会心当下即是

郭文斌

所谓现场感，就是不要离开本体，或者说和本体保持同步。这个“感”，近似于“感觉”，又不同于“感觉”，它是感觉的总部，比感觉更自觉、更主动、更永恒。

就像一棵树上的花朵虽然有别，根却只有一个，这个“根”，就是现场感。热是感，冷是感，饥是感，寒是感，疼是感，痛是感，都是感。热、冷、饥、寒、疼、痛有别，但“感”无分别。这个无分别的“感”，也许就是本质所在，就是整体所在，就是永恒生命力所在。由此可知，只有进入这个“感”，才能进入平等。

具体来说，吃饭时要明明白白地尝到每一口饭菜的味道；喝茶时要明明白白地让口唇、舌头、喉咙、食道感觉到，明明白白地跟踪它，一直到胃里；走路时要明明白白地觉到每一步提、移、落、触的过程；睡觉时要明明白白地听到自己的心跳；说话时要明明白白听到自己在说什么；起心动念时要明明白白知道如何“起”，如何“动”，如何“落”，等等。

之于生命来讲，这个“明明白白”太重要了。如果我们在品“这一口”茶时错过了茶，我们即使把《茶经》背个滚瓜烂熟，也找不到茶。如果我们在喝“这一口”水时错过了水，我们即使泡在大海里，也找不到水。

当我们体尝过一段时间“现场感”之后，就会发现“感觉”比“思想”离本体更近，离安详更近，离喜悦更近，也离能量更近。就是说，它更有价值。这从能量的补充上我们可以切实体会到，如果思想没有停止，或者说是意识没有关闭，能量是无法有效补充的。

“感”是我们和大本体的通道，它通过眼、耳、鼻、舌、身、意发生，它本质上是我们的“神”，是一种来自整体性的能量。

当一个人的“感”打开，喜悦之泉就会打开，这时，幸福就不再是装在杯里的水，而是源源不断地流淌。现在有不少人在讲成功学，但大多在讲如何把水存在壶里，倒在杯里，而不是让它汩汩流淌，源源不断。就是说，他讲的还是流的原理，不是源的原理。有了源，就有了一切，因为源来自大本体。“泉水在山乃清，会心当下即是”，“是”什么？真之所在，美之所在，这个“是”，正是通过现场感获得的。如果我们舍近求远，舍本求末，结果是一生都在追逐，到头来既见不到“山”，也见不到“水”，当然也见不到“心”。

一个人如果找不到现场感，要想做到妥善是不可能的。比如我们常常犯的错误，打开水龙头往桶里接水，心想还得等一会儿才能接满，就去干别的事了，可是这一干，就把接水的事给忘了，结果让水溢了一地。再比如上网，本来是要到网上搜索一句话的，但搜着搜着，就被别的信息勾引跑了，上网的初衷被忘得一干二净，有时一两个小时都浑然不觉。正是因为走得太远，我们常常忘了因何出发。

老友朝杰哥

任溶溶

张朝杰老同志是我近七十年的老友。1946年我和他在上海物资供应局储运处同事。他每天坐吉普车去码头接收轮船运来的美军剩余物资入仓库。我只是坐在办公室给收到的物资记卡。有时候我要到仓库对账，就坐朝杰哥的吉普车去，因此跟他认识了。

我跟朝杰哥成为好朋友，主要是谈得来，思想相同，骂国民党，称颂共产党。谈到后来，我感到他是一位地下党员，不过我没说出口。可是我跟他成为好朋友还有一个原因，我们都是广东人，好吃。他的父亲是位潮州大亨，他小时候是位真正的小少爷，吃惯了。我不是小少爷，但父亲也是个老板，常带我出去吃，也吃惯了。物以类聚，我们两个吃星就碰到了一起。特别是有一段特殊日子，中午我们天天结伴出去“捞饭餐”。

这段日子我们老人忘不了，就是1946年国民党政府发金圆券，金圆券大贬值，时刻在贬值。到了发工资日子，家属都等在财务室外面，职工领到工资马上把钱交给他们去换上大头小头，大头是袁世凯头像的银元，小头是孙中山头像的银元。市面上到处可以碰到银元贩子。蒋经国坐镇上海，要保金圆券，勒令商家不得涨价，不得有货不卖，商人叫苦连天，市民也叫苦连天，因为摆出来的货物卖光，再也买不到了。记得我当时有孩子要出生，只好托人买了一只火腿存放着。这些日子饭店不得停业，而且必须按老价目照常供应，饭店对付的办法只能是每一市仅供应一轮饭菜。于是一到午餐时间朝杰哥就来找我去“捞饭餐”。他爱吃西菜，多次到福州路广西路口那家亚洲西菜社。

第二年我就离开物资供应局，但朝杰哥依然常来看我，并给我介绍了一位朋友，叫田云樵的，他在中央商场二楼有个写字间，做黄金买卖，后来知道他实际上是朝杰哥地下党的领导人。田云樵又给我介绍了他的哥哥，著名学者教授田仲济老师。我常去看田仲济老师，在他家又认识了诗人臧克家，他们都是山东老乡。朝杰哥又介绍人到我父亲的纸行买纸，买纸也与地下党工作有关。

1949年5月上海解放，两天后我到物资供应局看看，一下子看到朝杰哥穿一身解放军装，他参加了接收工作。于是，他原来是地下党员这一点就毫无疑问了。

接收物资供应局工作结束以后，他进了《青年报》，后来竟被错划“右派”，去了新疆二十年。“文革”后他终于得到平反，回到上海，我们才又聚首，才又定期聚餐，不过很少谈往事。

没想到最近收到他一本散文巨著，书名叫做《活到老笑到老》，读下来我才知道他不但在物资供应局做地下工作，还有更重大的业绩！

解放前他以结婚为由，向家里要了四根大金条，顶下今复兴路重庆路转角重庆公寓（原名吕班公寓）后面吕班小公寓的一套房间，11号三楼，它既是新房，又是地下党策反工作委员会的秘密机关。原来他们夫妻双双都是这委员会的成员。因为他们俩住在秘密机关内，要做很多危险工作，如安排会议、掩护同志、给国民党军官写和寄策反信等等。

这样重要的事我怎么会到现在才知道呢？我真为有朝杰哥这样一位朋友感到自豪。如今他九十多岁，住在松江福利院，我比他小几岁，也足不出户，再也不能聚餐，只能通电话聊天了。他“活到老笑到老”，我特别要学习他这种乐天派精神。

走进高密东北乡

余志成

高密因张艺谋的电影《红高粱》红过一把。这次莫言得国际大奖，高密更是大红灯笼高高挂了！

我在莫言二哥管谟欣的陪同下走进了“高密东北乡”。莫言笔下“长七十里宽六十里的低洼平原上，除了点缀着几十个村庄，纵横着两条河流，曲折着几十条乡间土路外，绿浪般招展着的全是高粱”的东北乡。其实，如今踏上这块土地，把整个乡间都跑遍，小片的红高粱地已荡然无存，有的只是小村农屋门前晾晒的玉米、豆角；有的只是还没有被惊扰的农田边，欢快的鸡鸭依旧在闲庭信步。

“莫言1955年在这里出生，1988年我们搬离了旧居。”管谟欣如是说。

走进平安庄莫言故里，这是几乎用泥墙砌成的五间联排农家平房，比较有趣的是，屋顶的左边是青瓦，占四分之一，屋顶的右边是红瓦，占四分之三。门是斑驳老式的木门，上面贴着一副褪了色的红底黑字对联：“忠厚传家远　诗书继世长”，这副对联分明映照了在光绪年间就中过探花的管家对人品的注重，对文化的热爱。门前院子里的萝卜地已被翻得凌乱不堪了，据说最近天南海北来莫言旧居者颇多，有些参观者乘陪同人员不注意，偷偷拔几只塞进兜里，出了门还自鸣得意地向别人展示：“这是莫言家院子里的萝卜！这是莫言的萝卜啊！”引得想沾沾喜气的多人去抢拔萝卜。

虽说旧居有五间房，但都比较狭小，除了一块“莫言旧居”可能是新摆放在正门内的桌子上外，其余看似搬走后没打理过的痕迹依然照旧：房间里的炕头还在。一台莫言结婚时买的老式收音机还在。积满灰尘但曾炊烟袅袅的灶台还在。当然，我发现莫言生活了33年的气场还在。难怪高密市政府要拨款50万元为莫言旧居修缮时，被莫言的老父亲婉言谢绝。

高密市委副书记万丽自豪地说，莫言为家乡人争了光，更为中国人争了光。我们有责任保护好莫言的旧居，让世人领悟作家故里的人文情趣，让作家实现“我只有站在高密的土地上，创作才有感觉”的朴实心愿。

我笑着提醒道，高密的扑灰年画、泥塑和剪纸，已被誉为中国民间艺术“三绝”，如今是知识产权保护年代，赶快把“莫言”、“高密东北乡”、“红高粱”注册了啊！

确实，有言传说高密某管委会要投资6.7亿元，打造包括莫言旧居在内的莫言文化体验区、万亩红高粱休闲区、莫言影视作品展示区等等。我认为大动干戈没有必要，把这些钱多建几座学校、多修几条公路、多清几道河流多好。

就如我，看到莫言旧居泥墙外微风下轻轻摆动绿叶的毛豆很亲切。设如，高密东北乡被巨资搞得轰轰烈烈、不伦不类、不上不下，莫言北京回来接不到地气，莫言的创作灵感被“6.7亿”搞没了咋办？这可是个大问题啊！高密应该还是那个高密，东北乡应该还是那个东北乡。如同有记者问莫言获奖感受时，莫言朴实无华地说，希望回归平静。

让留恋家乡高密的莫言，依然能捕捉到东北乡平安庄的平静吧。

暮色朱家角　选自《潘胜前水乡油画展》

一趟旅行

董森林

我一直记得十几年前自上海坐火车到郑州，再转车去河南南阳的那次出差。

那是一个寒冷的冬日，半夜上车在卧铺睡了一觉，中午就到了郑州。下午一时有一班到湖北的车经郑州到南阳。按我的经验不用出站，上车补票就行了。不久车到，刚挤了上去，我就后悔了。下车也来不及了。因为车厢里挤得水泄不通，进不能进、退不能退，三九寒天竟汗流浃背，苦不堪言。想到到达南阳要晚上九时许，这意味着此等苦刑得熬八个小时。就在此时来了救兵，刚卖完盒饭的列车员推着空车，一路大叫“让一让当心烫”。经过我身边，我赶紧塞了包好烟进他的口袋，一边搭着他的背一同前进。毫不费力地挤过几个车厢，顺利到达餐车。

我在就餐的卧铺客人中物色到一位斯文长者，得到他的同意后，就在对面就座。一面吃、一面聊，甚是投缘。饭后他主动邀我去他的软卧包厢聊天，九时许，车到南阳，与长者握手告别。出得车站发现广场一片漆黑，黑暗中左右窜出二人，拉着我的包要我去住宿。我急中生智，大喝一声：当地公安局已帮我在公安招待所订了房间！二人一听撒手放我就走。

这次旅行终身难忘。

育儿书籍伴左右

吴毓

十月怀胎，即将迎来新生儿宝宝，我的心里却有些空落落，既期待又惶恐，因为二十多年前不但没有月嫂，连雇用保姆都未耳闻，对怎样生育抚养宝宝知识一片空白，于是我就到书店去买了两本育儿书，看能否对坐月子有帮助。

二十六年前的春天，宝贝儿子降生了。按照中国传统坐月子方式，注重静养，大多时间卧床休息，但事实上，有了孩子以后，自己根本不重要了，一切都是围着孩子转。

我除了给宝宝喂奶，空闲时便埋头细读钻研两本育儿书，那认真劲几乎是一字不拉地啃进脑海，一碰到问题，又一阵噼里啪啦翻书。

记得宝宝抱回家的那一刻，我们什么都不会，望着满身红粉粉的小肉团，柔软又娇嫩，看得一愣愣地发呆，连尿布也不敢换。于是从护理宝宝日常吃喝拉撒睡的一招一式，都通通请教书本，连母亲说的也不算，我认为书籍才是最科学和正确的法师。我的宝宝基本人工喂养，特麻烦些，奶瓶奶嘴等器具的正确消毒，每天喂奶量和次数及添加营养，所有都按书中指点边学边做。

有次，宝宝小屁屁发满小红疹子，我们吓坏了，不知是怎么回事，又噼里啪啦翻开育儿书，原来是患上尿布湿疹。那时还没一次性尿布，都扯被单布做尿片，有时雨天没晾干，宝宝就会得尿布湿疹，于是按书上要求，老公买回药膏和爽扑粉，没多日，宝宝的湿疹就好了。

按照书中介绍，宝宝喂足奶后，要竖抱起不停拍后背，让宝宝打出饱嗝就不会回奶，我们屡试不爽，治好了宝宝的吐奶。短短十几天，儿子长得白白胖胖，虎头虎脑，非常健康，保健医生上门检测，身高体重都正常，这都归功于我随手查阅的两本书。不过，或许是因为我的月子生活围绕着孩子和书打转，自己倒没怎么在意吃补调养，有时孩子吃饭特别准点，自己的正常吃饭倒常常忘记。

三十天的月子生活，说长不长，说短不短，那时通讯滞后，连部家用电话也没有，可谓闭塞又枯燥，好在两本书让我解决了育儿的种种难题，成了我最好的育儿老师。

想想那时我不厌其烦翻来覆去地阅读育儿书，真是丝毫没有考虑到会对视力有伤害之类的，心里只有初为人母的强烈责任感和浓浓母爱，其实一辈子的操劳从那一刻亦已开始。后来，这两本书被我转送给了怀孕的朋友，希望她们能和我一样从书中得到帮助。从那一个月起，我学会了自己照顾自己，照顾孩子，亲力亲为，锻炼实践，和宝宝一起成长，辛苦并快乐着、幸福着。

十日谈 坐月子的故事

自从参加工作，一直忙碌，没想到，会因为坐月子停下匆忙的脚步。

领导务请自己写总结

陈建国

眼下又到年底，各行各业都在忙总结。

可有些单位的领导把总结扔给了秘书或者办公室的“秀才们”去完成，自己不顾不问，显然失去了总结的本身意义。

一年的忙忙碌碌，到年底确实需要总结一下工作的得失，对新一年的工作开展十分有利。总结就是工作的回顾，将一年的工作梳理一遍，你或多或少知道自己的工作失误在哪里，成绩在哪里，新一年的工作打算也基本形成框架。这些道理大家都明白，也不用多说。

问题是，别人代写总结，文采再好，毕竟不是一个单位的决策人员，不可能从领导的角度去看问题和分析问题。有一个单位的秘书写总结，由于“闭门造不了车”，竟然“照葫芦画瓢”，把上一年度总结粘帖复制，不小心把上一年度日期也复制上去了，使人哭笑不得。有的领导还算负责，虽然请人代笔，定稿时还是自己操刀修改。有些领导干脆不顾不问，这样的总结只能是蒙骗上级，对上对下对新一年的工作没有一点好处。

领导干部请秘书或者“秀才们”代劳写总结绝非不是个案，领导工作千头万绪，平时的工作确实忙，但你再忙也要在年终挤出一两天的时间，静下心来，做好本单位的总结工作。

近日，翻阅了《人生话语》一书，作者是中国电力投资集团公司原副总经理石成梁，他在书中写道：我的人生经历与笔杆子结下了不解之缘，我写新闻，写公文，写史志，使我多了一般奉公的武艺。于是，我在企业领导岗位上，可以“解放”秘书，免去他们熬夜加班之苦。

石成梁不光是为了免去秘书之苦，更主要的是领导自己操笔总结效果就是不一样，这是他长期担任领导的真实感受。

总结工作是过去一年工作的检验，也是新一年工作的助推。领导工作再忙，一定要做好年终的总结工作，对单位也好，对领导干部本人也好，有百利而无一害。