

三角梅丛书

禅意 的 生活

何阳
著

海风出版社
HAI FENG PUBLISHING HOUSE

禅意的生活

何 阳 著

海风出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

禅意的生活/杨平主编. —福州:海风出版社, 2007. 8
(三角梅文丛; 2)

ISBN 978-7-80597-712-6

I. 禅… II. 杨… III. 散文—作品集—中国—当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 121742 号

禅意的生活

何 阳 著

责任编辑: 沈英艺

出版发行: 海风出版社

(福州市鼓东路 187 号 邮编: 350001)

出 版 人: 焦红辉

印 刷: 福州诚信达彩印有限公司

开 本: 850×1168 1/32

印 张: 6 印张

字 数: 168 千字

印 数: 1—1000 册

版 次: 2007 年 8 月第一版

印 次: 2007 年 8 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-80597-712-6/I·149

全套定价: 86.00 元

禅意的生活

从事文字工作多年，结交了一些文友，每回相聚之时，谈起写作，各有见解，感受颇多，我却什么都说不出。

坦然相告，我不会写作，当然也就不懂得那些写作技巧。每次提起笔来都是有感而发，一种精神的放牧与漫游。顽石一块，浑然天成，自然就无须雕琢。

在上世纪90年代的中叶，我走上了新的岗位，一切都不适应。独当一面，力不从心。文人相轻，互不服气，同事之间磕磕碰碰的磨合，不知何时是头。日子过得很压抑。

一天下午，我来到了一个寺院，想图个清静。大雄宝殿门口有个捐款箱，我投进了几张心意。慈祥的长老，请我留下姓名，他会为我念经诵德。

我笑了笑：做个善事，图个清静。

他双掌合拢，答曰：放下即福，心情自静。

我知道这话的出处。说的是一个富翁带着浑身珠宝，四处寻求快乐，走遍千山万水，依然郁郁寡欢。一天他路遇一位从山上砍柴而归的农夫，问道：何为快乐？农夫放下了沉甸甸的柴草，揩了把汗，说：放下就是快乐。

这天晚上回到家中，铺开纸笔，写了篇散文“脱俗的清静”。

借着这个题目，我将纷乱的思绪，梳清理顺。有句话说得好：你不能改变天气，但你可以改变心情，你改变不了事实，但可以改变态度。一介书生，别无它能，唯有通过一行行、一段段的文字，将心中的感慨渲泻而出：“……谁都知道，‘放下’这两个字，说说容易，做到真难啊！看着一个个膏粱酒徒，酒囊饭袋凭什么活得潇潇洒洒；眼见位位卑鄙小人，趾高气扬，不可一世，试问天下，公理何在！但这又有什么办法，唐僧历经九九八十一难，取回的三藏真经，犹有半页遗留在晒经石上。世事古难全。假如将这些仇恨、痛苦，没完没了的埋藏在心里，你只能成为一个生活垃圾的收藏者，天长日久，日日夜夜沉浸在痛苦的煎熬中，自己就成了一个心灵的囚犯。不值得啊！……”

文章写出来，心中的块垒不知不觉地化解开了，整个心灵都沉浸在“脱俗的清静”之中。果然是放下即福，心情自静。

那以后，我渐渐迷恋上了写作，别无它求，平静地生活，坦然地写作，图个好心情。

读这样一个故事，一位智者和他的弟子们旅行经过了一片树林。那一天非常热，中午时分，智者觉得口渴。于是他告诉一位弟子，刚才我们跨过了一条小溪，你回去帮我取一些水来。弟子回去见小溪的水非常浑浊，于是他回来告诉智者：水很脏不能喝，我们走吧。智者说：不。你再回到那条小溪取水。弟子只好又回到了那条小溪，不一会他又空着水具回来。他说：师父，那儿的水还是浑浊。师父说：那请你再回去一次。弟子无奈之下，只得再次返回。这次他惊喜地发现涓涓溪水，已带走了泥沙，一泓溪水清澈见底，清冽甘甜。弟子笑了，取水回来，深深地给师父鞠了一躬：你给我上了一课。

每个人的心灵在一些时候，因某些原因会变的浑浊。无须急躁，无须烦恼，你只需在岸边耐心地等待，随着时间的推移，潺潺的清泉，便可带走泥沙，还心灵一泓平静的秋水。

其实，生活就是一种修行。人情似纸，世事如棋，不必为了名，为了利，为了那些不必要的得失而苦恼，沮丧。

夜深人静之时，点上孤灯一盏，泡上香茗一壶，静静地把心思倾吐在纸上，把内心的一切郁闷，落寞，在笔端之下化作一棵树，一块石，一朵飘逝的白云，一股清澈的泉水，将浮躁的内心一点点地过滤，沉淀。

毕淑敏有句名言：“心轻之人，可上天堂”，说得太好了。红尘滚滚，潮起潮落，该放下的就放下。轻轻松松，坦坦荡荡，它可使你一步一步地走进澄清的境地。

曾经看过一张有趣的画，夕阳西下，绿草如茵，一位少女置身在这诗一般的景色中，静静地伏案写作。可画中的椅子已离开了地面，连同手边上的咖啡一同悬浮在空中。

我想画家一定是在传达这么一种创意，倾心于文学创作，可使人的躯体得到解放，伴随着心灵在另一个旖旎的世界里漫游、散步。

这才是生活中的上品：禅意的生活，

目 录

走笔大地

- 地下森林的“情怀” (3)
- 涅槃的古树 (6)
- 生命的山水 (10)
- 小三峡的回音 (14)
- 湘西走笔 (17)
- 幽静的小巷 (24)
- 访欧见闻 (27)
- 竹海漫思 (33)
- 最后的田黄地 (36)
- 石竹山寻梦 (41)
- 远古的岩画 (44)

脱俗的清静

- “桃源”品茶 (51)
- 海滩的咏叹 (53)
- 请为自己献束花 (55)

瀑布边的遐想	(57)
清贫的美丽	(60)
鱗溪品水	(62)
钟与表	(65)
心灵的净土	(67)
心中的绿	(70)
石缝中的野花	(72)
春天的落叶	(75)
脱俗的清静	(77)
心灵的花园	(81)

情感长廊

百合的回忆	(87)
雨 潇潇地下	(94)
子夜昙花	(99)
心中的往事	(102)
一片芳草地	(107)
祭奠——逝去的爱	(110)
独立夕阳	(116)
雨中的杜鹃花	(119)
茶如人生	(125)
0.1 分的争夺	(128)
飘逝的流萤	(134)
壮哉——“陈晓丹现象”	(139)
大墙上的小菊花	(146)
汪嘉伟传奇	(151)
古井老人	(167)
秋白魂	(173)



走
笔
大
地

当了多年记者，去了不少地方，看一点，便写一点，
浪迹天涯之时，手中之笔也走遍了大地



地下森林的“情怀”

早听说哈尔滨附近有个叫地下森林景点，98年夏天在朋友的伴同下，我来到了这里。

其实，这是一座死火山，海拔约1000米左右，当游人沿着山路登上火山顶时，眼前会出现一个硕大的火山口，从火山口向下张望，只见火山口下陡峭的内壁，林木郁郁葱葱，生机勃勃，这里天凉得快，才9月下旬，林中树木已是几经霜打，层林尽染，色彩缤纷。

火山口的顶部，人们修了一个可供休息与眺望的亭子。在亭子旁边，依着悬崖横斜地长着一棵独特的怪松，粗壮而结实的树干，就像是一条天然的长凳，来来往往的游人都喜欢坐在这道独特的景观上，拍照留念。由于拍照的人太多，反而使我失去了兴致。于是，便踏着峭壁边上一条前人凿开的阶梯，一步一步，小心翼翼地走下到石阶，来到了火山口的底部。

这里的地势比较平坦，四处散落着火山爆发时崩塌下来的巨石。峭壁边上有一眼深潭。走近细观，顿觉寒气瑟瑟，扑面而来，原来平静的潭面飘浮着一层终年不化的薄冰，也许这就是导游所说的，冰川时留下的遗迹。

位于谷底，仰望上去，地下森林另有一番风景。四面悬崖，险

岩峭立，一株株，一棵棵常青的绿树，扎根在石缝中，贴着峭壁，形态各异，攀岩生长。巨大的根系，有的宛若游龙，有的纤细如丝，在峭壁上四处蔓延，就像一片片无形的文字，爬满了石壁，使整个峡谷变得生动，又富有情趣。

望着眼前的景致，我不由浮想联翩。在遥远的年代了，那时这里也许是芬芳的草原，肥美的湖泽，一次巨大的火山爆发，它将岩石融化成了沙砾，把峻岭劈成了深渊，烧焦的石头取代了绿色的森林，一切都变了。

一道峡谷，深陷地下，四处险岩峭立，怪石嶙峋。大自然放弃了它，光秃秃的峡谷中没有生命；阳光放弃了它，即使在正午时分，才会有几束光线好奇地向谷底窥测。只有风儿偶尔为它捎来点点草籽，粒粒树种，洒落在了石缝、沟涧。

可这大自然的弃儿，没有乞求，没有媚骨，千百年来，它在黑暗中苦苦地挣扎，让代表生命的绿色，一点一点地延伸向光明的天顶。几千年过去了，几万年过去了，进入了人类的文明时期，终于有一天，人们在昔日的火山口里发现了一个生命史上的奇迹，幽暗的峡谷里，竟然柞木苍郁，松木成林，密密麻麻的耸立起了一片颇为壮观的森林。因为它生长在井底一般的深谷中，就象生长在地下一般，于是便给它起了一个恰如其分的名字。

太阳西行，此处的阳光渐渐离去。我沿着石阶走了上来，此时眺望亭旁已是山路寂静，人去亭空，独倚栏杆，回想刚才人们为了方寸之地，争先恐后，你争我夺的场面，不由几分感慨。

作为一个文字匠，这些年来我注意到，“竞争”这个字眼使用频率愈来愈高。诚然，物竞天择，优胜劣汰，是生命之所以成为生命的法则，在承认这一点时，我也感到了一种无奈，为什么有些人总喜欢把“竞争”这个单词的词义，发挥到了不可思议的程度。争名于朝，争利于市，为了蝇头小利，尔虞我诈，反成为了一种新的“时尚”。正像“红楼梦”中“好了歌”所形容的那样：“乱轰

轰，你方唱罢我登场，反认他乡是故乡。到头来，都为它人作嫁衣裳。”

当然，我在这里并不是兜售虚无主义，几年前，曾在一本书上读过一个小故事，介绍美国科技界的一段佚闻，给我的很深的启示。

理查德与萨姆在同一家公司当计算机软件工程师。一次当他们共同接手一个科研项目时，为了达到排挤对手，独霸一方的目的，萨姆逼走了理查德多年的搭档乔治，又借故将他经手的材料全部查封，这意味着理查德多年的心血将毁之一旦。面对着上司误解，同行的妒忌，事业上的困境，理查德在日记本上写下了一段话：“我要摄取那些消极的能量，让它流遍我的全身，在我成为一个新人时，然后再把它们扔回给他们。”他不与人争，不与人斗，忍辱负重，独自一人将整个项目承担下来，一年过去了，他终于带着胜利的笑容，提前一个月将产品交给了客户。面对着一位位瞠目结舌的同僚，他平静地说了一句话：“成功是最甜蜜的报复。”

这句著名的格言，使我明白了一个道理，虽说生活在竞争时代，我们也不妨换个角度，把自己变为对手，与自己竞争。用自身的积极因素，淘汰自身的消极因素，在生命的旅途中，始终将超越自我作为一种不懈的动力，日新月异，沉淀下的积累，就是你跨上成功之巅的阶梯，有朝一日，“会当凌绝顶，一览众山小”，那时激情满怀，胸襟坦荡，又何需与那些小人鼠辈，说长论短。

就像此处风景，它本可以成为明珠串似的小湖，就像五大连池那样，轻而易举就可赢得人们的赞叹。也可成为一潭碧水，碧波荡漾，令人流连忘返。可它却隐名埋姓，安于这穷乡僻壤，将自己的追求，倾注于一件件豆芥小事，化作了一株株长青的绿树。岁岁年年，不懈的努力终于使它自成一方景观，成为了植物世界骄傲的代表——地下森林。

涅槃的古树

两年前，我陪同几位远方的客人，来到了素有古建筑博物馆之称的闽清宏琳厝。

站在大门口举目远望，远处青山层峦叠嶂，一道清溪水从正门处淌过，溪流的两边各有一棵古樟树遥遥相望。从风水的角度看，此处有“柯峰似银屏护背，演水如玉带环腰”的说法，真乃一方宝地。

导游小姐指着两棵遥相对应的大树，向我们提出了一个问题，为什么这两棵树一高一矮，一大一小。

说了半天，大家都有没猜中。原来多年前，左边的这棵古樟树，曾被雷电拦腰击断，残留下半截焦木。没想到多年后，它奇迹般地复生，又长成了一棵参天大树。

宏琳厝素有中国古民居之最的称号，它始建于清乾隆乙卯年1792年。占地面积17832万平方米，全厝大小厅35间，住房666间，花圃25个，天井30个，规模宏大，外观气派，工艺精湛，内涵丰富，

走进宏琳，像走进了久违的历史风尘中，大院里的木雕，石雕砖雕，泥塑，燕尾脊无不精美绝伦，令人目不暇接。

但采访归来，留给我印象最深的却是那棵涅槃的古树，心想有

空一定要专程去拜访它。

如今终于了却这个心愿。

踏着筋脉骨突的地面，拨开了四周灌木杂草，我走到了它的身旁。

这是一棵空心的古樟，在它虬曲的根部，凹陷进一个巨大的黑洞，虽历经百年沧桑，风浸雨袭，至今仍像墨汁一样焦黑。

黄昏时分，田野静幽。依偎着这棵大树，我心如平湖，神若止水，耳边不时传来一点点窸窣窸窣的声响，一片两片树叶带着几分神秘，几分渺茫飘落了下来，落在我的身边。

触景生情，我想起了凤凰涅槃的故事。相传天主教国有神鸟名菲尼克习，满 500 岁后，集香木自焚，复从死灰中更生，鲜美异常，不再死，此鸟即中国所谓凤凰。

郭老的名诗凤凰涅槃，便是取材于此，他用迭句的形式，热情地讴歌礼赞，为中国的新诗开一代新风。

与此相比，古树的涅槃其中包含的意境与思想内容，应是殊途同归，可惜多年来无人涉墨。

天道不公啊！

当年，上天嫌弃它，一场天外来火，九霄而下，不偏不倚，砸在了它的身上，一树翠绿，顷刻间成为了一段焦木。大地舍弃它，闽清沃土遍野，为何独将荒丘一处，成为它的栖身之地。人们也抛弃了它，当时，在世人的眼中，这株古樟树劫数已尽。但它仍然顽强地活着，那些扎在大地深处的根没有萎缩，没有放弃，没的屈服。它们拳曲着，依缠着，簇扎着，错节盘根，顽强地在石缝中挣扎，在黑暗的地底下，苦苦寻觅着养分与空间。

终于在大地回春之际，在焦枯的根边上又长出了绿色的幼苗，不知经历了几度寒暑，多少次生死的轮回，它终于又一次拔地而起，枝条百尺，直冲云霄，招展着生命的本色。

如今人们将它奉为神品，顶礼膜拜，当之无愧啊！

但丁说过：要是白松的种子落在了石缝里，它只能长成一棵很矮的小树。我想，伟大的但丁如果面对着这棵神奇的古樟，他一定会发现自己错了。

晚风轻拂，树影婆娑，轻轻地抚摸着这棵古樟曲扭而绽开的裂纹和进出筋络的躯干，我又想起了导游小姐提出的那个疑问：这棵树为什么它矮了半截。

我知道大自然中有着许多神奇的现象。含羞草一经触摸便垂首敛目，以及在非洲原始森林中的各种食虫花、缠人藤都表现出了一种神奇的特殊的功能。

草木有灵啊。

也许历经磨劫后，它悟出了一个道理：高处不胜寒。

曾读过一则佚闻。在清理古罗马废墟时，人们发现唯一保存完整的雕塑，是一尊跪着的男仆的。他单腿下跪，两手向上，托着一个果盘。无论是模样，还是姿势都是一副卑微下人的形象。

美国一位心理学家琼斯曾做过一个实验，他在电脑中制作出了男仆与国王的形象，同时供人们在做游戏时打击，结果威武的国王，被打击的比率高出了80%。

因此他得出了一个著名的定律：处于险境中，只要肯低下头来，甘居于下，你所面临的危险就会降低一半。

这是人类本能的自我保护现象。它说明地处卑微，并不是坏事，它体现出了一种谦让，一种容忍的姿态。作为活人，他们被人同情；作为雕塑，它能完整地保存了下来；作为一棵古樟树，它也成为一道风景，一个千古之谜，供人们反复咀嚼回味。

在返程路上，我回首眺望。

夕阳西下，小桥流水，古树人家，农夫荷锄，牧童晚归。山与水，人与树，共同形成了一幅剪影，在暮色中竟是那么优美、和谐。

一种莫名的感动涌上心头。

活在世上有幸结交了一些朋友，当他们的面孔被我记忆之后，他们的心灵也滋养着我。我的朋友也包括草木。有人说过：热爱大自然的人，一生都受益无穷。我喜欢这句话，与大自然为友，学到的不仅只是知识，那些是人不得已而学习的功课。结交草木，寄情山水，受益的是心灵。

面对这棵涅槃的古树，我悟出了一个道理：世间万物，凡有灵性者，皆能涅槃更生，以其浩然之气，激荡长风，长存于天地之间，为后人敬仰，千古流芳。