

“文学淮军”擂台征文 第7季

删繁就简过日子

高玉霞



星期天早上，我和老公逛了逛菜市场，秤一小把蒜、两根黄瓜、几斤南瓜，回到家，蒜苗炒蛋，黄瓜切丝凉拌，南瓜熬粥。进入中年，我们的饮食基本上都是这样，简约而不失营养，我们不再像年轻时那般天天追求肥甘厚味、花样繁多。如此改变去掉了厚厚的油脂，这样清粥一碗，小菜几碟的日子既简单又充实。

人到中年，就喜欢删繁就简过日子。衣服不求什么名牌，也不赶什么时髦，只要洗得干净，穿着舒服合身就好；出行，也总想走几步，活动活动筋骨，一脚油门就到的地方，也不必再开车，听听小贩的叫卖声，很接地气；和朋友小聚，不追求什么奢华高档，只求价格实惠，滋味美，就足以消磨整个午后。

林清玄说：“人活着，应该有几分温柔，遇事不慌，慢条斯理地安排好自己的生活。一生一世，不求过得多好，但求自己问心无愧。温柔半两，从容一生。”

这段话，足以让我们内心感动。我们一生所求，无非是两人三餐四季，朝阳晚霞，暮雪白头，而这样的生活，也需要我们放下执念，摒弃虚妄，不好高骛远，脚踏实地，心落泥土，才能真正体会到简单日子里的芬芳。

画家齐白石有一幅名为《雨后》的画作，墨色浓郁，湿意透纸，一句“心静闲看物亦静，芭蕉过雨绿生凉”的题词，更是妙意横生，蕴含着生活的真谛。这看似简单的寥寥几笔，却蕴含着大道理。人多一份执念，就会日日操劳，难以静心；多一份贪心，就会辗转反侧，难以安眠；多一份怨恨，就会时时生嗔，难以静气。简静人生的美妙，就在于豪迈旷达的大胸襟。

“夫水之性清，土者扣之，故不得清。人之性寿，物者扣之，故不得寿。物

我是在农村长大的,在我的记忆中,我家门口种满了树,春天的时候,一片草木葱茏。即使是在烈日炎炎的夏天,也总会有一片又一片的浓荫遮蔽着热辣辣的阳光,树荫下有一种无比惬意的清凉。

我喜欢人间的草木。草木指的不是某一棵花草,也不是某一棵树,而是一个整体的环境或一片天地。还记得少年时,在初夏时节,有时候我早起打开窗户,默默地站在窗前,什么也不想做,就这样静静地感受着院子里树木枝叶间的微凉气息。那些勤奋读书的辛苦、那早出晚归的劳作和小伙伴尽情玩耍嬉戏的时光,仿佛一下子都回来了。这样的气息总是让我会立刻沉浸在一种思绪里。

想起少年时,我喜欢在院子里的树下读书,尤其是在绿树成荫的季节。读书的时候,树影在书页上摇曳,一阵阵清风拂过时就会感到心情特别舒畅。书读累了,我会放下手里的书,然后站起来,一边散步,一边抬头去看树上碧绿的叶子,轻嗅着树叶间弥漫出的气息,顿时觉得心情悠然,这样,既放松了眼睛,又愉悦了心情。有时候我会起身走出家门,到田野里去看看那些尽情生长的花草。我很喜欢那些花草弥漫出来的香气,比如水莲花随风飘来的香、水边的野姜花的香,还有那一缕缕梔子花的香。这些草木的香气,足以让我的心田盈满了别样的甜美,人间的草木时刻都以自己的气息和美好抚慰着我的心。

草木还教会了我很多东西,草木用它的生长过程向我展示了生命进化的过程。从藻类到能够开花的裸子植物,再到朱槿花这样的双子叶植物,地球的生

也者，所以养性也，非所以性养也。”水本性清澈，泥土使它浑浊，所以不能清澈。人本长寿，物欲影响了他，所以不能长寿。外物是用来供养生命的，不是用生命来供养的。

心性纯正,品性端正,处事豁达。虽处闾巷,不贪不占,踏踏实实,深犁自己的一亩三分地,花开花落,自有人生趣味;身居庙堂,坚守本心,去伪存真,留一份人生最纯净的底色,三餐四季,心素如简,自有做人底线。

明陈继儒《小窗幽记》云：“一间屋，六尺地，虽没庄严，却也精致；蒲作团，衣作被，日里可坐，夜间可睡；灯一盏，香一炷，石磬数声，木鱼几击……”

有一篇采访钱钟书夫妇的文章说，钱家的“水泥地板擦得泛着青光”，禁不住怦然心动。“一杯茶，万卷书，滋味淡，岁月长。”人活得简单一点，烦恼就会少很多。少一份羡慕，就多了一份满足；少一份贪念，就多了一份安宁；少一份怨恨，就多了一份快乐。只有心中时时修篱种树，才会有一院清风，半亩花田。

删繁就简过日子,删的是一份虚无,一份浮躁,一份欲望;留的是二两清风,三五知己,一生从容。

世界之喧嚣，如听蝉鸣，如观海啸，身在其中，心在其外。自谓高山者，自有高山的风骨；自嘲蝼蚁者，自有蝼蚁的价值。不必羡慕谁，也不必小看谁。天地万物，平分秋色。心胸旷达，天高地阔，乾坤万里，亦不过是一粒沙，一滴露。

删繁就简过日子,过的是一份恬淡,一份洒脱,一份旷达。无论功成名就,“种一院瓜,栽一院花,沏一壶茶,守一窝家”,如此这般,简单的日子,亦能过得有滋有味,日日怦然心动。

命进化过程在草木的身上表现得不急不躁。每当我看到从简单到丰盈的草木时，仿佛走进了陈列丰富的博物馆，置身在伟大的文明进程中，纵览人间的风景。那一刻，世俗里的那些琐碎之事，我都不想再去计较了。

即便后来我搬到城里生活，我也依然想回到家乡。在家乡，生长着草木的田野依然是我最喜欢去的地方，因为有了草木，我觉得我的家乡才有了这样美丽的景色。在不同的季节回到家乡，就能发现不同的草木之美。春天，樱花灿烂；夏天，绣球花动人；秋天，枣树飘香；冬天，松柏青翠。家乡的草木深深地吸引着我，用沁人心脾的香气，用生动无比的姿态，让我时时刻刻都魂牵梦萦。

有一次，我翻开《红楼梦》，读到薛宝钗住的蘅芜苑里的藤萝和薛荔开得正好，我顿时感到十分愉悦，那段文字似乎让我轻嗅到藤萝和薛荔的香气。我抬头看看天，然后起身去看自己种植的那些花草。

那些草长得正旺,花也开得正好。清新的香气扑面而来,花的颜色各异,有红的、紫的、粉的、白的。我正凝神望着这些花草发呆,一只蜜蜂“嗡嗡”飞来,在花朵间飞舞,那样的情景生动而有趣。

与草木相处,要有一颗敬畏之心,要有一颗惜物之心,这是一种情怀,也是对生活之美的发现。

生活中我也有如草木之香的朋友，这样的朋友真诚、坦然，他们是一直在努力成长的人，即使没有时时刻刻都在我的身边，也总是能让我呼吸到那种草木之香的清新气息，是我生命中的动人绿意，伴着我一直走在人生的路上。

草木清香

王吴军



一方庭院

刘云燕

郑板桥说：“吾毕生之愿，欲筑一土墙院子，门内多栽竹树花草，清晨日尚未出，望东海一片红霞，薄暮斜阳满树，立院中高处，俱见烟水平桥。”一方庭院，让人们把普通的日子过成了诗。作家冯唐说，人生可遇不可求的事有四件：后有树的院子，夏代有工的玉，此时此刻的云，二十来岁的你。

中国人对于院子有着深厚的情结,人们喜欢“小庭也有月,小院亦有花”的滋味。小时候在乡下姥姥家生活,那里有一个大大的庭院。院中有一棵枣树,每到秋天,我总是仰头看那些如玛瑙般的枣子,盼望着打枣的那一天。

院子的边角处，被姥姥开成一块小小的菜地。随意地撒上蔬菜种子，就开始长出郁郁葱葱的蔬菜来。每到那里，我都喜欢在菜地上来回看，如果恰好果实成熟，定会欢喜地摘下来。在院角处，姥姥种下一棵丝瓜。别小看了它的生命力，每年它都顽强地爬到二楼的平台上，竟然搭起一个绿色的凉棚。而到了初秋，那身材颀长、味道鲜美的丝瓜就一条一条吊起来，姥姥的脸上“写满”了丰收的喜悦。

姥姥是个爱花的人，院里种满了蔷薇、牵牛、金银花。到了花季，那些花儿就将围栏装点成了花的瀑布，引得很多人前来赏花。花开得太多了，姥姥就把这些花装在粗笨的罐子里，有的装在小花瓶里，甚至废弃的轮胎里。庭院生机勃勃，花香四溢。我可以看花树，可以看小鸟，此时就会想起巴金笔下的园子：“现在园子里非常静，阳光照在松枝和盆中的花树上，给那些绿叶涂上金黄色。两只松鼠正从瓦上溜下来，这两只小生物在松枝上互相追逐取乐。”此时，坐在院子里的吊椅上，阳光在花丛中闪耀，我突然有一种看尽花开花落、静享美好时光的悠然。

我们最爱在小院子里摆上一个
小桌子,享受日光浴下品茶的感觉。
花丛之中,我们打来山泉水,泡上从
遥远的地方买来的普洱茶,茶香氤氲。
而茶具也是亮点,描金的精致紫色小
茶碗,怎么看,都是雅致。最妙的是月
光皎洁,我们相伴喝茶,看着清光从
树间筛洒,泻了一地的碎银。如果遇
到雨落时分,苔痕阶绿,花前品茶,也
是一种美妙的境界。

有了一方庭院,似乎与自然天籁就有了一个融合的平台。在这里,我赏月光,看星辰浩瀚,也听得小虫子在奏响自然的交响曲,呼吸的都是最新鲜的空气,感受着四季的变换。

一方庭院,哪怕很小,有阳光,有月色,有清风,有花香,就非常美好,非常具有诗意了。