

# 追求精神上的富足

□ 李明亮

近日，读了宋代邵雍所写的《养心歌》，感触良多。这首诗虽然语言质朴，但言简意赅，对解决我们当代人面临的精神困惑大有裨益。原来，我们现代人面临的精神内耗，古人也面临过，并且已经给出了完美答案，根本用不着我们现在再去苦苦求索了，只用把古人的思想拿来就可解决问题。

## 物欲带不来精神的安宁

现在，物质丰富了，但人们的精神问题却随之出来了，突出的就是焦虑、内卷。

真正让人处于焦虑状态的，其实是欲望之火。大家过度追求外在的物质，忽视了对心灵的修养，心灵被远远抛在了追求物欲的后面，在无限的世界中没有其安放处。于是，心灵越来越迷茫乃至贫瘠荒芜。

在追求物质中，重术轻道，过分依赖争斗和钻营，不相信道德的力量。有的为了利益，甚至不择手段，毫无廉耻。尽管这些手段暂时可能会有获利，但因为违背规律，心无所归，最终也难以持久。

## 对人生价值理解浅表化

现在人们的精神内耗，根源在于

竞争的认识观，认为人生的存在只是为了满足生存需求，人只有竞争才能活下来。在这种认识观的片面支配下，物欲的满足和享受被放大成了人类生命的全部。其实，这种认识观，我国古圣先贤早已视若糟粕，我国古籍《尚书》中用了一个“人心惟危”来概括。

我国古人没有走这条路，我们的古圣先贤强调物质的恰当，精神的富足。孟子曰：“学问之道无他，求其放心而已矣。”古人不强调对人欲望的满足，强调“君子使物，不为物使”，倡导过一种简单质朴的生活，从而保持内心的安定富足。

## 人的尊贵体现在道德上

“天覆地载，万物悉备，莫贵于人。”中华文化认为，人之尊贵，在于不仅能有意识地改造客观世界，满足饮食男女的需要，而且人具有孟子强调的恻隐之心、羞恶之心和是非之心，强调立言、立功、立德。该诗中所言“逍遥且学圣贤心，到此方知滋味别”，可谓一语中的。

“物不齐也，物之情也。”上天在创造生命的时候，给每个生命都赋予了天赋，人只要做好天赋内的事情，就能很好地生活下来。《大学》讲：“德

者，本也。”所以，在中国文化中，讲究“本分”，说要“守本分”。什么叫“守本分”，就是知道自己的德行多少，知道自己该做什么，不该做什么。如果贪心不足，欲望难填，超过承载力，往往会把人压垮，最后得不偿失。

正如该诗中所言，“万事乘除总在天，何必愁肠千万结”，属于你的东西，不用急，也不用卷，只用脚踏实地、安分守己地做好分内的事情，得到是自然而然的事情。

## 精神富足才能安宁

世事无常，但有一点可以确定，变幻莫测中的确定性在于内心的富足，在于知足知止，在于厚德载物。而一般人通常的想法是用物质来应对无常，但实际上，从中外历史来看，这种想法往往是靠不住的，甚至是徒劳的，最后竹篮打水一场空，所以，古人说，财富是五家共有，也就是水、火、盗、官，还有逆子。

晚清名臣李鸿章给其子孙留下了巨额财富，但没有达到永享荣华富贵的目的，反倒使其子孙染上了挥霍赌博的恶习，最后沦为乞丐。同样是清代名臣的林则徐，在财富观上与李鸿章截然相反，他说：“子孙若如我，留钱做什么？贤而多财，则损其志。

子孙不如我，留钱做什么？愚而多财，益增其过。”正是在这种财富观的影响下，林则徐的子孙兴旺昌盛。

超然物外，才能行稳致远。因此，在名利观上，不妨学一学“粗衣淡饭足家常，养得浮生一世拙”的淡泊和超脱。

## 多一点修心的定力

这个世界是有规律可循的，大道就是物极必反、周而复始，但唯一不变的是生生不息的仁德、谦和和俭德。

“人人自有定盘针，万化根源总在心”。人不要忘了自己的高贵，要勤修德行，永葆善良、谦虚和节俭的美德。虽然物欲往往容易将人心蒙蔽，但无论多难，我们也需要多一点耐心，多一点点耐心，都不要让自己的“道心”被欲望蒙蔽。

当自己的心上的频率调到与大道频率一致的时候，我们自然会发现，我们想要的，我们想看到的，一直就在平和、善良的内心之中。②8



开卷有益

## 《周大新评传》发布

本报讯（全媒体记者董志国）日前，《周大新评传》新书发布会在北京国展中心举行。中国作协党组成员、副主席、书记处书记邱华栋，著名作家、南阳籍茅盾文学奖获得者周大新，周大新研究中心执行主任、博士生导师魏华莹出席本次活动。

周大新1970年参军入伍，1978年，他成为济南军区宣传部干事，此后，他便开始了长达40多年的写作生涯，成为当代著名的军旅作家。迄今为止，他出版长篇小说十部（十二卷），中短篇小说、散文、剧

本多卷。2008年，他获得第七届茅盾文学奖，其作品被翻译为十多种语言在海外出版发行。

据悉，《周大新评传》是河南文艺出版社延续多年的系列书“中国当代作家评传丛书”的新品种。该书系统讲述了著名作家周大新的人生历程与创作之路，通过对其人、为文及文学精神的发现与考证，将文学研究与作家研究结合起来，既是和作家的人生、灵魂的一次对话，又是一部极具史料价值及文学史价值的专著。②8

## 《八月红》登上《北京文学》

本报讯（全媒体记者董志国）近日，《北京文学》2025年第1期出版，著名作家李天岑的短篇小说《八月红》刊登于“好看小说”专栏，受到广大读者的好评。

《北京文学》由北京文学艺术界联合会主办，是一份刊登包括中短篇小说、报告文学、散文随笔、诗歌和文学评论等多种优秀作品的好看的综合性文学杂志。

《八月红》讲述的是一个接地气的新时代乡村故事。当事业发展与孩子学业发生冲突时，男人果断选择了后者。可初恋情人出现，让一切都发生了变化。一件件往事被重新提及，一个个生灵的十字路口再次呈现，男人似乎看到了更多的可能……鲜活的人物形象、跌宕起伏的故事情节吸引着千千万万的读者。②8

## 《烟雨“皇城”石头寨》获奖

本报讯（全媒体记者董志国）日前，在江苏南京举办的“兴佑杯”新时代文学创作实践论坛暨第三届中山图书奖、中山文学奖颁奖典礼上，方城县作家张保德、贺志斌、陈刚合著的纪实文学《烟雨“皇城”石头寨》，荣获中山图书奖·散文类优秀图书奖。

《烟雨“皇城”石头寨》为非虚构文学作品，2021年11月由团结出版社出版。该书以石头寨周氏家族的兴衰沉浮为主线，叙述了石头寨自明末清初

至今400余年的历史沧桑，展现了一幅乡村社会变迁的风云画卷。书中扑朔迷离的烟壶兴家传说、修筑寨堡防匪御寇、别动军以寨为营袭击日伪、陈谢兵团攻克石头寨等故事，已成为几代人的历史记忆。

此次活动由江苏省网络作家协会、江苏广播电视报社等四家单位联合主办。与会的作家和诗人相聚南京，以“新时代文学创作实践”为主题，共同探讨新时代文学创作的方向和方法。②8

## 南阳一作家散文作品获奖

本报讯（全媒体记者董志国）近日，由三门峡市委宣传部等单位联合举办的“我与文化三门峡”全民阅读征文大赛活动评选揭晓，南阳作家路漫漫的散文作品《大师的文学之路》，从三门峡踟蹰起步榜上有名，展示了南阳作家的不俗实力。

《大师的文学之路》，从三门峡踟蹰起步真情回顾了“中原文化名片”二月河先生幼年在三门峡市辗转求学生涯、逃学羊角山、戏水黄河滩、张扬童心的往事，提出乐学乐

教、文学素养从儿童时期培养的观念，给予读者以启迪。这篇散文作品语言灵动，素材真实，读来可感可触，兼具思想性和艺术性，在多层评读评选后，获得三等奖。

路漫漫原名鲁钊，中国作协会员，中国散文学会会员，河南省小说研究会常务理事，现任南阳市作协副主席、二月河研究会会长。近年来，他积极参加全国各类文学竞赛，两年来已获得省内外征文奖项20多次。②8



持卷共读 书香暖冬

1月15日，窗外寒风瑟瑟，室内书香脉脉，不少市民来到各大书店、图书馆沐浴书香，感受文字的温暖和力量。近年来，我市不断完善公共服务体系、丰富内容供给，努力打造“15分钟阅读圈”。②8  
全媒体记者 董志国 摄

# 坚守诗歌的一缕霞光

——读诗集《只有风吹过树梢》的一点思考

□ 朱振华

## 读家之言

腊梅含笑，冬日围炉，收到景淑贞诗集《只有风吹过树梢》。这本诗集共有三辑，分别是《瓦中月》《春天慢啊慢》《沙砾中的花》，读过小诗，在心中就掀起了乡村和乡愁。诗的土壤是一种思想，诗人的诗格都是诗人人格的再现。景淑贞以温润的视角和细腻的情感，构筑成一个独立的精神世界，保持着人性的善良与悲悯、坚守和信仰、感悟和沉思。

景淑贞从生活中唤醒一首诗，她的诗歌复苏了农民的命运与梦想，她诗句朴素、直白，洗礼了乡村的春夏秋冬。一句句诗，藏着一个美丽的故事，读者看着看着也想起自己的“曾经沧海”。整本书，透着万事万物的律动与大千世界的灵动。她的诗歌是一片载

满乡土星光的空间，承载着清澈见底的感情，播撒着温暖的阳光，书写自由的愿景。她用诗在生活的质感中植入空灵和寂寥的美，温润柔美的风格，拉起村口那最璀璨的晨钟暮鼓，她用智慧的张力，执着地用诗歌慰藉自己，让岁月精彩而厚重。

因为诗是一种感觉与体验的升华，读景淑贞的诗更像邂逅一场无与伦比的惊艳。她用诗人的敏感和强大的内心，以丰富的情感对现实生活的诗意营造，直觉于社会时代、生活乃至生命的杂陈五味，让人思忖再三，她用一种向上的意志，叩开灵魂的自由之门，她的生命脉络在诗中明亮而清晰。

生活是诗，俯仰皆是，一个天生的诗人，能进退自如地从生活中提取诗意，景淑贞想在诗歌的世界中去寻找别样的自己，为此不辞艰辛。《落花乱》《黄昏》《今夜雨回不回来》《今夜的风长着单眼皮》等小诗，让她在理想的彼岸与光明上，做一个有趣的灵魂，她行走

在长长的人生路上，在浩渺的时空，脚踏故乡厚土地，向往星辰大海。对她来说，有诗就够了。

景淑贞常把时光留存诗歌里，从季节的变迁、自然的蝶变、人世的沧桑等铺开自己的长卷。《一剪时光》《小雪》《小寒》《大寒》等诗，以细腻的笔触，饱蘸着心灵的情感，不紧不慢的把季节的轮回，蘸满人间烟火气，镶到时间的门楣上，成为时间轴上的一个符号。

写小说需要你构建一个自身以外的虚妄世界，但写诗则反过来，需要你走进自己的身体，认识自己和自己脚下的土地，才能把她走过、看过、感受过的地方、山水、风写得具象化，能将各种情绪写得生动可感，就连门口的一棵树，一株草，也能写得仪态万方，立意高远。她的小诗《一棵椰子树》《天净沙》《指纹》就让人感到她在诗歌的国度里遨游时想象力的狂欢，以及行走人间时自我审视、心灵舒展的过往。

高晓松说：“生活不止眼前的苟且，还有诗和远方。”真正的诗与远方，是一种在兹念兹的情怀，是一种山山而川的念想，是一种长满天真和不俗的雅望。《在异乡》这首诗，是具体的乡愁，也是诗与远方的呈现。小诗《风从南山吹过来》就这样吹来古老的记忆，吹来风姿婆娑的无名，吹来柔肠千结的情思……其实，读完景淑贞的诗歌，就会知道她从日子里窃一物作为乡愁的幻想，从平淡中重拾丢失的快乐，感受阳光，长饮温水，日子平淡，好在她喜欢这些钟灵毓秀的乡愁。

诗歌是文学皇冠上的明珠，读诗是最高贵的事情。只有沐浴诗的阳光，才会进入诗人美轮美奂的情感。夜晚，泡一壶茶，打开这本《只有风吹过树梢》诗集慢慢读，然后抬头看看万家灯火的世界，去找一下沉淀在心中的东西，会获得人生的一个瞬间都是一首那么美丽的诗篇。因为有人写诗，有人以语言表达人生伟岸的梦想。②8



日前，桐柏县新华书店“阅读启智 书香润心”阅读活动举行，鼓励孩子们养成良好的阅读习惯，在书海畅游中汲取智慧养分，让阅读成为生活不可或缺的一部分。②8 通讯员 张世豪 摄

书香党媒  
董志国:13733123518  
邮箱:nyrb666@163.com

# 深化全民阅读 建设书香南阳