

武夷新语

人生宜松弛

□黄云峰

“松弛感”是最近网络上很热门的一个词语。最初,人们对“松弛感”的讨论,主要集中在精神状态领域,随着社交媒体的裂变式传播,需要“松弛”的地方忽然多了起来,“松弛感穿搭”“松弛感氛围”“松弛感妆容”“松弛感恋爱”“松弛感朋友圈”……生活的方方面面,只要能看得到的,似乎都需要“松”一下。

什么是“松弛感”?说的是不骄不躁、轻松自在、淡定从容的精神状态。从心理学的角度来看,松弛感体现的是处理应激事件或潜在应激事件的能力,它来自稳定的情绪和强大的自我调节能力。

在中华优秀传统文化里,“松弛感”一直都是广受追捧的境界。比如,司马迁认为胸有惊雷而面如平湖者,可拜上将军!晚清名臣翁同龢所写的“每临大事有静

气”,如今也是不少企业家和文化名人办公室里的“标配”。诸葛亮在《诫子书》中说:“夫君子之行,静以修身,俭以养德,非淡泊无以明志,非宁静无以致远。”说的就是要丰富自己的内心,别一遇事就急赤白脸,乱了阵脚。如此,我们才能像《大学》所说的那样:“知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑,虑而后能得。”

翻开书本不难发现,富有“松弛感”的人物和故事总能让人心生好感,反之,就很容易沦为历史的笑料。比如,谈到诸葛亮,我们就不可避免会想到草船借箭和空城计的故事,即使是大军压境、危如累卵,也依然不慌不忙地焚香弹琴,“飘飘然有神仙之概”。儒将周瑜“羽扇纶巾,谈笑间,檣櫓灰飞烟灭”,运筹帷幄的形

象令人心驰神往。但是,另一位名人曹操就要倒霉得多,虽然文治武功远超前两位,就因为被马超的西凉军追得割须弃袍,失了风度,千百年来就成了人们谈笑的对象。

“松弛”是为人处世的理想境界,但从全网追捧“松弛感”一事来看,在当今社会,“松弛感”已经在某种程度上成了奢侈品。取而代之的,是瞻前顾后、锱铢必较和各种激烈冲突。于是我们就遗憾地发现:公共空间小孩子一哭闹就会引来指责,网络上稍微有点风吹草动就会引发群体对立、家长为了孩子的教育疲于奔命……无休止且无意义的内耗,无疑进一步加剧了人们内心的焦虑与疲惫感。

喜不应喜无喜之事,怒不应怒无怒之物。焦虑与否?如何“松弛”?归根结底

还是要看自己。具有正确的心态,我们就不会轻易陷入内卷的漩涡,也不会轻易被负面情绪左右。“松弛感”的话题引发众多关注后,网络上出现了一种论调:有钱人更松弛,因为他们拥有足够的资源试错,因此更加坦然自若、波澜不惊。这种观点看起来很有道理,其实颇具迷惑性。金钱当然可以给人很强的底气,但底气绝不仅仅来自金钱。内心丰富、学识渊博、家庭和睦……通通都可以成为我们与世界平和相处的依靠。如果以金钱多少作为衡量“松弛感”的尺度,反而更容易坠入自我怀疑和自暴自弃的泥沼。

渴望“松弛感”乃人之常情,但绝不能把躺平当作松弛。一分付出一分回报,把对“松弛”的渴望转化为提升自己的动力,才是人生正确的打开方式。

生活感悟

茶之为饮

□李中宝



茶道,是饮茶之道,也是做人之道,是茶文化的精髓,又是饮食的艺术;是待客的礼仪,又是修养心性陶冶情操的方式。茶发现于中国,茶文化发祥于中国。陆羽《茶经》曰:“茶之为饮,发乎神农氏,闻于鲁周公。”“闻于鲁周公”,即鲁周公开始推广,推广之始就是茶文化生发之时。陆羽《茶经》又说:“茶茗久服,令人有力悦志。”“有力”言喝茶能够保健,“悦志”说品茗可以养性,这是茶文化的发展。茶文化在历代特别是唐宋明清的发展过程中糅合了儒释道诸派思想而独成一体,又因不同的文化背景形成了“四大茶道”。

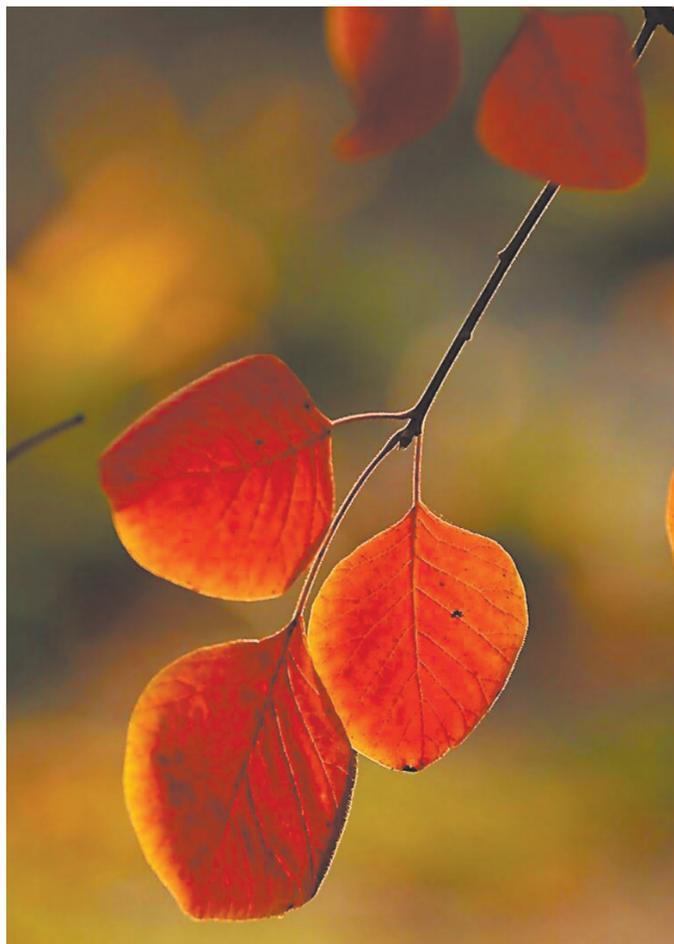
古代的达官贵人、富商巨贾在茶、水、器上无不凭借权力和财富求其极致,既求茗中尤物又求泉中上品。乾隆皇帝将杭州狮峰山下18棵茶树封为“御茶”,宋徽宗赵佶把惠山泉列为贡品。虎跑泉泡龙井茶,是贵族追求的壶中极致。好茶

自然要配以好器,贵族对茶器的奢华追求从无止境,金壶银盃不足贵,乾隆御用“木鱼石茶具”沏茶茶香四溢,无与伦比。贵族茶道乐于炫耀权力彰显富贵。

“琴棋书画诗酒茶”,茶是雅物。茶能助益文思,能启迪睿智,因此文人雅士最能体会茶之神韵。青灯下苦读,笔墨前冥想,困乏时泡上一杯香气蒸腾的热茶,精神立刻为之一振,轻啜慢品,文思倏至,诗兴随飞,胸中涌激情,笔底兴波澜。唐宋明清是雅士茶道盛行时代,以茶会友、以茶代酒成为社会时尚。文人作文不写茶者少见,名家写诗不咏茶者几无。咏茶最多的是白居易,“无由持一碗,寄与爱茶人”,乐在其中还不忘分享他人。一代文圣欧阳修最重文章意境,也最懂茶茗韵味:“长安富贵五侯家,一啜尤须三日夸。”雅士茶道重在启迪心智修养性情。

柴米油盐酱醋茶,茶为俗物。村居民舍百工之人,暑往寒来一年四季,淡饭常有粗茶不缺,渴时一壶解渴,客来一盏敬客。夏天,一把蒲扇逐蚊,一罐凉茶解暑;冬日,一盆炭火驱寒,一碗热茶暖身。街边路旁田间地头处处都有大碗茶。茶不必贵,浓淡相宜冷热适中就好;器不必精,陶罐瓷壶大碗小杯都行。世俗茶道在乎茶的本色与心的自适。

佛教认为茶有三德:解乏困、助消化、抑欲望。这正好消除僧人长夜打坐、饭后诵经、念经走神所带来的问题,因此禅宗禁酒却倡茶,养成了无僧不嗜茶的风尚。丛林深处利于修持也利于种茶,僧人边参禅边治茶,从而使禅文化与茶文化融合成禅茶文化,达到“茶禅一味”之境界。唐代也是禅茶发展的兴盛时期,《茶经》便是禅风茶韵的结晶。陆羽原是一个弃婴,为竟陵龙盖寺智积禅师收养,自小在禅堂侍奉茶水聆听谈经,耳濡目染,发奋研学,潜心考察,将对佛学茶道的感悟融入《茶经》,成就了一代茶圣。禅宗茶道在于禅茶的融合与茶道的升华。



闽江边有座村子,不大,却凝聚了中国近代史的诸多“符号”。民族融合,中外战争,家国情怀……这些重大叙事主题在这里“爆发”,三百年来,让人对它有一种别样情愫。它就是距闽江出海口不远的长乐琴江满族村。

“琴剑浮沉秋水白”,这是清代琴江人唐以梁的诗句。流经的这段闽江宛如一把古琴,故得名琴江。江中原有琴屿和剑屿,相传它们是郑和下西洋船队转舵出海,在此失落的琴与剑化成。剑胆琴心,冥冥之中,琴与剑也便成为这块地域的基因密码。恰如陆游诗曰:“流尘冉冉琴谁鼓,渍血斑斑剑不磨。俱是人间感怀事,岂无壮士为悲歌?”

琴江满族村村域总面积0.6平方公里,总人口400余人。300年前它是水师旗营。清雍正六年(1728年),镶黄、正白、正蓝老四旗中抽调513名官兵携家眷约千人进驻,围地筑城,建立“福州三江口水师旗营”。它是当时全国沿海四大水师旗营之一,比马尾的福建水师还早151年。经繁衍生息,鼎盛时有三四千人。今天它已成为“中国历史文化名村”。



游目骋怀

琴剑变奏曲

□王小英

走在村中,看着旗人街高檐阔屏的老建筑,我常常处于“失语”状态。在这个福建省唯一的满族聚居村,很多房屋匾额和对联都用满文写成。街巷纵横交错,时而相通,时而相闭,如入迷阵。据说当初旗营基地筑有五米高的围墙,分东南西北四个城门,以炮山、火药库、钟楼为中心,五百间兵房、十二条街,组成一个太极八卦图,整个营地呈“回”字形。街道交错迂回,人在其中,不易找到出口。

军事城堡与民居村落相结合的功能特点,让这里的生活与战斗融为一体。正如“六离门”,也就是每家中间大

门都装有的半人高横隔门。闽剧《六离门》说,明朝蓟辽总督洪承畴兵败降清,被委以江南总督后回乡探亲,洪母和妻女耻其叛明,痛其失节,不准他进屋相见。但又囿于亲情,就在门口设一道横隔板,让他隔门听训,所谓“六亲不认,众叛亲离”。后来横隔板演变为横隔门,因此得名“六离门”。

在这里,气节是家庭的颜面。那时候,家中长者在儿孙当兵时,必在六离门前郑重嘱咐:“若投降或当逃兵就不要回来,家里就当没有你这个人!”这里的家训就是“永不投降”。

但这扇横隔门又有生活的烟火气,类似屏风和高门槛,与外界打通,又保护隐私和安全。琴江当地人也称之为“定心门”“第喜门”,未嫁女可偷偷在门前瞧瞧路过的心上人;有及第、升学、婚嫁等重大喜事,就打开这门——它是家的象征,搬家是要带走的。

北人南迁,故土难忘。他们的祖先来自辽东长白山一带,口味习惯一直未变,那是故乡的滋味。汤圆、麻团、馄饨、饺子、福鼎糕、夹糖糕、虾饼、烤炉饼、早面饺、马蹄糕、地瓜饺等等,还有小孩爱吃的糖通、路路通、麦芽散、夹心糖烧饼等,都曾在街头巷尾叫卖。逢年过节,北方的馄饨、南瓜饽饽、虾酥等,家家户户都会把它端上桌。还有一项好玩的游艺活动——琴江台阁,也伴随着他们来到这里,至今已有200多年历史。

这是一种独特的凌空表演形式,一人站在一米高的台子上,平伸手臂,用一只手“托”着另一人,另一只手托着花瓶,花瓶上还“站”着一个人,而这三人还都是孩子,真是令人叫绝。他们手持

花篮,一边“天女散花”,一边360度旋转。传承人张建海说,台阁最初起源于古代“百戏”高杆技艺,借助隐形的“铁机”造型,在人抬着的或轱辘板车撑着的会转动的小舞台上,小演员走动演出,故又称“抬阁”。每次演出,都用“旗下话”演唱,所使用音乐为东北一种地方小调,俗称“台阁曲”。

“旗下话”今天已濒临失传。它是清代北京官话和满语词汇,甚至与福州话相混杂而成的一种琴江方言,没有文字记载,而是口耳相传。随着村中老人的零落,年轻一代几乎无人懂得说“旗下话”。

1866年,中国第一所近代海军学校福建船政学堂创办,琴江水师旗营中的年轻人也纷纷报考,成为中国海军的栋梁之材。

作为清代最重要的海军基地,安营建寨在琴江的水师旗营,负有镇守海疆、保卫八闽的重任,它面临血与火的重大考验。

“将军行轅”始建于清雍正七年(1729年),与一般房屋坐北朝南不同,它是坐南朝北,以此表达思念北方故土。它是“福州三江口水师旗营”最高指挥机关,曾经这里颇为热闹:驻闽将军每年视察水师操演,旗营官员议公大事,兵士急来报禀……在将军行轅的一角,一棵老榕沧桑的身躯大半陷入墙中,化成古墙一部分。当你仰起头,才发现它有着气势磅礴的生机,风雨化为浓荫,庇护着一方天地,一方岁月。它与将军行轅一同“种”下,站在这里已经三百年了。它目睹了琴江水师旗营的昨天、今天,一定还有明天。

清代琴江文人在月夜作诗,有两句甚好:“耳边似闻琴音奏,韵出空江听水流。”“无弦琴韵听模糊,皓月清流入画图”。琴江,总让人会隐约听到古琴声,在水流激荡中,天宇间还有琴与剑交碰的铿锵回响。琴,情也。在琴江细心聆听,那里面有慷慨悲情,有故园思情,有壮士豪情,有茫茫情情……江水悠悠,琴音袅袅,情亦何堪。

离开的时候,回首,一棵龙眼树寂寞地立于村口,与我对视。



诗路花语

岁暮:年年的父亲(组诗)

□浪行天下

岁暮余甘帖

大自然酝酿的甜,被苦涩层层围住。一粒一粒像父亲的日子,默不作声像犯错的学生,等待着一轮风雨的批驳。仿佛岁暮的父亲,你我都走在赶路中;快不快乐岁月也翻开了新的序章。雾中遥望,逝去的父辈们登台而歌。我把最艳丽的灯笼,挂在檐下。点亮祝福:愿新年里,春花都开在花园歌唱。鸽哨代替了世界的轰鸣,我们过好的每一天,都是快乐春节。我们打开的每一扇窗,都有星辰大海。

岁暮祝福帖

所谓年味,就是五味杂陈。所谓除夕,就是百感交集。星星似的祝福,都投进来年的存钱罐里;鲜花般的愿望,在亲情的润物无声中,捎点半果山水匆匆,到没到家。你我都在赶路中;快不快乐岁月也翻开了新的序章。雾中遥望,逝去的父辈们登台而歌。我把最艳丽的灯笼,挂在檐下。点亮祝福:愿新年里,春花都开在花园歌唱。鸽哨代替了世界的轰鸣,我们过好的每一天,都是快乐春节。我们打开的每一扇窗,都有星辰大海。

岁暮烟花帖

父亲说一登高,就真切地感到自己是一颗泥丸,即将消融在悠渺的天空,像烟火栽进年关,迸溅起生活的水花。病重的父亲,这回动静太大他虚幻的光芒,并不能淹没无力的根须。或许事实正好相反,他栽在天上的植物从空中,不断汲取黑暗的营养。渐长为蕴藏绝症的果实。在年关,父亲最后的思想是像大海那样,把一颗理想的太阳用力抛向高空。你瞧,那是父亲成功的微笑和欣慰的喜悦,次第闪烁着在别人的惊叹中,一瞬成为尘埃。

岁暮大寒帖

大寒日所见:天鹅在湖中悠游,小鸟在头顶自由飞翔。几个民工兄弟,围坐着,在榕树下,闲聊、打牌、欢谈。预计不久,就会有人一声吆喝,像一个突然的感叹号,让他们欢呼雀跃,收拾起扁担水桶,迎接生活的担子。生活中的节气,好比诗行里有问号,好比经常想起父亲心中便游过黑天鹅,没人知道它们正在艰难觅食;大脑里便飞过几只小鸟,没人晓得在疾风小,它们正经历着一场迁徙。

新人新作

路边的木棉树

□胡奇芳

我们并不知道那白色的东西是什么,从哪里飞来。后来仔细一瞧才发现木棉树也会长出白色的棉絮。自此,过了花季无人问津的木棉树下又开始热闹起来了。小伙伴们又回到了“游乐场”,继续守着木棉树。大家都想多捡一些棉絮做成一个舒适而柔软的枕头,一放学就守在木棉树下,手里拿着五花八门的小袋子,可是这如绒毛般的花絮哪有那么容易捡到,从未见过谁拥有一个花絮枕头。然而,对木棉花絮的记忆,就像一段落下的童年梦境,它一次次回到梦中来。

路边的木棉树,承载了我们太多的美好记忆,如今我们不再聚集在木棉树下玩耍,但每次谈起路边的木棉树时,童年的时光就满屏重现。



10月新人 胡奇芳,1990年生,漳州平和人,中学教师,作品散见于报刊。本文为新作之一。