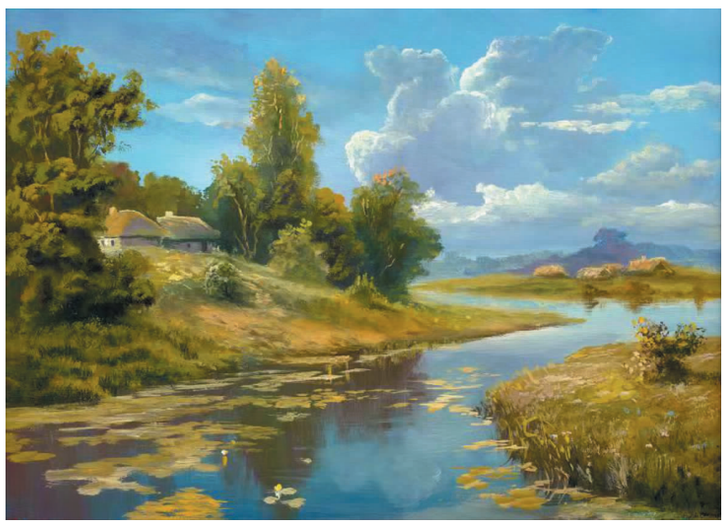
慢生活　柔时光

□李仙云



每每徜徉于绿荫匝地、湖河相映的公园堤岸，一种回归自然的返璞归真感，让我像鸟儿重返丛林。阳光从密密匝匝的枝叶间倾洒下来，映得林间光影斑驳，清风在小径逶迤，燕雀在枝头啁啾，花儿的芬芳馥郁着心扉，“闲看陌上花开烂漫，漫随天外云影徘徊”，那一刻，给心灵卸下凡尘的盔甲，人似步入了“水草丰美”的精神绿洲。

我喜欢落坐于河岸边的一棵桑树下，那里杨柳依依，绿草如茵，水流低吟，鱼儿游曳，有时会有羽毛艳丽的鸟儿从水面掠过，泛得涟漪如花。我经常会遇到一对白发苍苍的老夫妻，他们一口浓重的东北腔，快步疾走几圈之后，他们会坐于桑树下休憩，兴致浓浓地打开手机听歌。那一首首沉淀在记忆里的经典老歌就飘入耳际，瞬间就勾起我一段过往，牵惹出几多阑珊心意，那熟悉的旋律让人醉意熏然。我在《小芳》那质朴、率真的民谣韵律中，仿佛回到了豆蔻年华的学生时代，曾经这首风靡校园的歌曲，也曾“伴我度过那个年代”。在高亢悠扬、深情款款的《乌苏里船歌》的优美旋律中，两位老人轻声吟唱，望着碧波浩渺的水面那渐行渐远的货船，他们目光迷离，情思悠远，我想他们定是在思念那魂牵梦萦的故乡。

在湿地公园的一处绿茵草坪间，每到夕阳西下，缕缕晚风柔柔的拂过肌肤，忙碌一天的“上班族”牵着狗儿，带着孩子在草地上嬉戏玩耍。刚刚学会走路的孩子步履蹒跚地抱着皮球，在草地上摇摇晃晃煞是呆萌可爱。泰迪犬像个忠诚卫士跟随左右，宝宝不时将它拥至怀中，亲昵地抚摸揉搓。抬眸凝望，落日熔金，暮云合璧，草地氤氲在金色的光芒中，孩子被光晕包裹像个纯净的小天使。那一刻，人与自然情景相融，妙合无垠，美得醉心蚀骨。

近日常看到一对年轻夫妻带着一个十岁左右的小男孩在草地奔跑，和萨摩耶犬欢愉地追逐，我随口问了句：“你们经常带孩子出来玩，不担心他功课吗？”年轻的父亲说：“给孩子一个快乐的童年，不能让繁重的作业和手机游戏占了他所有时间。其实抽出一点时间让他在草地上和狗奔跑，也是让他亲近自然爱护动物，树立与人为善的品质。”

在那个凉风习习的暮晚时分，当最后一抹云彩像身着霓裳羽衣的仙子在天际飘浮，我们沿着湖畔徐徐前行，无数盏灯像一颗颗夜明珠把湖边照亮，波光潋滟，湖面如江南丝绸般流淌着炫丽和暖意。我不由得想到蒋勋那句：“生活因慢，而有了美感。”劳顿了一天的人们悠闲地信步湖边，让风儿吹散周身的疲累，给心灵觅一处最惬意的栖息地。举头遥望，连悬挂中天的明月也显得顾盼生情。

在这百媚千红的尘世，太多诱惑总在掀起欲海涟漪，疲于生计，我们行色匆匆，生命似钟摆般转动不休。我们似已适应了高压力快节奏的步调，惯性驱使我们日复一日内耗着生命的能量和激情。其实生命中还有一种“静能量”，慢生活，它不受凡尘牵绊，如静水深流般在生命的河流暗流涌动，唯淡泊、宁静之人方能领悟那份闲逸，在心中“修篱种菊”，即使“偷得浮生半日闲”，也要把这剪玄色时光过得舒淡清雅，怡情悦志。

秋 箭

□邹娟娟

秋日如箭，有横扫千军之势。

且看秋阳烈焰，喷吐或红或金巨龙，翻涌热潮，大有欲将张飞脸谱倾涂到底的决心。多日高温输入，整个大地温烫，风，定不会习习而过，吹在身上即刻掀出阵阵汗珠。

秋到乎？热难忍。有经验的老人说：“秋包伏，热死狗。”看来秋老虎的威力不容小觑啊！老人们走路慢，专挑阴凉处，趁早晚凉出行。上班族出门必全副武装，继续夏日“风采”。车类，不改流通速度，时而动如狡兔，时而静如处子。露天停滞汽车大多裹外衣，演绎大型时装秀；电动车套披风，开起来飒爽无比，如同自带盾牌披荆斩棘的勇士。

嗬！为躲秋日箭，阳台上的黑色遮阳网严守阵地，大型小型伞类开出绚丽的“花朵”，开放的角度取决于秋阳的高度，一刻一摆，生生摆出时钟伞花的效果。青蛙跳进荷塘，在水下和鱼儿嬉戏。蝉，躲在叶片后，将鸣响奏出几重唱。马蜂活跃在高大的梧桐树下，苍蝇蚊子潜伏在隐秘的角落。

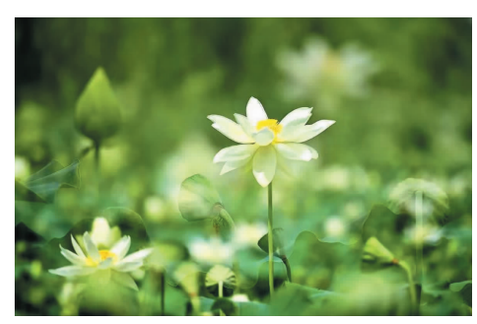
秋日箭，密密匝匝，不是想躲就能躲。露天工作的人们，哪能随心所欲选择阴凉。从夏到秋，没有止息。踩脚手架的工人除安全帽属硬核装备，其余部位早已被秋箭同化，涂成张飞色。农人们在发烫的起灰尘的地里除草、打农药、收割，每种活计都要在亮处进行。锄头柄、镰刀头、药水机、箩筐、蛇皮袋……全是烫的，全罩在金色的秋箭中。

秋箭下的花草愈战愈勇，更迭不息。街头巷尾，转盘拐角，随处可见层叠的精致花坛，赤橙黄绿青蓝紫，犹如夺目彩虹，铺在城市脚下。向日葵雍容典雅，在阳光的见证下，快速完成繁花锦簇到果实连缀的华美转身。太阳花，小则小矣，不惧热烈，轻轻松松延展一片。那些藤状植物，匍匐着，攀爬着，开着花，结着果。花朵不是成串的紫红雪白，就是大小不一的金色喇叭，是朝天阙的喇叭！

秋如箭。短短数日，在你不注意的某个瞬间，焕发新貌。譬如收获在即的日子，每日都是浓墨重彩，每日都被秋箭穿透，射出酣畅饱满和厚重芬芳。稻谷拼命汲取养分，豆类在澎湃鼓气，玉米按着冗长的黑胡须清唱秋之歌，花生红薯芋头悄悄在地下快速扩张。一朵棉花刚谢，核桃样的果子赶忙冒出。天上澄澈清明，云朵静立。地上万象更新，翻动如书页。

秋箭之上，是四季，是时令使然。秋箭之下，是汗水，是五湖汇聚。适应了夏天，酝酿的大地，煎熬的河流，一到秋日，反馈成硕大的镜子，一面透亮到直达人心，一面深沉，到处攒聚力量。天高云淡，风正气清。秋，不分早晚，势必翻出恢宏篇章！

秋日，在弓在弦，当如箭！



愿你做好自己，活得自在

从什么时候开始，你意识到时间的流逝了呢？

朱自清在《匆匆》里感叹：“洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝望的双眼前过去。”

春夏秋冬，就这样循环往复地流转。

有人说，日子过得越快，人越容易焦虑。想要的太多，心也跟着着急。

看到网上有人提问：“怎样才能把日子过得从容不迫？”

一个高赞回答是：“做好自己的事，少管、少看他人。”

仔细想来，生活的幸福秘诀其实就是做好自己。

当一个人越来越少关注外界的动态和声音时，内心也会变得越来越安定、从容。在别人看不到的角落，努力经营着自己的生活。

吃好每一顿饭、读好每一本书、认真去爱身边值得爱的每一个人。

不用每天过得轰轰烈烈，而是在该工作时努力工作，该放松时尽情地放松。

有自己的小生活和小情趣，不用想着改变世界，而是活出自己就好。当心安定的时候，人生也就从容了。

我们总是站在自己的烦恼里，拼命地眺望着别人的幸福。

如果可以重新选择，现在的生活是不是会更好呢？

谁也不知道。

看过一句话：“人间不会有单纯的快乐，快乐总夹杂着烦恼和忧虑，人间也没有永远。”

人生从来没有哪一种选择是完美的，也没有哪一种生活是完美的。

但不论哪个阶段，哪种生活，总是有舍有得，悲喜交织。

我们能做的，是珍惜自己拥有的幸福，努力让当下的自己，活成最好的模样。

前不久看到一个视频。视频的主人公是一对普通的小夫妻，他们在一所大学旁边经营着一家小餐馆。

十几年前，夫妻俩最大的梦想就是能拥有一套属于自己的房子。

他们的日子一天一天、一年一年地重复着：买菜、炒菜、打扫卫生、招待来店里的客人。

十几年后，他们仍然在大学旁边开着那家小餐馆。

十几年前，夫妻一无所有，现在，他们有了自己的房子和车子，还有两个活泼可爱的孩子。

学生们放暑假的时候，他们也会休息一阵，一家人开车出去走走。

日子过得很普通，却经常能在他们脸上看到幸福和笑容。

做好手头上的事，不好高骛远，脚踏实地地做好手头上的事情，经营好自己的小家庭。只要肯干肯付出，都会拥有一份属于自己的小幸福。

有时候，我们觉得日子平凡，觉得自己普通。但人生的很多幸福，其实就藏在平凡的烟火里。

日子，不用多壮阔，平常、安稳就好；家不用很大，温暖、温馨就好。

我们虽平凡，但也可以有光。

满庭芳菲纳清秋

□张理坤

七月的暴雨隔三岔五光临，庭院里碧绿的菜畦越发青翠，丝瓜青青的藤蔓、辣椒红红的灯笼、茄子长长的手掌在招摇……

推开院门，灿烂的阳光扑面而来，热情温柔。我却被墙角那株无花果树深深震撼了：去年瘦骨嶙峋、枝叶稀疏，我打算将它砍除，没想到两周未见，它变得身材挺拔、枝繁叶茂，满眼郁郁葱葱，透过挨挨挤挤的叶子硕大的果实累累垂垂，青翠欲滴或红得发紫，有的高挂在枝头咧着小嘴儿甜甜地笑。我信手摘下一颗，轻轻啜一口，齿颊生香，甜蜜的滋味足以忘却所有的伤痛与无奈。我大声唤来孩子们，把惊喜分享给她们。低垂的虬枝上成熟的果子若隐若现，老大踮起脚尖抓住树枝，小心取下来一颗颗软绵绵的无花果，老二乖乖地托着小花篮接着，不一会儿集满了便兴高采烈地回厨房清洗干净，摆放在茶几上。全家人围拢过来，拈起一颗细细咂摸，甜丝丝的味道弥漫在空气里、陶醉了每一方心田。

大人、孩子不约而同走出潮湿的房间，欢声笑语再次响彻小小庭院。此时，阳光和煦，微风清爽，松软的土地上野花野草不知几时挺起柔弱的茎，小巧的花瓣，远不如玫瑰国色天香，甚至逊色于月季光焰灼灼，但它们高昂着头，贪婪地汲取着天地精华，风雨刚过便迫不及待绽放出自信而幸福的笑靥，像极了那棵躲藏在墙角无花果树，仿佛被遗忘依然对未来不离不弃，终于迎来满树葳蕤、果实飘香……

立秋时节，倔强的生命点燃了满庭芳菲。

那年桂花正清香

□杨亚爽

刚过立秋，我已经开始期待那桂花飘香的季节了。

从有记忆以来，我便喜欢上那长在老家大院子里的桂花树。村子里的树多种多样，有石榴，有葡萄，有柿子。但最让我放在心上的还是那棵长在大院子里的桂花树了。正如陶渊明独爱莲，而我独爱那生命蓬勃的桂花树了。

老家的房子是豫东常见的农家四合院，看起来很精美，却让生活在其中的人很是压抑，或许院子里的那一棵桂花树给这有些死寂的房子带来了勃勃的生机。那棵桂花树很大，枝枝蔓蔓早就在不知所踪的岁月中探出了围墙，仿佛是一枚绝世萝莉已初长成，却生怕“养在深闺人未识”，便轻倚墙头，暗吐体芳，颇有几分“一枝红杏出墙来”的幽怨。

小时候，每逢桂花飘香的季节，我最爱趴在窗口，看那些背着书包蹦蹦跳跳回家的人，他们的脸上洋溢着清澈的笑容，每每路过我家院子的时候，便会以迅雷不及掩耳之势摘下一小撮花朵，然后小心翼翼地按在人中上，再将嘴巴噘起。于是那几颗小米粒似的桂花就被夹在鼻尖和人中部位，伴着甜甜的清香，一路小跑撒着欢回家。

等到上小学三年级，我便跟着奶奶离开了那座老宅，离开了这棵伴着我成长的桂花树。可，那年年的桂花香依旧陪伴着我，每年桂花飘香时，奶奶总会回去将院子桂花树上的桂花收集起来，晒干，做成香包、桂花糕、桂花酿，送给我和哥哥。

现如今，老家的宅子已经被夷为平地，原本院子里的桂花树也被移植到了新家，仿佛一切都不一样了，又好像一切都只是从前的样子。

那时，我还未长大，你们也还未老去。

如今，我们闻着桂花的清香，轻抚心中的思念，世间繁华依旧。

稻穗上的秋色

□王继琼

一个从小住在城市的朋友突然说想去看看稻谷，算算日子还不是稻穗挂在稻谷上的时节。初秋的稻谷刚刚扬花，嫩嫩的稻穗上挂着空壳，随风摇摆的样子也甚是好看，便答应了他。

车子在快速干道上飞驰，路沿着河流延伸。河里的船似乎在和路上的车子比赛，看谁先到目的地，先看到那满山藏在青绿色中的稻穗。突然停车，眼前一片稻子，在风中摇摆。清代作家曹雪芹有一首诗《杏帘在望》“中有一畦春韭绿，十里稻花香”的句子。描述的就是初秋稻子还未成熟的模样。一畦畦韭菜在春风中长得翠绿，一片片稻田散溢着花粉的清香，稻穗扬花，让人留恋。

朋友想上去摇动稻穗，我连忙阻止。扬花和收成相关，如果扬花不好稻谷空壳多，甚至稻穗上没有谷子。成为我们时常说空有其表，没有内容的稗谷。水稻进入扬花期之后不可以晒田，此时应让田间保持三厘米左右的浅水层，或根据实际情况灌水，防止水稻受旱。若是连续降雨，则会导致花药败裂、柱头过湿，继而造成授粉不良，后期会严重减产。若降雨时间为早上或中午，则影响会更为严重，因为水稻通常是在早上、中午进行授粉。扬花期还可以喷施腐殖酸叶面肥、磷酸二氢钾等肥料，这样可提高水稻的抗逆性、缓解高温热害、促进籽粒灌浆、延缓叶片早衰。

朋友不敢相信，原来农业也有那么多的讲究。他平时常常用“农民”等字眼来教训那些不听话的学生，等我给他介绍完，他感叹一句。今后再也不能以让学生去务农鞭策他们努力学习，农民是伟大的职业。中国是农业大国，农民占据着人口的很大一部分。没有他们的辛苦付出，没有他们看出天气的本事，我们能不能吃上饱饭都还需要考究。

看着一望无际的稻子，我俩好像将军在检阅自己的军队，他们被风带着做各种军姿动作。风从山上来，稻穗以最尊重的姿势像我们鞠躬。风从河里来，只有田坎边的稻穗摆动，边上的战士保护着中心。如果风从和田一样高的地方来，所有的稻穗都只是顶端示意，他们像绅士一般不愿低声下气。朋友要拍照，站在田埂上，只能看见他半截身子，头上戴着草帽。他说自己是农民，我说他应该把名牌衣服脱掉，赤裸着上身才是真的农民。他怕太阳晒，他终究做不了农民。当他坐下去，露出个头。照片里没有人，只有稻穗。他检查时说秋色里应该有人和笑脸，我说秋色里有稻穗就够了，不需要拍照的城里人。“水满田畴稻叶齐，日光穿树晓烟低。”是宋代诗人徐玑《新凉》两句诗句，几千年来的秋色稻色都是如此，可惜人们总是发现不了。

回来时，朋友没有说话。他望着手机里的照片，快下车时他才开口说话“等我退休了，也要种这么一块稻田，到时你一定要来欣赏那迷人的稻色。”

我何尝不喜欢这稻色呢？我家里唯一挂着的一幅画便是稻穗，它虽然不像其他花一样开得茂盛，但在他低调的美里，是对人类饱满的爱。

秋（组诗）

□姜利晓

秋天的语言

阳光有了温暖的解读
田野漫溢丰收的喜悦
鸟鸣清晰，落下的树叶
悄无声息地诉说

犁铧，与土地深入浅出地交流
笑容，是这秋天大书的醉美封面
用目光和心灵，一起品读这秋天的语言
收获的主题，总是万变不离其宗

秋天的田野

那些诗意的语言
为这秋天田野上的诗句
在一遍遍地诵读或吟哦

将五谷，奉献给粮仓
秋天的田野，交出自己的空旷
此刻，在这秋天的田野上
我沉醉于无尽的美好
那甜蜜的音符，如同这低处的虫鸣声声

秋天的乡路

落光了树叶的大树
多像是一位秃顶的老人
于秋风中，孤独地伫立
这乡路的那头，依旧有着
他们魂牵梦绕的亲情

落叶铺满，软绵绵的感觉
一如乡音乡情，就是一条永恒的归路
落叶归根，是我们迟早都要走的路

暮秋

暮秋时节，冬天的影子若隐若现
落叶，诉说着那些过去
顺着目光，一次次进入荒凉
成群的大雁，向着更远的南方迁徙
恋恋不舍地样子，多像是我对那个逝去的秋日
是啊，一切都会结束
而一切也会再次开始，暮秋
站在秋天的末尾和冬天的开头
承前启后地抒情或叙述

鹭舞枝头　李陶 摄