

写文章,还是越短越好。首先文章会长会占用读者很多时间。能短便要短,但是文章写短并不容易。短,绝不是压缩和简化。短要短得精美、简洁、字少意厚,句句生动传神,读罢余音袅袅。这里边有个文章的美学问题。

中国的古典文学,历来就讲究文章的精短与兴味,一些名篇,常常只有几百字,却叫人百看不厌,常读常新。把文章写短需要构思巧妙,紧凑,逻辑清晰,情真意切。这些道理体现在很多好文章之中。我个人从中得到的启示有三个:

其一是文章若短,语言要好,文字要精准,要简洁,要讲究。比如柳宗元《小石潭记》的语言多么简练,精美,传神!其实他写小石潭的景物,所用不过一百多字,却写得丰盈饱满,再加上任何一字一句都是多余的。语言文字好,没废话,文章自然不会冗长。

茶饼，每一口都治愈

陈瑶 若说起茶饼,脑海里是否就会浮现一个裹着棉纸、酷似满月的圆饼茶?不过,此茶饼非彼茶饼,而是一种以鲜嫩茶叶为辅料制成的时令吃食。这样的春食,吃出来的不只是茶饼,还有大地的春色和清新的春味。

回乡下老家,母亲说,后山野茶林里长满了新茶,却无人采摘。以前,你们姐妹俩一听到有茶青团,便争着抢着要吃。小时候的春滋味瞬间溢上舌尖。清晨,我陪母亲去后山采新茶。后山谷坳里,成片野茶树恣意生长。眼前的野茶林铺了一层新绿,嫩生生的新芽似一张张婴儿的脸。叶尖凝着水珠子,远看像撒了一颗翠玉。我紧跟母亲,听长靴踩过草丛的沙沙声,混着林间鸟儿“啾啾”的鸣叫,在湿润的茶林里摘下独属于春天的那一片片叶子。

“茶叶要选谷雨前的才不涩”,母亲一边说着,一边把刚采的茶青放入热水里,几秒后捞起,焯水后放在竹匾里晾晒一会儿,再切成细细的茶碎末,和新磨的糯米粉,簌簌落在陶瓷盆里。而我则把部分茶青放在小石臼里捣成流翠的汁,然后缓缓倾入糯米粉里。母亲开始揉面了。糯米粉混着茶碎末,山泉水要分三次注入。母亲布满茧子的手在青白面团里反复翻搅、揉搓,像是要把这春天的茶香都揉进面团里。阳光从屋檐滴漏下来,映照着母亲鬓角的白发,恍如当年外婆手把手教她揉面时的光景。土灶台上的大铁锅开始冒热气了,父亲正蹲在柴火堆旁添竹片,噼里啪啦,火烧得真旺。第一笼茶青团开始蒸了。我巴巴地等着,等着茶香、糯米香、草木香……所有与大自然糅合的气息,慢慢沁入鼻间。母亲揭开笼屉的瞬间,白雾裹着袅袅清香飘过来,仿佛将山林茶垄间的新绿都装进了这方寸之地。一个个茶青团,如清新的小家碧玉,整齐地排在竹蒸笼上。虽有点烫手,我却早已忍不住拿了一个,轻轻咬一口,软糯清香,温润绵切,唇齿间呵出的淡淡茶香,久久未曾散去。每一口都是欢喜,每一口都是治愈。

我是一名心理学工作者,日常工作为有心理困扰的人提供帮助。可是如今我却要面对自己的情绪问题。

我的孩子是一名普通高中的应届高三学生,很多朋友很是羡慕——妈妈是心理咨询师,一定可以为孩子的好心态保驾护航。然而,我想说的是事实并非如此。我也是一位普通的妈妈,也会紧张和不知所措。不回避、正视自己的心理状态会助于自我调节,我有时默默安慰自己:“考成啥样将来都要到社会上接受锤炼”。这样的心态支撑着自己继续投入下一轮战斗。

二月,儿子二调成绩不理想,原来一直稳若泰山的他真的急了,晚上11点在寝室给我打电话说想要加强英语辅导,准备在英语上再提高20分。我听后一时有些不知所措,但很快调整了状态,温柔地回应他:“老妈来想办法!”接着儿子问了我一个问题:“老妈,我怕你有压力。你问问老师现在突击学还有用吗?”听到这里真想抱抱这个早已经

文章越短越好

冯骥才

看,如果把《岳阳楼记》中这些好句子换成平平常常的文字,还会是名篇吗?好句子可以凝练和提高文章的思想与情境。如果缺乏好句子,文章一定平庸而臃肿。

我从古典文学得到的第三个启示是:写文章要有节制。在写作时,我们心中充满了激情,张开了想象的翅膀,想象力无比丰富。但是如果不加节制,把自己想象到的全写出来,反而会扰乱了读者。写文章要适可而止,要给读者留下一些空白,让读者去发挥自己的想象。如果“此时无声胜有声”,那就一定停下笔来。好的文字都是用有限的文字,去启发读者无限的想象。比如苏东坡的《前赤壁赋》不论写景、写物、

它凭靠作家们的发现力,还有艺术的功力与才情。想想写人的思绪、写历史的更迭、写对生命的思考,落墨全都很有限,却十分精美和精辟;并情景交融,浑然一体;一边给我们博大而苍茫的感受,一边启迪我们的思想。文章看起来很辽阔很饱满,却没写太多具体的东西。尤其篇末在他对世事、人生、历史、生命,宣泄式地一通发问之后,并没做任何解答,只以一句“不知东方之既白”戛然而止。这是一个没有答案的“千古之问”;他留下一块巨大的空白,让我们陷入“永恒的思考”,从而得到美的满足和文学的满足。因为他知道,文章一半是由读者完成的。

我举过一个例子,苹果是放在眼前的桌上有趣,还是跳起身从树上摘下来有趣?一定是后者。因为后者是经过你的努力获得的。

有节制的文章才是好文章,而且不会太长。

是舒婷老师吗?我赶紧上前打招呼,舒婷仿佛早就认识我,握了一下我的手,用另一只手指了指包厢的位置,说,你就是余风呀,先去坐一下,陈仲义他们已经在等你了,我

舒婷和她的半瓶茅台

余 风

点一下菜就过来。来到包厢门口,首先看到的是厦门金沙书院的曹放先生,去年我们在成都参加两岸交流活动认识了。“曹大哥好啊,陈仲义老师说的朋友原来是您呀!”曹放正要回答,旁边一位头发花白、略显消瘦的老先生接过了话题:“除了曹放,这位是许琼琳大律师。”我赶紧与许律师打招呼。这时,曹放指着那位老先生对我说:“这位老兄你还不认识吧,他就是请你吃饭的陈仲义老师啊!”我微微错愕,却见陈先生冲着我调皮地眨了好几下眼睛,激起了包厢里一阵大笑。过了一会儿,舒婷点好菜回来了。一进包厢就说,我最怕点菜了,今天余风来,这菜必须我自己点,都是闽菜,吃不惯大家包涵哈。第一次见面让我感到这对夫妇的随和与风趣。

菜陆续上来后,舒婷从一个袋子里取出一瓶茅台酒和两瓶红酒,紧接着便发表了一个让大家意外的声明:“白酒只有半瓶了,我是专门拿来给余风喝的,大家不要有意见哈。”随后她不由分说地把白酒郑重地放在我面前。我有点不知所措,如果真的自己喝,多尴尬呀!我见实在难以推辞,只好以酒量差相托,“舒婷老师,谢谢您的美意,不过我一个人也喝不完半瓶呀。”

舒婷听了有点意外,随后说:“你看着找个人陪你喝呗,反正这瓶酒归你支配啦。”她的话语竟透出一丝的俏皮。听她这样一说,我便一圈下来征求“同道”对象,谁知竟然个个摇头摆手谢绝,最后还是陪我一起去的朋友勉强同意与我“分担重任”,让我如释重负。餐桌上欢声笑语不断,基本上大家在听舒婷说话。每次别人与她寒暄,隔不了多久她就会把话题引到仲义先生身上开涮,讲一些好玩的生活琐事,讲得一本正经又风趣诙谐,好几次引得大家要把筷子放下,专门笑好一会儿才重端酒杯。

夜色已深,酒过三巡,尽管大家还谈兴正浓,但考虑到舒婷夫妇刚从外地回来,都不忍心让他们太辛劳,曹放便提议喝完杯中酒就结束。

五月,考场安排出来了,连着两天落实中场休息的酒店、接送路线等问题,我感觉自己嘴发干,腿发软,因为怕影响儿子,我依旧强打精神,故作镇定。那天,我开车送他回学校前,他突然问我:“老妈,你紧张吗?”我咬着后槽牙微笑着说:“不紧张,还好。”儿子笑笑:“我可一点也不紧张,考了再说。我其实没什么远大的抱负,我只是想过普通人的平凡生活。”

这一刻我释然了,原来一直以来的殷殷期望都是他能出人头地,少走弯路,而这一切都是因为我希望他能站在我的肩膀上,把他托举得更高。而孩子始终都有他自己想走的路,所以陪伴和尊重就是最好的祝福。祝福他顺心遂愿,祝福他成为自己喜欢的样子!

十日谈

家有考生
责编:郭 影

半山烟雨浸苍冥,一指空弦万壑听。泛玉泠泠泉漱石,松风荡荡浪吞星。指间日月涵虚白,桩立乾坤抱太青。莫问红尘身外事,此心已共水云停。这首桩功武道意象诗《半山听雨·桩琴共吟》如一幅水墨长卷,在琴弦震颤的刹那展开天人交感的秘境。诗人以指为笔,以雨为墨,在琴桩与山壑之间建构起三重禅意空间:音声的涟漪消弭了物我界限,指间的琴韵凝固了时空流动,加之桩功的定慧空灵,最终抵达心象与天象的共振。

首联以“浸苍冥”“万壑听”铺展空间张力。空弦触天地,烟雨浸山为琴身,立禅空灵隽永。颌联“泛玉”对“松风”,既写琴音清越如泉石相激,亦喻站桩时内劲如星浪翻涌,技法、功法与心法互文互生。松泉星浪化弦鸣,指下无声处激荡“大音希声”的东方哲思。颈联“指间日月”“桩立乾坤”以超验意象打通微观与宏观,化用道家“太青”之境(《云笈七签》),凸显天人合一哲思;琴桩立乾坤,以年轮圆涌浪为圆,虚白凝日月成玉,将须臾听雨入静,定格为永恒道场。尾联以“水云停”收束,呼应《半山听雨》曲终时“声寂而意不绝”的空灵余韵。

全诗心随云驻,站桩抚琴者与山水共构禅骨:红尘喧嚣沉入心湖,澄明性灵舒展如流云,天地人琴在声波与桩功的定慧中达成同频涅槃。琴道即桩道,桩道即禅道,那根贯穿寰宇的琴桩,原是诗人抽骨为梁撑起的精神穹顶,让刹那烟雨在空弦震颤中叩响永恒。

雨弦,音波编织的天地共鸣。“一指空弦万壑听”的物理真实与诗学想象在此形成悖论。空弦本无声,但烟雨浸润的山谷已然成为共鸣箱,松风、泉石、星浪皆为琴弦的延伸。泠泠泛玉的泉声是宫商角徵羽的自然转写,荡荡松风在琴柱上撞击出低音部的轰鸣。这种声学想象突破了琴器的物质局限,使半山烟雨成为一张巨大的自然之琴。当指尖触碰虚空,整个宇宙的声波都开始同频震颤,诗人在此完成了对“大音希声”的东方美学解码。

琴桩,时空凝固的几何支点。“桩立乾坤”的意象具有强烈的建筑感。琴桩刺入大地的瞬间,飞驰的时间被打钉入三维坐标。指间涵养的虚白日月不再是天体运行的轨迹,而是凝结成玉石般的晶莹切片;松风浪涌的线性时间在桩木的年轮中固化为同心圆。这种时空凝固木使“半山听雨”脱离了特定时刻的听觉经验,转化为永恒存在的禅意场域。琴桩既是测量天地的圭表,也是锚定诗人精神宇宙的定海神针。

云水,心象与天象的拓扑叠合。未联“此心已共水云停”揭示出禅悟的终极图景。停驻的不仅是具象的云水,更是涌动的心念之流。当琴声的涟漪平息,心湖倒映的天光云影与真实的天象形成拓扑学叠合。这种叠合不是简单的镜像关系,而是通过琴道修行实现的维度折叠——红尘的躁动沉入湖底,澄明的心性升华为天际流云。在此境界中,抚琴者即是听雨人,山壑化作肉身,琴桩生长为脊椎,完成天人同构的精神涅槃。

此诗以琴桩为媒,道写禅机,在声波震颤中打开多重维度。空弦的震颤既是物理声波的扩散,更是精神涟漪的激荡;琴桩的竖立不仅是空间的支点,更是时间的闸门。当最后一个泛音消散在松涛深处,读者恍然惊觉:那根贯穿天地的琴桩,原是诗人远落在山水间的脊梁骨。云水安静,心息安宁。一即一切,万有归宗。时空万物,有为无为,在云水心停间万籁俱寂,又如如呈现出涅槃寂静的空有万境。

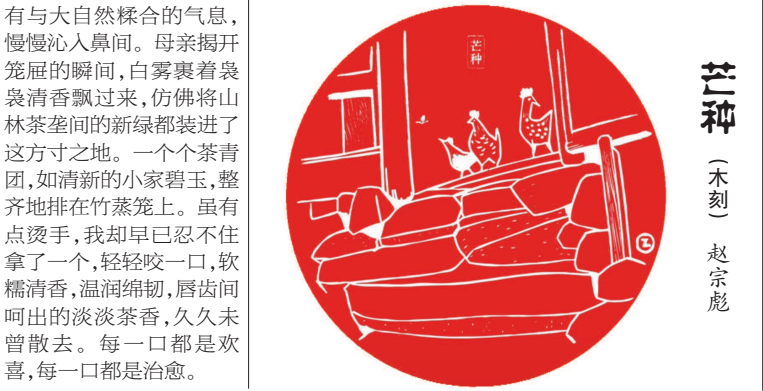
不料舒婷说了一句,那也得等余风那半瓶酒喝完再结束,不能浪费了。说得大家又哄堂大笑起来。

酒席终于在欢快的

氛围中结束。大家陆续走出包厢,说着告别的话语。只见舒婷挽着陈仲义的胳膊一边向外走一边对他说,陈仲义,家里最后半瓶茅台都让余风喝了,你要负责努力赚钱养家,以后客人有没有这酒喝看你的啦。又把大家乐得前俯后仰,笑声弥漫了夜空。

这半瓶酒的故事已经过去一个年头,至今仍让我时时回忆,感动莫名。这对可爱的名人夫妇,没有一点名人的架子,跟他们在一起总会被轻松愉悦所感染,让人深深感受到他们内心的快乐和骨子里的善良。从他们不时交汇的眼神里,更让人读到他们相濡以沫一生的恩爱和默契。

冲锋是孩子必须亲自上阵的成长,愿与所有考生家长共勉,一起静待花开!请看明日本栏。



芒种（木刻）赵宗彪

比我高出一头的小伙子:“亲爱的,你体谅妈妈,这很好。你目前学习有压力,咱不怕,咱们一起努力向前冲!”儿子“嗯”了一声之后挂了电话,我能感受到他安稳下来了。

三月,我接到班主任的邀请,希望我到班上去讲一堂主题班会。老师告诉我,经常发现凌晨四点教室的灯还是亮的,个别孩子失眠或出现幻听。义不容辞,我立马接受了班主任的邀请。虽然表面上欣然答应了,但我内心有个声音冒出来:“一个忙得快糊掉,有时也会紧张的妈妈怎么去帮助孩子们?”毕竟有多年的从业经验,我的专业素养还没丢。

当我以一名资深心理咨询师的身份讲完这堂班会课后,反馈特别好,孩子们都站起来鼓掌,压在我心里的大石头终于落了地。如今回头想想,讲的无

非是高考不是人生的终点,你们的人生才刚刚开始,以及当下的社会现状和孩子该如何看待高考等一系列话题。儿子周末回来后给了我前所未有的好评:“老妈,你挺牛的,给你点个赞!”也许这时候他能感受到老妈一直和他在一起。

心理咨询师的伴学路

刘 佳

只能请假打两天消炎针,烧退了又送回学校。折腾的次数多了,儿子也没辙了。他第一次告诉我现在一回到学校就浑身不舒服。从专业的角度上,我判断孩子已经出现了躯体化反应,一向讲究规则的我纠结之后才试探着询问:“要不就不在家休息两天?把身体养好,正好放空一下。”儿子虽然没说话,但我能感觉到他松了一口气。我发现,这两天的休息使儿子的身心都得到舒缓,效果很明显。



夜光杯