



茶中有真意

□ 谢锐勤

无肉令人瘦，无茶令人俗。于我而言，茶既是功能性的饮料，更是精神性的载体，还是心灵性的寄托。

有一年，来到广东南昆山度假，住在观音潭瀑布附近。早上吃完香甜的猪杂粥后，带上户外炊具与茶具坐在瀑布下、河谷边，满眼苍翠，鸟声婉转，清风柔顺，花香扑鼻。汲一壶山泉水，泡一壶英红九号，读《王维传》，心儿随王维在天地间自由自在地翱翔。“山静似太古，日长如小年。”时间变得很慢、很慢，我似乎被世界所遗忘，但拿起茶杯又仿佛拥有全世界，宛若这片山水都是为吸引我而存在，而美丽，而动情。

盛夏，品鉴友人珍藏的印级茶蓝印铁饼。喝着比自己年龄还大的普洱，每一泡都渐入佳境，至背脊汗出，大家兴致最浓。友人专注于每泡茶的口感变化，江兄放声而歌，忘我吟咏；我微闭双眼，手指轻叩木椅和音；四木君和“深柳读书人”则若有所思。所有人都沉浸在蓝铁的喜悦中，心儿像一片茶叶在天地间无拘无束地飘浮。那一刻，我领悟了王羲之作《兰亭集序》时的心境，放下茶杯，“此时情绪此时天。无事小神仙。”

还有一年来到恩施徒步清江古河床，泡一瓶湄潭翠芽随身携带。徒步于峡谷中，没有路标，不觉恐惧，反有探索的乐趣。一个人上龙门、下河谷、入洞穴、爬好汉

坡，原以为很艰辛的旅程，却发现挑战自我的感觉很美妙。路程越来越远，身体越来越重，目的地越来越近，心却越来越轻盈。前行，一里路来一口茶，时光变得很惬意，仿佛遇见更美好的自己。

有一年中秋，来到南澳岛，小住在山海之间的工夫茶民宿。两天与外界隔绝联系，只与大海、星空、灯塔和风机风车相伴，生活减少到吃饭、睡觉、读书与泡茶，似有余光中在《沙田山居》中的情调。也许，再多的富贵，都不及远处的星辰和大海；再多的烦恼，都只是眼前太平洋中的沧海一粟；再圆滑世故，都不如保持内心“丰富的安静”。在一壶单纵中停歇与反思，“我与周旋久，宁作我。”即便生活中无法长期做“我”，短期也是好的。

很多人习惯匆忙赶路，常常连路边怒放的花儿也忘记欣赏，更别说带上一杯诗意的茶了。于我而言，无论是在茶中拥抱自己，还是在茶中提升自己，还是反省自己，都能感受到其中真意。当然，卸下疲惫、放松心情的方式有很多，每个人喜好不同，适合自己的就是最好的。

成年人的生活从来没有“容易”二字，如果想在日常生活中获得继续前行的勇气和动力，那就每天给自己留点时间，给喜欢的事情留点时间吧，让心灵得到滋润。林清玄说：“喝完茶，我们再度走入风尘，带着云水的轻松，行囊也轻了，步履也轻了。”

“鸟叔”视角

□ 曹容

“注意隐蔽，那些翠鸟非常机警，稍有动静就会飞走！”池塘边，摄影人沈光轻声叮嘱着我不要暴露行踪。3年来，沈光迷上了拍摄各种鸟类，行走于田园河流之间，发现、记录了许多野生鸟类，留下了数万个精美瞬间，见证了自然生态之美，我们则亲切地称呼他为“鸟叔”。

这些精彩的背后，则是一个个野外蹲守、艰辛枯燥的故事。怀着好奇心，我于凌晨4点半跟随他来到一处野塘边，这是他最近为了拍摄翠鸟的每日必修课，等候、守望。“鸟叔”准备了锄头、大力钳、剪刀等工具，用来搭建隐蔽且视野开阔的藏身点。为了抓到清晰精彩的照片，要尽量靠近拍摄目标，但翠鸟非常机警，5-6米几乎是极限，而且必须藏好自己。池塘边地势崎岖、湿滑，“鸟叔”锄平岸边，方便潜伏。池塘里的芦苇等杂物挡住了观

察翠鸟嬉戏、觅食的视野，他专门借来防水橡胶服，蹚入水中进行清除。

他用大力钳剪来枝叶，用来遮挡照相设备；他身着伪装迷彩服，为了更好地隐蔽自己。鸟类摄影是很考验意志力的，一蹲守就是几个小时，往往还无功而返，毕竟“鸟叔”已经56岁，心脏还做过手术，所以他准备了便携椅。

拍鸟非常考验摄影技术，眼手一定要快，而且得高度一致，观察、取景、用光、构图需要在瞬间完成，而所有的长时间守候就是为了那一个个瞬间。夏天潜伏野外，经常遭受蚊虫叮咬，“鸟叔”为此多次去医院皮肤科就诊，但从未消磨他的坚持。所幸功夫不负有心人，清晨的努力和汗水换来了一组翠鸟捕鱼的美丽照片。“鸟叔”兴奋地告诉我，他希望通过这些精美的鸟类照片，让更多人喜欢、认识鸟类，从而保护鸟类和自然生态环境。

宽容向来有底线

□ 张修东

众多的殿、寺楹联中，关于弥勒佛的，我最喜爱的是那幅：大肚能容，容天下之事；开口便笑，笑世上可笑之人。至于其他殿、寺里的，比如：开口便笑，笑古今笑，凡事付之一笑；大肚能容，容天下容地，于人何所不容。都是这一联的演化，其意都是说宽容。这使我不得不起关于弥勒佛的典故。

据说，弥勒佛的原型是一个叫契此的和尚，出家于奉化岳林寺。由于他身躯肥胖，且经常肩搭一个布口袋，将人们掉在地上的五谷杂粮，随时捡入口袋中，用以救济穷人，因此被人称作“布袋和尚”。他的圆头大耳、开怀袒胸以及笑容可掬的形象，深得人们的喜爱，于是建阁塑像，佛寺定制，自是必然。

既然佛是人的造化，那么我们人类能不能做到学着佛的样子，大肚能容，开口常笑，保持宽容的底线维系生存、提高生命的质量呢？

这还得感恩造字的祖先仓颉，他使字的“造化不能藏其密”，把一个活生生的“容”字，演绎得恰如其分。看这“容”字，虚怀若谷中的“谷”，民以食为天的“谷”杂粮，被宝贝覆盖，便是宽容其中的本质含义。“人应该以宽容为底线”是个极高的境界，做人，更应该有宽宏大量、与人慈悲、善解人意、换位思考的胸怀。

有时，我们大言不惭地评论上级的某项决策是多么欠考虑，某件事情做得是多么不合人心、不尽如人意，却不会宽容地以为这些事情都是相关部门、有关领导做了一些很有必要的调研和筹划，水到渠成了，才得以实施的。

有时，我们喋喋不休地评价某个人，把自己的工资薪金定得这么高，牢骚满腹，评价某人的独断专行、飞扬跋扈，却很少宽容地认识到这样做的现实意义。来个换位思考，如果换了你，你与员工的收入差距可能比现在的“有过之而无不及”，制定



的政策可能还要严谨、苛刻。

有时，我们无所顾忌地评判某个人做的某件事，说这个人做的这件事情不地道、太绝情，而没有同时亮出一颗平常心，去设身处地地把这事摊在自己身上来个对照、反思。

似乎更多的时候，我们也是只管要求别人应该为我做什么，而从来不去看看自己为别人做了些什么。其实，个中滋味我们了解多少，其中的酸甜苦辣咸谁人品尝，可能只有经历者本人能感受，别人所谓的“感同身受”也只是些皮毛。

宽容，在一定意义上，就是同样的事情放在自己身上，自己也会这么做，而不是一味地宽以待己、严于律人。

看人时，要学会把别人的优点放大。人不可能百事皆顺，办事天衣无缝，直至达到称百人心、合千人意。只要都把别人的优点放大了去看，就始终有很多的学习之处，由此带来的就是宽容。

要学会“老牛看人”，把别人的缺点缩小。牛眼看人，总是把比自己个头小的人看得很大，于是乎，便见人就躲，甚至对人的使唤百依百顺。如果学习一下老牛的精神，把别人的缺点缩小，直至大事化小，小事化了，和谐的氛围自然形成，相互宽容、相互体谅、互相理解的气氛会无限延续。

人不管做什么，都是有底线的。别做乌鸦，只看别人黑，看不到自己黑；只为自己的辉煌成就唱赞歌，不为别人的点滴成就而欢呼；只看到别人身上的那张皮囊不漂亮、不合身，却总是看不到自己的表现依旧是那样叫人厌恶。

生存于世的人，把握好宽容的底线。别当毒蛇，看谁都不顺眼，见人就放毒气、射毒液、施淫威，到头来自己会成为孤家寡人。

宽容，向来有底线的。

诗词十二首

□ 张坤清

产业扶贫有奇

绿水青山百鸟翔，
顶层设计利民方。
辟开财路穷村旺，
硕果累累幸福扬。

政府修路扶贫有感

山村道路尤关键，
削岭铺桥达外周。
瓜果成车凌四海，
黎民致富乐悠悠。

搬迁扶贫感怀

穷山僻壤居家难，
建起新村整体迁。
户户迎来小康道，
阳光普照共陶然。

教育扶贫有奇

脱贫培智事优先，
文化帮扶任在肩。
忙润春苗和幼树，
精英出类暖心田。

国民经济和社会发展第十四个五年规划有奇

集思广议蓝图绘，
瞻望宏猷再起航。
探月布星银汉俏，
前沿阵地酿华章。

观荣成烟敦角大天鹅有感

冬季来临由北迁，
结群栖息碧波川。
暖阳鳞藻迎佳客，
和乐共存今世缘。

山村喜鹊感怀

振翼双飞食宿香，
育昆陌野建巢忙。
害虫捕捉勤劳动，
林木护工心志良。

城市喜鹊有奇

育子城中食宿愁，
建窝枝蔓远寻求。
若能环卫一疏手，
人鸟和谐乐自悠。

中国工农红军感怀

千辛万苦长征寓，
抱梦雪山图国强。
剿灭豺狼拯黎庶，
舍生忘死品弘扬。

山菊有感

浴风耐瘁岭坡昂，
秋月花开溢瑞香。
本草珍材呈药典，
身心奉献德弘扬。

一剪梅·山菊（依钦谱）

耐早迎风岭上昂。花黄如金，叶绿繁昌。暮秋花盛溢芳香。风打无怨，雨打坚强。本草珍材呈药方，疏散风热，消肿疗疮。身心奉献永弘扬。丘陵花开，天地灵光。

蝶恋花·张相湖湿地公园秋景（依钦谱）

如画公园秋韵妙。燕子南迁，白鹭河边绕。湿地水塘芦袅袅，芦花飘荡分飞俏。建设园林生态好。惠泽黎民，园里光芒照。晨练人群真热闹，优良环境生笑。

征稿启事

“齐迹”副刊为宣传推广齐文化而生。因为齐文化的兼容并包特性，她也接纳广义上的齐文化稿件，比如涉及聊斋文化、鲁商文化、黄河文化等与本土文化相关的内容。

投稿邮箱：lzc_bfk@126.com，或登录“文学现场”网站，选择晨报《齐迹》副刊板块投稿。来稿请注明联系电话、通讯地址、邮政编码。谢绝一稿多投。