

你我多一份自觉
兴化多一份清洁

兴化市新闻信息中心 宣

请将垃圾扔进
垃圾桶

请保持楼道
整洁

请勿随地
吐痰

走进观音山

展痕处处

□杨玉贵

观音山,位于东莞市樟木头镇境内,历史悠久,地势险要,原始次生林苍翠连绵,宗教文化源远流长。它不仅有着浑然天成的美景,还有许多动人的历史传说和人文情怀,素有“南天圣地、百粤秘境”的美誉。

走进观音山,就像走进了佛教徒肃默的殿堂。盘山路上一块块绿字碑文,游吟之中我的灵魂得到了一次彻底的清洗。最高峰上的观音圣像,左手持净瓶,右手执无畏金刚印,那特定的布教手势,仿佛是悄然无声的磁场,在这片与世无争的佛国净土上,让所有来自尘世和喧嚣的世人,有了寄托物化的理想和虔诚。

走进观音山,就像走进了和谐永恒之境。一簇簇清高脱俗的竹林,一棵棵鏖刻沧桑的古木,还有那迷蒙的雨雾,悬叠的岩石,超凡的湖泊,一切都显得安详静谧。相传大慈大悲观世音菩萨初入中土时曾在此停留,给这座山增添了仙气,于是这山上有了祥云、有了寺院、有了菩提、有了梵音、有了悲悯,也就有了我们今日游览的情怀。山顶上的观音古寺,据考证,始建于盛唐。古寺因有观音菩萨幻化三十六法身之说,千百年来,青灯长明,香火鼎盛。

走进观音山,我的敬仰之情油然而生。一座具有人文高度和宗教意蕴的精神之山。山峰的青翠和佛教的氤氲、自然的灵秀和人文的点缀、地域的高度和精神的象征在此融为一体,彰显出一种禅境的文化气息。循着一条掩蔽在茂密林间,披着墨绿青苔的幽深小径,缓步其中,芳草鲜美,饱含负离子的芳香空气扑鼻而来,沁人心脾。满目的绿色林海,苍苍莽莽,黝然生机,俨然一派生生不息的气象。蝉悦莺啼,叶翠花繁,蜂舞蝶恋,无论穿行于林间,还是拾级于陡险崖,总有美妙之音飘绕入耳,总有盎然之态鲜艳夺目。

我惊异这里的人文和景色。这里的山川、佛像,似乎和这里的人一样,让我有了人、地、佛融为一体的感觉。他们在追求快乐和幸福的同时,也在追求人与环境的和谐统一,追求人与神的精神共同释放。行走在这片人文精神关照的净土,这片佛光普照的天地,我以我天性笨拙的思维在静默中默想,细细地品读着观音山的一切。

对于观音山,我实在难以用笔墨描写出她的美妙,有道是“山不在高,有仙则名”。那999块极具灵气的优质花岗岩,拼装出33米高、重达3000多吨的花岗岩观世音圣像,端坐于居高临下、一览众生的山顶。她面相丰腴、慈祥、和蔼,神态安闲、和平、宁静,以蓝天为幕,森林为景,山峰为座。观赏中,让人感到一种真实生命的某种韵律;朝拜时,我除了敬畏,更多的则是无比的亲近。

清高脱俗是佛境界,四大皆空是佛境界,普渡众生是佛境界,包容天下也是佛境界。站在观音圣像前,我仿佛看见了那朵吉祥的莲花瓣在静静地飞翔。观音菩萨以无量的智慧和神通,洒向万物以灵性根。宝刹钟声在原始森林里回荡,低沉而浑厚。钟声错落有致地氤氲了秋天的万木,与落叶飘零的声音交融在一起。我庆幸得到了一片金黄色的叶片,这是在佛的境界里沐浴过的净品,包容着山的灵性、山的品格、山的气质和佛的喜悦哀乐。

在古树博物馆,我沿着一条“树说的历史”向历史的深处“穿越”。看到了明清时代的青檀树、格木树,也看到了唐宋元时期的隆兰树,还有秦汉寒冷时代的青栎树,最后走向热湿时期生长在四五千年前的那些青皮树。在“穿越”过历史之后,我又回到了现实。观音山,太多厚重的历史和人文积淀,总是将历史与现实完美地结合在一起。

观音山,是吸日月精华、天地灵气、雨露琼浆的灵山。人类诞生于大自然,无论怎样进化和发展,人类的一切快感和幸福,都离不开大自然。自然的山水草木,与人共呼吸、同生存。这里的人敬畏观音山,把它当做佛来供奉,不敢对它有丝毫的损害,这也许就是人们要寻找的人与自然最恰当的相处方式。人可改造自然,但不可不尊重自然。普天之下,自然之处,天地共生,万物为一,天人合一,物我一体,灵性相通。荀子说过:“玉在山而草木润,渊生珠而崖不枯。”观音山,或许就是南国一块纤尘未染的碧玉。

观音山,远离了尘世的喧嚣,摒弃了城市的奢华,向人们倾注了一份宁静和超然。观音山无疑成为人们心灵疗伤的金钥匙,是应对全球气候变化的一处洞天福地。人与环境的和谐统一,才是人类的、自然的福音。

今天的观音山,不仅能供人观赏,更能令人思索。



观音山鸟瞰



杨桂宏 摄

科学养生

音乐是一味药

□孙丽

世上有一种奇妙的东西,那就是音乐,音乐如水,表达着人们丰富的情感世界,激起人心间的波澜,如涟漪般。

常常,一个人静静地与音乐相伴,听那淅淅沥沥的细雨、婉转的鸟鸣,风过树木的沙声、叮咚的溪流声,人与自然在一起,心底是宁静的。故古人有“以自然之声养自然之道”的说法。

静心听音乐不仅是一种娱乐,也是一种有效的保健养生方法,可放松心情,调整睡眠,缓解疼痛等。马克思说:“一种美好的心情,比十副良药更能解除心理上的疲惫和痛楚。”

“紧张是百病之源,松弛可以常葆青春”,这是养生保健的定律。人好似一把竖琴,它上面有许多长短、精细不同的琴弦,有生理上的,也有心理上的,这些琴弦在音乐的作用下会产生共振现象,直接或间接于人的身心享受。

如古典乐曲中,清逸柔美的古琴,轻柔典雅的筝,华丽婉转的琵琶,清脆明亮的笛子,甜美幽雅的箫,悠

扬的深厚的钟声……让人心态安恬,意境深邃高远。金庸小说《笑傲江湖》里有一段描写音乐治疗的:主人公受伤以后,一曲音乐调节他的心脏,理顺了他的内心。现实生活中,音乐确实可以治病,音乐可以治疗神经忧郁症及各种痛症,消化系统疾病。

宋元时期欧阳修在《送杨置序》中谈到:“予尝有幽忧之疾,退而闲居,不能治也。既而学琴于友人孙道滋,受音声数引,久而乐之,不知其疾之在体也。”此文确认了习琴可以治疗抑郁情绪,使消极心态化为积极心态,从而恢复身心健康的作用。中医的经典著作《黄帝内经》两千多年前就提出了“五音疗疾”的理论,《左传》中更说,音乐像药物一样有味道,可以使人百病不生,健康长寿。

据记载,二战时,一野战医院躺满了伤员,由于缺少医药,加上天气炎热,士兵感染死亡率很高,伤员们情绪低落。为改善情绪,有个医生拿留声机,放一些大家喜爱的音乐,伤员们听到音乐,情绪渐渐平静下来。

意想不到的,后来这位医生发现,伤员感染率、死亡率大大下降了,而且外科手术愈合期明显缩短。近一步实践探索,发现音乐能使人肌肉放松,从而内分泌发生了变化,脑垂体会分泌出一种物质“内啡肽”,类似于吗啡,能增强人的免疫力。

“闻君古渌水,使我心和平。欲识慢流意,为听疏泛声。西窗竹阴下,竟日有余清。”一曲《古渌水》使大诗人白居易心静如水,明媚如春。白居易在《五弦琴》写到“十指无定音,颠倒宫商羽。坐客闻此声,形神若无主”。“坐客”听了音乐,心理和行为都起了变化,音乐是如此神秘,以致古人认为是神的智慧在人间的展现。

音乐是那样美好,因为它能让我们的心境变得如此美好。当我们倾听音乐时,音乐也在解读我们。古人非常注重音乐对人的影响,“七情不能自节,待乐而节之,至性不能自和,待乐而和之”。在生活中与音乐相伴的人,是幸福的,因为情感流动于琴弦间,忘记了自我。

生活感悟

乳名

□谢祺相

前几天在街上,突然听到身后有人叫我的乳名,当时不由得心里一震,愣了一下,心想大概只是有人和我同名而已。当我继续前行的时候,又听到两声呼唤,并且有人朝我走来,还一下子拉住我的衣襟。我再一看,原来是老家的三叔公,已经70多岁了,小时候我经常在他家玩,一晃有十几年没见了,没想到他还能认出我来。我也赶紧拉住老人的手,心里有种说不出的亲近。

在我们这里,每个人小时候都有乳名,这是刚出生父母给我们的见面礼,也是我们人生的第一个记号。可能在父母看来,取乳名不要花太多心思,看到什么或想到什么,便会从嘴里自然而然地迸出最朴素的称呼,这个称呼就会成为孩子的乳名。以前讲究乳名贱取才能好养活,所以我们爷辈、父辈有许多譬如狗剩、小嘎、二蛋之类的称呼,但到了我们这一辈,乳名完全是父母按着自己的意思,怎

样顺口便会怎样取。孩童时代,乳名就成为我天经地义的称号,不管大人孩子,不管辈份高低,一律都以乳名唤之,我也完全习惯了这个称呼,并不会觉得有什么不妥,也不会去计较是褒义还是贬义,是尊崇还是轻视,只觉得那就是最亲切的一声呼唤。到了上学年龄,父亲又给我取了个学名,慢慢地有人用学名称呼我,这反而让我觉得非常不舒服,刚开始总想不起来是在叫我,即使在课堂上遇到老师提问,也要过几秒钟才想起来这是我的名字。

后来渐渐长大,只有长辈和家里人才偶然用乳名称呼我,中学毕业后,我走出小村,走上社会,即使是父母也不再叫我乳名,都是称呼学名,我也已习惯了那个有点拗口的名字。这才是我在社会上的正式符号,而那些乳名,已经离我越来越远,记得很多时候自己也想不起来。当然,儿时一起长大的玩伴,还是喜欢互相称呼

乳名,仿佛只有这样才亲切,也只有这样,才能记住那美好的孩童时代。有时遇到年龄大一些的同辈哥哥,也会开玩笑地喊我乳名,这让我很舒服,往往答应一声便会快速逃去,仿佛乳名见不得人。想想也有意思,刚开始别人叫我学名,我心里排斥过,觉得还是伴我多年的乳名更亲切,当我与乳名生分、与学名熟悉以后,又觉得只有称呼学名才是一种尊重。

如今,我的乳名已很久没人叫了,就连创造这个名字的父母也不叫了,心里不禁又有一点失落。其实,我倒是希望他们还像小时候那样随意呼喊我,只有那样,在他们面前,我才永远是个长不大的孩子。所以,我喜欢回老家,只有在村里,那些年迈的叔公、阿婆还会叫我的乳名,让我知道我还是那个整天在村里调皮玩耍的孩子,并没有真正离开过。