

# 六盘山

## 编者寄语

曾子曰：“士不可以不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”

意思是说，士应该具有坚毅宏大的品格；因为，士要把实行和弘扬仁道作为自己人生的使命，为此要奋斗终生。

从中国优秀传统文化的角度而言，作为一个士人、一个君子，必须有宽广、坚韧的胸怀与品质，责任重大，道路遥远。

何为“士”，通俗地说，就是有品格、有风骨、有学问的人。士的精神深入中国人的内心，坚定、自信、坦荡、快乐。在这条漫漫长路上，人们追求的不仅仅是“术”，更是“道”。

今天，如何理解“士”？

以品读、解读经典为例，不是为了积累谈资与炫耀，而是为了寻求智慧。技能是“术”，归根结底要学“道”。

比如，某个人学习唱歌，练习运气发声的技巧是“术”，发现身体的潜能，通过增长灵性，为自己与他人提供价值，是“道”；从曾经的观众，成为舞台上的表演者，展现、锤炼自己的同时，为观众提供审美愉悦，是一个从“术”到“道”的过程，也是一个重新发现自我的过程。

通过习得各种技能，为自己赋能，从而获得新能量，理解、掌握技理背后蕴含的哲思与价值，就是链接“道”，就能达到“德不孤，必有邻”的境界。

学习各种“术”，是为了增长能力，更是为了提高品性，也是为了愉悦他人、快乐自己。

同时，不要让“术”成为妨碍生活的障碍，要在遵守“道”的前提下，理顺生活，有余力则学“术”。

比如很多人发展个人爱好，很多人喜欢跳广场舞，那么首先要协调好和身边人的关系，不可扰民，如果有一些由此出现或激化的矛盾没有处理好，就先处理好这些问题，如果只从自身的角度出发、固执己见，势必会引发更多争端，也就无法感受到真正的快乐。处理好了这些前提因素，在各方面条件具备时，就能更好地享受乐趣，“独乐乐，不如众乐乐”，就能为自己与他人带来快乐，创造更多价值。

所以说，今天的“士”，并不高在上，并不遥不可及。

只要用心，最大限度地做好眼前的事，人人皆可成“士”。

## 且听风吟

### 翰墨颂党恩

□白燕

意来神笔写山川，成就今秋最美天。  
壮志凌云心向党，辉煌伟绩任担当。  
群情热舞高歌起，诗客华章妙句填。  
如此激昂呈气势，放吟华夏出雄篇。

### 壬寅立冬闲吟

□阎学军

四野苍茫千障隐，纷飞玉蝶九天来。  
归田愧我娱诗卷，忧世与谁倾夜杯。  
节序轮回人事改，风霜岁月鬓华催。  
严寒莫怕寒侵骨，傲雪还看岭上梅。

### 以风作序

□安文彩

以风作序，犁开岁月的土壤  
种下春华 秋实  
诗行与月光

以风作序，捧上思念的行囊  
取出牛羊 鸡犬  
老树与村庄

以风作序，方知顶霜奔波的躯体  
已是  
百炼成钢

以风作序，扬起微笑的脸庞  
这是  
刻于生命的坚强

## 岁月

# 怀念我的母亲

□朱万荣

母亲离开我们已经整整8年了。8年前的冬天，一个冬雪飘飞的日子，母亲走完了她88年的人生。忙碌完葬礼的那一瞬间，关于母亲的一幕幕过往，不断在我脑海萦绕。

母亲没有上过一天学，但她一直督促我努力读书，认真工作。母亲出生于1927年的青铜峡市立新乡。那时候，读书于普通人家的孩子而言，不啻是一种奢望，何况还是在落后的西北农村，不允许女孩走进学堂更是不敢想象。因为没有文化吃过不少苦头，母亲一直寄希望于儿女努力读书，但家里条件实在是太差了。等到条件稍好些时，家中能读书的只剩下我和妹妹。由于家庭变故太多，我的学业也受到不小的影响，同村的几个孩子陆续放弃学业回家挣工分了，我也有了同样的念头。在母亲的激励下，我坚持读书，终于考上了大学。母亲辛辛苦苦劳作、养鸡，用血汗钱供我读书。

母亲特别能干，心灵手巧。小时候，我特别

喜欢穿母亲做的棉布鞋，在我看来，母亲做的鞋是最漂亮的。我也曾仔细观察过母亲粘鞋样、纳鞋底、制作棉鞋的全过程。那根麻绳牵扯着的，都是深沉的爱。母亲一共养育了10个儿女，几乎每年秋冬季节，都要日复一日地在煤油灯下为我们纳鞋底。

在养育儿女成人的那段岁月里，恰好是生活最困难的时期，母亲吃了不少苦头，也遭了不少白眼。有一次，母亲回娘家，顺路去了趟小姨家，小姨家做了羊肉调和饭，饭中有羊肉。母亲舍不得吃，偷偷把自己碗里的两块羊肉用手绢包好，塞进衣兜带回家。大哥二哥在村口盼望母亲归来，一直等到夜幕降临，当母亲突然出现，哥哥们兴奋得手舞足蹈，母亲赶紧把羊肉掏出来给他们吃，母子三人兴奋地抱在了一起。

母亲生在“旧社会”，她的脚既不是“小脚”，也非天足，脚背因裹足严重变形。外婆家离我家约有40里路，母亲每次回娘家都要步行。记忆

中，每天天色发亮时，母亲就动身离家了。那段路她要走上将近一天。母亲去世以后，我回老家探望亲戚，再次走进自家老屋，回想起儿时看着母亲启程远行，还不忘回头叮嘱我们几句时的镜头，泪水夺眶而出……

1943年，17岁的母亲嫁给了父亲，当时正是抗日战争的年代，父亲大母亲整整一轮，或许是看重父亲身材魁梧、吃苦耐劳的品质，母亲在媒人提亲后，就答应了这门亲事。5年后，母亲跟随父亲搬到新的住处，迎接她的是一个破茅棚，而那间茅棚，原本是驴圈的一部分，但算是有了新家。母亲和父亲和孩子挤在一间土坑上，全家人盖一床旧被子。

多年以后，我在城里为母亲买了楼房，但母亲仍会提起那间最初的“驴圈棚”——棚里砌了土炕住人，棚外拴着牲口。即便每天不断打扫，每逢下雨天，屋外的土地上仍会有牲口粪便搅和着雨水四处横流。屋内仅有的一片芦苇席和一



守望(图片来源于网络)

## 足迹

### 喜登华山

□张海生

敢平视，不敢往下看，心也揪得紧紧的，此时，孙子两手紧紧抓住两边的膝盖，眼睛闭着，嘴里喊着，令人看了哭笑不得。吊箱一升一降，一起一伏，穿梭在崇山峻岭悬崖峭壁间，有惊无险，又刺激，又开心，真是不虚此行。如此险要的崇山峻岭，如此笨重的钢骨铁架，如此浩大之工程，工人们是如何施工完成的呢？严寒酷暑，艰难困苦，不知得付出多少血汗。不到半小时，我们就到了西峰山顶，若是徒步登山怕是得耗去大半天时间。

西峰是华山的五峰之一，也是主峰，是一块完整的巨石，浑然天成，坐落在天地云海间。站在西峰，手抓铁链，往西北方向看，绝崖千丈，斧劈刀削，突显出华山的险峻陡峭挺拔之美。极目远眺，群山起伏，云蒸霞蔚，黄渭曲水，滚滚东流，仿佛置身于天府仙境。险要处两侧铁索链上挂满了情侣锁、平安锁，密密麻麻，重重叠叠，红绳彩线迎风飘摇，煞是好看，不失为一道亮丽风景。西峰有翠云宫、莲花洞、斧劈石、舍身岩等景观。一块长10余米的巨石裂为三段，据说是沉香救母时斧劈华山所遗。《劈山救母》是古代神话传说：圣母与刘奎成婚，生下沉香，圣母之兄怒盗宝莲灯，将圣母压在华山之下。十五年后，沉香学成武艺，劈山救母，宝莲灯重放光芒。我看过《宝莲灯》电影，它说的的是一个“孝”字，孝道是中华民族之魂，这个故事在民间流传很广。

从西峰往南峰爬，石阶越来越多，坡度越来越

越陡，我气喘吁吁，有点吃力了。南峰是华山的最高峰，海拔2100多米。爬山虽苦，但苦中有乐，尤其是我将近古稀之年，能跟孙子一道爬华山，心中的喜悦无法用语言来表达。孙子蹦蹦跳跳，如履平地。我则不急不躁，不紧不慢，一步一个台阶，一步一个脚印，既不感到太劳累，又不会与孙子拉开太远距离。表面上爬的是山，其实与做人一个道理。有上就有下，有坡就有平，心态要放稳，心平才能气和，气和才能事顺。来到南峰顶“华山论剑”石刻旁，孙子说，爷爷合个影吧。此时，看到所有的山头都在自己脚下，我真体会到杜甫“会当凌绝顶，一览众山小”的豪迈，心中充满自豪。与苍山青松合影留念，留下一生的记忆。

从南峰下来去东峰，走到中峰准备往上爬时，忽然从西北方向飘来一片乌云，没有雷鸣，更没有电闪，突然下起了大雨，而且越下越大，我们跑到照相的棚子里避雨，半个多小时过去了，依然没有停的迹象。有雨水，石阶很滑，往上登还可以，下山时会很险。我们只好买了雨披披上往回走。虽说没有登上朝阳峰，但是雨中看华山神韵，雾雨蒙蒙如梦如幻，松海林涛，别有一番风味。

这次华山游，严格来说只能算是蜻蜓点水，走马观花。如果可以的话，希望能好好爬一爬华山，去北峰上，细看回头石、千尺幢、百尺峡、苍龙岭的华山一条道。

回到宾馆，已是夜间十点，孙子累得像狗熊一样躺在床上。“爷爷，你把饭买回来，咱们在屋里吃吧。”我出去买来饭菜，吃了饭，带着疲惫与喜悦坠入梦乡。

## 情感屋

小记：

孩子先天双耳失聪，四岁前，什么也听不到，也不会说话。我在北京通过中国聋儿康复中心机构，找到一家语言训练的私立学校，一对一教学。两年前，我又联系给他做了人工耳蜗移植手术。细想，一路走得可谓艰辛！好在命运垂青，现在孩子基本正常。一段文字，算是对这段一起走过的日子的纪念。

儿子，你听！

阳光迈着轻盈的步伐，亲吻着你的每一寸肌肤，温暖着你的每一个朝暮。你人生的每一页书笺上，散发着阳光清香；你走过的每一个沟沟壑壑，阳光都把自己的影子深深地烙进去，镌刻为爱的箴言。那是一份深深的爱，是一份久久的期待，期待着你延续这份爱，去温暖你遇到的每一个生命。

儿子，你听！

阳光迈着轻盈的步伐，亲吻着你的每一寸肌肤，温暖着你的每一个朝暮。你人生的每一页书笺上，散发着阳光清香；你走过的每一个沟沟壑壑，阳光都把自己的影子深深地烙进去，镌刻为爱的箴言。那是一份深深的爱，是一份久久的期待，期待着你延续这份爱，去温暖你遇到的每一个生命。

儿子，你听！

阳光迈着轻盈的步伐，亲吻着你的每一寸肌肤，温暖着你的每一个朝暮。你人生的每一页书笺上，散发着阳光清香；你走过的每一个沟沟壑壑，阳光都把自己的影子深深地烙进去，镌刻为爱的箴言。那是一份深深的爱，是一份久久的期待，期待着你延续这份爱，去温暖你遇到的每一个生命。

儿子，你听！

阳光迈着轻盈的步伐，亲吻着你的每一寸肌肤，温暖着你的每一个朝暮。你人生的每一页书笺上，散发着阳光清香；你走过的每一个沟沟壑壑，阳光都把自己的影子深深地烙进去，镌刻为爱的箴言。那是一份深深的爱，是一份久久的期待，期待着你延续这份爱，去温暖你遇到的每一个生命。

儿子，你听！

阳光迈着轻盈的步伐，亲吻着你的每一寸肌肤，温暖着你的每一个朝暮。你人生的每一页书笺上，散发着阳光清香；你走过的每一个沟沟壑壑，阳光都把自己的影子深深地烙进去，镌刻为爱的箴言。那是一份深深的爱，是一份久久的期待，期待着你延续这份爱，去温暖你遇到的每一个生命。

## 愿你，尽情聆听

□李智

历史文化长河中传承下来，受到人们广泛传颂和喜爱。就是说，我们在日常阅读的过程中，要尽量读一些智慧的、经典书籍，如《论语》《弟子规》《千字文》等经典和名著，这些名著是经过时间洗礼的、经得起历史考验的好作品，通过无数人口颂、抄读、翻刻记录流传下来的文化与智慧，一定是值得传承和发扬的，也一定是对人的生活有指导意义的。

我们提倡健康阅读，安全阅读，多读经过数千年历史沉淀的文化经典，但并不是说其他的武侠、科幻、魔幻的书籍与“流行书籍”不能读。可以读，但一定要有选择地、适可而止地读。就像今天我们已吃过饱了主食，温饱解决了，但水果和甜点也可以来一点儿——一点儿即可，吃多了无益，“高血压”“糖尿病”等疾病会跟着来的。因为，水果和甜点有好处，但代替不了主食的，否则，身体会出现问题的。健康阅读、安全阅读的就是这个道理。

作者简介：李智，喜欢读书、写作。

敬请原创 首发优先  
投稿邮箱: nxrblps@126.com

## 说说健康阅读

□ 雷雪萍

这两天心里总是疙疙瘩瘩的，不美气。缘由是读了几页书，其中的文字令人心情很不舒坦。那本书是无意中看到的，有人推荐说作者的思维、文笔非常深刻，值得一读，于是我怀着敬佩之心开始阅读。

仔细读了之后发现，书的内容给我带来了不好的感受和影响。可见，不好的信息进入到我的潜意识中了，我需要一段时间才能清除它。

我是一个喜欢正能量的人，喜欢阅读给人增加正能量的读物，喜欢通过正能量的阅读来提升正气，激励自己向上向善。

很多时候，我们读一本书，书里面的信息会不知不觉地传入到大脑，影响思维，随时会让我们念头，这个念头也许会引申出豪壮、发奋、努力等积极向上的行为，也可以引发悲切、萎靡、绝望等负能量的想法。比如，读岳飞《满江红》“壮志饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血。待从头收拾旧山河，朝天阙”的时候，心中爱国之情蓬勃而出，真想骑上战马，奔赴沙场。

试想，一个在心理上焦虑的人，一个在精神上抑郁的人，如果他们又读了负能量的、不健康的书籍，会有什么后果？有时是很可怕的，这些书籍不但不能帮助他们从不好的情绪中走出来，反而很可能将他们引入歧途。特别是青少年，在他们的成长过程中，如果接触了负能量、不健康的读物，必然会影响他们树立正确的人生观和世界观。

阅读的过程，就是信息传递和能量交换的过程。文字信息通过眼睛进入大脑，大脑随即和书籍进行能量转换。大脑接受了正能量的信息，身

体就会愉悦起来，获得感就提升了。相反，大脑接受了愤怒的信息，肝也跟着疼了；接受了焦虑的信息，脾涨了；接受了忧伤的信息，肺就有反应了，气都不顺了。进入到潜意识的信息真的能左右我们的情绪，影响我们的生活。

为什么要健康阅读呢？读好书可以促使一个人形成良好的道德品格和健全的人格。比如读鲁迅的书，会被“我以我血荐轩辕”的赤子之心打动；读李白的诗，会被“安能摧眉折腰事权贵”的傲骨打动；读杜甫的诗，会被“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”的忧国忧民的崇高思想境界所折服……这就是健康阅读的意义。

那么，如何健康阅读呢？孔子说：“诗三百，思无邪。”意思是说诗歌作者的创作态度和思想是端正的，是积极向上的，所以才能在几千年的