

小满,人间温柔的圆满

王建忠

夜色漫过城市的街头,忙碌的一天又要结束了。我寻了家街边的小餐馆,只想用一碗热食消解白天的疲惫。餐馆不大,烟火气裹着饭菜香在方寸空间里流转。邻桌坐着一位外卖小哥,工装不新但整洁朴素,额角的汗珠还未完全干透,显然是刚结束一段奔波。

他的餐食很简单,三个包子,一碗冒着热气的白粥,一小碟餐馆免费提供的咸菜,再无其他。这样简单的晚餐,在满是佳肴的餐馆里,显得有些单薄。可小哥的脸上,看不出半分局促与落寞。此时,他正捧着手机,眉眼弯成温柔的弧度,和老家的女儿视频。

我侧脸望去,屏幕那头,是小女孩可爱稚嫩的脸庞,清脆且有些撒娇的声音,透着甜甜的亲昵。小哥微微前倾身子,目光紧紧黏在

手机屏幕上,平日穿梭在车流里的疲惫,在这一刻仿佛已尽数散去,只剩下为人父的温柔。小哥耐心地听着女儿讲学校里的趣事,细细叮嘱着要听家人的话,好好吃饭,眉眼间满是藏不住的牵挂与欢喜。偶尔女儿逗趣,他便放声笑起来,那笑容纯粹又干净,像春日里的暖阳,驱散了夜色里的寒凉,也让这桌简单的饭菜,多了别样的温情。

我静静地看着这一幕,心中不禁泛起涟漪。不过是三个包子一碗清粥,不过是平时司空见惯的视频相见,可在这位外卖小哥眼里,便是当下最踏实的幸福。他的话语间,没有抱怨生活的奔波,没有苛求物质的丰盈,只是守着这份简单的陪伴,捧着这份细碎的温暖,便觉得满心欢喜。这一瞬间,我忽然读懂了“小满,即人间最温柔的圆满”这句话的含义,这不就是藏在人间烟火里最朴素的人生真谛吗?

小满,是二十四节气中最富禅意的一个。小满时节,万物将熟未熟,籽粒日渐饱满却不盈满,草木蓬勃生长却不张扬。一切都刚刚好,留着一丝向上的余地,藏着一份温和的期许。古人云:“月满则亏,水满则溢,人满则骄。”世间万事,皆忌过满,太满则易失,太盛则易衰。人生在世,从来都不是追求极致的圆满,而是懂得在平淡中寻知足,在平凡中守心安,这小满,便是最好的状态。

现实中,我们总在奔波中追逐所谓的圆满,渴望拥有更多的财富,期盼更高的地位,奢求事事如意,样样周全。我们忙着赶路,忙着攀比,忙着追逐那些遥不可及的繁华,却忘了停下脚步,看看身边触手可及的温暖。忘了清晨的一缕阳光,忘了傍晚的一阵清风,忘了家人闲坐的灯火可亲,忘了粗茶淡饭的唇齿留香。我们总觉得拥有的不够多,生活不够好,却在无尽的欲望里,弄丢了内心的

安宁。

反观这位外卖小哥,他身处闹市,每日在城市的大街小巷奔波,风里来雨里去,辛苦自不必说。他没有丰盛的晚餐,没有安逸的生活,却有着最纯粹的满足。一顿热乎的餐食,一次和女儿的视频连线,便是他奔波日子里的小确幸,便是他生活里的“小满”。他用心守着自己的小日子,珍惜着眼前的小幸福,便活得踏实而自在。

饭吃七分饱,茶斟七分满,人生亦是如此。小满,不是不思进取、安于现状,而是一种通透的生活态度,一种温和的处世智慧。是历经世事沧桑,依旧懂得珍惜当下的美好;是面对生活百态,依旧保持内心的平和与从容。不纠结于过往的遗憾,不焦虑于以后的未知,把握当下的每一份温暖,珍惜眼前的每一份幸福,便是对生活最好的回应。

夜色渐深,外卖小哥挂断视频,慢慢吃完晚餐,起身整理好工装,骑着电动车消失在夜色里,继续奔赴他的奔波,也继续守护他的幸福。我望着他远去的背影,心中愈发澄澈。

人生一世,草木一秋,极致的圆满从未存在,而小满,便是人间最好的状态。三餐四季,温暖有趣,家人安康,心怀暖意。有细碎的美好相伴,有淡淡的欢喜在心,便是此生最好的圆满。



纳木错“开湖”

5月19日,身着传统服饰的演员在纳木错湖边拍照。西藏纳木错湖面海拔4718米,藏语意为“天湖”。每年5月,冰封许久的纳木错褪去厚重的冰甲,迎来“开湖”时节。新华社记者 周昱龙 摄

平凡亦有光

梁勤俊

我有一个男同学,大家都叫他开红。高中时学习成绩算不上拔尖的他,性格内敛。不事张扬的个性,让他就像校园里不起眼的一株小草。可就是这样一位不显眼的同学,却格外受欢迎,大家都愿意与他交心、结伴,因为他身上有最珍贵的品质:待人真诚、为人仗义、乐于助人,总是能让人心生暖意。班上搞卫生、搞劳动,学工学农,他都是不惜力气埋头苦干的那一个。

高中毕业后,开红进入了市里一家铝制品厂。一提起乌鸦,多数人第一时间联想到的,便是霉运缠身、灾祸将至。世人固执地笃信:乌鸦的啼鸣,是游走在生死边界的信使,天生与未知、死亡绑定在一起。仅凭音色与外形,便草率为乌鸦定下千古“罪名”。这份先入为主的刻板印象,跨越国界,贯通古今。

然而,若拨开世俗成见的层层外衣,纵观中外文明脉络,便会惊奇地发现:同一种生灵,在不同地域、不同文化语境里,竟被赋予了截然相反、天差地别的精神寓意。这并非要推翻前述“偏见的一致性”,世俗层面的刻板印象确实趋同;但文明深处,真相远比偏见更丰富、更耐人寻味。

在西方文明体系中,乌鸦长久被视作黑暗、衰败与厄运的象征,常出没于悲剧场景与暗黑叙事,是不祥的代名词。而回溯华夏文明,以少数民族为主的族群,大多认为乌鸦远古起便自带祥瑞光环。早在商代,民间便盛行“乌鸦报喜”的古老说法,视其为吉兆降临的灵兽。上古典籍之中,乌鸦更是与浩瀚星象紧密相连——《山海经》明文记载,乌鸦乃是背负太阳巡游天际的太阳神鸟,执掌日月轮转,象征天地循环、万物有序,是承载天道秩序的神圣生灵。

在满族文化里,乌鸦更是被奉为尊贵神鸟。犹记儿时,祖父总在院前竖起高高的索伦杆,杆头常设食器,日日投放谷物肉食,专门喂养乌鸦。人心存善意,鸦便心怀感恩、岁岁归来。

不止于此,国人对乌鸦的尊崇,更深深根植于孝道文化之中。这份尊崇,既不同于西方视其为厄运的暗黑象征,也超越了“祥瑞灵兽”的神话光环,而是直抵人伦情感的深处。唐代白居易曾有感而发,写下千古佳句:“慈乌失其母,哑哑吐哀音。昼夜不飞去,经年守故林。”一首诗,写尽乌鸦至纯至孝的天性。华夏大地千古流传“乌鸦反哺”的美德:幼鸦羽翼长成,不忘生养哺育之恩,折返巢穴

担任保安队长一职。开红把这里当成了另一个家,把每一位病人、每一位医护人员,都当成需要关心体贴的人,主动帮忙导医引路,搀扶行动不便的患者,安抚情绪低落的家属、协助医护人员处理琐事。只要是他办得到的事情,不推脱、不犹豫,用细致入微的体贴,温暖着每一个身处困境的人。他被很多熟悉他的人誉为最贴心的“编外院长”。

时光匆匆,岁月流转,从年少时的沉默寡言,到工厂里的任劳任怨,再到医院里温暖人心的一举一动,开红始终平凡、普通、干净、不张扬、有担当。

这样的同学,没有耀眼的光芒,却有最温暖的底色;没有显赫的成就,却有最珍贵的品格。开红,是一个普通人、真英雄。

人心一叶障

明,以少数民族为主的族群,大多认为乌鸦远古起便自带祥瑞光环。早在商代,民间便盛行“乌鸦报喜”的古老说法,视其为吉兆降临的灵兽。上古典籍之中,乌鸦更是与浩瀚星象紧密相连——《山海经》明文记载,乌鸦乃是背负太阳巡游天际的太阳神鸟,执掌日月轮转,象征天地循环、万物有序,是承载天道秩序的神圣生灵。

然而,纵有祥瑞之誉、孝道之颂,世人的偏见,终究掩盖了乌鸦的本心。人们厌弃它通体漆黑的羽色,不喜它哑哑苍凉的啼声,便主观将其归为卑下不祥。但乌鸦的黑,从来不是阴暗与丑陋,不过是自然造化使然。它黑得坦荡,黑得澄澈,从不刻意讨好世间审美,只以本来面目立于天地。

从西方眼中的灾厄之鸟,到华夏文明的祥瑞孝禽,同一只乌鸦,在人类文明的镜象里被撕裂成两副面孔,一面是恐惧与厌恶,一面是尊崇与温情。可真相从来简单:它的黑,不过是羽毛不反射可见光;它的啼,不过是喉间本能的震颤。它从未刻意招惹谁,也不曾诅咒谁。世人以音色判吉凶,以羽色定善恶,殊不知,真正幽暗的不是乌鸦的羽毛,而是那颗急于下结论的心。

我们的偏见,披着文明的外衣,代代相传,却鲜有人追问一句:凭什么?也许,该被重新审视的从来不是乌鸦,也不是文学,而是我们每个人心中那根轻易定性的标尺。一念偏见,千古污名;一念清明,万物自得。

沉默生长

代亮

加班夜归的那个晚上,我第一次认真留意到窗台上的那株绿萝。彼时光漫过窗棂,洒在它大半发黄的叶片上,蜷曲的叶边像拧皱的纸,几缕藤蔓无力地垂着。这是朋友搬家时随手送的,我向来不擅照料,任它在窗台角落自生自灭,此刻倒像是照出了我连日来的狼狽——被工作压得喘不过气,连情绪都成了一团理不清的乱麻。

许是同病相怜的共情,我鬼使神差地接了杯温水,细细浇在绿萝干涸的土壤里。水珠渗透土层的瞬间,竟似有细碎的声响漫开,打破了房间的死寂。我蹲在窗边看了许久,看着月光下那点微弱的绿,忽然生出一丝期待:它会不会,也能像我期待的那样,重新好起来?

从那天起,照料绿萝成了我每日的仪式。清晨洗漱后,先给它浇上半杯温水,再把窗台擦干净,让阳光能毫无阻碍地落在它的叶片上;傍晚下班回家,第一件事便是俯身观察,看有没有新的芽点冒出来。起初几日后,它依旧是蔫蔫的模样,我心里难免失落,却还是坚持着。直到一周后,我忽然发现枯萎藤蔓的末梢,竟顶出了一点新绿。

那抹新绿像一粒石子,在我沉寂的心湖里漾开了涟漪。我开始更细致地留意它的生长:顶端的叶芽慢慢舒展,从攥紧的小拳头,变成嫩叶,叶脉在阳光下清晰可见,老叶片上的黄色渐渐褪去,边缘开始泛出健康的翠绿,连垂落的藤蔓都有了力气,悄悄朝着阳光的方向伸展。

那天午后,下了一场突如其来的暴雨。晚上归家,我跑到窗边,发现叶片落了一地,我心疼地把折断的藤蔓剪去,心里满是惋惜。可第二天清晨,当第一缕阳光透过云层照进窗台时,我却被眼前的景象惊住了:原被打蔫的叶片,竟已慢慢舒展开来,叶片上的水珠在阳光下闪着光,像哭过之后又被擦干的眼泪。

那一刻,我忽然红了眼眶。这株看似柔弱的绿萝,竟有着如此坚韧的生命力。它不抱怨过被忽视的落寞,不纠结被风雨摧残的伤痛,只是默默承受,然后拼尽全力生长。反观自己,不过是遇到一点工作上的挫折,便整日消沉,连重新出发的勇气都没有。

最平凡的绿萝,用它沉默的生长告诉我:生命的美好,从来都不在于一帆风顺,而在于历经磨难后,依然能生出向上的力量。

一念天地宽

邱玲娜

有一天,我读到一个关于“丢手机”的故事。故事里的人笑着说:“旧的不去,新的不来。”语气里没有懊恼,只有一份轻快的接纳。

这让我想起自己大学毕业那年,在回家的公交车上,背包被利刃划开,手机、钱包、车票,转眼间消失无踪。惊慌与懊恼如潮水般涌来,但很快,一个念头如清风拂过心头:“幸好,那刀锋只是划破了行囊,并未伤及我身。”就这么一转念,先前压在胸口的沉重,竟释去大半。

我们太容易给自己筑一座无形的屋。墙是“理应如此”,窗是“一向这般”。在这屋里待久了,便以为世界只有四壁那么么大。却不知,门从未上锁,轻轻一推,就能豁然开朗。

我开始学着做那个“推门”的人。同样是雨天。从前只觉得心情湿漉漉的。后来我换了一种走法,不再与天气对抗,而是静看雨珠在叶尖滚落,聆听那淅淅沥沥的节奏。街角踩着水花的孩子,那身鲜亮的雨衣,不正是灰蒙世界里跃出的欢欣吗?境未变,心转了,世界也跟着换了容颜。

与人相处也是如此。曾因一句无心之言而心生芥蒂,可试着站到对方的境地,或许那一刻他正带着疲惫,又或许他的笨拙言辞背后藏着善意,心中的块垒便渐渐松动。在家庭餐桌旁,在职场工位间,这换位的思量,如一缕柔光,化开许多暗影。这便是“逆着想”的好处。它不是叛逆,而是为自己多开一扇窗。科学殿堂里,多少发现源于“何不反过来想想”;生活迷宫中,多少困局解于“不妨转弯”。

这并非要我们做自我麻痹的阿Q,而是对世界的圆融洞察。如今,我依然会遇到烦心事,但不再困在最初的情绪里。我会停下来,和自己商量:换一扇窗,看看风景如何?往往,只是视角的微小偏移,眼前的世界就大不相同。

换种思维看世界,世界不曾更改分毫,却又仿佛是全新的。

“浪费”一点光阴

颜克俭

前阵子我可真是忙晕了。那种忙,怎么说呢,像是被上了发条,滴答滴答,从早上睁眼响到晚上闭眼。吃饭是任务,睡觉是程序,连下一秒都看得看日程表。整个人是飘着的,脚不沾地。

那天下午,纯粹是意外。要去的那个地方,坐地铁绕,打车又堵。一抬眼,站台正好停着辆公交车,数字挺陌生,也没几个人上。鬼使神差地,我就上去了。投了币,咣当一声,好像把什么沉重的东西也暂时丢在了门外。

车厢里空荡荡的,阳光透过有些灰尘的车窗,变成一道道暖的光线,落在蓝色的塑胶座椅上。我找了个靠窗的单座,没看手机,就那么瘫着。发动机嗡嗡地响,车子启动了,不紧不慢的。它不像地铁,一条直线钻到底,目标明确。它得照顾这片街区,拐进那条小巷,在菜市场门口停一停,等几个拎着布袋子的老人慢悠悠上来。我开始还下意识地着急,后来,算了,急什么呢?我连这车最终开到哪儿都不那么在意了。

就这么看着窗外。那些平时飞速掠过的风景,慢下来,竟然全是故事。阳台晾晒的衣服,在风里微微摆动,花裙子旁边是件小孩子的海魂衫。一家点心店的玻璃橱窗朦朦胧胧,里头堆着金黄的菠萝包。骑电动车的外卖小哥,在等红灯的间隙,仰头喝了口水,喉结剧烈地动一下。

这些,不才是生活最原本的质地吗?粗糙的,温热的,带着烟火气的。那种对时间流逝的敏锐感知,对细微变化的捕捉能力,是什么时候丢掉的呢?大概是被“效率”这两个字偷走了吧。我们总说“节省时间”,可省下来的时间,又去了哪里?不过是塞进了更多的“待办事项”里。有时候,我们用速度交换了体验的深度,用便捷牺牲了过程的趣味。

我想起古人说的“悠闲”。闲,不是无事可做,而是心有余地。是心里头那亩田,没有密密麻麻种满焦虑的庄稼,还留着一块,能看看云,听听风,接住偶然飘来的种子。就像这趟公交车,它有自己的节奏,不赶。它允许你发呆,允许你“浪费”这一小段光阴,正是在这种“浪费”里,你反而把自己找回来了。

终点站到了,是一个我没来过的老城区边缘。我下了车,站在陌生的站牌下,伸了个大大的懒腰。奇怪,身体里那种紧绷的、漂浮的感觉没有了。脚踩在地上,是实的。

这大概就是生活悄悄告诉我的事吧。你得慢下来,才接得住。

在清风中悦读

张裕臣

选一缕阳光,找一方清静
我在清风中悦读

一边是青杏摇曳,一边是花朵轻语
打开一本书,细语慢读
一只蜜蜂围着我飞来飞去
偶落页间,透明的双翅振动
文字在蜜蜂的吟唱中欢快流淌
蜜蜂尝到了墨香
我欣赏到一次飞翔

得一缕温暖,品一行真诚
我在清风中悦读

前面是溪水潺潺,后面是柳林扶摇
展开一本久慕的话本,朗读喜唱
一只黄鹂看着我跳来跳去
文字在它的鸣叫中明亮了眼睛
黄鹂观看悦读者演出
我听到一次思想的合唱

汲一片光明,采一朵真诚
我在清风中悦读

头上是蓝天白云,脚下是绿草茵茵
铺开一本人生大卷,细细品味
一支彩笔在白纸上轻写浅描
写一篇人情冷暖,画一幅雨雪风霜
思考的脉络像长河浩浩荡荡

享一缕安宁,吐一丝真诚
我在清风中渐渐顿悟

北京的雨季

沙剑青

雨季要来了。虽然我无数次想过,这个夏季它能否来得更舒缓些?也或许,依旧像每年那样,还没下楼,就无理由的,大片雨扇到屋檐下、车棚处,像一个暴怒的人,从东甩到西,从无尽的黑夜,下到雾蒙蒙的白天。这让在北京室内工作的人,只有叹息的份儿。也怀疑着,北方是否需要这样的瓢泼。

然而今年的雨,来得有些奇怪,也许无法用“正常”来形容。它是贴到人间的。缓缓地,从头上一点点,挪到了地下一大片。经常外出的时候,觉得今天要放晴了,戴上一顶草帽,看晴朗的太阳是否还在天上挂着笑呢。那个泪滴,从云朵里翻下来的泪,忽然掉落人间,让我这样的人,接住,叹息。难道云也有烦心事?

当然,在人类的语言里,“忧愁”只有两个字,下成了雨,就变得很多个。它滴下之后,立刻进入土壤和空气,任由美丽灼热的太阳,继续翻烤大地。也有可能变成智者,在你无法抉择之时,重重拍下一阵,让你的灵魂得以生动而具体。它也很有涵养,轻飘飘地来,告诉你人间疾苦,适时地走,生怕打扰重重生活的你。

原来,北京的雨这么有趣。它在身上拍打、翻滚,快速地离开,然后变成下一次偶然的坠落。等待下雨,成了薛定谔的事,你不知道它何时何地会出现。但你有感觉,它一定会来,雨总会在你不经意之间,来破坏你的自以为是的,在不合时宜间,让你明白一个道理:躲不掉的,该来的总会来。因此,不如双手欢迎它,毕竟在它还没那么夸张的疾风骤雨之前,只是适时的,穿过你的肩。那么,好雨知时节,北京的雨,那美感的雨,还是值得欣喜地、宽容地、深深地,接住它……

喏,我爱北京的雨,亦如爱这无法遗忘的城市。