

## 散步

梁实秋

《琅嬛记》云：“古之老人，饭后必散步。”好像是散步限于饭后，仅是老人行之，而且限于古时。现代的我，年纪不大，清晨起来盥洗完毕便提起手杖出门去散步。这好像是不合古法，但我已行之有年，而且同好甚多，不只我一人。

清晨走到空旷处，看东方既白，远山如黛，空气里没有太多的尘埃炊烟混杂在内，可以放心地尽量地深呼吸，这便是一天中难得的享受。据统计：“目前一般都市的空气中，灰尘和烟煤的每周降雨量，平均每平方公里约为五吨，在人烟稠密或工厂林立的地带，有的竟达二十吨之多。”养鱼的都知道要经常为鱼换水，关在城市里的人真是如在火宅，难道还不在于每天清晨从暖气中挣脱出来，服几口清凉散？

散步的去处不一定都是山明水秀之区，如果风景宜人，固然觉得心旷神怡，就是荒村陋巷，也自有它的情趣。一切只要随缘。我从前沿着淡水河边，走到莹桥，现在顺着一条马路，走到上

桥，天天如是，仍然觉得目不暇给。朝露未干时，有蚯蚓、大蜗牛，在路边蠕动，没有人伤害它们，在这时候这些小小的生物可以和我们和平共处。也常见有被碾毙的田鸡野鼠横尸路上，令人触目惊心，想到生死无常。河边踽踽着三三两两洗衣女，态度并不轻闲，她们的背上兜着垂头瞌睡的小孩子。田畦间立着几个庄稼汉，大概是刚拔完萝卜摘过菜。是农家苦，还是农家乐，不大好说。就是从巷弄里面穿行，无意中听到人家里的嗚嗚絮语，有时也能令人忍俊不住。

六朝人喜欢服五石散，服下去之后五内如焚，浑身发热，必须散步以资宣泄。到唐朝时就有这种风气。元稹诗“行药步墙阴”，陆龟蒙诗“更拟结茅临水次，偶因行药到村前”。所谓行药，就是服药后的散步。这种散步，我想是不舒服的。肚里面有丹砂、雄黄、白矾之类的东西作怪，必须脚步加快，步出一身大汗，方得畅快。我所谓的散步不这样紧张，遇到天寒风大，可以缩颈急行，否则亦不妨迈方步，缓缓而行。培根有言：“散步利胃。”我的胃口已经太好，不可再利，所以我从不踉跄地走

路。六朝人所谓“风神萧散，望之如神仙中人”，一定不是在行药时的写照。

散步时总得携带一根手杖，手里才觉得不闲得慌。山水画里的人物，凡是跋山涉水的总免不了要有一根手杖，否则好像是摆不稳当似的。王维诗“策杖村西日斜”，村东日出时也是一样地需要策杖。一杖在手，无须舞动，拖曳就可以了。我的一根手杖，因为在地面摩擦的关系，已较当初短了寸余。手杖有时亦可作为武器，聊备不时之需，因为在街上散步者不仅是人，还有狗。不是夹着尾巴的丧家之狗，也不是循循然汪汪叫的上生土长的狗，而是那种雄赳赳的横眉竖眼、张口伸舌的巨獒，气咻咻地迎面而来，后面还跟着骑脚踏车的鬼从，这时节我只得一面退避三舍，一面加力握紧我手里的手杖。那狗脖子上挂着牌子，当然是纳过税的，还可能是系出名门，自然也有权利出来散步。还好，此外尚未遇见过别的什么猛兽。唐慈藏大师“独静行禅，不避虎兕”，我只有自惭定力不够。

散步不需要伴侣，东望西望没人管，快步慢步由你说，这不但是自由，而且只有在这种时候才特别容易领略

到“前不见古人，后不见来者”那种“分段苦”的味道。天覆地载，孑然一身。事实上街道上也不是绝对的阒无一人，策杖而行的不只我一个，而且经常的有很熟的面孔准时准地地出现。还有三五成群的小姑娘，老远的就送来木履声。天长日久，面孔都熟了，但是谁也不理谁。在外国的小都市，你清早出门，一路上打扫台阶的老太太总要对你搭讪一两句话，要是在郊外山上，任何人总要彼此脱帽招呼。他们不堪多事。我有时候发现，一个形容枯槁的耆老忽然不见他在街道散步了，第二天也不见，第三天也不见，我真不敢猜想他是到哪里去了。

太阳一出山，把人影照得好长，这时候就该往回走。再晚一点便要看到穿蓝条睡衣睡裤的女人们在街上或是河沟里倒垃圾，或者是捧出红泥小火炉在路边呼呼地扇起来，弄得烟气腾腾。尤其是，风驰电掣的现代交通工具也要像是猛虎出柙一般地露面了，行人总以回避为宜。所以，散步一定要在清晨，白居易诗“晚来天气好，散步中门前”，要知道白居易住的地方是伊阙，是香山，和我们住的地方不一样。

## 小康不小康 看看俺家乡

张甫文

今年是中国共产党建党100周年，祖国大地繁花似锦，江山万里凯歌飞扬。我与家乡人民在不置置疑的意味中，感受至深的就是中国在变，家乡也在变。

建国初至改革开放之前，我的家乡睢宁县穷得出了名，素有“江苏的北大荒”之称，今日的睢宁，城乡居民鼓起来的钱袋子变得家家银行有存款，存款余额年年都在增长。

经济收入快速增长，带动了全县各项社会事业协调发展，喜获各项荣誉称号捷报频传。自从上世纪90年代初期，睢宁县相继被国家农业部命名为“中国白山羊之乡”“中国意杨之乡”和被中国文化部命名为“儿童画之乡”以后，先后又有“科技进步先进县”“中国水梨之乡”“中国氨纶之乡”“中国冰柜产能第一县”“中国最具投资潜力中小城市百强县”以及“江苏省文明城市”等20多个称号。一项项响亮的荣誉，一张张崭新的名片，让睢宁走上了改革创新的高速路，为冲出亚洲、飞向世界不断夯实了快速发展的基础。

改革开放之前，睢宁县城面积仅有5平方公里，到处脏乱差。县城居民传唱多年的一首民谣就是对当时贫困面貌的真实写照：“一条马路穿小城，一排路灯萤火虫；房舍破烂道路窄，雨雪天气难出行。”改革开放之后，随着工业、企业与市场商贸业不断增加，八横八竖的城市框架不断拉开，现在县城总面积已发展到约60平方公里，是改革开放前的12倍。20多条新扩建的城区宽阔大道硬化、绿化、亮化、美化都达到标准要求。每当市民们走在县城宽阔的中央大道及两旁的公园与广场中，不由得发自内心地赞叹：我们的城市像花园！

乡村的变化更是让人惊喜，新农村建设不断推进，一幢幢统一设计的小洋楼拔地而起。如已被国家住房城乡建设部公布为“全国美丽乡村建设

示范村”——姚集镇高党社区，654户人家，2560口人全部迁居新村大院。新居排列整齐划一，不仅外观新颖美丽，而且室内装潢考究、设施齐全、美观舒适。在其带动下，全县各乡镇新农村建设如火如荼，迅猛推进。一批批集中居住区既达到新农村建设规模的统一要求，又不失传统文化的有序传承。吸引全国各地前来参观学习的人们络绎不绝。

如今家乡的百姓一致追求的小康家庭生活指标，已有天翻地覆的变化。饮食结构变得讲营养；穿着变得一季多衣、一天三换讲时尚；家用电器变高档，文化娱乐变多彩。尤其是交通变快了，通讯更快捷。高铁贯通睢宁全境东西，一县建有两个高铁站；国际观鸟机场航线通往全球；睢宁居民出行更方便更优越了。男女老幼人人手机随身带，微信访亲友更便捷；手机绑定银行卡，收支一键显字码。上周，老舅娶孙媳妇通知我前往贺喜，因走时匆忙没有来得及到银行取现金，情急之中忽然发现收礼桌上放有二维码，直接扫码付礼金。

要说小康家庭经济变化，就拿老家堂哥一家来说吧。1978年他家五口人，居住在仅有20多平米的农村土坯房里，全家生活开支全靠两口子挣工分和饲养几只小山羊养家糊口，三个孩子都上学，生活可艰难啦。现在他家12口人，有8人先后从高等院校毕业，两个儿子都为企事业老板，女儿、女婿和两个孙子均在党政事业单位工作；还有两个孙子读大学。一个大家庭又分成4个小家庭，人均住房面积近50平方米，比1978年增加了10倍。两个儿子创办的私营企业去年纳税都在千万元左右。全家先后还添置了家庭小轿车6辆，儿女们上下班均是自驾车。有时周末外出旅游，也不需坐公交啦。说到这里，堂哥高兴地竖起大拇指：“我家早达小康，归功于共产党的好领导，归功于改革开放的好政策；我们怎能不为伟大、光荣、正确的中国共产党而赞歌。”

## 春雨

刘建

春雨再一次落下来  
我看见草籽已梦醒，鸟啼在发芽  
鸟儿还是去年的模样  
它们衔来的风声  
已经不是原先的节奏和旋律  
比较园口的小河水还要舒缓而绵软  
教室里，孩子们正在摇头晃脑地晨读  
“好雨知时节，当春乃发生”  
“小楼一夜听风雨，深巷明朝卖杏花”  
就像窗外枝条上的小花蕾  
春雨催促他们绽放、争艳、吐芳  
并成为季节里最生动的部分



《窗外春色》

李昊天撰

## 行与知

程应峰

关于行与知，有两种说法，一种是“不行而知”，一种是“行而知天下”。

“不行而知”是老子的观点。他在《道德经》中说：“不出户，知天下；不窥牖，见天道。其出弥远，其知弥少。是以圣人不行而知，不见而名，不为而成。”意思就是说，对事物的认识不应到客观世界中去寻求，认识不是从实践中得来的。你越是深入到客观实际中去，你得到的认识就越少。相反，足不出户，眼不看窗外，天下万事万物和其总的规律就能在脑海中呈现，被认识得清清楚楚。

在老子看来，圣人不用实践就有知识，不用观察就可作出判断，不用实地作为就可取得成果。他的这种认识

论，是道家学说，即在宏观上把握事物的内在规律，所谓悟“道”。知“道”者，先知先觉，自然不必行而后知。应该说，这种极为高妙深奥的认识论，只有圣人可以独有的，与凡夫俗子的看法自然是天壤之别，相去甚远。

孔子则认为：一个人若不将所学的知识付诸行动，与愚昧无知的人没有两样。这就是后一种说法“行而知天下”，这种说法更接地气，大多数人都能接受。现实情况也确实是这样，拥有知识就与实践相结合，知识只有应用于实践，才能发挥无穷尽的力量。对于这一说法，我更认同，恐怕绝大多数人也不会否认。

行，不是狭义的旅行或远足。行的蕴含是丰富的，是学习，是思考，是付

诸实践，当然也包括远行在内。狭义的“行”，打着旅行的旗帜，游玩是它的本义，看的是外在的风景，知的是表象，而绝难认知一个地方一件事物深藏的底蘊。

学习是行。当我们捧一本书在手细读，或者握着鼠标通过因特网静览网页的时候，我们感受着外面的世界，读着尘世百态、社会万象、苦辣酸甜，也读出了字里行间蕴涵的思想、理念、情感、情趣。

思考是行。只学习不思考是不行的，那样只会照本宣科，亦步亦趋，步前人后尘。学而后能思，是最好的行，是最佳的认知方式，经过思考的知识，才能真正被牢牢掌握，融入自己的血脉之中。

实践是行。也就是我们通常所说

的身体力行。一个人，学而不践，思而不行，生命就没有着力点。这样的人生，除了一场空，一枕梦，是不可能出现什么让人惊喜的意外的。只有将所学所思与生活实际结合起来，才能经世致用，才能造福众生。

远足是行。“读万卷书，行万里路”说的就是知与行，两者不可或缺。我们只有走出去，脚踏实地地了解外面的世界，听过，看过，感受过，才会真正拥有一个丰富的心灵世界。

行，而能知天下；知，才能更好地行天下。行与知是同一事物的两个方面，在客观上没有鲜明的先后、主次。知行合一，相辅相成，才是真谛。偏废的人，不管是行，还是知，注定难有什么值得肯定的成就和作为。

## 故乡河

包洪玲

阳光明媚。

家前面的大河碧波荡漾，穿过大桥、公路、农田，走出我的视野。

我刚把洗好烘干的衣服一件件放衣柜挂起来，闲着没事，远望着河水发呆。

小时候，也没啥地方可玩可去，家旁小河就是我们小孩子的选择。我们比赛往小河里扔小石头，看谁扔得最远还能打个水花。看见小蝌蚪觉得好玩拿瓶子盛水养起来，谁知蝌蚪长大了成了青蛙里到处蹦。

光阴里，冬天，河面冻着厚厚一层冰。洗衣服要先用斧头把冰凿开些。手洗的衣服挂在那儿，一会也成了冰。大锅灶做饭时，母亲把那些冰衣服放锅盖上烘着。褂子、袜子都有，还要时不时地翻转另一面，因第二天要穿。小河的石板上，四季都有人在洗衣服，她们边洗衣服边聊天日子慢慢过。

几年后，村里出钱在村外修了水库，水库不远处用水泥做了长方形的池子，池边上有

水泥做的洗衣板。专人看着，每天晚上放水，刷干净池子早上抽满水。

人们高兴地不得了。吃完早饭把家收拾利落，左邻右舍相邀作伴，拿着马扎带着需要洗的衣服鱼贯而出。又过了几年，村里通了自来水，妇女们都不去村外洗衣服了，就在自己家里洗，省事。

家里有口井，附近的大妈们爱在我家院子里洗衣服。铁桶桶梁上打个绳子结，把绳子一头攥手里，慢慢把桶顺下去，见桶到了水面，摇晃几下，桶倾斜进水，水满了弯腰左右手交替往上提绳子，一桶水就提上来，需要多少水提多少水。

如今社会发生翻天覆地的变化，谁家都有洗衣机。有急事一个星期顾不上洗衣服也不怕，衣柜里有几件衣服放着。孩子们可以去的地方多得很，公园、动物园、博物馆、图书馆，很多广大的天地，对于孩子们的吸引力远大于我小时那些。

流水的光阴匆匆而过，而前的这条大河，奔向远方天际间。

## 邂逅茅芽儿

魏霞

周末回乡下，无意中在水渠边邂逅了久违的茅芽儿。

啊，已有二十多年没见过这可爱的小东西了，心中不免一阵狂喜，忙小心翼翼地抽出一根放入嘴里。哦，还是童年那清甜鲜美的味道。一根根挺立着的尖尖茅芽儿，瞬间唤醒了记忆深处儿时抽茅芽儿的情景。

三月三，茅芽儿露尖尖。儿时，每到麦田套犁、菜花铺金、草长莺飞的三月，茅芽一返青，小伙伴们总会相约着到水渠边、河岸上寻茅芽儿。这时候，母亲是不会怪罪我们只知道疯玩的。因为祖母说，清明前吃上三次茅芽儿，就能保证一年不害眼。祖母还一再叮嘱我们，掉在地上的茅芽儿千万不能

拾，拾的话，要朝茅芽儿呼呼吹三口气，否则就会耳聋。我们不关心是否真的会耳聋，只是舍不得让白白嫩嫩的茅芽儿掉在地上，那可是我们童年时期春天里最喜欢吃的零食。

古书有言，春生芽，布地如针，俗称芽针。在我的家乡豫北，人们常称芽针为茅芽儿。茅芽儿是茅草初生叶芽后处于花苞时期的花穗，形状似一根根挺立的棒针。与棒针稍有不同的是，它中间有微微鼓起的小肚子。茅芽儿通常有两三寸长，三分之二露在地面上，三分之一藏在茅草心里。茅芽儿头部尖尖的，呈青白色，中间翠绿圆润，顶部有一点点紫红，摸上去丝绸一般柔软光滑。

抽茅芽儿是一项技术活。太小的抽不出来，老的抽出来也不好，三寸左右的为最好。抽的时候还不能摸之

过急，若过急，茅芽儿会“嘎嘣”一声拦腰中断。抽茅芽儿时，需用大拇指和食指捏稳，屏住呼吸，顺着茅芽儿的长势慢慢运气向上提。当听到“叭”的一声，一根纤巧细长的茅芽儿便乖乖地躺在手中了。我们把茅芽儿青绿色的外衣一层层剥去，柔软白嫩的茅芽就呈现在眼前。农家娃没那么多讲究，我们顾不上洗去手上的草屑泥土，怀着惊喜将茅芽儿送入口中，清甜的汁液裹着一缕草的清香，顿时溢满齿颊，越嚼越甜，越嚼越香，以至于满口生津，一不小心，茅芽儿就顺着唾液滑进了喉咙。我们会再找再抽再吃。青青的水渠、河岸边，留下了童年无限的欢乐。

茅芽儿，是大自然恩赐给我们的天然绿色美食，不仅好吃，还给我们的童年增添了不少乐趣。茅芽儿的外观虽然是白色的，入口却变成了绿色，吃多

了，舌头、牙齿都会被染绿。我们一边欢快地嚼着茅芽儿，一边伸出绿舌头挤眉弄眼地互相做鬼脸。等吃够了，拿老一些的茅芽儿贴在嘴唇上，插在鼻孔里，扮演白胡子老头，去逗人取乐。哪里有茅芽儿，哪里就有我们欢快的笑声。

童年吃茅芽儿是为了解馋有趣，如今才明白茅芽儿还具有药用价值。茅芽儿煮水当茶饮，治流鼻血，清热利尿，还能止咳化痰；晒干后入药，是一种有名的中草药。

茅芽儿生长在三月初，过不了半个月就出穗了。这个时候吃起来，先清新清甜的味道已荡然无存，嚼起来如棉絮，难以下咽。

茅芽儿青春又一春，童年一去不复返。邂逅茅芽儿，让我重温了童年的美好。