



心灵微观系列

就像《红楼梦》里的大观园，有那样金粉玉砌的所在，就有稻香村这样的幽静之所可以养静，可以读书，可以于落雪落雨之际，去品生命况味。

绿墙边，花未眠

闫荣霞 邢万军
—— 编著 ——

若心灵是一粒原子，爱便是它的核。

北方文艺出版社

绿墙边，花未眠。

——
闫荣霞 邢万军
——
编著

北方文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

绿墙边, 花未眠 / 闫荣霞, 邢万军编著. -- 哈尔滨:

北方文艺出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5317-4220-3

I. ①绿… II. ①闫… ②邢… III. ①散文集 - 中国
- 当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 049496 号

绿墙边, 花未眠

LVQIANGBIAN HUAWEIMIAN

编 者 / 闫荣霞 邢万军

责任编辑 / 路 嵩 富翔强

装帧设计 / 朗童文化

出版发行 / 北方文艺出版社

网 址 / www.bfwy.com

邮 编 / 150080

经 销 / 新华书店

地 址 / 黑龙江现代文化艺术产业园 D 栋 526 室

印 刷 / 廊坊市国彩印刷有限公司

开 本 / 880×1230 1/32

字 数 / 160 千

印 张 / 8

版 次 / 2018 年 8 月第 1 版

印 次 / 2018 年 8 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5317-4220-3

定 价 / 32.00 元

编者的话

我们身处一个经纬交织的复杂世界。行走的过程中，很多时候，也许就把心灵忽视了。但是，又做不到完全的忽视，因为在追求外在世界的时候，会莫名地觉得忧伤和失落，会问：

“我是谁？”

“谁是我？”

“我在哪里？”

“我在做什么？”

“我想要什么？”

“我遗忘和失落了什么？”

“何者为丑，何者为美？”

那就是我们的心灵在执着地唱歌。所有的歌声，主题只有一个，那就是“感觉”。

我们大多数人都不会保护自己的感觉，小时听父母的，当学生听老师的，工作了听领导的，成家了听爱人的，老了听孩子的，空虚的时候听不知道什么“大师”的，结果自己明明有感觉的，却都给贬成错觉。所以很多人迷惘如孩童，不知道自己到底想要什么，也不知道自己小小的心灵，有着怎

样一个微观而丰富的世界。

那么，这套“心灵微观”丛书的作用，就是希望读者从现在开始，直面自我，多听听自己的声音，多尊重自己的感觉：你会发现，原来你的心灵如此鲜明而生动。它在街边飘过的一首歌里，怀抱的小娃娃的一声欢笑里，开河裂冰的一声咔嚓的巨响里，森林的阵阵松涛里。它在人们的笑脸上，一个电影里，一篇文章里，一个新交的朋友坦诚的双眼里。它使我们领略生之美好，收纳生之快乐。

编者历时数载，定向收揽如知名作家朱成玉、周海亮、澜涛、凉月满天、顾晓蕊、吕麦、安宁、古保祥、崔修建……以及新秀作者的优秀作品，以期不同的作者以不同视角，表达自己最真切的想法、念头和感触，剖析自己的心灵，以此为引，希望读者朋友也对自己的心灵细剖细析，细观细察，深入认知，深切会合，于细微处得见心灵的宏大愿景，从而不忘初心，砥砺前行，欣赏美好，过朴实而欣悦的一生。

这，就是编者的初心。

“心灵微观”丛书共有六册，其中《不负人生不负卿》以“感情”为切入点，讲述了“爱”是怎么回事。想要去爱人是人的天性，想要被人爱是人的本能。是的，谁都会有生命的极夜，觉得一路上无星无月，无路无爱。但是不要紧，一分一秒挨过去，咬牙任凭痛楚凌迟。世间万物都会辜负，唯有流光不相负。迟早它会把你的痛冲刷殆尽，哪天想起来，也只余下淡白的模糊影子，那是你一个人的伟大胜利。而转头处，你会发现，原来一直有人在深深地爱着你。

《平凡不可贵，最怕无作为》以“事业”为切入点，讲述了我们的艰辛奋斗，艰难成功。奋斗到后来，你会发现，任何难题都不是难题。挑战是给你机会去战胜挑战，艰难是给你机会走出艰难，困境是给你机会让你成长到足够翻转困境。只要转换视角，就能翻转命运。

《所有的命运都是成全》以“命运”为切入点，讲述了非常玄奥的“命运”是什么东西。命运能是什么东西呢？它是生命，是际遇，是曲曲折折的前进，是寸步不肯移的守候，它是一切。际遇如火，骄傲如金。珍而重之地对待生命，不教时日空过，无论怎样的波峰浪谷，都无损于我们自己的骄傲。遇吉不喜，遇凶不怒，坦坦荡荡，宽宽静静中，一生就能这么有尊严地过去了。

《苦如蜜糖，甜是砒霜》以“苦难”为切入点，讲述了人人望而却步却人人都有可能经历的“苦难”。这个光鲜靓丽的世界上，这么多光鲜靓丽的人，都包裹着一颗拼命挣扎的心。没有谁真正潇洒，大家都不轻松。也许困顿是良机，因为障碍越多，被跨越的障碍越多。不必被愤怒和悲伤蒙住了眼，假如退开来看，说不定能够看出命运的线正从彼处发端，要给你织成一幅美丽的锦缎，只要你给它时间。不如一边整小窗，一边倚小窗，一边买周易，一边读周易，一边挖池塘，一边坐池塘，一边养青蛙，一边听蛙叫，心头种花，乐在当下。

《绿墙边，花未眠》以“美好”为切入点，细细描绘了生命中的美好片断和美好场景，动荡人生中的稳静光阴。生

命是需要稳和静的，如同篱落间需要点缀一点两点小黄花；就像《红楼梦》里的大观园，有那样金粉玉砌的所在，就有稻香村这样的幽静之所可以养静，可以读书，可以于落雪落雨之际，去品生命况味。

《昨日不悔，明日不追》以“赤子之心”为切入点，与读者一起，重觅本心，重拾美好华年。“归去来兮，田园将芜胡不归？”现代人没有陶渊明的幸运，不是所有人在厌倦了都市生活后，都可以有一个田园迎接自己的归来。实在没办法的时候，我们可以在心里给自己营造一个独属于自己的田园，那里有如烟蔓草，有夕照，有落英。

一个人，生活在一片破落的村庄，隔着一条大河，有一个仙境一样美的地方，那里整日云雾缭绕，太阳一出，云雾散去，鳞次栉比的房屋又像水墨画一样。他想：“啊，要是能到那里生活就好了。”于是，有一天，他下定决心，整理行装，登程了。

当他辛辛苦苦到达那里，才发现那里的村庄一样破落，那里的人们和自己家乡的人毫无二致。他失望透顶。隔河望去，自己的家乡也美丽得如同仙境，云雾缭绕；当云雾散去，房屋也如水墨，引人遐思。

真是一个隐喻式的故事。我们的人生就时时生活在这样的矛盾之中，总是觉得身处的环境不好，正在做的工作不好，享受到的待遇不好，挣到的钱太少；可是当我们换一种身份，挣了大钱，得了大名，又会觉得还是平平淡淡的生活更好。

说到底，我们总是这山望着那山高，其实却是这山和那

山一样高。你觉得这里的山好，那么别处的山就一样好；你觉得这里的山不好，那么别处的山一样不好。

就像一个人从一个小镇搬到另一个小镇，询问当地的一个老者：“这里的人好不好？”老者反问：“你家乡的人好不好？”他说：“我家乡的人都好极了，既热情又善良。”“那么，”老者说，“这里的人也都好极了，既热情又善良。”

另一个人也从一个小镇搬到了这个小镇，也询问这个老者同样的问题，老者也反问：“你家乡的人好不好？”他说：“我家乡的人都坏透了，既冷漠又奸诈。”“那么，”老者说，“这里的人也都坏透了，既冷漠又奸诈。”

高低好坏，其实都在自己的心呢。

借由“心灵微观”，希望我们真的能够荡涤凡尘，得见本心，心灵如清水洁净轻灵。

前 言

走在路上，突然止步，恍然如有所想，看车流人往。身边潮沸盈天，却一切与我无干，我只看得见一片叶子被风吹，打着旋飘上蓝天——真是无上美好的体验。

还有一次在茶室，和朋友说笑，却一刹那听见一声琵琶音，铮的一声，一下子魂飞天外，大概不过一眨眼的时间，却觉得足足过了两个钟点。那感觉真是不常见。

此前更有一次，一个人在图书室，恰好读到“一切声，是佛声，檐前雨滴响泠泠”，结果揉揉倦眼，看窗外骤雨初歇，真有一滴檐前雨啪地掉下来，在石台上摔得清透碎裂，一时神魂俱飞，只觉自己就是那滴雨，连那掉落时的失重感都感觉得清清楚楚，无法忽视。

心静是什么感觉？《追忆似水年华》的作者马塞尔·普鲁斯特患有慢性哮喘，年纪轻轻就是个病人，过着寂寞的隐居生活。长年累月被囚禁斗室，不能活动，他的心要是再不静，憋也把他憋死了。诚然，他也憋闷，不过，他却想出了消遣憋闷的法子，那就是躺在床上，静静回忆过去，回忆着回忆着，这部作品就被他回忆出来了：“我的视力得到恢复，

我惊讶地发现周围原来漆黑一片，这黑暗固然使我的眼睛十分受用，但也许更使我的心情感到亲切而安详；它简直像是没有来由、莫名其妙的东西，名副其实地让人摸不到头脑。我不知道那时几点钟了；我听到火车鸣笛的声音，忽远忽近，就像林中鸟儿的啼鸣，标明距离的远近。汽笛声中，我仿佛看到一片空旷的田野，匆匆的旅人赶往附近的车站；他走过的小路将在他的心头留下难以磨灭的回忆，因为陌生的环境，不寻常的行止，不久前的交谈，以及在这静谧之夜仍萦绕在他耳畔的异乡灯下的话别，还有回家后即将享受到的温暖，这一切使他心绪激荡。我情意绵绵地把腮帮贴在枕头的鼓溜溜的面颊上，它像我们童年的脸庞，那么饱满、娇嫩、清新。”

能用这么多的文字、这么悠细的笔调写这么寻常的一个小情景，他可真是闲得可以，也静得可以，所以他可以看到我们都看不到、体察不到的东西。这些东西落在纸上，就成了经典。

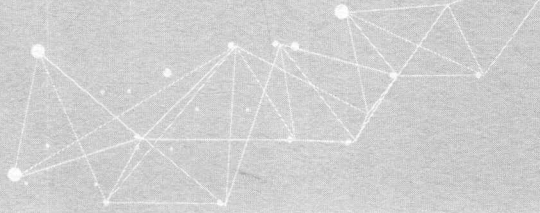
人活一世，不好好享受生活，被快节奏的生活方式牵着鼻子走，太吃亏了。如果生活快你的心也快，那完了，肯定是春天听不见鸟声，夏天听不见蝉声，秋天听不见秋虫唧唧，冬天听不见落雪温柔地簌簌而下。白天听不见别人下棋砰然而响，月下听不到箫声婉转悠扬；山中听不见松涛阵阵，水边也听不见橹声欸乃。所以，可千万不要觉得饮食是“快餐”、娱乐是“快餐”、阅读是“快餐”……快快吃完，快快工作；快快干完，快快休闲；快快读完，快快卖弄，什么都快了，就像一条小溪的好水被一辆大汽车轰隆隆把水拉到海边，一

股脑儿倒下去，不但是十足的煞风景，更是十足的浪费生命，“欲速则不达”。

所以，还请暂入忘“我”之境，忘了关心米面菜价多少钱，股票是跌是涨，官位能否亨通，人际关系润滑到不到位；跳出来一个被烟火红尘俗世遮蔽的真“我”，好比一朵深埋不见杂藏的花朵，物物静观皆现眼前——忘的是机心，是劳烦，得到的是美好，是觉察。“你环顾四周，缓缓的，注意到你原先走过而未曾注意到的东西：雨后泥土的气息，你所爱的人左耳上覆盖的鬓发。看到小孩儿在玩耍，这是多么的美好啊……当你在这种状态中行走，你会闻到每一种花的芬芳，你会跟每一只鸟儿同飞，你会感觉到脚下所踩出的每一个嘎吱声。你找到了美与智慧。而美处处在形成，由生命的一切材质在形成。你不需寻找，它会自动向你走来。”

这，就是奇妙所在。

本书精选的数十篇美文，文笔清丽美好，引着读者一起忘记人间烦恼，进入美好境界，那里万物现影，好比春来江水绿，枝上有桃红。



第一辑

- 003 你的美，不只是上帝看得到
- 006 向三文鱼妥协
- 009 天籁之声
- 013 美丽无伤
- 017 谁不想被世界温柔相待
- 020 月光晒谷
- 023 种春风的母亲
- 026 大青山的小院子
- 030 在悬崖边健步如飞的人
- 034 凡生命之苦尽予收容

第二辑

- 041 母亲营养法则
- 044 爱是人世间最美的语言
- 047 小猫史莫奇
- 050 在爱面前，连死神都会却步
- 054 我做泥娃娃的妈妈
- 058 飞鸟的敬礼
- 061 丰盛的晚餐
- 065 鸟飞即美
- 068 种欢喜得欢喜
- 072 所有美好的事物，
我都要看上两遍

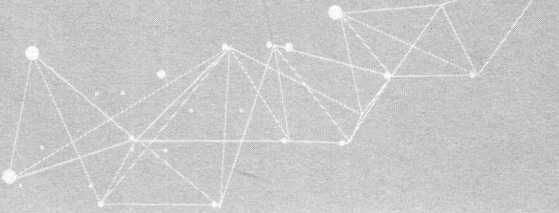
C O N T E N T S

第三辑

- 079 品
- 082 一开始就对
- 084 等 待
- 088 结庐在人境
- 090 月是村的眼
- 093 寻找一处桃源
- 097 怎么好意思不美好地生活
- 100 超市里的哲学家
- 104 假 币
- 107 竺可桢的“格局”

第四辑

- 113 我打算这样老去
- 116 春日宴，绿杨阴里歌声遍
- 119 一把沉默的刀
- 122 叶鸟鱼枝
- 125 长恨歌
- 128 边走边白
- 131 城南有栾树
- 134 春天的颜色
- 137 花慢开
- 140 春天的麦子



第五辑

- 145 错 过
- 148 栀子花，旧庭院
- 151 月下看瓜
- 154 瓦
- 157 花肉的记忆
- 161 百花深处
- 165 它原本有一个美丽的名字
- 168 鸡爪霜
- 171 养一畦露水
- 174 难忘草原手扒肉

第六辑

- 179 无俗心
- 182 收集天籁之声
- 185 青蔬香
- 188 冬天里的春梦
- 191 握布瓜
- 194 表扬春光
- 197 生命，有时候是
一场神奇的冒险
- 200 海上升明月，明月照花林
- 204 在心中修篱种菊
- 207 少年读
- 210 亲亲我的桃

C O N T E N T S

- 213 前世慈姑花
- 216 留得枯荷听雨声
- 220 榆钱饭
- 224 眼前不只有苟且，还有浓浓的诗意
- 228 总有一些美好深深记得
- 232 岁月静好，只是因为懂得珍惜
- 236 那年夏天的红豆冰

第一辑

美丽天伤

你敢不敢看别人的眼睛？恐怕你不敢，怕透过别人的眼睛，看到你自己的灵魂。

你怕爱上别人。心中澎湃的情意让你视陌生人为亲人，视仇人为亲人，视别人为自己。而这恰恰是关键。

这个世界上，没有一个人不是你，所以，请放心大胆地行使善良，那是你的权利，不要怕因为全心去爱而受伤。一个医生全心去爱病人，也许医生所收获的，比病人还多。一个教师全心去爱孩子，也许教师收获的，比学生还多。一个上位者全心去爱民众，也许上位者收获的，比民众还多。就在当下，行动吧。
