

# 欣赏心灵的成长

过去影响了现在，现在必将影响将来。只要你一息尚存，一切都还不算晚；只要你想改变，变化就会发生，只不过随着年龄的增长，变化的范围就比较狭小了，但狭小并不等于消失，永远不会有一个人不能突破的界限。你可以奔突而去，决定权在你自己手中。

很喜欢一句话——死亡是成长的最后阶段。我们一生都需要成长，直到死亡。骨骼的成长，在二十几岁就已经完成了，从那以后，我们不再长高。但是，骨骼细胞还是在不断地更新当中，每一天都是新的。

你如不信，想想骨折之后，新鲜的断裂是如何卓有成效地愈合，你就会明白，即使是看起来呆若木鸡的骨头，也在日新月异地变化着，至于头发指甲这类外显的小零件，你更是可以清楚地看到它们是如何不知疲倦地增长着。

心灵呢？也一样啊，甚至成长得更快。你可以从一件事的反思上，更改几十年以来的一个错误观念。你可以在片刻的感悟中，习得一个伟大的真理。你可以从某人的一言一行中，体察到他被你忽略的丰富。你也可以一下子就识破了迷幻自己半生的谎言，从此洞若观火……

只要你学会了欣赏心灵的成长，就会看到它电光石火般的进化，这是人生最神奇的体验之一。

每个人的内心，都有一间仓库。我们所经历的事情和情感，都被一一输送到仓库里，分门别类地储存起来。其中有一些贴着精致美丽的标签，那是让人欢愉的美好回忆，我们十分乐意时时拉开抽屉，欣赏一番。也许还会拿

出来展示，与亲朋们分享。那些让人不愉快的记录，我们将它们贴上封条，放在犄角旮旯处，恨不能闭目塞听，永不开启。也许在哪个不经意的瞬间，那扇小门冷不丁地弹开了，我们会忙不迭地关上，愁眉不展。

我们认为这就是全部的库藏了。其实，并非如此。有一些最不堪回首的记忆，被我们深深地掩埋在心灵库房的地下，化作了冰冷僵硬的泥土。

然而，负面的能量不会自动消失。如果没有正确清理和根除，它们会在地下发酵。终于有一天，它们遏制不住地爆发出来，让人们抑郁、沮丧、烦躁、悲观、绝望……甚至，衍生出陌生而诡异的人格，操控我们的生命。

我们的问题各种各样：也许是死亡、贫穷、卑微、嘲讽、诬陷……也许是父母的偏心、师长的漠视、伙伴的孤立、亲人的责难、陌生人的轻蔑、长辈的鄙视……创伤不分大小，只在乎那印记是否深及骨骼。来自异性的一个不经意的嘲弄，蕴含着的杀伤力可能堪比核武器。这些回忆沉积在你心里，让你无法忘怀，如同威力强大的定时炸弹，潜伏在你人生的礁盘中，不知何时，轰然起爆，污染你生命的海洋。

怎么让内心永远保持澄澈呢？诀窍只有一个，就是敢于正视心底的负面能量，绝不退却。无论它多么邪恶和不可一世，你已经长大，你已经强有力，你已经安全。你可以战胜它们，粉碎它们。很多时候，我们恐惧的其实并不是事件本身，而是莫可名状的虚弱感。只要心灵强健，过往的伤害就变成了纸老虎，灰飞烟灭。

(毕淑敏)

## 有一种风雅趁年华

我不爱世外仙源，只爱烟火红尘。我不要浮名虚利，只要诗酒琴茶。

万物生灭，起于自然，红尘往来，莫问因由。凡是风景，自有灵性，和人相亲，又与光阴擦肩。但凡古物，自有气质和风韵，被岁月珍藏，不曾遗忘。

静坐之时，想起曾经走过的红尘，有过的片段，看过的风景，心生温柔，亦落寞。一切已然走远，不复重来。时间还在，我们或是陌路，或仍执手，但终成过往。

秋的山径，路遇茶花，若唐诗端然，似宋词清丽，又如元曲流转。此刻，内心的雅致，足以抵挡外界的苍茫。连这风中薄薄的凉意，竟也是季节的恩赐，流露出时光的柔软与慈悲。

山水草木、清茶淡酒、亭台楼阁、金玉珠石，皆有风情底蕴，有着难以言说的妙意和机缘。奈何，再美的物事，亦需要有心人去赏之，惜之。否则，只是一种简单的存在，千年若一日。

世上繁华，让人赏心悦目，爱不释手，却渺若微尘，不得久长。可这浩浩一生，终究要有所求，或经营功贵，或瓶梅清风。趁年华，折几枝山花，品几盏诗酒，填几阙小令，诉几段衷肠，如此，不负锦绣如织的人间。

而后，再结庐深山，筑茅斋，修茶室，养性情，等候归人，收留倦客。那里，有溪云松涛，无人往车喧；有杜若幽兰，无凡花俗草。那里，风闲岁静，日长如年，光阴覆盖了苔藓，世事落满了尘埃。

杨绛先生说：“世态人情，比明月清风更饶有滋味；可作书读，可当戏看。”人生便是一册书，可繁可简，时间久了，皆意味深长。亦如一出戏，起承转合，生死悲喜，到底随缘。

疏梅翠竹，佛卷儒风，从《诗经》《楚辞》的年代，便有了情趣。庭院琐窗，石桥小巷，在汉唐风烟里，则有了故事。一方古陶，一件青瓷，一枚老玉，记得每个朝代的更迭变迁，却记不得谁曾来过，谁又转身离开。

感恩光阴所有的相赠，让老去的年华，一如既往地朴素情深。亦感恩陪我走过山长水远的你，愿余生，我们随喜自在。

都说命运早已安排，不必费心弄巧，万事终有结果。这人间，自当柔情以待，与之执手言欢。

往后的岁月，择山水而居，天高云淡，物静心安。或侍花弄草，或酿酒煎茶，或读书听戏。又或什么也不做，只守一树梅花，候一窗风雪。

(白落梅)