



一枚向日葵

□崔娅娜

有句话说：“人不是因为没阴影而阳光，而是学会把光转向阴影。”

我第一次注意到那朵向日葵，是在电话铃刚落定的三秒里。同事阿丽“啪”地合上文件夹，屏幕还闪着投诉单的红点，她却抬手碰了碰桌角的小物件——一团毛线编的向日葵，巴掌大，暖黄花瓣，翠绿梗叶。

指尖轻触的一瞬，她像给电器复位，深吸一口气，脸上电压稳了，又接起下一通求助。那动作小得几乎藏在袖口，却让我记住：原来成年人也能有“情绪开关”，而且是一枚手编的太阳。

向日葵是阿丽下班后的作品。夜里，她把女儿哄睡，关掉客厅主灯，只留一盏落地灯，羊毛线绕在指间，一圈黄，一圈绿，慢慢勾出花瓣的弧度。丈夫偶尔探头：“又织太阳？”她笑：“备货，送人。”声音低，却带着棉线般的软弹。

真正看见那团“光”的亮度，是在一次午餐。她端着餐盘来坐我旁边，手机屏幕亮起，是心理咨询提示：“求助者小凯上线”。

她把筷子反扣，打字回复。我好奇，她简单说起十五岁的小凯，单亲，私立寄宿，父亲只打钱，母亲再嫁。孩子手臂布满划痕，像被生活用钝刀雕刻的日历。

第一次视频，小凯把镜头对准天花板，不说话，只传来翻动试卷的“哗啦”声。阿丽不催，慢慢掏出毛线团，对着镜头编结，一线馨黄在指尖绕，屏幕那端渐渐安静。四十分钟后，小凯把镜头转过来，眼圈红，却问：“能教我编吗？”

此后，每周两次“线上线”。阿丽教他最简单的平针，一面织一面聊：父母的选择是他们的人生，你的圆心仍在自己；疼不是存在的唯一方式，线拉紧、放松，织物有了呼吸，人也是。

第六次辅导，小凯把织好的一朵向日葵举到镜头前，花瓣歪，却完整。他第一次笑，说要把这朵花缝在校服内侧，离心脏最近的地方。

去年六月，小凯发来照片：手臂疤痕淡了，手里握着录取通知书——市重点高中。照片背景是宿舍阳台，一排用矿泉水瓶养着的毛线向日葵。阿丽把照片设成头像，备注：光源+1。

我算了算，三年里，她“送出”三十三朵向日葵。有的落在抑郁少年的书包侧袋，有的别在产后妈妈的钥匙圈，有的静静躺在独居老人的餐桌中央。花瓣沾灰，被摩挲得起毛，却仍在不同场景里小小地燃烧。

她说，这不是功绩，只是“回收暗光”——求助者把隐痛交给她，她把折射后的亮还回去，循环而已。

有一次加班，我路过她的工位，屏幕黑着，那朵向日葵却在灯下——毛线纤维被灯光穿透，像一抹凝固的晨曦。我忽地想起自家阳台，孩子种下的种子刚冒头，两瓣子叶撑开，像对世界说“嗨”。

那一刻，我懂了：所谓“别别一枚向日葵”，不是把装饰钉在桌前，而是把光源系在心口，让光先照自己，再漏给别人。

阿丽从不高谈阔论，最多在月度分享里写一句话：“愿我们都能成为别人的‘0.5摄氏度’——不高，却足以让冰开始松动。”话落，她合上笔记本，指尖照例掠过那朵向日葵，像确认它仍在，也像确认自己仍在。

年会抽奖，她抽到一台空气净化器。第二天，她把机器让给孕期的同事，自己留下纸箱，剪成圆片，画上半笑，用毛线扎成更大的向日葵，挂在茶水间门口。风一过，纸盘轻转，简单，又执着。

有人路过，说：“看着就暖和。”她便笑，眼角弯出细纹，像花瓣边缘那一点不易察觉的飞毛。

我曾问她：“做心理咨询，最怕什么？”

“怕把自己也卷进黑洞。”

“那怎么出来？”

她指指桌角：“让花拉我一把。”

语气轻，却有提起整片春天的重量。

如今，每当我被工作挤得胸闷，就偷偷溜到她工位旁，不看人，只看花。那枚小小的向日葵，正在显示器蓝光里微微颤动，像一颗从胸腔里摘出来的太阳，提醒我：先呼吸，再转身，把光调向阴影。

于是，我学着她的样子，也在键盘旁缝了一枚小小的向日葵——虽针脚粗，花瓣歪，却足够接住自己漏出的暗。

离开时，我回头，她正接电话，声音低而稳。屏幕上的投诉红灯闪烁，她却先抬手，指尖轻触那朵向日葵。灯光打在她手背，向日葵的毛线纤维张开着细微的绒毛，像无数个小太阳，在无声地旋转。

外婆腌酱香

□王心桥

缸是粗陶的，釉色早被年月磨出了细碎的裂纹，就像外婆手背上爬满的筋络。缸沿常年搭着一块青石板，边缘被酱渍得发暗。

我蹲在酱缸边看外婆翻酱，她手里的酱耙是枣木做的，柄上包着层浆，滑溜溜的，是几十年摩挲出来的亮泽。酱耙插进酱里时，会带出“咕嘟”一声响，酱的稠汁顺着耙齿往下滴，落在缸沿上，很快就凝成小小的硬块。外婆的声音混着秋阳里的桂香，软乎乎的：“这酱要晒足四十天，少一天，味就差一层。”

“这酱缸，藏着不少日子呢。”外婆坐在酱缸边的石凳上，“那年闹饥荒，你太外婆把仅有的半块银元埋在酱缸底，说‘酱能护着，饿不死’。”

外婆每年腌新酱，都要从旧酱里挖一勺放进去，就像把去年的时光，拌进今年的日子里。外婆说，酱要接种，日子也要连着过。

翻酱要在正午，秋阳把酱缸晒得发烫，外婆的额角渗着汗，却不肯歇。她把酱耙竖在缸边，用袖口擦汗时，我看见她手腕上的银镯子，在阳光下晃出细弱的光。“你太外婆翻酱时，比我还认真。”外婆的目光落在酱缸里，酱色的稠汁在阳光下泛着油亮的光，“她总说，酱是‘慢东西’，急不得，就像日子，要一点点熬，熬到酱香透了，日子也甜了。”

后来我带了瓶外婆腌的酱回城市，装在玻璃罐里，放在阳台的窗台上。每次炒菜时挖一勺，酱香飘出来的瞬间，就像看见秋阳下的酱缸，外婆的酱耙在缸里翻动。我忽然懂了，外婆的酱缸从来不是装酱的容器，它是时光的坛子——那些年复一年的“酱种”，都是家人把日子一点点腌进时光里，让平凡的秋，变得比蜜还甜。

时间从不是匆匆流走的河，是像酱一样慢慢发酵的酿。它把太外婆的牵挂、外婆的耐心，都封在粗陶缸里，晒着秋阳，淋着秋雨，等我们打开时，尝到的不是酱的咸香，是几代人连着的时光，是无论走多远，一想起就暖的家常。

原来最珍贵的时光，就藏在家人亲手腌的那口酱香里。

荷之散记 (组章)

□刘刚

一帧荷

一直想定格那畦绿裳，在柔和的风里，被吹开的朵朵粉红，是镶嵌在绿裳里的碎花，在阳光下，点缀在村子里。

芙蓉出水的明艳，吸引蜻蜓驻足，只见它在叶面上吮吸甘露，或洗把脸，稍有动静便飞向另一片荷叶。玉盘托起的明珠，滴溜溜滑落水里，惊动漫步的鱼儿，一个转身，荡开层层涟漪，荷叶随波轻漾，悠然生趣。

含苞待放的荷花，是矗立在荷塘里的宝莲灯，粉的、白的花瓣相间其中，似女孩娇羞的容颜，像晚霞挥洒的胭脂，层层叠叠，包裹成椭圆形，微风拂来，轻轻摇曳，煞是喜人……

从笔挺的荷杆，到包容的荷叶，再到冰清玉洁的荷花，无不彰显高洁清雅的品质。“出淤泥而不染”的千古吟诵，一帧画面就能诠释。

初心不忘的圣洁，谦谦君子的风骨。

那帧从现实走进心里，又从心里复原现实的荷，一惯用最深沉的情义给世人定格忠贞的品质：一个人，一帧荷。

咏荷

骄阳如焰，你却从容以对，满塘碧绿，报之人们一片清凉；夏雨侵扰，你却毫不动摇，撑开绿伞，接住天空的眼泪。

脚踏淤泥，却腰杆笔挺，一身高洁，傲立于天地之间；百草茵茵，唯你芬芳宜人，一抹粉嫩，托起夏日清香缕缕。

古往今来，多少文人雅士将你载入诗篇。纯洁不染的品质，又浸染了多少义士君子。只是最苦的莲心，许多人却读不懂，只能浸在生活的沸水中，慢慢地泡开，慢慢地饮……方知一生的真谛。

月下荷香

晚风徜徉月下，暗香浮动，我嗅到了夏夜的味道。情不自禁闭上双眼，感受风的凉爽，心阵阵悸动。

一抹粉红在月光里婆娑，仿佛摆动的裙裾，奔跑出一路悠扬，那是夜露从荷叶边缘滴落的声音，清脆地划过星空。震颤了多情的诗行，惊起荷塘边悠闲纳凉的萤火虫，它们举着灯笼缓缓翻飞，小身影沾染芬芳，洒向乡村四野。

朦胧月下，小精灵随处可见。儿时的我，曾追赶荷香，追赶精灵，多想捉住一些放置玻璃瓶里，枕着星点芬芳入眠。父亲知我心，便在小院里铺开凉席，一整夜，露滴声声，芬芳缕缕，氤氲着清香入梦。

梦里，自己成了一只裹满荷香的萤火虫。

办公室的下午，有些昏昏欲睡。王姐拎着一袋栗子进来，棕亮亮的，还带着些泥土气。“来来，都尝尝。”她掏出个小夹子，专门夹栗子用的。

我夹开一个，淡黄的果肉露出来。咬了一小口，愣住了：“这是生的呀？”“生吃才甜呢。”王姐笑着说，“我从小在山里长大，栗子熟了就直接从树上打下来吃。脆生生的，比熟的好吃。”

我又小心地咬了一口。真的，脆脆的，甜甜的，汁水很足，像某种陌生的水果，完全不是记忆里的味道。

我生在北方小县城。最早认识栗子，是街角那家“老李炒货”。秋天一到，老师傅就在门口支起大铁锅，栗子在黑砂里哗啦啦翻滚，甜香能飘出半条街。母亲会给我零花钱，拿到钱，我会迫不及待地跑过去买板栗，暖乎乎的栗子揣在兜里，能暖一个下午。

后来成了家，自己也买栗子回来煮。老公每次都细心地给每个栗子划十字花刀。“这样既入味，又好剥。”他说。我们在小小的厨房里边忙边说话，水汽把窗户蒙得模糊的，那温暖到现在都记得。

前几年学会了用烤箱烤栗子。刷一层蜂蜜，烤出来油光锃亮的，满屋飘香。闺女最爱这么吃，总是趴在烤箱门前，小脸映得红扑扑的：“妈妈，什么时候好啊？”

这这让我想起邻居郝阿姨。退休后第二年，她突然学起了钢琴。我们都觉得稀奇，六十多岁的人，手指都不灵活了，学这个干啥？可她真就坚持下来了。每天上午九点到十一点，雷打不动地练琴。开始是断断续续的单音，后来能弹出简单的曲子。现在走过她家窗前，时常能听到《茉莉花》的欢快旋律。

有次在菜市场遇见郝阿姨，我夸她曲子弹得不错。她笑起来，皱纹舒展开来：“老了老了，才发现十个手指头能变出这么好听的声音。早知道，年轻时就该学！”

其实生活也是这样吧。日子过着过着，就容易变成一潭死水。每天走同样的路，做同样的事，见同样的人。时间悄悄把人框在一个模子里，慢慢地，我们都忘了生活还有其他可能。

换种活法，未必会惊天动地。它可能只是换条路散步，发现巷子深处有棵从来没注意的老槐树，树荫能罩住半条巷子。可能是重新拿起搁置多年的毛笔，在旧报纸上歪歪扭扭地写字，墨香还是那么好闻。也可能是周末起个大早，去菜市场买块豆腐，看晨光怎样一点点照亮小摊贩的笑脸。

王姐又递过来一颗生栗子：“再吃一个，慢慢品，越品越甜。”

我细细嚼着，清甜的汁水在舌尖漫开。忽然想，明天早晨，我要步行穿过附近的公园去上班，要好好看看晨光里的露珠，听听久违的鸟鸣，看看这个季节特有的红叶。

原来生活的滋味，就像这栗子，生有生的清脆，熟有熟的香甜，各有各的好。重要的是，别忘记尝试的勇气，别丢失感受新鲜的心。

千万个你

□陈桂珍

钢铁的巨臂向地心延伸
 你用黝黑的手掌

丈量每寸岩层的记忆
 在黑暗里凿出光的速度

传感器亮起警惕的眼睛
 你俯身解读大地的密语

当掘进机触到湿润的呼吸
 仪器的冰凉泛起湿润的涟漪

地心深处
 你用钢铁的温柔

与千年水脉许下约定：
 让轨道与泉水 唱响同一支歌曲

当地铁飞奔出流畅的轨迹
 ——当汗水汇入驹突

千万个你
 弯腰时

成桥
 站立时

成路

立冬 (外一首)

□邱杰超

步子慢下来，跨进冬的门楣
 白昼开始缩短，衣襟沾上清寒

天空低垂，万物收起声响
 风走过街道，人群行色匆忙

四季的最后一章，笔墨渐淡
 世界轻声说：珍重，且加餐

孩子裹着棉被，念“养精蓄锐”
 母亲的梅花围巾，拂过灶台

一锅饺子，正煮得百转千回
 与冬天相拥的人，心里都住着一团火

早睡，早起，将长夜静静度过

遇冬

雪落下，为土地盖一床薄被
 屋檐学着山峦，披上素衣

炉上，一壶白茶轻声细语
 干枯的树枝，交出珍藏的光与热

我去后山，怀抱新的柴薪
 冷风扑面，像一声清激的问候

回头望，雪花正从烟囱里
 袅袅地，开向天空

爷爷拨弄炉火，八十三载冬景
 在他眉梢凝结成霜

他添一把柴，寒冷便散去
 化作满屋的暖香

月亮

□李青

在久远的苍穹
 你已悬挂了数千年

在时空的隧道
 你已奔走了数千年

在诗人笔下
 你被吟得圆圆缺缺

缺缺圆圆
 却依然不改

那份亘古不变的执著

你是在追赶黎明的太阳
 还是在与繁多的小星星密谈

合上日记

把你制成一枚标本

贴在距心脏最近的地方

想以此 感受嫦娥奔月的心跳

在梦乡

想扯上好多条云彩

为你做件好看的衣裳

却不想 被你行色匆匆的脚步声惊醒

从此成为我漫天满地的乡愁

再也走不出来

生活的另一种滋味

□夏雪飞

