

心灵驿站



以留白养心

王南海

早些年，是不懂留白的。喜欢热闹的生活，喜欢将画面铺陈得很满，喜欢将时间排得分秒不差，喜欢时刻扮演着“冲锋者”的姿态。

慢慢的，开始喜欢一些美术和书法作品。渐渐的，我从书画上，读出了水墨留白。那些作品中，虚虚实实的笔触间，无画处自有一番山明水秀，烟波浩渺，竟然有些“此处无声胜有声”的妙处，不禁让人拍案叫绝。有人说，这是画者惜墨。其实，画家在三涂两抹间，已然神韵皆出。而未着墨之处，给人无限的想象空间，就有些“以无胜有”的意味了。

喜欢流连于江南温婉、别致的园林。似乎每个细节，都独具匠心。一石，一花，一草，一木，看似随意，却那样恰到好处。从某个雕花的窗子望过去，就仿佛一幅精美的山水画卷。这不意味着，这些美丽的景物设置得越多越好。反而，很多时候，主人很“吝啬”，种一株花，绝不是两株。一枚石，绝不是两枚。一堵白墙为底，几片青瓦为冠，只等你即兴吟诗作画而来。

其实，留白不仅仅局限于美术作品和园林布局，诗文也有言外之意，音乐中更有弦外之音，禅家也讲“拈花微笑”。一切美好的感觉，似乎只有你细细地感受，慢慢地琢磨，才能品出其真味。

细细想来，人生亦如此。我们不能将生活安排得太满。人说：“于无声处看书，于无声处听音，于无画处观景，于无心处参禅”，乃是大智慧。在越来越繁忙的都市里，人们将忙作为口头禅。忙忙碌碌，脚步都快起来。每天，我们的工作精准到分钟，日复一日，我们很难有时间，去问问自己的内心，究竟在追求什么，内心是否富足。

于是，我在工作中学会留白。秉承“要事为先”的原则，列出计划，高效率工作，绝不受任何干扰。而且，每天留出一段属于自己的时光，只有这时，才会有“幸福来敲门”。静下来，你会倾听自己内心的声音，心灵也会瞬间变得快乐而柔软。

生活中，删繁就简，享受简单的快乐。我们的奔波，不仅是希望有安稳的物质生活，更追求一种内心的宁静和喜悦。那些多余物品，不必纷扰我们的生活。一切简单就好。适当地独处，安静休闲，诗意地生活。休假时，喜欢在田野里走走，面对一朵花，一棵树，一片叶，你都会有所感，有所悟。我们与自然万物融为一体，获得心灵的自由和快乐。

慢慢的，走的地方多了，就对很多事情有了更多的包容和理解。幸福，绝不是我们单纯以金钱来衡量与判断。那些生活简单、宁静、快乐的人，莫不是生活的智者。他们给自己的生活在留白，以文学、书法、绘画，或者音乐、垂钓等滋养身心。“静以养心”，灵魂也需要丰盈的滋养。

给自己的心留白，那是酷暑里的微风，凉爽而沁人心脾，也像冬日里的暖阳，让人产生富足感和幸福感。亦如我们手捧一杯纯正的乌龙桂花茶，那悠悠的桂花香，让我更加恬淡、自如。厚待自己，颐养身心，从给自己留白开始。

人在途中

母亲的针线筐

寇俊杰

针线筐是母亲的陪嫁物。那是外公用藤条编的，脸盆大小，里外都刷了深红色的油漆，看起来端重大方。从我记事起，就经常看到母亲端出她的针线筐，不是纳鞋底，就是缝补衣服，或者是绣鞋垫儿，总是有干不完的活儿。

母亲的针线筐里满满的都是她的宝贝，有五颜六色的丝线、碎布块，还有剪刀、顶针、针锥、钳子、旧挂历剪成的鞋样，还有几个没纳完的鞋底、鞋垫儿等，其中，最吸引我的是一个用红色的硬塑料做成的知了形的东西，有头有身子，顶端还装饰了两个小黑珠作眼睛，看起来像极了。我忍不住拿出来就要玩儿。母亲赶紧抢过去，慢慢地把“知了”的头和身子拨开，里面是一团乌黑的头发，头发里插着许多亮晶晶的针。母亲指着这些针说：“又粗又长的针是纳鞋底用的，又细又短的针是绣鞋垫儿用的，还有缝补衣服的，各有各的用途。你可别乱拿，小心扎伤你的手！”

针线筐不仅是母亲的宝贝，更是全家人的宝贝。上世纪七八十年代，大街上没有服装店，我们家人口多，衣服、鞋子都要靠母亲一针一线地做成。全家老小的棉衣短袖、单鞋棉靴，那工作量可想而知。

几十年的时光，母亲白天要下地劳动，在家要洗衣做饭、喂猪喂鸡，无论白天黑夜，只要一有空，就会端出针线筐开始干活儿。夏天蚊蝇叮咬，冬天滴水成冰，长夜漫漫，母亲守在昏黄的油灯旁，用针锥吃力地扎透厚厚的鞋底，再把带有长长棉线的针穿过去，有时还要用顶针顶一下，针露头了，再用钳子把针拽出来，然后“刺啦”一声，把线拉出来，最后把线再缠到手指上，用力拉紧拉实，这才算完成了一针。四周静寂，树上的鸟儿都睡着了，陪伴母亲的，只有她映在墙上的影子和我们均匀的呼吸。一个鞋底

要多少针？全家人的鞋底要多少针？还有无数件的单衣棉袄。针脚没人计算，也无法计算，因为针脚有多少，母爱就有多少！

后来，父亲不在了，我们也都工作了，就把母亲接到城里住。虽然住在城里，但我们每年都要回来几次。每次一进家门，母亲就在我们的搀扶下直奔正房，打开柜子，把针线筐抱到屋外。此时的针线筐历经岁月的沧桑，早已破烂不堪。母亲小心翼翼地端着它，生怕一不小心针线筐就会散架，就像我们小心翼翼地扶着母亲不敢松手一样。我们暗地里叹一口气——唉，母亲和她的针线筐都老了！

阳光下，我看到了母亲眼眶里晶莹的泪珠，她像抱小时候的儿女一样，把差不多跟她一辈子的针线筐抱在胸前，轻轻地吹去上面薄薄的灰尘，看一会儿，再用手翻翻里面的东西，那专注的神情，像是和久别的亲人交谈，更像是一种朝圣……

世态百相

蜗牛的爱情

刘东华

认识一位在县城陪读的妈妈，她的儿子在读高中，母子在我家附近租房生活。这位妈妈打理孩子的生活学习之外，兼做一些手工，贴补家用，也算打发空闲的时间。

因为住得比较近，她与我妻子渐渐成了朋友，偶尔来我家串门，从妻子的口中，我大致了解了这位妈妈的一些情况。没见过他家男人，后来知道男人在上海开货车，就是那种集装箱运输，从上海码头，把集装箱运往全国各地。这也是一份高收入的职业，在我们当地乡村生活条件算是比较好的。因此，在儿子升入高中之后，他们家便把土地流转给别人，男人在外负责挣钱，女人则做起专职家庭妇女，暂时在学校附近租房，陪读，并计划在县城购买房子。

本来应该蒸蒸日上的小日子，后来出了变故。听说，是她家男人在外有了“女人”，事情败露之后，男人便开始与她摊牌，意思是一个人在外辛苦、寂寞，找个女人只是逢场作戏。但她不能接受这样的畸形婚恋，提出与男人离婚，但男人一直不配合，采取拖延战术，于是这个本来幸福的小家庭，从此处在了分裂的边缘上。

她说，现在男人能做的，就是每月按时给她们母子三千块钱的生活费，人已经一年多没有见影了。

于是，她打算找一份收入高一点的工作，如果自己能够撑起母子两个人的生活费，以后是不打算再要那男人一分钱的，这是一个有骨气的妈妈。

她先后做过几份工，但不久就自己放弃了。先是为一家快捷连锁宾馆打工，女人洗洗涮涮不怕累，也算一份合适的工作，但她嫌“脏”，是酒店的内部环境太脏，从这个脏，我能明白几分。

后来，她给一家饭店做过洗碗工，因为看不惯那些喝醉酒裸着上身、出口粗俗的男人，甚至一边嗷嗷叫，一边背过身子就能在暗影处随地小便。她说，这些城里的男人，怎么连我们乡下的一条小狗都不如呢？我知道，她说的这些现象，在我们这小城，的确很普遍了。

前段时间，听妻子说，她去一家家政公司做月嫂，培训是免费的，然后按照学习的技能持证上岗。

此后，再没见过这位妈妈来串门，大概是找到了自己喜欢的职业。做月嫂是辛苦的，但每天去侍弄那些新生的小婴儿，毕竟这是一份充满着爱心和温情的职业。

想这样的一个女子，在举目无亲的县城，生活受到打击，且无路可退的时候，她或像一只缓慢爬行的“蜗牛”，背负着生活，也背负着保护自己的“盔甲”，这不是她的笨拙，是没有男人与她一起遮风挡雨的时候，一个女人无处安放的温软。

幸福魔方

好婚姻糊涂着过

朱凌

有一段日子，我对先生的手机产生了浓厚的兴趣，只要是听到有提醒音，我便想拿起来看看。对于我的这种好奇心，起初他还挺配合，只要我想看，都会拿给我看。可是当有次，我看到一条看似挺暧昧的短信后与他争吵，他的手机，便成了我的禁区。

他说与其我看了又生气，倒不如不看，再说夫妻之间也应该有些隐私。他这样说，似乎证明了他心里一定就是有鬼，为什么手机都不让我看？当着他的面我不好看，那我就背着看吧，只是当我拿起他的手机时，才发觉他居然设了密码。

那一刻气愤加委屈，让我失去了理智，我逼着他告诉我密码，见我如此动怒，他坚决不告诉我密码。他说夫妻做到了这个份儿上，还有什么意思，整天疑神疑鬼，整天硝烟四起，这日子还有什么过头？

他的这些话在当时看来是那般的绝情，十年的婚姻，被他说得一分不值。我哭，我闹，可是丝毫不起作用，他就像是块打不湿拧不干的抹布，任我怎样，他都不肯退让半步。于是冷战随之而来。我以为他会哄我，可是这次他却铁

心地与我较上了劲。看着他那副爱理不理的样子，我就气得牙痒。好友得知这一切后，居然大笑我太傻了，她说：“为这事较真值得吗？短信暧昧并不代表什么，你难道就没有和别人暧昧过吗？”

细想的确实有这个情况，在网上聊了多年的一位好友，也时常会发些关心的话语，有时甚至于深夜看到我的朋友圈，还会积极回复。如若将这些话语细品，还真有些小暧昧。幸好先生没有看到，如若看到了，我想他心里也会不舒服。

好友说这好婚姻都是糊涂着过出来的，夫妻之间也应该给彼此一个空间，能不好奇的事情就尽量不要好奇，只要对方大方向是对的，就不要去较真一些细节。你去较真，除了让对方觉得你心胸狭隘以外，得不到任何好处，倒不如睁只眼闭只眼。

好婚姻糊涂着过，这话在以前母亲也曾经说过，大意就是不要将对方管得太死，你越管得紧，对方跑得越快。倒不



本版制图 涛涛

如做好自己分内的事情，将精力放在家庭上面。你所做的一切，其实对方都看在眼里。

现在的我不再纠结于他的手机里是否藏了什么秘密，不再纠结于他是否与别人有小暧昧，这偶尔的暧昧，其实人人都会犯。你若把它当成暧昧那就是暧昧，你若当成朋友间关心的话语，其实它再正常不过了。不看他的手机，糊涂着过，婚姻才会越来越稳定。

人生感悟

从另一条路回家

李玲

去小区的超市回来，我在十字路口停住。我北边的一条路，离家很近，每次买东西回来，走这条路回家已经成了机械性的自动行为。而西边那条路，却从未被选择，因为从那回家，得绕一大圈，多走路且浪费时间。然而今天，我却忽然心血来潮，很想走走这条路，看看这里的风景到底是什么样子。

而事实证明，这样的选择是对的。小路从小区另一半穿过，然而却没有车流的拥挤和喧闹。几辆汽车安静地停在路边，楼下活动场上，老人们三三两两坐在一起聊着天，几个小孩子嬉笑着跑来跑去，几个小摊位里正在做着小吃，滋滋啦啦地冒出阵阵香气。小路两边则垂柳依依，阳光透过枝叶，斑驳地照在地上。我慢慢走着，慢慢踱下小区尽头的台阶，绕上大路，视野一下子又开阔起来。一排杨树，高高地矗立着，似一把把巨伞，撑在空中，笼罩着下面的路段，俨然自成一片小天地，幽静而安逸。走在其中，

惬意极了，心不知不觉便清醒起来。住了这么久，却不知道身边竟还有这样一处怡人的风景。看来，有时候真是需要走走不同的路的。

其实，我这做法，是受了一个朋友的启发的。朋友在一家事业单位工作，上班之余却总是做些与众不同的事情。有一段时间，他上下班竟舍弃班车，改骑自行车来回跑。他一身运动衣，早早从家出发，从晨曦初露一直跑到太阳升起老高，累是累，却乐此不疲。他说班车坐腻了，骑车可以走不同的路，他踏着自行车，看路上的车流越来越多，看路两边的人们，渐次推开门开始一天的营业，别人也看着他风驰电掣地飘过。他觉得这样的生活，有意思极了。

他做的有意思的事，还不止于此，业余他还学吉他唱歌学书法，甚至还跟我学写作。我开始不太理解，认为他太能折腾，他却说，多折腾才有趣嘛。细想下，觉得他说得有理。

城市空间

别占生活的便宜

王子华

他一直挺顺利的，家中的独子，很高的分数考上大学，在校期间就签订了劳动合同。工作三年后结婚，后面的日子更是顺风顺水，步步高升，一切都比他想象得还要好，好得他似乎感觉到有点乏味。

或许是因为太顺了，所以便学不会珍惜。如所有庸俗的故事一样，他找了一个情人，却又不巧的是被妻子发现了。后来，他想起这些，疑惑自己是不是故意的，因为他从来没想过要躲或者避。

妻子是个性格刚强的人，坚决离婚，并带走了女儿。他虽然有些遗憾，但情人妩媚多情，很快便填补了他内心些微的空虚。母亲赶过来，劈头盖脸地将他一通臭骂，然后正式通知他，再不认这个儿子。他以为母亲只是气头上，谁知竟然真的不同他联系，大过年的，也是紧闭家门。这时，他才有悔悟。

屋漏偏逢连阴雨，单位因效益不好裁员，而他因为工作无突出表现，成了被裁的那一批。情人终于受不了和他吃苦度日，卷了最



后一笔钱不知所踪，而在这时，母亲中风了。他侍在母亲的病床前，胡子拉碴的，心头一片茫然，不知道这个世界究竟是怎么了，一

夜间，竟然所有倒霉的事情都向自己涌来。“别占生活的便宜，你占的便宜总会以别的方式还回去！”一直不理他的母亲，轻轻地握住了他的手，眼睛里的慈爱一如儿时，他伏在母亲的掌心里号啕大哭。

你不会总占便宜！母亲的话没错，他享了半辈子的福，随意挥霍，才有今天的结果。

他尽心地照顾母亲，闲下来就去前妻那里看看女儿，刚开始的时候，前妻对他怒目而视，渐渐也会和他说几句话。他对母亲的孝顺，对女儿的关爱，对前妻的体贴，感动了一位新认识的朋友，朋友认定他是一个有担当的人，大力邀请他共同经营公司。

生活就是如此，有的时候妙不可言，有的时候苦不堪言，有的时候让人无言，但却也是有迹可寻，你玩世不恭，它便弃你不顾，你用真心去对待，便会有真诚的回报。

自此后，他又一次风生水起，前妻也愿意和他复合，母亲的情况也有所好转，但他再也不敢任性而为，因为母亲的那句“别占生活的便宜”一直如警钟般在他心头响起。他所拥有的，哪一样，都不愿意再还回去。

讲文明树新风 公益广告 节约粮食 拒绝浪费 粥一饭，当思来之不易