

深秋飘香

□ 蔡璐

天气愈发冷峭，秋味也越来越浓烈。每年深秋，对于每个东北人来说，各家各户都会开展一场轰轰烈烈的囤白菜盛宴。从十月初开始，一直持续到十一月中旬，大街小巷随处可见卖白菜的大卡车，以及成群结队买白菜的身影。不同于南方地区，东北人买白菜都是几十斤，甚至几百斤的囤货。白菜，已然成为东北过冬的一种标配。

这件事儿，一开始就是个高潮。由于东北地区冬季漫长且寒冷，很难买到新鲜且物美价廉的蔬菜，所以每年深秋，家家户户都会存储大量的蔬菜以备过冬食用。当空气中开始弥漫着满是大白菜的味道，那就表明一场声势浩大的全东北行动正式拉开帷幕。这时，几乎所有的人家都会蜂拥而至各个买菜的大卡车站，运回家中几十斤的白菜，然后晾晒在小区的空地、楼梯间以及自家的阳台上。



小区的空地，常是各家疯抢的场所。刚买来的白菜，人们通常是不会直接往屋里拿，而是会放置在阴凉通风的地方晾晒几日，待表层的水分晾干，才会放置在温度适宜的地方存放。存储白菜的场所，温度不宜过高，也不宜过低。因为过高的温度容易使白菜发芽腐烂，而过低温度则会使白菜受冻烂，所以0℃~5℃常是存储的最佳温度。

第二步就是腌制酸菜了。在东北，几乎家家户户都会把白菜腌制酸菜。特别是农村地区，每家每户都会有一两个专门存储酸菜的大缸。到了冬天，自家田地里的白菜都会被腌制起来。然后呢，就是挨水了。腌制酸菜是很有讲究的，刚放入缸中的白菜基本上要隔两三天就要捞出来换一次水，以防止腐烂。一个月后，新鲜的白菜便会变成酸菜。可以制成酸菜猪肉炖粉条，也可以包酸菜馅饺子等等，腌好的酸菜可以吃到来年夏天。小时候，常常白菜下缸没几天，闻着若有若无的“臭味儿”，我就开始问妈妈什么时候可以吃上酸菜。就这样，掰着手指头数啊数，终于等到白菜酸了，可以吃上酸菜了。

腌好酸菜的那天，是每个东北家庭的一个小小的节日。父亲会一大早洗好酸菜，切成一条条丝状放置在厨房阴凉处，母亲晚上下班回家便开始放入猪肉馅和葱姜蒜等配料搅拌均匀，而我则在一旁耐心地对面，擀面皮，等着和母亲一起包饺子。待饺子上了蒸锅，父亲便开始在厨房的角落里剥蒜，然后捣碎加入酱油，制成蒜蓉，作为饺子的蘸料。在东北，吃饺子是有蘸蒜蓉的习俗的。那顿看似稀松平常的晚饭，却是家里除却传统习俗外，最具仪式感的一天。至于为什么？我一直也没搞清楚这个问题，只是觉得就该如此。几盘子的酸菜馅饺子很快便会横扫一空，一顿饭吃下去十几个甚至二十几个饺子，在东北是在稀松平常不足挂齿的小事。

在东北，那一坛坛酸菜是时光与爱的馈赠，是勤劳朴实的人民对于深秋，对于冬天最深沉的仪式感。大学毕业，我来到了南方工作。南方温度适宜，近乎常年翠绿，自然而然也不会再在深秋季节囤白菜。可每当秋风乍起，落叶萧萧，我还是会想起东北，想起成群结队囤菜的父老乡亲。

《人间小满》：烟火里的欢喜与自在

□ 李晨

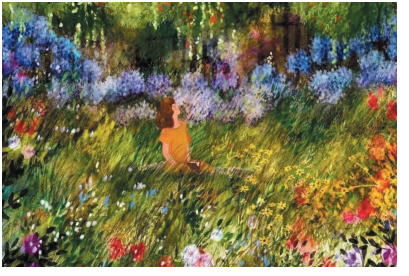
前两天，我在书店偶遇了《人间小满》。读这样一本书，真的是闲暇时光里的自我疗愈，更是忙碌生活里的一丝恬静。读着读着，仿佛时间也慢下来，窗外的星月也洒下了光。

《人间小满》(水利水电出版社，2022年9月)作者姑苏阿焦，本名焦佃毅，苏州市民间文艺家协会会员，多家杂志特邀插画师。他被誉为“四栖雅士”：具有汪曾祺笔下的人间烟火，苏东坡式的人生哲学，季羡林文字里的人间智慧，小林漫画的风格和幽默。他的作品以描绘寻常生活的点滴见长，极具禅意和智慧。《人间小满》是一本全彩漫画集，全书以漫画形式讲述了关于修身、齐家、治国、平天下，关于现实、诗和远方，关于茶、酒和咖啡等人生况味和思考。全书分为四辑和一个特别篇，四辑分别是《平庸人生的乐趣》《寻常生活方见烟火气》《风物人间，缓缓而行》《日有小暖，岁有小安》《特别篇》是一位父亲写给女儿的深情寄语。读着读着，

全书用300幅画作和充满温情的句子，传达了“不急不躁，分寸刚好，不自满，知不足”的小满哲学。阿焦老师的漫画造型独树一帜，画的是一个位肚子上有肉，头皮脱发，家有小棉袄，养着大花猫，有点油腻怕老婆的中年男人——张三对生活的理解。作者把生活中的鸡毛蒜皮与酸甜苦辣，通过手中的画笔艺术般地展现在画纸上，禅意和智慧，嬉笑与反思，尽在笔尖泻出。他的画中，有我们能看懂的情怀，也有我们共情的日常。画之外还会赋文一篇，或寥寥数语，或如诗美文，越嚼越有味道。这种文以载道，图以日常，图文并茂，可谓珠联璧合，入脑入心，妙趣横生。

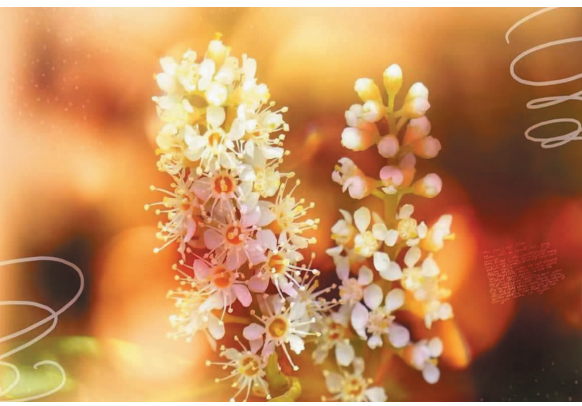
全书讲的是张三中年的生活和心境，褪去了“少年鲜衣怒马”的冲动，也不再纠结“英雄仗剑天涯”的豪迈，回归的是三餐四季，关心粮食和蔬菜。文中妙语连珠，关于生活，他说：在偌大的城市里，即使只身一人，也要好好照顾自己，热爱生活，生命也会晴朗起来。面对焦虑，他说：把欲望收回来一些，把梦想缩小一点，想想最爱吃的是什么？面对困境，他说：不知所措的日子里需要些嬉皮笑脸，方能度过那些岁月艰难。面对抱怨，他说：一个人知道为什么而活，方能忍受任何一种生活。面对感情，他说：人生里的一些欢喜没那么复杂，你笑了，我便大声地笑，花开了便是春天。关于孤独，他说：守住当下，真切地体验生活，内心的充盈会把孤独变成路上的风景……书中质朴的人生箴言，活灵活现地写透人间世俗又朴实的生活。虽然都是柴米油盐的俗事，但人生时节，胸有沟壑，眼存山川，俗事也都是正事、大事！每一页写的都是张三的中年生活，自我调侃中夹带劝诫和开导，这写的又何尝不是我们芸芸大众呢？

日有小暖，岁有小安。生活哪有什么最好？其实，现在就很好。“一箪食，一瓢饮，于陋巷也能快乐的圣贤；为一箪食，一瓢饮，忙碌着的才是寻常生活。”生活里保持一份淡然与平和，珍惜自己拥有的，认真过好每一天。人生不一定能常顺遂，但只要心怀乐观，感恩而留有余地，每个人都能找到属于自己的烟火人间的欢喜与自在。



桂花香起十里浓

□ 陈赫



金秋十月，大地万点黄金，幽香远闻十里，此时正是桂花成为主角的时节。桂花是中国传统十大名花之一，它清可绝尘，浓能远溢，堪称人间一绝。因其高雅而贞洁的品质，历来深受中国人的喜爱，更是众多文人念念不忘的吟咏对象。

“玉颗珊珊下月轮，殿前拾得露华新。至今不会天中事，应是嫦娥掷与人。”桂花

“水是眼波横，山是眉峰聚。”这水，是春水。活泼，青春，像少女的眼睛。“眼色暗相钩，秋波横欲流。”这波，叫“秋波”，实为眼波。火辣，热烈，像激情的夏水。拿眼波比水波，拿水波比眼波，古人在两者之间切换，比来比去，皆因二者神似。于是有人干脆不说了，直接以水代眼，创造了一个深情的词语——望穿秋水。

望穿秋水，为什么不是望穿“春水”“夏水”？或许有两句诗能帮我们揭晓答案：一句是“自古逢秋多寂寥”。秋天是个敏感的季节，秋上心头，人很容易产生各种愁绪，所以会“望”；另一句是“秋水无痕清见底”。秋天的水，澄澈透明，这样的水，才能够“望穿”。相比而言，春水缠绵，多了一份慵懒；夏水恣肆，少了一份柔顺；只有秋水，清澈明净，盈盈脉脉，最适合形容一双深情的美目。

秋水如眸，让人想起《诗经》中那个静静地伫立水边的女子。喜欢秋水，喜欢它那恬静安然。或许因为年龄的缘故，我总觉得，春水太欢，夏水太闹，只有那一湾秋水，清雅空灵，让人心宁气静。

秋日的午后，喜欢一个人散步，总是走着走着，就走到了太白湖畔。深秋的湖滨，没有蜻蜓，没有飞鸟，也很少有游人打扰。湖里的荷叶已经凋零，青蛙们早已不见了踪影。水边的菖蒲，只剩瘦瘦的茎秆，在秋阳中回忆昨日的葱茏。岸边的芦花，却平静得如一湖秋水，任凭岁月的风霜，染白满头的秀发。或许，一个人只有走过了花团锦簇的春天，走过了盛极一时的夏日，走在落叶缤纷的路上，心里才铺得开一泓秋水，看它静水流深，浮光跃金，才能体会到宁静的诗意和本真的美好。

喜欢秋水，喜欢它的澄澈明净。许是因为有了隐隐的寒意，秋水与春水夏水相比，少了许多喧嚣、繁杂和羁绊，多了一些清幽、简约和澄明。秋天的水，纯净得像孩子的眼眸，清澈得能看见水底的鱼虾。

常常，一个人静静地站在湖边，望着满湖秋水，看湛蓝的天空，投在水中的倒影，看洁白的云朵，在水里堆积成山。偶尔，一两条鱼儿游来，让人以为，是飞鸟在天空中徘徊……

云是白的，水边的芦花是白的。芦花和云朵映在水里，水也被染成了白色。一只翠鸟，孤独地立在一株芦苇秆上，像一枚蓝色的宝石，镶嵌在白色的绒帽上。这样的景象，让人莫名就想起了故乡。

秋水如眸，了无纤尘；人如秋水，淡泊宁静。站在湖边，在秋水的眼眸里，看得见蓝天、白云、芦花，还有千里之外的故乡……

又到杏叶黄的时节

□ 木易

如果天空是蔚蓝的大海，银杏叶就是金黄的浪花，卷起深秋的妩媚；如果天空是蓝色的毛毯，银杏叶就是金黄的花边，绣出深秋的浪漫。一幅纯净的画卷悬挂你头顶，给你戴上唯美的皇冠。蔚蓝的天空，金黄的银杏叶，黄与蓝，最完美的组合。

窥探在树枝的阳光，让心猿意马的银杏一脸娇羞的金黄。是阳光灿烂了银杏的容颜，还是银杏点燃了阳光的梦想？阳光与银杏，将笑声不断上扬，初冬的冰寒，融入一片温情的湛蓝。

片片金黄，如天边的云霞，点亮冬的灰暗与寂静。是谁的笑滴落眸？静静伫立，任缤纷的词语飘落手臂。拾一片银杏叶悄悄寄放在梦里，蓄一掬在来年翠绿绽放的相思。

谁推波助澜的风，在我鬓角簪一朵花，在我裙衫簪一朵花，在我的眸子簪一朵花，在我的唇边，甚至，在我的手掌，都要簪一片绚烂的金黄。将我柔情地包裹，埋进芬芳的泥土。听到雪花在我耳边轻柔地呢喃，触到蚯蚓在泥土的深处不停歇地吟唱……我在春天醒来，轻盈朱唇，吐出一串翠绿的诗句。

这一片金黄，是母亲温柔的絮语，故土难舍。这一片金黄，漫过长夜，漫过孤寂，在心空闪闪烁烁。真的无法拒绝，谁也无法拒绝，就像无法拒绝春天的花朵，抱紧青春的那一抹微笑……



明月，不知道这秋思之情落在了谁家？

诗人王建有身寒微，一生潦倒，他与张籍友善，乐府与张齐名，世称张王乐府。这首《十五夜望月寄杜郎中》诗意境很美，充分体现了诗人对语言的驾驭能力，其丰美的想象，用桂花渲染了中秋望月，特定的环境气氛。而这一个问句的结尾更是神来之笔，把读者带进一个月明人远、思深情长的意境之中。

“不是人间种，移从月里来。广寒香一点，吹得满山开。”桂花树不是人间的树，而是从月宫移栽来的。因为它的香气是发自天上，所以满山遍野飘香。

南宋杰出的诗人杨万里，与尤袤、范成大、陆游合称南宋“中兴四大诗人”“南宋四大家”。在他的这首《咏桂》中，虽然语句不多，但却能让人真切地感受到，诗人对桂花的喜爱之情。这首诗一开始就说桂花，不是人间种植出来的，盛赞桂花之香浓是来自天上品种。颇有“此曲只应天上有，人间能得几回闻”的意味。

“暗淡轻黄体性柔。情疏迹远只香留。”

生活中许多美好 都源于内心的安静

□ 夏暖风曈



安静，让人获得内在强大的力量。

于无声处听雨，于寂静时看山，这样的日子，就足够美好。静，能生智慧。

看过一段话：“让内心安静、安定下来；工作，踏实而勤恳；待人处事，和顺气畅。”当你不再急躁、喧哗，方能好好打理生活，把每一件事都有条理不紊地做好。安静，是退出他人的热闹，回归自己的世界。

尽兴生活 活得通透

——读朱光潜散文集《像草木虫鱼一样生活》

□ 任彩芸

《像草木虫鱼一样生活》(百花洲文艺出版社出版 2022年6月出版)，是朱光潜先生漫谈人生修养的作品，收录32篇散文佳作，涵盖生活、读书、修养、生命等领域，文字朴实无华却大道至简。让我印象最深刻的，是朱光潜先生的通透：在幻变人生中尽兴而为，在立身处世中绝不贪懒取巧，在人生道路上善于取舍，活出生命本来的样子。

像草木虫鱼一样，顺应本性，尽兴生活，这是面对无常人生的通透。在《谈人生与我》一文中，提到人类痛苦的根源，朱光潜一针见血，说这是因为人类认为自己更重要，希望造物主待他们应该比草木虫鱼优厚。而草木虫鱼无论是在和风甘露，还是在炎暑寒冬，总是那样活着，不计较、不追究、不抱怨。那人类应该如何生活？朱光潜说：“就顺着自然所给的本性活着，像草木虫鱼一样。”这不同于我们经常挂在嘴边的“躺平”，适应各种境

遇，活在当下，享受当下，即便遇到不能改变的事情，也能达观知命。朝抵抗力最大的路径走，百折不挠，这是面对人生苦难的通透。朱光潜在《朝抵抗力最大的路径走》中谈道：“在立身处世的任何方面，贪懒取巧都不会有大成就，要有大成就，必定朝抵抗力最大的路径走。”面对环境的“抵抗力”，是迎合惰性，缴械投降，还是动员意志力，勇往直前？朱光潜旁征博引，正反论证，号召我们本着大无畏精神，孜孜不懈。朱光潜的文字冷静里透着力度，让人感受到清醒而通透的力量。

懂得取舍，不贪多求全，这是面对纷繁选择的通透。我们都知道，鱼和熊掌，不可兼得也。但现实生活中，很多人既不肯舍弃，也不肯舍熊掌，终日思虑患失。在《谈摆脱》这篇文章中，朱光潜给我们吃下了定心丸：“认定一个目标，便专心致志地往那里走，其余一切都置

到。一个人是否幸福，并不取决于外物，而在于是否有感知幸福的心。一声清脆的鸟鸣，一缕迷人的花香，一杯淡雅的清茶，一本怡情的好书，一顿舒心的美食，一个暖暖的拥抱，都能给我们带来幸福。构成幸福的关键因素不是物质，而是心理上的。享受大自然的恩赐，珍惜眼前的美好，就能让我们感知到幸福。

有热爱和兴趣，奔赴山海，投入时间和精力，收获微笑和成功，就会让幸福驻扎在心田。

有梦想和信仰，辛辛苦苦，默默耕耘，投入汗水和心血，收获鲜花与掌声，就会让幸福如花绽放。

有善良和真诚，赠人玫瑰，手留余香，投入真情实意，收获感恩与回报，就会让幸福溢满心头。

我们在平凡中生活，在平凡中寻找幸福。当我们每一天过得充实，眼

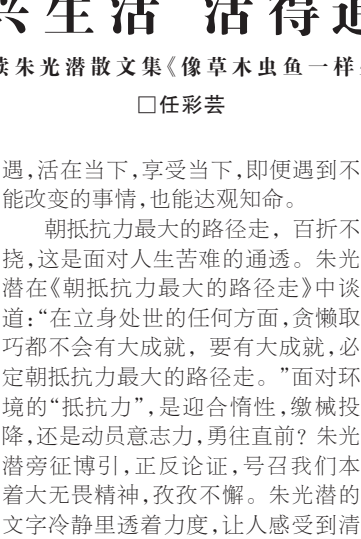
是孤独，而是保持一种清静。安静，不是静止，不是无所作为，而是洞察之后，采取最适宜的措施。不声张、不炫耀，在自己的世界里，做一个安静得体的人。遇到事情，静下心来，把手头上的事做到极致，路自然越走越宽。在宁静、淡泊的心态下，我们才能慢慢体会到生活中的美好。

安静，是顶级的修养。安静，不是追求外部环境的绝对安静，而是一种内心沉淀下来的状态。安静，不是故作姿态，而是跟随一生的修养，学会感受生命的美好。别再纠结那些烦恼，听从内心的想法，过好当下每一秒。做一个安静细微的人，于自己的世界里自在开放。让内心安静下来，慢慢地和时间相遇，和美好相遇。静下心来，好好思考，才能解决问题。心中若是被烦扰打乱，结果就会越来越乱。抛开纷扰，回归平静，多听自己的内心。静下心来，一切豁然开朗。

一个人内心安静朴素，圈子干净简单，生活自然顺遂圆满。

之外度，这是成功的秘诀，也是免除烦恼的秘诀。”做学问也是如此。《谈读书》一文，朱光潜批评“读书以多为贵”的现象，指出读书并不在多少，最重要的是选得精，读得彻底。生活中，偏执的人只想着“取得”，而通透的人却懂得“取舍”。最好的努力，是选准方向，精进自己，而不是贪多求全，消耗自己。

读完此书，朱光潜先生的谆谆教诲萦绕耳畔。愿我们像草木虫鱼一样，尽兴生活，以一颗通透的心，走过丰盈的一生。



幸福不在别处，在心里

到中迷茫，心中无烦恼，日子就会充满诗意，岁月就会洒满清欢。

这一生，不必去羡慕别人，不必去迷茫未来，脚踏实地地走，真情真挚地活，为自己而活，为所爱的人和爱自己的人而活，就能活出幸福，活出价值。

有时，幸福就是那个早上挥手说“再见”的人，晚上又平平安安地回来了。我们要相信，任何一个平凡人，都有属于自己的幸福，总有一个人把你放在心上。

别人有别人的幸福，你有你的精彩，重要的是你幸福，而不是比别人幸福。没有统一的答案描述什么是幸福，因为每个人对幸福的定义都不一样，但是要相信自己可以决定自己的幸福。

愿我们都能成为幸福的人。

(来源：学习强国)