

在红尘中也可以修行

张欣

我一直觉得面壁、面海、走进深山老林里修行才高级，才能达到预期，像我们这种在红尘中打拼整天想成事的就是人世之人，就不要把佛事挂嘴上了。但不知为何最近突然有所觉悟，就是在红尘中也可以修行。

相信我们身边都会有这样的朋友，就是人好，然而在处理具体事情的时候，还是给人并不通透的感觉。反而有些朋友总说自己是个俗人，每天晒的也是好吃好喝好玩甚至九宫格的奢侈品，声色犬马无奇不有，但是为人处世简直就是晶莹剔透玲珑心，帮了你天大的忙一定是云淡风轻全无着痕，感觉你一个劲地说谢谢都很不上道，只能默默记在心里。所以我觉得修行是一种认知，或者一种生活态度，形式不是不重要但是起到决定性作用的还是内心的开悟，甚至跟生活方式都没什么关系。像很多道理我们都是明白的，鸡汤君都反复说过，甚至我们自己都是煲汤高手，然而一进入实操阶段，人性这个东西就很难战胜。包括很小的事比如答应了请客，不是怕花钱就是怕麻烦，最好是人家婉拒这样美意不落空。大事就不用说了，反正绝对不能吃亏就对了。修行中的什么舍啊空啊早不知忘哪去了，而且，修行这件事吃素，粗服，晨钟暮鼓都不容易，对于红尘之人来说就是一种体罚。然而更不容易的是真心看淡名利，放下执念。执念就是我们对自己的期许和高看，人看待自己是没办法客观的，在自己手里的东西都是“和氏璧”，予人的时候都是献宝的心态。

我们在现实生活中会遭遇许多人生的关口，一念之差会踏上另一条归途，人生最终都是回归自己的本真和内心。如果能以出世的心态对待成功、利益、他人，与关系，即使是在红尘之中也是修行。很难，对不对？所以才是修行。

人们都在为DeepSeek狂欢、狂躁、狂乱，我也不例外。小试牛刀，就被它打倒，我觉得往后不会再有文学创作了。之后慢慢品味，想起文学后面还有个创作，仅凭这两个字，就不应该惧怕AI。转念又想，别说三流、二流作家跟屁虫一样地回声他人，就连一流作家，也不能不从古人

和外国人那里模仿和借鉴，可不一样的是，这种模仿和借鉴仅仅是一点点发酵剂，只对占有大量“面粉”的人有效。如果没有个体生命这盘磨日复一日地劳作，不断采集自己和他人命运中筛下来的“面粉”，再高明的模仿和借鉴也会成为无米之炊。这两天，看诗人青青的《在一切潮流之外——张爱玲传》，一口气看了半本，这哪里是传人，分明是传己！人性的幽微，爱情的溪壑，湿漉漉，毛茸茸，无不散发着作者生命的腥香。青青根系发达，遇人遇事，睁着一双明亮的大眼睛，一边追问，一边把耳朵竖起来，对着话语的内外，深且狠地吮吸、消解、转化，下意识她创造和再生。世界上那些称得上伟大的作家，没有一个不是如有神助的。写着写着，人物和场景就会自顾自地活过来各行其是，据说没有这种经历的人，永远不会成为一流作家。截止目前，AI还没有这种神遇，所以喜欢文学

第一次拜访《天书奇谭》《邋遢大王奇遇记》等动画片的导演钱运达钱老，我和同事们从进门开始就在道歉。拍摄当日，原本和钱老约好中午到达，但因为其他工作的耽搁，时间比预计晚了半个多小时。到达后被告知，原来钱老为了配合我们的采访，放弃了自己午睡的习惯，生怕我们摄制组等他，上午吃过早餐就在家早早等候准备。得知此情况后，我们整个摄制组惭愧不已，连声道歉。见此景，钱老却安慰我们，“不要紧，你们赶过来辛苦了，来吃水果喝点水”。

钱老的家和我预想中的不太一样，并没有很多奖杯、字画、照片，哪怕是他自己的作品，也都没有拿出来展示，简单、朴素，一点都寻觅不到他是一位中国著名动画导演的踪迹。采访的过程中，印象最深的就是钱老的笑容。尤其是谈到他创作的动画作品时，开口前他总是先挂上笑容，再慢慢讲他的创作经历。钱老笑起来的时候，眉毛会弯成一个弧形；眼睛眯成一道

赵丽宏老师：

先给赵老师拜个晚年。给赵老师写信我还多少有点忐忑，恐怕在您眼里我还是

个毛头小伙子。的确是个，在我很年轻时赵老师就非常“著名”了。我都算出道早的了，二十多年过去，如今依然是晚辈。这不是相对的关系，而是自我内心深处一个的认定。我和村长（作家陈村）也提起过，二十多年过去了，我这一代作家仿佛依然没有真正成长起来。以前师长们常说，郭鲁茅巴在二十多岁的时候都已经写就成名作和代表作。上个世纪八十年代也是这样，余华苏童他们也是很年轻就粉墨登场了。而且他们这一辈作家的成熟期真的很长，到今天他们依然还很活跃。说起这些当然是羞愧的。但也无可奈何。我能做的就是靠近目标，接近偶像。前些年我有机会加入了民主党派中国民主促进会。年少时我



人，还是可以大胆地往前走的。再一点就是，就连我这个业余作者也不例外。虽然没有神助，却有梦助。陪朋友逛过马街书会，累得不行，回到家里，得享美梦：大清早出门，就听见不远处有人喊：“老曲，快去看莫斯科吧，人都到这儿了，不看亏了。”说着，一高一矮两个人径直往东南方向去了，我赶紧跟上。跟头流水撵着那两个人，过一座雕花繁复的古石桥，就是红场，却有成片的俄罗斯建筑断断续续沉落在森林中。那些树，白色的皮，松柏的冠，粗大无比，却不高人云端，一棵搭着一棵，一片连着一片，油画一样郁丽。两岸迤迤的建筑



细细的弯；嘴角上扬露出牙齿哈哈一笑，非常有感染力。我在采访的过程中，好几次都被他的笑容所感染，甚至忘记了此刻我正在工作，有点出神。我也在问我自己，为什么呢？后期剪辑的时候，我突然意识到，或许就是因为钱老的笑容如孩童般纯真、灿烂！岁月可能会带走很多东西，但是印刻在心底的那份童真并没有随时光淡去，此刻的出现，越发显得珍贵。采访结束时，钱老提议到他的书法看看。钱老从抽屉里拿出一个陈旧的铅笔盒，打开一看，里面全都是绘画工具，很多工具都是钱老“私人定制”，比如用竹片和钢片自制的小刻刀；用香灰羊油做成的腊盘等等。那天天气很好，阳光透过玻璃窗洒在书桌上，桌上堆满了书和绘画稿纸，我随口问了一句“您的《天

心里有诗意

赵丽宏 小饭

就知道很多我喜欢的作家都在这个党派中，包括您。入会得知民进成建旧址现在叫会心楼，我听朋友说跟这楼和赵老师还多少有点关联。但朋友当时语焉不详。我想要不就趁此机会直接问赵老师来得更好。您说了我就记得住，再也不会忘了。

记忆是作家们的宝藏。但有一件事我确实也不敢肯定不是还是在赵老师的记忆里。但我记得。您当年让村长转达我的一句话，至今还留在我的手机里。那就是“来日方长”。意思就是年轻人，未来还很漫长。是这样，未来不光漫长，还未来未知。我原本也喜欢窦唯先生的那首歌，《明天更漫长》。但人说四十不惑，我却依然困惑。只是生命从未来可期，到逐渐看得到终点，甚至有倒数的感觉。手机里还有一个软件就叫“倒数日”，它记载着我距离那些重要的日子已经有多远了。到今天，我来到这个世界已经15649年。

在记忆中，诗意和美好的日子可能不到百分之一。但有趣的是，记得住的也是那些日子。这些年在一些有关文学和诗歌的场合遇见赵老师，给我的感觉，您就是一位名家提到的“文字如茶，总要经得起沉淀”时的神情。我反复回忆，真的很少见到赵老师激动的时刻，更多是肃穆、沉静。这是很多诗人和我的普遍的印象。



书奇谭》原稿放在哪了？”钱老指着一堆书说：“应该在这儿吧，你翻翻。”真的是一叠杂书中，我抽出了《天书奇谭》的手稿，这一刻，我觉得我好像就是蛋生本人，取得了天书如获至宝。手稿封面有些破旧，纸张也有些许泛黄，打开一看里面包含了所有的分镜头画面，包括修改的甚至是删减的痕迹；需要音乐的画面上还有手写的乐谱……三十多年前的手稿就在手中，我的内心是非常震撼的。我问钱老：“为什么不把手稿存档？”钱老微微一笑，“看荧幕就可以了”。这一刻，我好像明白了，为什么时隔三十多年之后，我们会再次走进影院重温《天书奇谭》？并不只是为了怀念童年，而是要告诉自己，别忘记童年那份纯粹的爱，因为热爱所以坚持，坚持是因为依然热爱。

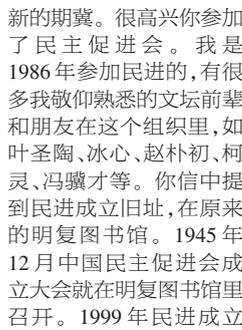
父亲任溶溶的童话《没头脑和不高兴》影响不小。

仿佛诗歌的底色就是这样。但我实在是诗歌的门外汉，读得不多，更不敢下笔。最后还有一个问题想问赵老师，如果一个人从四十岁开始学习写诗，会太迟吗？

颂颂 晚 晚 2025年元宵

你好！谢谢你给我写信，说了一些很真诚的话。确实，在我的眼里，你就是个青年小伙，这样的看法，是在二十多年形成的。那时，你初登文坛，发了一些不错的作品。我们没有多少接触，互相远观而已。给人的感觉，你和一些少年得志的新人一样，自负，蛮横，有点桀骜不驯，也有点玩世不恭。这样的印象，其实并不准确。人和人的了解，有时必须通过具体的交往，一起经历一些事情，才可能有比较准确的认识。你对我的印象，大概也是如此吧。

最近见到你，觉得你和二十年前的你，已经判若两人，感觉你沉稳了，低调了，待人也有了更多的谦恭。熟悉你的朋友告诉我，你在认真的写作，在脚踏实地做事。我一直没有机会把我的这些看法告诉你，现在给你回信，正好可以对你说一下。当年给你的留言“来日方长”，其实有我的期望在其中。你的变化，让我欣喜。我想，是跌宕的生活锤炼了你，是曲折的人生经历磨砺了你。一个作家的创作状态，和他的经历总是有关联的。相信你一定会写出不同于年轻时的好文章。我对你有新的期望。很高兴你参加了民主促进会。我是1986年参加民进的，有很多我敬仰熟悉的文坛前辈和朋友在这个组织里，如初叶圣陶、冰心、赵朴初、柯灵、冯骥才等。你信中提到民进成立旧址，在原来的明复图书馆。1945年12月中国民主促进会成立大会就在明复图书馆里召开。1999年民进成立旧址挂牌时，还没有确定开会究竟是在什么地方。直到2006年，经各方考证，才确定会址是在明复图书馆院内的一栋小楼中，它的前身是中国科学社。这栋小楼，就是现在的会心楼。小楼被命名为会心楼，确实和我有点关系。这栋小楼在2001年装修完成启用时，还是当时的卢湾区图书馆的



高山瀑布落潭中，波影清辉映碧空。古树抽芽新柳绿，新花放蕊早梅红。林间玉蝶采甘露，岭外金鹏舞大风。万物年年期此季，苍生世世望君同。

不响，在《繁花》中反复出现，上海人看了后心领神会，哑然一笑里蕴藏了其味无穷。仅仅两个字，却拨动到每个上海人内心深处的心弦。人和人在一起总要通过语言交流，职场里的大会小会要发声自不待说，即使是夏季公园里乘凉，或者是大冬天一起晒太阳，三三两两知己好友也好，萍水相逢的路人甲、路人乙也罢，都会七嘴八舌闲聊，但是总有几个沉默寡言。“不响”的朋友让人捉摸不透其心思。其实这里的“不响”，大有意思在里面。

撇开天生不愿意说话的人不说，需要发表意见时的“不响”的上海人，也有多种可能性。有的是没想好，暂时不想说；有的是为了避免是非，不想得罪任何人；有的是心里不同意，不愿公开表示；有的是内心赞同，碍于种种原因不想表露，属于沉默地赞许，不反对就是同意；有的是高度认可，觉得无需表达，只需会心一笑，心照不宣即可；有的是内心有无数个不赞成，装作没听见，不想掺和。如果是一场争论，一方突然不响了，不一定表示输和，看上去是退让，其实也是不想和讲不清爽的人再纠缠下去了，以不响表示不屑。还有一种情况是因为所议之事不简单，为了给自己留余地，所以选择不响作为过渡，凡此种种，不一而足。上海人常常讲，不响的人最凶，总在肚皮里做功夫，永远为自己留余地，非到必要时就不响，永远保持神秘，让人去猜，去想象。有意思的是当意见各方相持不下时，不响的人变成了大家都要争取的对象。

其实不管哪个地方的人，不管是农村还是城市，总有些人爱发表意见，总有些人不爱说话。这和人的个性有关，也和地域文化有关。上海有史以来是一个竞争激烈、人们“讨生活”谋生计的地方。大城市生活不易，用于休闲、嘎咕胡的时间相对较少，而且上海四季分明，但冬天不像北方这么冷，不存在“猫冬”时间，也就没有那么多唠嗑的习惯。上海人务实，相信做比讲重要，事体是做出来的，不是讲出来的，即使讲也要讲得有根有据，有实在价值，坊间有一句“瞎讲有啥讲头啦”，实在很传神的。上海人相信做人嘛，就要多做少讲，先做再讲，甚至于只做不讲。会讲不是本事，屏得牢才是本事。做成功了再讲是一种能耐，做成功了仍然不讲更有能耐。

上海又是五方杂处之地，人多是非多，出头椽子先烂，当“冲头”没好处，所谓“闷声不响大发财”，不少上海人相信这个道理，而言多必失，祸从口出，也是大家所认可的经验之谈。凡事想好了再说，看到有的人讲话不过脑子，开口就讲，讲得不对还要死争，这就是上海人说的“咋巴”。总有人天生喜欢讲，亲朋好友事先反复叮嘱要他到辰光不要讲，但是控制不住。“讲好不响，依看伊又响了”，这是对“咋巴”的埋怨。

上海的市井文化和竞争的生存环境不无关联，人际关系讲究一个诚信，说到了就要做到，做不到的切忌胡乱许愿，宁可“不响”，也不要瞎讲，所以有一种说法就是和上海人谈合作有点难，但是一旦谈成了，后面“倒赔账”的概率较低。即使是个人之间互相请托，上海人也深知一个道理，一句话没讲出来，你是它的主人，一旦讲出来，你就是它的奴隶，所以上海人在不少场合总是不响。

说话的时间多了，用脑子想的时间就少了；光顾着说话了，观察力就减弱了；话说出去容易，话收回来却难了；图一时口舌之快爽了，后面再去补救就尴尬了。上海人的不响不是简单的不响。



一部分，在这个新装修的小楼中举办的第一个活动，是为我的散文新著《会心一笑》举办一场朗诵会，朗诵会主题就是“会心一笑”。这场朗诵会，请了很多朗诵名家朗诵书中的文章，气氛非常好。会后有人提议，这个小楼可以用“会心”来命名，所以就有了“会心楼”这个名字。几年后，经过各方考证，确定民进成立大会就是在这栋小楼中召开的，这里成了民进成立旧址。会心楼这个名字，沿用至今。我喜欢“会心”这两个字，给人美好且深邃的联想。会心，就是心灵之相会，心灵之沟通，心灵之汇聚，心灵之契合，是心心相印，是志同道合，是肝胆相照，以后有机会，我们一起去会心楼看看吧。关于你信中最后那个关于写诗年龄的问题，我的答案是肯定的。只要心里有诗意，只要对这个世界还有好奇和探索的欲望，那么，无论什么年龄，都可以

不响 羊郎



写诗，不要说四十岁，八十岁也可以的。我最初写诗的年龄，是十几岁。在农村“插队落户”时，在一盏飘摇的油灯下写诗，倾吐心里的悲歌，憧憬未来的日子，那时，不到二十岁。写了五十多年，现在依然被人称为“诗人”。我相信，只要还有意识、有感情，只要还有驾驭文字的能力，诗大概不会离开我。你如果开始写诗，那是很自然也很美好的事情。有了新作，发给我看看吧。此刻已是深夜，但元宵节还没有过去。祝节日快乐！

赵丽宏 2月12日深夜

责编：沈琦华 殷健灵