

F 凡人一叶
anrenyiye

听海的心

□迟子建

十一年前,在爱尔兰的都柏林海湾,我遇见一对特殊的看海人。

那应该是一对母子吧?

一个胡子拉碴、衣衫不整的中年男人,扶着一个穿黑袍的老妪,从一辆破烂不堪的轿车下来,缓缓走向海滩。中年男人弓着腰,耷拉着脑袋,步态疲惫;老妪则努力昂着头,将身体挺得直直的,缓缓而行,一副庄严的姿态。

待中年男人与老妪走到近前,我发现老妪原来是盲人!

海上波涛翻卷,鸥鸟盘旋。老妪看不到这样的景象,可她伫立海边,与海水

咫尺之遥,双手合十,像个虔诚的教徒,祈祷似的对着大海。扶着她的男人,不时在她耳边低语着什么,她也不时回应着什么。

从驾驶的汽车和衣着来看,中年男人与老妪是生活穷苦的人。但大自然从来都不拒绝贫者,它会向所有爱它的人敞开怀抱。

在我眼里,一个人的身体里藏着好几盏灯,照亮我们与这个世界的联系。

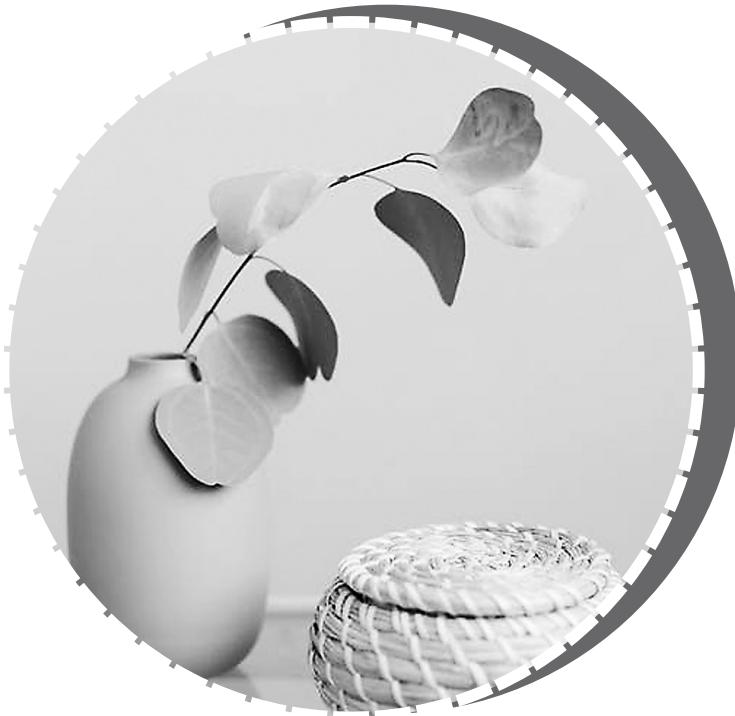
我们的眼睛、耳朵、鼻子、舌头和手,都是看不见的灯。眼睛是视觉之灯,耳朵是听觉之灯,鼻子是嗅觉之灯,舌头是味觉之灯,而手是触觉之灯。当一盏灯

熄灭的时候,另外的灯,将会变得异常明亮!

站在海边的老妪,她的视觉之灯熄灭了,但听觉之灯明亮着,她依然能听到大海的呼吸;嗅觉之灯明亮着,她仍能闻到大海的气息;而她只要弯下腰来,掬一捧海滩的沙子,就能知道大海怎样淘洗了岁月,她的触觉之灯也依然是明亮的。

我相信那个老妪感受到的大海,在那个静谧的午后,比我们所有人都要强烈,因为她有一颗沧桑的听海的心。

看来世上没有什么事物,能够阻隔人与大自然最天然的亲近感。



J 精粹短文
ingcuiduanwen

转念一想

□徐九宁

人要有转念一想的能力。

人生在世,不如意之事十之八九,遇到不如意之事,能解决则设法解决,能扭转则尽力扭转。

如果解决不了,也扭转不了,那么该怎么办呢?抱怨、自责、愤恨、自暴自弃?这些都不是最好的应对方式,只会让人更加沮丧、郁闷。

此时,需要懂得去“转念一想”。比如,没能获得大奖,就要转念一想,自己还有很大进步的空间,而且不用背负盛名之下的

压力……

万事皆有两面性,有好的一面,也有不好的一面,一些人遇到不如意的事后,之所以会自暴自弃、一蹶不振,就是因为他们迷失在不如意中,想的念的全是目标达成之后的好,却忘了去想想其反面,忘了转一下念头,以此将自己解脱出来。

所谓塞翁失马,焉知非福,就是在告诫人,遇到任何不如意的事,都要懂得去转念一想,不要掉进思维的死胡同里去。

Z 哲理小品
helixiaopin

与问题相处

□黄小平

有的人一旦遇到问题就惧之如虎,就退让、逃避,而这个世界是一个由问题构成的世界,你越退让越逃避,你堆积的问题就会越来越多,你就会被问题所围困,路将越走越窄,能活动的范围将越来越小,你将在窄小的世界里处处碰壁。

遇到问题,并不可怕,可怕

山东省散文学会 牡丹晚报 2022散文大赛征稿启事

为繁荣散文创作,进一步提高广大文学爱好者们的创作热情,汇聚、挖掘散文创作人才,即日起,山东省散文学会、牡丹晚报联合开展2022散文大赛作品征集活动,欢迎广大文学爱好者踊跃投稿,优秀作品将陆续在牡丹晚报文学副刊及新媒体平台刊登。活动结束后,主办单位将组织专家评委评选出各类获奖作品若干件,并给予奖励。

投稿要求:

一、作品内容健康向上,有昂扬的时代精神和较强的艺术性和感染力。

二、篇幅力求精短,字

数一般不超过3000字,尤其欢迎精致短文。

三、所有应征作品须为原创首发,严禁剽窃抄袭。

四、稿件一律通过电子邮件投送,投稿邮箱:mdwb09@sina.com,请在邮件主题中注明“散文大赛应征稿件”字样,并在电邮文档中注明作者通讯地址、邮编、电话等联系方式及个人简介(山东省散文学会会员投稿请注明会员编号)。

五、征稿时间:2022年3月10日至12月31日。

山东省散文学会
牡丹晚报
2022年3月10日

Y 有此一说
ouciyishuo

做饭以解忧

□马俊

气腾腾地活着便是最大的幸福。碧绿的叶菜散发着新鲜的光泽,红艳艳的西红柿诱惑着你的眼睛,金黄的南瓜憨态可掬带给人现世安稳的感觉……看着菜市场那些赤橙黄绿的菜,那些作茧自缚的烦恼被一点点抽离了。

回到家,把五颜六色的食材摆到桌上,开始按照预想的菜谱准备——既要照顾到家里每个人的口味,又要有点创意。爱人喜欢酸味的,儿子喜欢辣味的,女儿喜欢甜味的,他们的口味我最清楚,选择什么样的菜品早已心中有数。择菜,洗菜,切菜,这个过程是充实而美妙的,我做这些时专注而安静。芹菜去叶,切段,洗净,装在漂亮的盘子里;西红柿洗净,切成花瓣状,在盘

中摆成一朵花;鸡翅用调料腌好,呈现出好看的酱色……当你把各色蔬菜收服,把鸡鸭鱼肉赋予让家人看着就咽唾沫的味道,你会觉得成就感爆棚。

做饭的过程,到这个步骤,我心中的抑郁情绪早已无影无踪。煎炒烹炸的过程,跟写作一样,也是一种极富创造性的劳动。我陶醉在自己的创作中,觉得“胸中有丘壑,下笔如有神”——我对烹制一桌美味佳肴信心十足。调料的多少,火候的拿捏,都要恰到好处。油锅里的“滋啦”声,仿佛一曲美妙的音乐。只要我按照熟悉的节拍走,一定能烹制出自己满意的“作品”。因为是带着爱和感情去做,出来的“作品”一般都会让家人满意的。

一道道菜肴端上餐桌,散发着诱人的香味。家人夸赞色香味俱全,看着他们“贪婪”的吃相,我的幸福感油然而生。做好了饭,我习惯先不吃,而是面带微笑地先看着家人吃一会儿。汪曾祺说过:“愿意做菜给别人吃的人是比较不自私的。”我觉得这话很有道理,能亲手给家人炮制快乐,自己也快乐了。

何以解忧?唯有做饭。对我来说,为家人做一桌美食,让家人吃得熨帖的同时,也驱散了自己的烦忧;在此期间,便觉得无限幸福,其余的都不足挂心了。

我有个习惯,每当工作中遇到不顺心的事,便会通过做饭疗愈自己。

我的抑郁心情,一般在菜市场采购食材时就开始慢慢消解。当你一脚迈进熙熙攘攘的菜市场,那种烟火人间的热闹,会忽然间撞击到你的内心深处,让你感觉:人生在世,很多烦恼不过是庸人自扰罢了,热



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。