

乡
居
文
丛

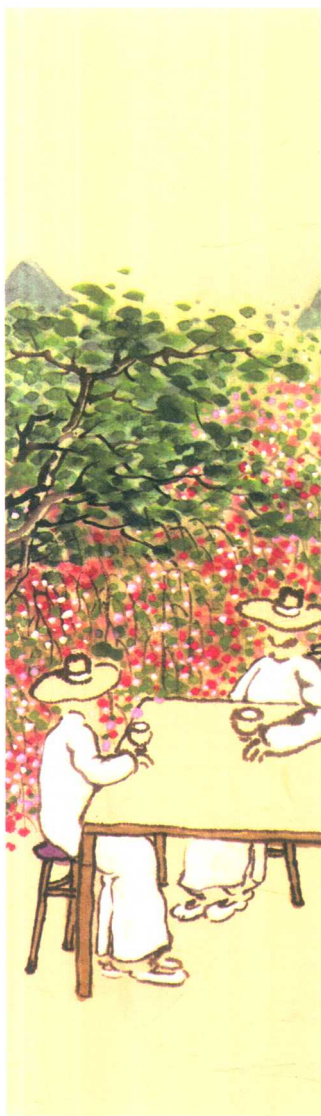
素心

极简至美的

时光

路景涛 | 主编

李小奔 彭治国 等著



文丛 | 乡居

路景涛 | 主编

素心

极简至美的
时光

李小奔 彭治国 等著

素心：极简至美的时光

SUXIN: JIJIAN ZHIMEI DE SHIGUANG

图书在版编目（CIP）数据

素心：极简至美的时光 / 李小奔等著. —桂林：广西师范大学出版社，2018.9

（乡居文丛 / 路景涛主编）

ISBN 978-7-5598-1120-2

I. ①素… II. ①李… III. ①文学—作品综合集—中国—当代
IV. ①I217.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2018）第 182016 号

广西师范大学出版社出版发行

（广西桂林市五里店路 9 号 邮政编码：541004）
网址：<http://www.bbtpress.com>

出版人：张艺兵

全国新华书店经销

北京博海升彩色印刷有限公司印刷

（北京市通州区中关村科技园通州园金桥科技产业基地

环宇路 6 号 邮政编码：100076）

开本：787 mm × 1 092 mm 1/32

印张：9.25 字数：256 千字

2018 年 9 月第 1 版 2018 年 9 月第 1 次印刷

印数：0 001~6 000 册 定价：54.80 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社发行部门联系调换。

引言

· 做一样，像一样

朋友有一天问我，素心是什么？

我一愣，脑中即刻想起一句诗：“闻多素心人，乐与数晨夕。”

这是陶渊明的诗句。陶渊明归隐乡野，一边饮酒，一边赏花，“采菊东篱下，悠然见南山”。那真是好日子！——“此中有真意，欲辩已忘言”。

但素心是什么？

想到陶渊明的日常生活，真是沉醉天地大美，悠然忘我，而他的内心一片澄静——对了，素心，就是内心的简单平淡吧。

在中国的传统思想中，简单平淡是人生一种很高的境界。世间万千的事物，从简单而至复杂，再从复杂重归简单。真正的大境界，乃是不事雕琢的无为之境。因而，简单是一种绚烂之后的平淡，也是复杂之后的纯净。

心思简单、心地纯净之人，可以从世间万事万物中看见真意。遵从自己的内心，一门心思做自己喜欢的事，就是一种幸福。

这本书中，收录许多人的故事——有身心合一、念起念落、心到手到、物我两忘的制壶人，也有高山流水、万壑松风、苍苍茫茫、水光云影的斫琴师；有经历喧哗骚动、笑看人生过眼烟云的玩家，也有半醉半醒、半痴半真之间寄托人生理想的实验建筑师；有走很多路、去很多地方、看很多风景、遇见很多人的旅行家，也有不预设结果、不惧怕未来、坦然迎接每一个变化与明天的浪游者；有脚步坚定、心怀美好的志愿者，也有回归山野、吟唱日月的音乐人；有芥子须弥、微尘大千、与草相对的艺术家，也有放歌山林、与花缠绵、笔下大千、皆是自我的思想者……

每一位都是素心人。遵从自己的内心生活的人，每一天都充满欢喜。

但我们要知道，素心绝不是人们所说的闲云野鹤式的“佛系”，不是万事无关的消极避世，也并非看破人生的放浪形骸。素心，实则是一种积极认真的世界观，是真诚与坦然，是温暖与热忱；素心人从不拒绝改变，也不害怕未知；他们绝不会随波逐流，更不会得过且过。他们是对自己有清晰的认知的一群人，目标明确，目光坚定，他们比谁都更明白内心自由与个人奋斗的价值。

这也不由让我想起书中的一位主人公。他一路跋山涉水，披荆斩棘，披星戴月，寻寻觅觅；他充满激情，心思纯净，胸中

既有魂牵梦绕的乡村情谊，肩上也负着士人贤者的家国担当；他怀抱美好的信念，坚信理想的价值，日复一日朝着一个目标努力——

“我就做我自己，朝着自己的目标前进。有茶时就喝茶水。没有茶时，喝白开水也行。白开水也没有时，喝露水也行。如若能够全情投入，爱一件事，爱一个人，并为之花费一生的时光，那才是一个人的真正的幸福……”

数十年前，夏丐尊对李叔同有一个评价——“做一样，像一样”。这就是“素心”。人得此素心，便能从平凡的生活中看见诗性，看见境界，看见真意，看见大美。得此素心，便能在一粥一饭、日日劳作之中发现乐趣，发现自我，发现灵魂，发现人生的要义。

简言之，素心，便是极简、至美，便是心灵的大自在、大境界。

“闻多素心人，乐与数晨夕。”真好。愿你翻阅此书时，能从书中这些素心人身上，读到真意，读出真趣，读得真我。

编者

目 录

丨 不羁 & 行路 丨

- 一大碗：在大凉山的星空下 · 003
- 宛小诺：相遇在此间，重逢在天涯 · 017
- Ken：下个旅途遇见你 · 046

丨 天真 & 筑梦 丨

- 赵统光：深夜建筑师 · 067
- 大濛：与草相对，日长如年 · 096
- 二冬：借山而居 · 109
- 周华诚：稻田小旅行 · 134

【放达 & 玩家】

老树画画：不如与花缠绵 · 149

岂農：低头种地，抬头唱歌 · 163

【一心 & 造物】

张晓玲：吃茶半日闲 · 187

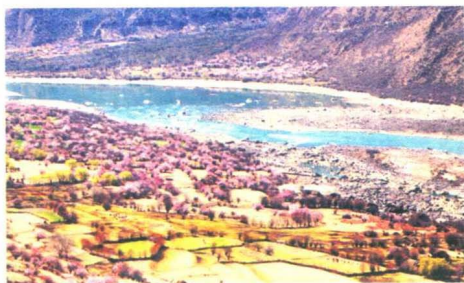
陆玖：壶中日月长 · 197

张晓刚：琴箫人生 · 210

【大爱 & 至美】

路景涛：不忘来自何处，也知去往何方 · 225

不 羈 & 行 路





一大碗

90后，传媒公司职员，现居杭州。曾在2010年9月赴西部支教，那段特别的经历在她的生命中留下了浓重的一笔。

一大碗：在大凉山的星空下

文、图 | 一大碗

“老师再见！”环顾四周，群山围绕，我寻觅这个正在呼唤的孩子的身影，他大概就在回家路上的某个山头吧，我没有找到他，可是声音依然不绝于耳。于是我也大声地对着每个山头喊：“再见！我们明天再见！”

最开始，只是因为淘宝上那家文青女装店。

那个自称倒买倒卖的服装小贩，在自家的电子杂志里，讲起自己从上海逃跑，到空气稀薄的白马雪山去支教的故事。他讲起因为水管爆裂而停水良久的山间小学，讲起一群朴实的藏族孩子。

还有这种活法啊！

这个原本让人不屑一顾的淘宝小贩，此刻屹立在巍峨的雪山山头；原本还为舒坦日子沾沾自喜的我，此刻成了山下渺小的仰望者。



我，刚从大学毕业，顺遂地进入一家不错的传媒公司。

我的生活很平静。气派的写字楼，进门就见帅气的保安小伙跟你问好，电梯里时不时遇见西装笔挺却焦头烂额的青年，或是修长挺拔的职业女性，就像少女憧憬的电视剧里的职场女性那样。

除了离家稍远、下班堵车以外，这份工作没什么好抱怨的。

但是我得了异想天开的病。每隔一段时间，就得搞点花头矫情一番。不过多数时候，想过就算做过了。但是这一次，我平静的生活居然被刷淘宝打破了。

然后，“四川省索玛慈善基金会紧急短期招募”的微博适时闯入。

当我告诉小伙伴，我决定去支教时，他们给了我五年前决定做老师、三年前决定当记者、两年前决定考研、一年前决定好好赚钱时一样的反应——去去去！

通过支教报名审核之后，我只给基金会打过一个电话，告诉他们，我会在下个月月初来报到。

此后，办理辞职手续，准备奔赴四川支教“前线”。尽管如此，我仍然有着不可名状的恐惧。

我后悔了，我想回家

当我终于出现在西昌机场时，基金会的人反而诧异了，大概是他们见惯了很多报名者没有下文、不了了之。

没有想象中的热烈欢迎，没有慈善机构里理所应当的温暖。办公室里各忙各的，偶尔来个支教老师，和熟络的志愿者私聊甚欢。

有人拿个文件给我——《索玛花支教工作手册》。“看吧，这就是你今天的工作。”

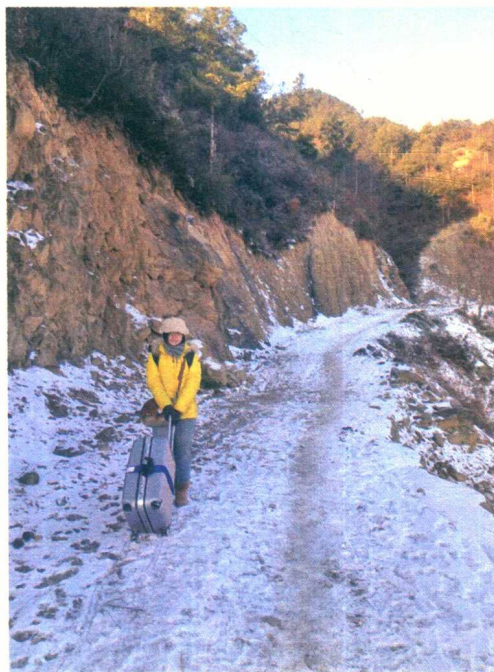
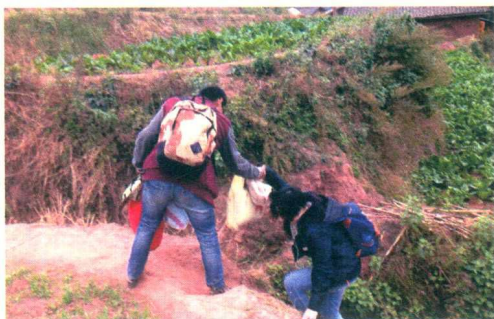
然而我内心一直在恐惧。如果你问我怕什么，我大可解释出一大堆：怕地震，怕虱子，怕站上讲台，怕洗不了澡，怕爬山，怕黑，怕小孩子，怕自己不到一个星期就哭着跑回家丢人，怕所有可笑而幼稚的小事。

到达西昌的第二天，尚未尝到任何苦头，我就一把鼻涕一把眼泪地给家里打电话，我后悔了，我想回家。

幸好，我很快被“打包”上山。接下来，是为期一周的山里培训。

离西昌市区最近的索玛花爱心小学，从山脚下的四合乡走上去，两个钟头就到了。

几年前登山狂魔“老邪”路过这里，见到背着木柴或娃



我很快被“打包”上山。接下来，是为期一周的山里培训。

的孩子，便再无法视若无睹。多方联系，四处奔波求助，终成“索爱”，这才有了这所爱心小学。

在高山面前，师范专业、小学实习经验，这些履历不堪一击。这山里的一周培训时间，颠覆了我的观念。

听课、备课、上课，训话、改作业、开教研会；虱子窝、潮湿的木柴和伙房、堵塞的简易茅厕……我不敢触碰孩子，尽量逃避学生宿舍，小心翼翼地上厕所，因害怕虱子而浑身包裹得不留一丝缝隙，睡觉也不翻身……

第一堂课

四川省西昌市美姑县尼哈乡安曲村小学。刚到时，我管它叫：这个鬼地方。

这个鬼地方够高，半路上就用突如其来的高原反应把昏昏欲睡的我惊醒，吓得我以为自己就此聋了。

这个鬼地方真冷，七条棉被和两个热水袋，是基本配备。这个鬼地方潮得很，褥子湿得能拧出水，每天不掀开晾晾就发霉。这个鬼地方爱刮妖风，好好的五星红旗愣是刮碎了，撒泡尿就是一屁股的风中凌乱。

在这个鬼地方，人们围观学校就像逛动物园。满地跑的鸡狗猪牛羊兔，甚至传说中的熊猫都不奇怪，唯有汉语老师，

