

期盼已久的大保公司组织的VIP客户赴越南芽庄之旅。10月25日终于如期成行。第一次出国旅游,心情十分激动。早早地吃过午餐,背起行囊,匆匆地赶到安庆总公司,集中乘大巴直奔南京禄口国际机场。晚上21点零5分登机,夜间飞行,外面景色什么也看不到,只有在跑道上缓缓起飞时,才看见五颜六色的城市灯光,像彩带一样在脚底飘荡。23点50分下飞机。在海关口每人拿十元钱带上护照还证单排队通关。刚过关口,导游热情地接待我们,让每人手腕上带朵鲜花与越南接机美女合影,然后带我们入住酒店。路上,导游简略地介绍了芽庄的风土人情。来到酒店已凌晨1点多,这里时间与北京时间整整相差了一个小时。

第二天,一觉醒来,站在房间的阳台上纵目一望,映入眼帘的,近处是窄窄的公路和窄窄的房子,远处是浩浩无际的大海。公路上许多骑摩托车的人,偶尔出现一辆轿车缓缓经过。这让我想起昨晚导游向我们的介绍:越南地少人多,国土面积只有33万平方公里,相当于我国的云南省那么大,人口却有1亿多,女多男少,男的可以娶三妻四妾来传宗接代,导致分家后没地方建房,就一人一条一直往上叠。这样就形成了眼前的一幕:窄公路,窄房子。

早上7点下到第二楼吃自助餐,餐桌上摆满各种吃的喝的食品,让人眼花缭乱,不知从何下手。导游说:“这就是你们VIP客户的待遇,你们要感谢伟大的大保公司老总,让你们在这异国他乡能享受最高档的服务,住五星宾馆,吃美味佳肴。以后大家要帮你们身边的经理们多多宣传保险,保险也是人人必备的,是国家的稳定器,购买商业保险也很重要。”

吃完早餐,集合乘大巴去珊瑚岛,一路上欢歌笑语。导游向我们介绍说:越南工业不发达,供电靠中国,许多电灯电器都是从中国进口。大街上来来住住都是骑摩托车和步行的人,没有骑电瓶车的。因为这里电价比石油贵许多。开轿车的是非常有钱的人。这里人工作效力低,中国人一人一天干的活,他们要两三天才能干完。晚上五六点后,街道上基本没多少人做生意,就算有生意来了也不做,说明天再来。工厂和行政单位都是朝九晚五的上下班,效率低,工资也低,每月折合人民币才1千元左右。这里很少有外国企业家投资,由于没效益,工厂办办就倒闭了。这里主要的经济命脉是水稻,由于气候温和,一年可种三季水稻,所以越南的大米还是很出名的。因为种种原因,整个国家并不太富裕。比中国可能要落后二、三十年。越南人外貌跟中国人没什么两样,在这里除了散带(服务员)穿着高跟鞋,带着礼帽,你根本分不清哪是越南人。他们都个头不高,没什么五

南京，地处长江之南，六朝古都，十代都会；如今，它是长三角综合实力名列前茅的一线大都市。南港，位于望江华阳河之南，曾是旧时湖滩上的小鱼港，如今是皖西南的一个宁静小乡村。南港，是父母亲垦荒的地方；南港，是孩子创业的地方。退休后，我常年奔波于两地之间。于是，这两个原本毫无关联的地方，在我心里紧紧系在一起，甚至养成了这样的习惯：住在南京时，喜欢看安徽新闻，尤其是安徽的天气预报，时刻惦记家乡是否风调雨顺；回到南港，又忍不住搜索南京的最新动态，看看是不是又出台了新的经济发展规划。

南港承载着我太多的情感与记忆。华阳河是泊湖水道，也是古雷水故道。“不越雷池一步”的雷池就在这里。古雷水从湖北黄梅浩浩荡荡经望江注入长江,后来逐渐淤成湖滩。上世纪五十年代，为填饱肚子，也为给子孙辟一块安身立命之地，父母那一代人来到南港，筑堤垦荒。几十年含辛茹苦，终于把水乡泽国变成鱼米之乡。

南京寄托着我太多的希望。小时候读朱自清《桨声灯影里的秦淮河》，这座千年古城便让我心驰神往。结婚时，我省下买衣服的钱，和妻子逛了一趟南京：秦淮河、中山陵、当时中国最高的金陵饭店、最繁华的新街口

有人说：“岁月静好，心若清澈，日子便如诗如画。”

读到这句话时，我的内心如一朵朵花，绽放，欢喜。

在岁月流逝中，如果我们保持内心的澄澈清静，那么就能感受到生活如诗如画般的点滴美好。

一阙诗词，半载人生。于时光深处，安守淡然，平静生活。不慌张，不焦灼，怀一丝灵魂香气，笑迎岁月这份永恒的期待。

平静的内心,是对自我的认知

书上写道：

“心灵上的和平是一种深层的幸福状态，并不需要外部环境的支持就能实现。”

诚然如是。当内心如湖水般平静，即使在喧嚣的街角，也能听到生活的赞歌；即使在荒芜的土地，也能看到生命的顽强；即使在恶劣的环境，也能寻到明亮的希望。

一朵云，一座山，一条河，游离

越南芽庄之旅

●何银霞

大三粗的。女人个个都很苗条。导游幽默地说:“越南有三大特点:人瘦,路瘦,房子瘦。像我这样的胖子,一看你们就知道我不是本地人,我告诉你们,我是中国人,我老家是山东的,我们是老乡,因为我们团大部分接中国游客,所以必须要由中国导游。我刚来这边工作时比现在胖许多。这里人们也不讲究吃,而且都吃得很少很简单,长期跟他们一起吃喝,也不好意思多吃,慢慢也就习惯了他们的生活,所以‘饿瘦’了许多,你们可以喊我胖弟或陈弟,有什么事都找我。”大家听着听着,笑得前俯后仰,感到十分亲切。

转眼间就到珊瑚岛了,我们排队穿好救生衣,坐上快艇,只见快艇如箭般划破海面,留下一道道优雅涟漪,宛如海的琴弦被轻轻拨动。快艇在宽阔的海面上,犹如一道闪电,迅速穿梭于浩瀚的大海之中,让人们感到无限的自由与激情。来到了珊瑚岛岸边,导游指着对面的山洞说:“这就是有名的金丝燕窝原产地,那些洞里藏着非常多的金丝燕,燕窝不准外人采摘,那里有土军长看守着。”岛边的沙滩上,椰树整齐的排列着,树上挂满了椰果,树旁撑着遮阳伞,伞下摆着休闲椅。在这里我们没有逗留,接着又来到珍珠岛,在这里我们尽情地玩着海水,抢拍着海浪的每一个瞬间,摆弄着各种姿态与大海拥抱。像顽皮的小孩一样,穿着泳衣在海边你追我赶,在乎所有的一切。累了回到岸上,躺在椰树边的遮阳伞下享受着这一刻的幸福。时不时地又回到清水池里泡过澡,再到椰树下,花丛边、留张倩影,这一刻的心情已无法形容。到吃饭的时候又是海鲜自助餐,各种海鲜水果任你品尝。然后参观海洋博物馆,各种稀奇古怪的海底花草虫鱼让人大饱眼福。最后一站是参观占婆塔,这座塔与我们中国所看到的塔完全不一样,是城堡式的建筑风格,顶部呈菩提叶形,中间部分为长方形,底部是用砖和石头建造的较大底面。塔身是相同的一个横截面,装饰着柱子、门框以及门拱,特别是门拱的形式为梨头形,倒“u”字形的钝角样式。塔里面供奉的是保佑渔民的天依女神,就像中国渔民心目中的妈祖。开心快乐的一天转瞬结束了。

第三天,我们首先来到了龙山寺,在这里我们每人点上三炷香,光脚进入庙堂拜了三拜,然后参观了观音菩萨和弥勒佛像。匆匆离开寺庙来到滴漏咖

啡馆,散带看我们过来,面带微笑地帮我们倒好咖啡,然后端来一碗冰块,示意我们可以加在一起喝。那浓浓的咖啡香让人陶醉,品上一口简直就像品尝参汤,回味无穷。我们每人端上一碗来到海边,边品尝边拍照,个个脸上洋溢着幸福的笑容。喝完咖啡又来到天堂湾。这里的海滩更宽阔,海浪更凶猛。我们时而跟着海浪一起尖叫,时而在大浪里追赶,时而在大伞下躺着。尽情地舞动风骚,你拍我捉捕捉每一个精彩的瞬间。导游们精心地为我们准备各种水果,摆着各种花式,让人看了想吃又舍不得吃。在天堂湾玩了大半天,晚上又去沙滩晚宴,这里的海鲜目不暇接,大家认真挑选着自己的美食,吃完还在那里一展歌喉,翩翩起舞。

第四天,第一站是参观翡翠免税中心。这里的翡翠玉石在灯光的照射下,那细腻的工艺和璀璨的光芒,让每一个细节都彰显出无与伦比的艺术品位。服务员每拿一件出来看,都让人爱不释手。可惜囊中羞涩,只能饱饱眼福,依依而去。第二站来到五指岩,在这里不得不感叹大自然的鬼斧神功。宽阔的海岸边,凝聚着大小岩石,临海边矗立着一块巨大的岩石,在岩石的一面居然浮现出五根大手指印,活脱脱像一掌拍上去的。经过千万年的风吹雨打也依然面不改色,栩栩如生。

吃过午餐又来到了1-Resort 泥浆浴,工作人员安排我们换好泳衣,有序地进入浴场,当工作人员打开开关,丝滑的泥浆一涌而出,不断地冒着热气。等到浆满,两人一行下到浴池,似乎回到了真正的童年。大家在泥浆池里唤呼着,呐喊着,把那软滑的泥浆糊满全身,然后还不忘喊着旁边的工作人员帮忙拍照留念。这滑流动的泥浆,抚在身上脸上感到无比的舒服,就像给全身敷了面膜似的。感觉皮肤一下细腻了许多,呆在里面久久不想出来。工作人员在一旁不停地喊:“大家抓紧时间过来冲洗干净去泡温泉,还要赶下一趟。”依依不舍离开后又去泡温泉。看着温暖的水咕噜咕噜地冒着花,脑海里不断寻思着:这么大的温泉池,那么多的泥浆,到底是怎么形成的。难道是这里的地壳破了?以前我听过泡温泉,但还很少听过泥浆浴,这次可真正地享受了。待后要好好查下泥浆浴和温泉的知识。开心快乐的一天又这样悄悄过完了。

第五天主要是购物,第一站来到海

洋珍宝免税中心。这里的珍珠五光十色、饱满丰润、色泽分明、璀璨夺目。每一颗珍珠都像一颗凝固的露珠,凝聚着大自然的精华和时光的印记。服务员不断地介绍着价格和品质。价格高昂,我只能观而感之。下一站又来到睡眠中心(卖乳胶床垫、枕头等),在这里服务员详细介绍了乳胶的形成和功用。我们也亲身体验了一下。虽然品质确实不错,但买的人还不算多。也许是因为在前面的翡翠店和珠宝店里把钱袋掏空了。最后一站来到芽庄大教堂。导游介绍:芽庄教堂建于1928至1933年。是一栋很雄伟的石头砌成的建筑,具有法国哥特式的风格,墙体有雕花图案,周围还有很多雕塑和圣经故事的石刻。教堂窗户嵌着彩色的玻璃,在阳光照射下异常好看。教堂地势较高,可以一览整个芽庄,虽然周围是繁杂吵嚷的街头,但堂内静谧平和,俨然另一个世界。每天早晚举行弥撒活动,能在门外听见美如天籁的诵经声或唱诗声。可惜不得其门而观,只能在外欣赏,大家仰望着高大的圣母雕像,心里不禁泛起一种无法形容的敬畏之心。

第六天,我们准备返程了。因为下午205分的飞机,上午我们又到了奇宝博览中心。刚进门(散带(服务员)就笑容满面地带我们参观珠宝。看着灯光下闪闪发光的宝石,再看看高不可攀的标价,正依依不舍的准备离开时,突然恩主(老板、老总)来了,她向我们讲述了她爷爷奶奶的故事:“我爷爷是中国人,现年98岁,在抗美援朝中因受伤没回中国,后来在这里成家立业,爷爷最大的心愿就是回到祖国的怀抱,前几年奶奶本打算跟爷爷一起回国定居,但由于许许多多的原因没有成行。我从小跟奶奶一起生活,特别敬重奶奶。奶奶对我说:‘你爷爷一生对我非常好。他这一生只有我一个女人。他凭自己的聪明才智发展了家里的产业,有海运,房产,珠宝等等,他这一生很不容易,我走后你一定要帮我照顾好你爷爷,完成他回到祖国怀抱的心愿。’听着奶奶的遗言,所以我也由衷的敬佩我的爷爷,我也要完成奶奶的嘱托。请把摄像头对准大家,让爷爷在家也看到他的同胞在咱家商场的情景,让他看看我们是怎样接待他的同胞的。来,为了爷爷,今天的珠宝连卖带送,价格放到低。为了爷爷不在乎这么多,大家想买就买。”听着她的一席话和内心对那宝石的眷恋,我满怀激情地买下了一套宝石……。

这次异国之旅让我终身难忘。背着满载的行囊,仿佛背着满满的能量与动力,让我更加珍惜眼前的美好,更加热爱我的祖国和祖国邻邦越南。愿中越两国世代友好,和平共处,常往常来。此次只游了越南一角,希望下次来游遍越南美丽的山山水水。

向着故乡(组诗)

●蓝冰淋

小 雪

北风吹过的枯荷
憔悴在寒塘深处，
雁鸣是告别语
紧裹一身斜峭
由北向南
秋天的故事在红杉木
中渐行渐远
捡起一枚金黄的银杏叶
把思念寄语远方
小雪为梅披上嫁衣
月光仓皇逃离
白了头的母亲
眼里盈满渴望
在村口等你唤你

立冬曲

寥廓与苍茫同框
蒹葭高举白色火把
燃烧百转千愁
向着故乡
走近，再近点
几行雁鸣写意远山
洒下一阕红豆曲
湖心在波纹中寒凉
你远远的走来
那笑妍像春花
又似秋月
在镜头前绽放而氤氲
暖了镜头的眼睛

霜 降

穿过旷野的风
停在桂花枝头
抚摸醉了的秋
枫叶红着脸
奔赴大地的怀
一场秋雨
在金黄的银杏树下
数着远去的岁月
遥望星子的眼
渐行渐远
霜是一封书信
告诉南飞的鸿雁
冬天到时春在来时的路上

三 月

三月，有画师挥毫
泼洒丹青渲染江山
山黛水绿
粉桃梨白
人间便春暖花开

三月，有丘比特的号角吹响
春的畅想曲拉开序幕

柳丝梳妆
撩起青丝
池鸭与岸影嬉戏
篱笆墙圈起鸡鸣犬吠
南归雁对歌鸟鸣

三月，有唐诗宋词跳跃
青砖黛瓦游画舫
桥头雨巷
吟不尽的唐风宋韵
诵不完的骚客风云

三月，适合做个搬运工
把春天搬进手机，搬进纸上
搬进画框里

三月，适合做个酿酒师
将春天酿造甜在眼里醉在诗句中

四 月

刚告别羞涩的粉红季
春风还在温柔的抚摸着三月的脸颊
葱绿的四月就迫不及待的出台
爬上山岗，山岗便青了
爬上树梢，树梢便翠了
钻进小河，小河便荡漾了
铺进城市，城市便蓄势待发
播撒在乡间，乡村便生机盎然
这四月啊！刚刚醒来
我们就在路上
春天的芭蕾在指尖跳跃
春天的交响乐在心中回荡
希望的田野在我们眼前伸展
只要心中有爱
哪里都是春天
愿我们携手同行
迎接四月的春暖花开

白露印象

蝉鸣和蛙声逃离
秋风萧瑟着荷的裙衣
星星的泪滴也在银河里逃离
衰草唱着秋风破
红红火火的枫叶舞蹈
用生命书写
那曾经的爱情故事
一夜风一场雨
大地便被冷霜打湿了衣襟
何不暖一壶陈年佳酿

烟烟雨雨的青山脚下

听河水潺潺
邀伊人放歌
弹奏一曲
相思泪
听晓风吹散夏的燥热
看明月悬中天
醉卧东篱下
朝起与白露为伴
把心思凝结成霜



手工掘木 林阔 摄

平静，是灵魂永恒的栖息之所（外三章）

●聂东风

“内在的平和是人生最美好的财富之一”的心态，从而慢条斯理地过好这仅有的一生。温厚纯良，安定从容。

平静，是内心深处里的一份踏实的安宁。忠于自己的本心，踏实取舍。滋养内心的，当取。荒芜内心的，当舍。

做一个平静温和的人，既有深入骨子里的柔软和对自我的认知，同时也有对世界的慈悲善舍。那份自我修炼成宠辱不惊的淡定，沉淀在岁月里，温润出诗情画意的人生。

平静的内心，探寻万千事物的美好

理查德·卡尔森说：

“你的心境决定了你看世界的颜色。灰暗或明朗皆由己心所构。”

世界的颜色，是娇艳的红色，纯洁的白色，清澈的蓝色和希望的绿色。那些缤纷的色彩，明亮眼眸，流淌心田。它们在四季的轮回里，轮回出一次次次的繁华新貌，轮回出一次次生命的重生。

世界的颜色，是内心花园的映照。微风拂过，万朵花儿欣然怒放地盛开，和煦的阳光照耀在花骨朵、花瓣和叶上，形成了一道金色的光芒，地上的青草嫩绿，随风摇曳，欢喜而生。

渐渐懂得，万物的美好与可贵，来源于一颗平静之心。守平静之心，可观世界万物葳蕤新绿，片片希望。

守平静之心，可修温柔通达、宁静祥和之态。

越来越喜欢平静的心境，这样总能细腻地赏到万物的广阔和明朗。如那夏日的晴空，蓝色的画布上，浮着朵朵白云，被清风推着往前走，一路逍遥自在地俯瞰人间。

有人说：

“当我们学会了欣赏生命的美好，并以感恩之心对待每一天时，我们的内在就会出现真正的平静与幸福。”

愿我们守一颗平静之心，去探寻万千事物的美好。

平静的内心，灵魂永恒的栖息之所

庆山说：

“当你的心灵是一片净土，世界将在你面前变得格外美好。”

人生路上，若是累了，倦了，就歇一歇，将心腾出来，看看白云，流水、高山等自然景观，心灵是净土，美好的世界便呈现于眼前。

没有谁的人生，会一帆风顺。但总有一种心态，可以过好一生。

以平静之心生活，就能发现生活的可贵与美意。乡下的芦苇，这里一丛，那里一簇，依水而生，默默扎根，是之找到了灵魂的栖息之所。寂寥的时光下，墙壁上，石缝里，墙角处，那些不太引人注目的植物，低眉坚强，寂静安然，在破败的环境里，也不慌不忙，恣意地生长。

她们，定是携着灵魂的香气，才不管严寒酷暑，不顾疾风骤雨，也要找到自己栖息于世界的方式。心藏一丝坚定，回报岁月的深情。

生活朴素，内心丰富。是万物的恩泽沉淀了一颗平静之心，还是平静之心赏析了万物的美好，谁知道呢？或是相辅相成吧，曾经喜欢安静，现在越来越喜欢平静。如说安静是一种外在松弛，而平静更是一种内在的平和状态。

“在内心找到和谐，便能在生活中找到宁静。”愿世人放下忧虑，淡然安坐，静守一颗平静之心，寻到各自灵魂永恒的栖息之所。