

细水长流的力量

□ 丽君(广西)

我在朋友圈发了一条说说,图片上的我在阳光明媚的午后,坐在窗前,淡淡喝茶,悠然看书,一副岁月静好的样子。

很多朋友问:你是怎么做到的“活成自己想要的模样”?

我想说,这是细水长流的力量。说到底,其实就是自律。

“凡事预则立,不预则废”,因为自律,我得到了想要的一切,活成了自己想要的模样。

生活中,找到适合自己,能让自己变好的生活习惯有很多,阅读,跑步,画画,写字,做饭,健身,学英语……

回望过去,我逼自己一把的事多得数不胜数。先后逼自己见缝插针进行阅读,逼自己每天早上五点半起床,逼自己每天写八百字文章,逼自己每天搓面磨砂面膜,现在又逼自己参加清心有约疗愈书写营……

印象最深的就是逼自己早睡早起。

工作原因,我总是喜欢熬夜,然后在第二天早上睡回笼觉。

地球人都知道,熬夜对身体不好,特别是对女人的皮肤最具杀伤力。我是外貌协会会长,最爱美了,当然是下定决心戒掉熬夜这个大恶魔,养成早睡早起的健康习惯。

有句话说,健康地活着就是最大的成功。健康,又美丽,这样的女人无疑是人生赢家了。

然而知易行难。

第一天,我在晚上十点准时睡觉,对第二天早上五点半准时起床充满信心。但我自己打脸了!虽然我定了闹钟,然而闹钟根本无法叫醒沉睡中的我,醒来已是早上十点。美好时光在任性中消逝,了无踪影。

第二天,我依然没能在五点半醒来。我在头晚上反复交代先生:明早无论如何,一定要在五点半叫我起床。

但是,到了早上五点半,先生见我睡得香甜,嘴巴还挂着微笑,估计我这个吃货在梦中吃到什么美食了。先生大发善心,不忍心叫醒我了。好吧,美好时光又在宠爱中消逝。

先生调侃道:你知道你为什么熬夜和赖床吗?你熬夜,是因为没有勇气结束这一天;你赖床,是因为没有勇气开始这一天。

先生说完哈哈大笑:你干脆束手就擒吧!

难道就要束手就擒吗?我在草稿本上写上无数个“放弃”,又写上无数个“坚持”,直到发现“放弃”共有15笔画,“坚持”有16笔画,猛然醒悟:坚持和放弃之间只是多那片刻,再多一点点耐心,我也应该也可以做到自己要做的吧?

刚想到这,先生突然抛出了一个诱饵:

如果你每天早上六点半起来学习一小时,坚持一个月后,给你买你最喜欢的钻石项链,你可以做到吗?

可以!

我决定坚持下去。我知道我是拿不到先生的那条钻石项链的,但我可以奖励自己:放纵一下自己,不一定非要五点半起床,六点起床也可以,甚至七点起床也可以,只要每天能起早那么一点点,今天就比昨天进步。俗话说,再小的努力乘以365天,也会变得伟大。也许路漫漫其修远兮,但进一寸有一寸的欢喜。

第一天,我八点起床;

第二天,七点四十就醒了;

第三天,七点半就可以一骨碌爬起来……

一个朋友听说了我的故事,特意抄了一段话写成书法作品,装裱好了送给我:

人生如花,有的一年花开一季,有的十年结一朵,我们不确定自己的花期是多久,但只要耐住性子,默默浇灌,静等绽放的璀璨。

就这样,慢慢地,我每天都在六点半起床,利用早上思维活跃的有利时机,写一篇文章。这个习惯,到现在,已坚持了四年。凭借每年发表文章多,成绩突出,我已连续四年被评为南宁市优秀作家。

后来,我又乘胜追击,陆续养成每天看20页书,每天朗诵,每天写一首精短现代诗,每天泡脚等各种各样的良好习惯。

现在,我早已经实现了财务自由,过上了梦寐以求的美好生活。我的人生完全由我做主。

写到这里,想到今天早上看到的一个小故事,想要送给大家——

禅僧坐下有两位徒弟,大徒弟天资聪慧,不管是悟禅明经,还是学武功,一点就通,但小徒弟天性愚笨,如木头疙瘩。

有一次,禅僧又传授徒弟俩一门武功,这一门武功少则半年,多则一年就能成。

自打那以后,大徒弟和小徒弟不管风吹雨打,晨昏一鸣就在庭院里练武。

大徒弟还没到半年,就已经小成。然而一年过去了,小徒弟才摸到门框,不由得灰心丧气,打算放弃不练了。

禅僧见状,把小徒弟招过来,指着前面的一棵杏树:

每个人路上都有一棵杏树,有的人走十里就够得着,有的人也许要跋山涉水,赴千里才能到达。但无论或早或晚,坚持走下去,该来的总会来的,切勿急躁。

这,就是细水长流的力量。

魂系荷塘

□ 彭军(重庆)

十里荷塘十里长,清美一湾又一湾。六月的荷花,算不上最盛最美,却催生出无数的观赏萌动。只为一句“荷花开了”,我便从繁瑛里翻身崛起。

远远地,谢家湾荷塘就像一块绿底带花的厚毯铺在了地上,大气磅礴,鲜翠夺目!这绿,别于山的青,异于树的绿,绿得雅淡,绿得纯粹!绿得稀疏有致,绿得浓稠相宜!

坠入那十里长的荷塘里啊,就慢慢地醉了。那一张张繁星似的荷叶都敞怀拥抱着你,热情奔放;那一条条暗影脉脉都凸显出生命的张力,深邃而隽永;那一抹抹绿都透心的清香,彻骨的清雅;那每一丝光洁都如膏脂而丰腴,温润清爽。荷叶悄悄对我说:

我把心打扫干净,进来的人才舒服。

那一朵朵红色的、白色的、黄色的荷花,有的还白里带红、红里带粉,要么争先恐后俏立于荷叶之上,要么矜持娇羞半遮面,还有的玩藏于叶之下呢。每一朵花儿都缓吐清香,独善其身!每一朵盛开的都独特绚烂、雍容华贵!每一朵待放的都含笑娇羞,清秀欲语!镶嵌万绿中,起舞清凉里!每一朵都迷人,每一朵都不一样地迷人。我俯下身对荷花轻轻呢喃:倘若能看懂你笑容背后的忧伤,又能懂你内心深处的高洁与谦善,那便是一世的知己么?

原野葳蕤,独立荷塘,不仅仅是留住婀娜多姿;繁花似锦,独揽荷情,不仅仅是贪

恋芬芳馥郁。我突然明白:美好的事物大多具有侵略性,不是入了眼就是醉了心。

贪恋每一张叶,攫住每一朵花。与荷成照,美在风骨。没有谁能抵挡这诱惑,没有谁不走进这画里,沿着一路花开的步道串起美好的点点滴滴,串起与这十里荷塘钻石般的永恒。不由身心融于荷塘,任凭时光飞舞旖旎。

静静的荷塘,来往的游人,定格成一幅幅刚柔相济、行云流水的画面;悠悠的荷香,灼热的阳光,充盈为一股股暗流涌动、酣畅淋漓的力量;生长的荷塘,年轻的心灵,摇曳为一帧帧动感十足、吐故纳新的景象。

从早赏到晚,哪知荷花多少朵;心旷神怡中,谁知荷香飘多远;流连忘返里,怎知荷塘有多长?唯有夜暮烟灯光景,最能牵扯那心灵的栖居情怀!

作别时,荷塘对我眨了眨眼:我从她眼中看到了一副丰满的灵魂!

酿茶(外一首)

□ 龚柚行(重庆)

你在酝酿一壶茶,一晚上了。待它渗透,待它舒展……

浮光如水漫过夜的空,

你那朦胧而遥远的思绪啊!已被这薄雾中的一滴清尘轻抚、唤醒,一点一点,如茶水那缓缓晕开、绽放的漪涟……

它没有扰到你的清梦吧?

烟雨画

空气中浮现你突然的想念
月色笼着这片烟雨画卷

翠色便早已流入你的眼底
远处的山岚,轮廓如你遥远的思绪
于天涯尽头处
缠绵成一丝丝悠远,飘逸的琴弦

山岚更兼细雨,为你弹奏一曲
袅袅余韵已陨落你的眉宇

你的惆怅已坠落山间

降临于那片隐秘山林,山洞
任西风漫卷,半遮,半掩……



摄影:周宇



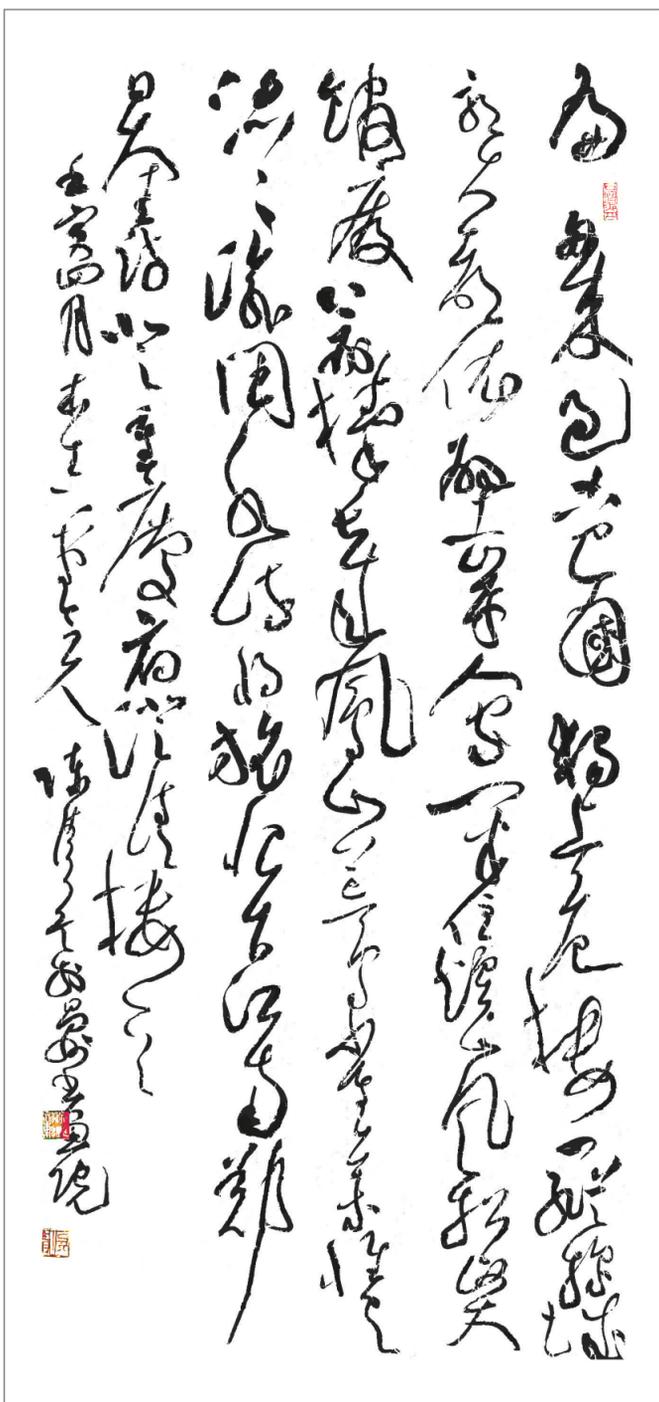
码头

□ 红线女(重庆)

你轻轻停泊
你窃窃私语
在黄昏的码头
把一些虚空喊得很醒

久未回家的灯盏
久未接通的电话线
久未抚摸的声音
久未呼吸的呼吸
都在包扎伤口,试图安息

我不想再努力欺骗自己了
关于生活
关于饥寒
关于噩梦
不用模拟
也能在这个春天
在一脉不开花的荷叶上
长出结局



□ 陈拙书

陈拙,中国书法研究会会员,重庆市书法家协会会员,重庆市大足区昌州书画院副院长。本组作品,以大足八景作为创作对象,五体兼修,互参互融,篆隶楷书透出古厚拙朴的正大气象,行草书于沉着中见痛快,飘逸中显冷静。其篆刻从流派印回归汉印,追求真率而天趣横生的汉将军印风。



▲南山翠屏(篆刻)

▲石坛夜月(篆刻)



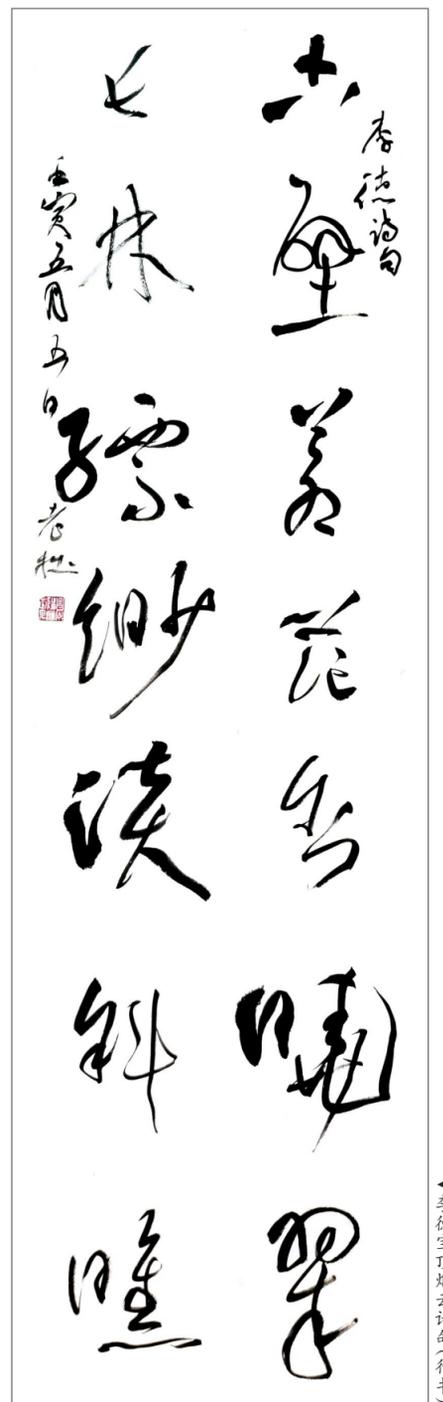
▲西池嘉莲(隶书)



▲宝顶烟云(篆书)



▲赞宝顶山联句(楷书)



▲李德宝顶烟云诗句(行书)