺。”并嘱将其尸骨埋在山静之处,与世长辞。他一生笃信佛教,历经磨难,功成名就后,又远离官禄、富贵的诱惑,其笃信虔诚,至死不渝,为后世僧侣之楷模。

作为一个佛教徒,旅行僧,玄奘是国际文化交流的使者,他往返十七年,增进古代中国与西域、南亚地区的友谊。他将其经历,写成一部《大唐西域记》,他西天求经的故事广为流传。经明代文学家吴承恩想象与创作,诞生了举世闻名、影响极大的《西游记》,玄奘大师成了唐僧,他虽非历经九九八十一难,但也历经艰辛,对富贵美色拒之千里之外,他一生奉行一个“笃”字,所谓“笃”字,即一心一意,专一诚心去做一件事,玄奘一生不负此誉。

玄奘弟子众多,最出名的三位是眉清目秀的英俊男子:辩机、窥基与圆测。圆测老实而勤勉,大概是沙僧的原型。辩机因聪明超人且技艺出众,连唐太宗的女儿高昌公主也迷上了他,仿佛是神通广大的孙悟空。玄奘眼中的窥基则是富家公子,李世民强迫他出家为僧,窥基提出要带一车酒、一车肉、一车女人入寺,玄奘与唐太宗居然应允了,窥基被《新唐书》称为“三车法师”花和尚,想来是猪八戒之原型。



壶中书影

### 七夕会

冬日里最享受的莫过于晒太阳。晒太阳,本地人叫晒太阳,古人雅称为负日之暄。这是过去,冬日的乡村家家户户门前常见的情景。冬天一切都静下来了,农闲人不下地,天冷,唯有门前的太阳最温暖。于是每天八九点钟的太阳照进乡村,老人孩子在自家大门口的屋檐下晒太阳。乡村的老人真是勤劳,晒太阳手也不闲着,老汉搓搓稻草绳,老婆做些针线活,当然也有老人捧着茶具给孩子们沏些茶馆里听来的故事。

### 负暄之趣

“冬天来了,春天还会远吗?”这是人们对春天的祈盼。丰子恺说:“我希望春永远不来了,使我长得负暄之乐。”每到冬日午后,我负暄闭目静坐的时候,觉得丰子恺的这句话真的是美妙。

晒太阳最好是午后,饱食暖衣,太阳也正正值最温暖的时候。最舒服的是晒背,晒得皮肤发烫,再抓一抓,浑身通透,舒畅极了。中医也提倡晒背,说是补阳,冬天养生要外补阳(晒太阳),内补姜(吃姜)。

也有人说,晒太阳不仅补钙的,所以晒太阳不仅要晒背,还要晒屁股。乡村老人在家门前晒太阳,那阳光只赏给了脸,脸就一脸祥和;背负青天脸朝地的农夫晒的才是背。在海滩晒太阳,叫日光浴,躺着趴着,阳光也不放过他们身体的每一个角落。



物品。此事不禁引发了我的联想:这些人也许与猴子相识,彼此默契,也许是约定俗成的“双赢交易”,也许是人与自然、与动物和谐共处的生动体现。

### 健康