

初心

□ 王根森

《说文解字》释义：“初，始也。从刀从衣，裁衣之始也”；“心，人心。土藏，在身之中”。初心者，本心、本意、本愿、赤子之心也。

佛家称初心为初发意、初发心、新发意、新发心，通常指初发心愿的学习佛法者。《楞严经》中的“复有无量辟支无学，并其初心，同来佛所”，意思是无数的辟支佛和大阿罗汉，初发心愿，一同去听闻佛法。其实，“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”，这首著名诗偈，语言虽简明浅显，知之非难，但在现实中遵循佛法去实践、去修行，却是行之惟艰。关键之钥是要领会“善护念”的紧要性和初心永恒的重要性，坚守发心利他的内在精华，方能地平天成，修成正果。鸟窠禅师“三岁孩童虽道得，八十老翁行不得”的妙言要道，充分揭示了人本佛教的自悟、自修、自证、自度的和谐心性和充实生活的人生轨迹。

道家认为，初心是大爱，也是天地之爱。《太上老君说常清静经》：“人能常清静，天地悉皆归。”——人如果能够经常保持清心清静，那么连天地都要归纳在你的本性里。它竭力倡导大爱的精湛与谐和。天地无私地孕育着万物，太阳只知付出，给人以温暖与光明，不伐其功；月亮不图回报，给人以风情与浪漫，不私其利。“为天下豁，常德不离，复归于婴儿”“含德之厚，比于赤子”，它所戮力倡扬的是寻常质朴、谦卑纯正的赤子之心。道家主张的清静无为，抱元守一，道法自然，在历史的纵轴上和现实的时空中，都有着至关重要的意义和价值。它似柔和的清风，轻抚人们心中的倦怠和迷离。

儒家文化推崇“仁者爱人”“天人合一”。《孟子》的“恻隐之心，仁之端也；羞恶之心，义之端也；辞让之心，礼之端也；是非之心，智之端也”，便是将此“四心”定义为人的初心。“大人者，不失其赤子之心者也”，它真切隽永地宣扬纯真不伪、洗尽铅华的人生生态。从社会文化秩序视角出发，它调整、建构和维护了二千多年来的社会价值理念和社会伦理体系，广泛而深远地影响了人们的生活。它那顽强的韧性基因和广大的包容性基因，代代传承，生生不息，具有无量的教育、道德和政治价值。

我时常会读一读传统文化经典，也向来感到那些古代经典罄牙诘屈，艰深古奥。但是，我以“好读书，不求甚解”为圭臬，细咀慢嚼，往往能够体味出一些个皮毛与大概。每有会意，便欣然忘食。

《诗经·大雅·荡》说，“荡荡上帝，下

民之辟。疾威上帝，其命多辟。天生烝民，其命匪谌。靡不有初，鲜克有终。”其中的“靡不有初，鲜克有终”，说的是人们大都有一个良好的心愿和开端，却很少有人能够善始善终。如果一个人，要炼成“如金如锡，如圭如璧”——像金锡般那样质地坚韧，玉璧般那样品性高洁的人，惟有始终恪守初心，神凝气定，纤毫物欲不相侵，行之以诚，持之以久，才能德行圆满。

《尚书》记载，“既往背师保之训，弗克于厥初；尚赖匡救之德，图惟厥终”“俾万姓咸曰：‘大哉王言。’又曰：‘一哉王心。’克绥先王之祿，永底烝民之生”。概悉数指向“初心”，劝诫人们将其时时刻刻铭记于心。

1920年11月，中国共产党上海早期组织起草的《中国共产党宣言》提出：“共产主义者的目的是要按照共产主义者的理想，创造一个新的社会。”

1921年，“为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴”的中国共产党诞生了，中华民族从此开启了历史的新纪元，走向光明、走向进步、走向辉煌。

习近平总书记在瞻仰上海中共一大会址和浙江嘉兴南湖红船时，谆谆告诫全党：“唯有不忘初心，方可告慰历史、告慰先辈，方可赢得民心、赢得时代，方可善作善成、一往无前。”

每个人的心底都有一种期待和憧憬——那便是获得人格的超越和境界的升华。

“工欲善其事，必先利其器”。我所在的县文联党支部组织全体党员瞻仰革命遗址，接受革命传统的教育和熏陶。去寻找初心，涤荡灵魂中的浮躁、苍白和迷惘，以实现必然王国向自由王国的飞跃。

2019年10月14日，中午时分，我们顺利到达了目的地——革命老区遂昌县云峰街道门阵村。

这里，山水相依，峰峦耸翠。灰暗的天空，时不时洒落丝丝点点雾珠似的小雨。天儿有些凉飕飕，我的心中却因了缅怀革命岁月而涌动起一股股的暖意。

粟裕将军与门阵和谈历史陈列室。它展陈了“粟裕将军与刘英烈士的照片与简介”和“牛头山武装暴动”“遂宣汤边区工作的开辟”“挺进师转战边区建立中共组织”“掀起浙西南革命高潮”“浴血保卫老根据地”“遂宣汤游击根据地的建立和反‘清剿’斗争”，诸多的革命历史文字、图片，引人入胜；当年国共谈判的桌子、凳子，红军的衣帽、长矛、蓑衣、笠帽、草鞋……目睹那一陈列的实

物，我心潮澎湃，激动不已。

“门阵和谈”旧址。八十二年前的今天，1937年10月14日，粟裕派遣谢文青、刘清扬在门阵与国民党地方当局代表朱镇山举行国共合作抗日和平谈判，达成协议，史称“门阵和谈”。和平谈判的成功，实现了团结抗日，胜利地结束了红军挺进师在浙西南的三年游击战争。

它的旧址是坐落于白沙溪左岸的56号张氏民宅，为民国初期普通民居建筑，三间二厢，中堂宽敞的泥墙楼屋。也许是因为国共和谈这一特殊的情愫，当我凝神注目时，总是觉得，有那么一缕既平常又神秘，既平和又激烈的相互融杂的玄妙气息，径自扑面而来。

苏群桥。它横跨白沙溪，贯通左右岸。桥墩方形石砌，桥面水泥钢筋平板铺筑，桥的两侧置放供人憩息的条形石墩，桥上构筑木结构亭子，桥亭顶部雕刻着寓意吉祥的“双龙戏珠”。桥柱楹联“龙盘虎踞战士挥戈除暴逆；樽俎折冲国共合作抗倭奴”，表现了红军指战员英勇作战、克敌制胜的革命英雄主义气概，反映了共产党人顾全大局、摒弃前嫌，以国家、民族根本利益为重的爱国主义精神。

游击战争期间，粟裕在门阵曾化名为“苏群”。因着追思粟裕将军和红军先烈，2009年，门阵村的乡亲们命名这座沉稳而古朴的桥为“苏群桥”。

和谈纪念亭。过了苏群桥，不到三百米的村尾路边，竖立着一块花岗岩石碑，上头写着“丽水市十大抗战遗址”九个金黄色大字。混凝土浇筑的台阶、景墙和纪念亭，掩映在一片百余年的有许多苍老大树已长满了薄薄的淡绿青苔的古树林中。

我沿着台阶，拾级而上。处在遗址最高点的是一个纪念亭。亭子正中的纪念碑，正面刻着叶飞将军题写的“遂昌门阵国共合作抗日和谈纪念碑”字样。

在亭前，我站立，静默，仰首，凝视。正在游览的一位老乡，自告奋勇地充当起解说员，“那边还有个白沙庙，是红军挺进师军民联欢会旧址。”他用手指了指纪念碑，向着我深情地说，“这是意义非凡的‘门阵和谈’纪念碑。”他讲话的声音，有一种温度。我感受到了温暖，感受到了他的淳朴和助人为乐的良好品质。在与他交谈的过程中，我得知，他姓王，今年七十二岁。1969年参军，1973年退伍回乡。

我被感动了。我细心打量了站在我身旁的王大叔。他身着迷彩服，脚穿解放鞋；个子不高，头发花白；眼睛略显凹陷；瘦削

的脸上有些许淡淡的褐斑；额头上布满了深浅不一的皱纹。但神情与姿态都显露出忻愉、和善及笃定。

“背面有碑文，刻着八十多年前国共合作抗日和谈的因由和过程，有四百多个字。”我边听边与王大叔一起绕到碑的后面，敬恭备至地品读着碑上的字词句。

1935年5月13日，以粟裕为师长、刘英为政委，全师500余人的中国工农红军挺进师，抵达遂昌县境。8月26日，成立王村口苏维埃政府。9月，挺进师发展到近千人，建立起以王村口为中心的游击根据地；1937年9月，粟裕向国民党遂昌县当局发出《国共合作抗日建议书》。10月，双方代表在门阵谈判成功。10月20日，粟裕率部赴平阳与省委刘英会合。部队进入平阳后，改称“闽浙边抗日游击总队”；1938年3月，正式编入新四军第二支队第四团第三营。3月28日，粟裕率部开赴皖南抗日。

王大叔情绪饱满，兴致勃勃，继续说道，“这里还有一副对联。”接着，他一字一顿地轻声地读了起来，“国共和谈好事传千古，军民抗日丰功盖九州。”

在亭边台地上，王大叔热络地指着一棵棵苍劲而朴拙的古树，如数家珍般地告诉我，“那是百果树，那是苦楮树，那是红豆杉，那是枫树……”

望着这些见证浙西南革命历史的参天大树，满腔的思绪像这村中的白沙溪水静静地流淌。随着阵阵山风的吹过和蒙蒙细雨的飘零，我的眼前仿佛弥漫起了滚滚的狼烟；耳畔似乎响起了革命老区人民常常吟诵的粟裕大将的夫人楚青，在王村口月光山祭奠将军英灵时留下的诗句：

当年鏖战此山中，热血染得乌溪红。鱼水相依深情在，浩气长存月光峰。

时间从来是我行我素、无休无止的，你走，它也走；你停，它还走。然而，短促中所留下的每每是一缕永远无法抹去，也不愿抹去的情怀与记忆。

在即将离开的时候，我回转身再一次仰视抗战遗址，淡淡白白的雾气悄无声息地浮动游移，缓缓地向亭子笼罩过去。纪念碑若隐若现，显得格外庄严、肃穆与神圣。

“再见了，大叔。”我握着王大叔那饱经了岁月沧桑的双手，礼貌而真诚地问道：“家里生活过得怎么样？还好吗？”

“好啊！不愁吃，不愁穿。要啥有啥，样样都很好。”王大叔精神矍铄，淡定而满足、乐悦而爽朗地回答。

老人初秋养生小常识

(接上期)7. 运动不能少,要堅持秋練

秋季,自然界的阳气由疏泄趋向收敛、闭藏,起居作息要相应调整。常言道“动则不衰,用则不退。”老年人应经常从事一些力所能及的劳动或运动,如扫地、浇花、登楼、做操、打太极拳户外散步、慢跑、跳交谊舞、短程旅游等,达到通血脉、利关节、丰肌肉、延缓各脏器组织的衰老的目的。

8. 晨練早上10点最佳

一些老年人认为晨练就是应该越早越好。但专家告诫广大市民,这是不科学的。秋冬时节,冷暖不定的温差,使高血压、动脉硬化、脑血管、脑梗死、冠心病的患者遇到冷空气刺激时容易引发血管骤然收缩,由于原有血管的内壁较厚、管腔狭窄,加上有大量的脂类沉积使血液流通受阻,局部组织缺氧,从而引起心脑血管疾病。为预防此类疾病的发生,专家建议,中老年人除将晨练推迟到上午10时左右,还应注意防寒保暖,衣裤柔软宽松以利血液循环。

9. 注意保持室内的湿度

秋季气候干燥、风力大,汗液蒸发快,容易使人出现口干、咽燥、

便秘、皮肤干裂、毛发脱落等症状。因此,老年人日常生活中要注意保持室内的湿度,可以用湿毛巾擦室内的家具,用湿拖布擦地板,室内还可养鱼、养花,或者使用加湿器等。

10. 秋冻因人而异

通常,老年人身体机能减退,秋天的起居应特别注意,秋冻要因人而异。秋天是呼吸系统疾病的高发季节,身体虚的老年人要适当添加衣服,不要过于追求秋冻。因为老年人着凉会激发原有的哮喘、气管炎等发病。天凉,血管容易处于收缩状态,导致血压升高。患有高血压病的老年人有可能因此血压上升,诱发中风。体内热盛有火的老年人也不能太冻,受凉后反而容易引起内热外寒型的感冒。有心血管病的老年人也要注意,防止受凉后诱发心绞痛。

11. 多食梨粥可补肺润燥

秋天各种梨大量上市,老人常煮点梨粥喝,可谓秋季的上佳补品。中医认为,梨有润肺化痰、生津润燥的功效,适合秋季养肺。由于初秋的天气,还没完全走出高温,脾胃会受到不同程度的影响,易出现胃口欠佳、消化不良的症

状,因此,补肺最好兼顾脾胃,可将梨与大米煮成粥。梨虽然是补肺佳果,但进食过多伤脾胃,老人脾胃功能下降,更要注意适量。

12. 愉悦身心,陶冶情操

秋风萧瑟,自然界凄凉的景色容易导致老年人悲观伤感的消极情绪。因此,老年人应特别注意精神保健,可适当选择琴棋书画、养花种草、玩物赏鸟等文化娱乐活动,以愉悦身心、陶冶情操、安度晚年。如果心情忧愁郁闷,会使抗病能力下降,引起哮喘等病复发或加重。为此,保持愉快心情是秋季养生的基础。老同志要学会调节心情,积极参加一些有益且自己力所能及的社会活动,保持乐观向上的心态。

13. 避免盲目进补

老年人一定要根据自己身体的具体情况进补、食疗。并不是多有的中药补品都适合自己,要慎重选择以免服用不当对身体造成损伤,甚至引发疾病。



晨 钓

章建辉 摄

