

□ 安芳 阿林

月到中秋分外圆。翻阅古诗文和相关资料，从中品赏中秋的中和圆的含意。

《中秋论中》一书中说，中有两层意思。一是反极端。中华民族之所以能够保持持久生命力，就是她的思维方式是中。人类共同相互友好，各民族团结进步，分享美好生活。对应在养生上，去掉极端情绪，就能心平气和，自然健康长寿。其次

中是贯通天地，正如中字的会意，是一个贯通天地人的中线。这个中线，对应到人体上就是中脉，对应到心灵上就是现代心理学讲的零极限。而要保持这个中，就要不以物喜，不以己悲，就要心存都一样和美。古人为什么特别强调活在当下，因为往期以来都不在中上，只有活在这一刻才在中上。三是中是中华文化的核心。《中庸》曰：喜怒哀



说文解字

月到中秋分外圆

乐之未发谓之中，发而皆中节谓之和。中者，天下之大本也，和者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。可见中和之重要。中和体现在状态上，就是阴阳和谐。只有阴阳和谐人就不生病，就没有灾难，就风调雨顺，就国泰民安。而阴阳和谐的大前提是中。又因八月为秋之中间，故称为中秋。

此外还有史料表明，中秋的背后还隐藏着一个十分重要的意象，那就是圆，它是和谐宇宙和吉祥如意的频率。大到宇宙，所有的天体是圆的，轨道是圆的，小到细胞，也是圆的。对应到人间，就是圆满不缺。所以五福临门。对应到五

伦，有父母在，我们就能享受到来自上面的能量；有儿女在，就能享受到来自下面的能量；有夫妻兄妹在，就能享受到来自平行的能量；有长辈在，就能享受到纵坐标的能量；有国家繁荣昌盛，小康生活，就能享受到纵横坐标的能量，此谓祖国。因此，古人也把五伦形容为五轮，也是一个圆。对应在文化上，它就是一个大团圆结构。古人早就知道，什么样的念头会形成什么样的结果，就像什么样的底片会投射什么样的影像。下一个生命周期播放出来的生命景象就是大团圆。当一个民族的集体意识是大团圆，自然也有长寿之意了。因而宋代大诗人苏东坡在《中秋月》中写道：暮云收尽溢清寒，银汉无声转玉盘。此生此夜不长好，明月明年何处看。诗人渴望中和圆而生长叹，含有不尽之意在诗外。

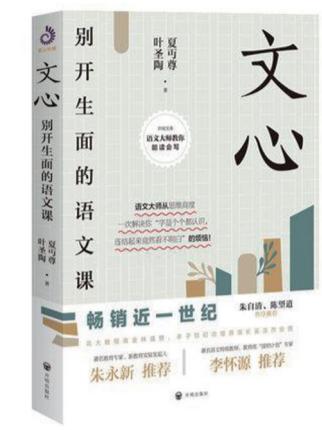
纵观史书，得出真谛。中秋赏月又何尝不是心理暗示。赏什么？无非是一个圆。一个明。在圆和明对照之下的人生感叹就从文人墨客的笔下流出。核心话题无非是如何让生命有常。如何才能让生命有常呢？记着初心，存着归意，以一种面对天地祖先的真诚和虔敬，度过生命中的每一天。对应到文题上，就是止于秋行到圆，回到中。我们的祖先们早把天理、地理、物理、人理、心理搞通了。人们之所以用月饼献月，还是这个道理。

古人讲，境由心造，反之，心也由境造。看到一个圆，心里就有一个圆，心里有一个圆，气就是圆的。气圆则和谐，和谐则健康。所以，月饼作为祭品，正是为了唤醒人们内心的圆满。月饼上面的一切意象都是心灵底片，像玉兔那样没有暴力性，像嫦娥那样长生不老，像蟾蜍那样多子多孙，像桂花那样富贵芬芳和深意。

可以看出，先祖讲的中和圆，存着一定的现实意义。古人的经验是中道，而祭祀，是引导人们还原中道的重要方法。事实上，现代人已经很难体会古代祭祀中的那种大清净了。那怎么办？按照老子教的，向惯性生命相反的方向走去，把我们可能的财富、体力、智慧分享给社会，渐渐就能接近中道。这可变成一种无穷的力量源泉。正如老子讲：多藏必厚亡。武陵土家文豪吴恭亨诗曰：中秋月倍圆，明亮似天镜。千里共婵娟，万家赏太平。



好书推荐



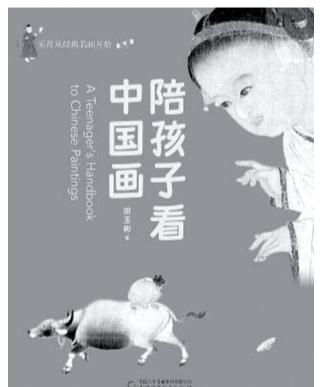
《文心》
叶圣陶 夏丏尊著
开明出版社

知识是枯燥的，故事是有趣的。把知识巧妙地融进有趣的故事，无疑是理想的学习方法。夏丏尊、叶圣陶二位先生凭多年教学经验，用《文心》里的32个故事讲解了读写知识，寓教于乐，多年来受到读者的广泛好评。本次《文心》再版，加入吴浩然先生的插图，让读者更加轻松地了解读与写的知识。



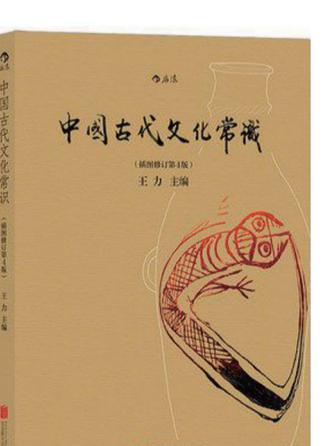
《向美而生 诗哲一体：王崧舟诗意图文经典课堂13例》
王崧舟著
开明出版社

王崧舟的课堂契合其诗意图文的教学理念，营造了诗意图课堂的氛围，让人觉得语文课堂不只是听说读写，更有自由精神的驰骋；诗意图课堂是纯粹、质朴、充满诗情画意的课堂。本书以王崧舟的13堂经典诗意图文课例为例，分析、探究如何引领学生在兴趣盎然处注意美；在反复诵读中感知美；在遣词炼句中鉴赏美；在角色扮演中表达美。进而品鉴诗意图课堂中的诗之美、语文之美。



《陪孩子看中国画》
田玉彬 编
中国少年儿童新闻出版总社

中国有很多传世的中国画，《清明上河图》《五牛图》……这些画为什么好？其中蕴含着怎样的传统美学思想？对孩子的成长能提供什么样的帮助？翻开《陪孩子看中国画》，陪伴孩子走入古代鲜活的生活，发现隐藏在细节中的历史，探索古画的奥秘。全书选画综合考虑经典性、儿童性，讲解兼具专业性、趣味性、启发性，表达了艺术的多样性和思想的包容性。



《中国古代文化常识》
王力 主编
北京联合出版公司

本书是王力教授主持并召集众多专家共同编写的关于中国古代文化常识的简明读本，本次修订突破了以往的模式，以中国考古学黄金时代的成果为出发点，通过近世考古发现与传统文献相结合的“古史新证”，修订的内容中增加了一部分与文稿相配合的图片。完成后的修订版文稿，具有较强的实用性和趣味性。

悦读会馆

中秋佳节话赏月

□ 田大金

八月中秋月正圆，平分秋色一轮满。农历八月十五日是中华民族的传统佳节——中秋节。自古以来，中秋之夜就有拜月、赏月、吃月饼等习俗，历代文人墨客留下了许多中秋赏月的对联和诗词。

相传古时有一才子中秋望月，吟出了上联：天上月圆，人间月半，月月圆逢月半。上联抓住了月到十五便团圆的特点，但他苦想不出与上联相对称的下联。直到除夕之夜，想到今日是年尾，明日是新年，突来灵感，吟出了一下联：今夜年尾，明日年头，年年年尾接年头。此联结构严谨，通俗明快，可堪称佳联巧对。

江苏扬州西湖小金山岛上，清朝初年在这里建有一座供人月夜赏景的观月亭。北山湖面，风景绝佳。有一年中秋，郑板桥在此手书一联：月来满地水；云起一天山。此联形象地描绘了观月时的情景，充满诗情画意。

赞赏中秋月的诗词，比赏月联更多。唐代诗人李白《中秋》诗云：

皓魄当空宝镜升，云间仙籁寂无声。

平分秋色一轮满，长伴云衢千里明。

诗人在中秋之夜，看到皓月当空，像一面圆圆的宝镜。云端寂寞无声，月光格外明亮，照得天空万物一片通亮。抒发了诗人对中秋夜、中秋月满含喜悦的赞赏之情。

唐代诗仙李白，一生写了百余首咏月诗词。他将月光喻为白玉盘和瑶台镜，他的《古朗月行》诗云：小时不识月，呼作白玉盘；又疑瑶台镜，飞在青云端。他喜欢在月光下饮酒，在《月下独酌》诗中写道：花间一壶酒，独酌无相亲。举杯邀明月，对影成三人。

唐代著名文学家刘禹锡，他把映在水中的圆月称做“镜未磨”和“一青螺”。他在《望洞庭》诗中这样描写道：

湖光秋月两相和，潭面无光镜未磨。遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。

诗人们的妙笔生花，把中秋之夜描绘成千姿百态的月光世界。在繁多的咏月诗词中，大多数是望月思乡，借月念亲和感身世之作。李白的《静夜思》是望月思乡的典型代表之作：

床前明月光，疑是地上霜。举头望明月，低头思故乡。

这首小诗明白晓畅，将诗人静夜望月思乡的情景如实展现在读者眼前。

唐代诗圣杜甫，佳节倍思亲，写了一首《月夜忆舍弟》：

戍鼓断人行，秋边一雁声。

露从今夜白，月是故乡明。

有弟皆分散，无家问生死。

寄书长不达，况乃未休兵。

故乡的月色格外明亮，戍边的舍弟很久无音信，写信去都没办法。此诗表达了诗人对舍弟的深切怀念之情。

宋代大文学家苏东坡，一生到处奔波，多少个中秋夜在他乡单独度过。他在《中秋月》中这样写道：

暮云收尽溢清寒，银汉无声转玉盘。

此生此夜不长好，明月明年何处看？

苏东坡因宦途中充满风险，每逢中秋之夜过得不好，故发出了明年中秋夜我会在哪里看圆月的感叹。这首诗透露出他对政治前途的担心和对安定生活的渴望之情。

唐代诗人王建的《十五夜望月寄杜郎中》诗曰：

中庭地白树栖鸦，冷露无声湿桂花。

今夜月明人尽望，不知秋思落谁家？

明明是作者借月思乡念友，而不直说，却巧妙地提问：不知秋思落谁家？点出了由美妙月夜景色而引起的怀念之情。

中秋月寄托了人们许多遐思和期望，令人感叹！今天我们生逢盛世，民富国强，社会和谐安定，祝各家各户中秋佳节快乐幸福，祝愿伟大祖国更加繁荣富强。



人间笔记

□ 胡英

拾阶而上，在旧日邻居家的废弃屋场，发现一只破罐子半掩在土堆里。征得主人同意后如获珍宝。

母亲见我捡个破烂儿也不以为然，她知道又是用来种花的。打个洞洞漏水，别把花花淹死了。她嘱咐着，以前啊，我们用这些坛坛罐罐来装米、装油、装米等，不长虫也不长霉，可好了。

蓦地，思绪将我带到了那个没有彩电、冰箱的年代，家里最多的物件便是些坛坛罐罐。最大的两口是水缸，它们口大脚小，挺着大肚子占据在厨房的一角。穷灶门，富水缸。

父母总是这般的叮嘱，所以无论何时，两口缸总是满满的。尽管时光荏苒，缸裂了缝，父母用水泥填上裂，缸依然滴水不漏，安如磐石。

比水缸小些的是米缸，上下一般大小的直桶型。月初的时候，缸里的米是满的，随着日子一天天过去，缸要见底的时候，母亲便会拿着粮食本到东门口的粮店去。母亲将米缸重新装满米的时候，新的一个月又开始了。

接着米缸的是一些大大小小高高低低的坛坛罐罐，它们或立或倒，立着的头上倒扣着一个碗，倒着的则是倒扣在大碗里。只要是碗里有水或者是水泡着碗，那么坛坛罐罐里总会有酸萝卜、酸豇豆、渣辣子之类的小饭菜。只要轻轻翻动坛坛罐罐，便会让人味蕾一阵一阵翻涌，口舌生津胃口大开。特别是拨开一大坛子上面浮起的白盐膜，夹上一个腌制了很多天的萝卜，不洗也不炒，直接大口大口咬着吃，连皮吃是嘎儿嘣脆，撕了皮吃是脆嘎嘣，那个

酸爽啊，以至于全然不顾后来会多灌几缸子水，吃豆腐都牙痛，捂着腮帮子不敢吸气。

厢房里也有一排排形态各异的坛坛罐罐，不过经常是空的，上面布满灰尘。但是到了过年，坛子里会奇迹般装些瓜子、花生、炒米、爆米花之类的玩意儿，闲着没事的时候，大家都会揭这翻那，抓上些吃食揣兜里。这个时候的坛坛罐罐都会油光发亮，花纹各有千秋，让人倍感亲切。

偶尔，母亲买到便宜的鸭蛋，擦干净了一裹上黑不拉几的糊糊，一层层堆码在一个大口子的坛里。母亲边放边唠叨着得等三七二十一天才能吃。其实不过三五天，大老鼠便会迫不及待打开坛子，不管三七二十一，摸出蛋，剥去壳，摇晃着还没成型的蛋，吃也不

是，扔也不行，灵机一动煮了吃。腌制了几天的蛋倒是没了先前的白，少了腥味多了点碱味，也多了些Q弹，风味独特。随着碱味一天重似一天，坛子里的蛋只剩下一大半的时候，蛋清已经凝固得晶莹剔透，布满松花煞是好看，味道也更是辛、涩、甘、咸，别具一格。

家里还有最贵重的坛子是一个缺口裂了缝的青花瓷，它是我们的糖罐子，凭着票买到的糖当然是收到柜子里的。同样收着的还有一个可以把两个的油盐罐。

大大小小的坛坛罐罐承载着我们的酸甜苦辣，记录着很多美好。

时过境迁，坛坛罐罐不知何时淡出了我们的生活，而我只能四处找寻来种着花草。不为别的，只为追忆那早已逝去的光阴，再也回不去的从前。



读书感悟

□ 杜沛霖

生命，只要你充分利用，它便是长久的。尽管我把这句话背得滚瓜烂熟，但是对于它的含义，我却始终理解得不透彻。直到我读了美国作家海伦·凯勒写的《假如给我三天光明》之后，我才真正理解了这句话的深刻含义，同时也被主人公那超人的毅力和不向命运低头的精神感动了。

《假如给我三天光明》主要讲述了海伦·凯勒坎坷的一生。她只有19个月的光明和声音，但是在安妮·莎利文以及其他人的帮助下，克服了常人无法想象的困难，并且以优异的成绩考上了哈佛大学。她周游过世界各地，为残疾人加油鼓劲。最终成了一名杰出的慈善家、教育家。

掩卷沉思，我认为海伦·凯勒是一个热爱生活，不向命运屈服乐

向上的人。读了她的故事，我也想到了宇宙之王史蒂芬·霍金。他在21岁的时候就患上了肌肉萎缩性侧索硬化症，全身瘫痪，被长期禁锢在轮椅上，后来因为患肺炎做了穿气管手术，又被彻底剥夺了他说话的功能。40年过去了，疾病使他的身体彻底变形，他的头只能朝右边倾斜。他全身只有3根手指会动，他不能写字、演讲和答问，只能通过语音合成器来实现。看书必须依赖一种翻书的机器，读文献时必须让人将每一页平摊在一张大办公桌上，然后驱动轮椅如蚕吃桑叶般逐页阅读。医生曾经诊断他患有绝症的霍金只能活两年，但他却一直顽强地活了下来。并且在令人难以想象的艰难中成为世界公认的科学巨人。在我看来霍金的魅力不仅仅在于他是一个物理天才，更因为他是一个令人折服的生活强

者。他勇敢顽强的人格力量深深地感动了我。

面对残酷的命运，海伦·凯勒都没有屈服，他们不仅有理想，而且珍惜时间不懈追求。和他们相比，我羞愧万分。记得读小学时，一次学校组织科技活动比赛，我代表班级学生参加比赛。在比赛前，我认真看了比赛规则后，就找来了实验材料——胡萝卜和牙签。我按照老师在课堂上教的方法开始把胡萝卜切成小块，看着地上越来越多的小胡萝卜块，我竟然有点得意忘形了。可是就在我得意之时，突然感到手指一痛，低头一看，原来是被小刀划了一条口，一片殷红映入眼帘。我吓得一屁股坐在地上大哭。这时，妈妈刚好下班回来，她看见我哭得很伤心，就马上询问我原因。我把事情的经过一五一十地告诉了妈妈。妈妈和蔼地说：这点痛算

什么，你要坚持下去。可是我听了妈妈的话，还是坐在那里号啕大哭。

后来妈妈只得打电话给老师，让老师重新安排同学参加比赛。我也因此失去了一次锻炼自己的机会。现在想起来这件事，我真是自愧不如。海伦·凯勒是残疾人，但是她珍惜自己拥有的这一切，遇到挫折，不埋怨、不放弃。她战胜了困难，超越了自我。而我遇到一点困难就退缩，就放弃，和她相比我是多么渺小，她是多么伟大！

读完这本书，海伦·凯勒已经深深烙印在我的心中，就像是我心里的一盏明灯，她用自己的一生诠释了生命的意义。我从她身上读懂了珍惜时间，热爱生活，面对逆境要勇往直前，做生活的强者，唱响生命的凯歌！

（慈利县一鸣中学2126班 指导老师 向延翠）

坛坛罐罐里的光阴

什么，你要坚持下去。可是我听了

妈妈的话，还是坐在那里号啕大哭。

后来妈妈只得打电话给老师，让老师重新安排同学参加比赛。我也因此失去了一次锻炼自己的机会。

现在想起来这件事，我真是自愧不如。

海伦·凯勒是残疾人，但是她珍惜自己拥有的这一切，遇到挫折，不埋怨、不放弃。

她战胜了困难，超越了自我。而我遇到一点困难就退缩，就放弃，和她相比我是多么渺小，她是多么伟大！

读完这本书，海伦·凯勒已经深深烙印在我的心中，就像是我心里的一盏明灯，她用自己的一生诠释了生命的意义。我从她身上读懂了珍惜时间，热爱生活，面对逆境要勇往直前，做生活的强者，唱响生命的凯歌！

（慈利县一鸣中学2126班 指导老师 向延翠）

什么，你要坚持下去。可是我听了

妈妈的话，还是坐在那里号啕大哭。

后来妈妈只得打电话给老师，让老师重新安排同学参加比赛。