

陆游诗词里的“农民”

胡为民

南宋爱国主义大诗人陆游一生“志在恢复”，其诗词的语言平易晓畅、章法整饬谨严，兼具李白的雄奇奔放与杜甫的沉郁悲凉，尤以饱含爱国热情对后世影响深远。他诗词里的“农民”充满人间烟火味儿。

“莫笑农家腊酒浑，丰年留客足鸡豚。”陆游不仅喜欢“走村串户”领略乡村风光，感受农人的热情好客，并且在诗词里真切的体味“农民”的痛苦。

有山皆种麦，有水皆种稻。牛领疮见骨，叱咤犹夜耕。竭力事本业，所愿乐太平。门前谁剥啄，县吏征租声。一身入县庭，日夜穷笞榜。人孰不惮死，自计无由生。还家欲具说，恐伤父母情。老人犹得食，妻子鸿毛轻！

《农家叹》里陆游以“农民”的口吻，真切地叙述了南宋农民贫寒凄苦的生活。

我是一个种田的老农民，所有的山坡田埂都种上了小麦，所有的水田都种上了水稻。一年到头，每天都忙忙碌碌的耕种，家里那条牛磨烂了颈脖，露出一粒粮食也没有，我还要不停地吆喝它连夜把土地耕翻。唉，我这样的用尽心力在田地上耕作啊，只想要过上一天太平日子，那样的话生活乐陶陶。

那天，我犁田刚刚回家，人已经精疲力竭。关上门，坐着想安安静静地休息一会儿。咚、咚、咚……有人在急急的敲门。唉，这肯定又是县吏一声声逼着把租税交。我气愤的打开门，告诉他们自己从地里劳动刚回家，人累得不行了，家里一粒粮食也没有，我从哪儿拿来哟。衙役说我态度不好，恶狠狠的又把我抓进了县衙衙门。唉，那日日夜夜无休止的拷打哪里受得了。普天下的种田人，有谁不怕被打死？今年收成不好，又是一个歉收年，我想也许生命难保了。

我这样一个老实巴交的农民，并不想逃租税，交不起繁重的租税，确实是年景不好，收成差，家里没有半粒粮食了呀。每一次遭受暴打，我拖着遍体鳞伤回家，只能忍气吞声。我本想说向家人说说自己在衙门里受的罪，又害怕刺伤老父母的心肠。唉！要是老人们能得到温饱，妻子

儿女的生命只好视作鸿毛，再也顾不了。

陆游的这首诗让我想起了唐代大诗人白居易的《观刈麦》，农民在炎热的地里割麦“力尽不知热，但惜夏日长。”农民这么辛苦的抢收，应该是丰衣足食吧，可“贫妇人抱子在其旁，右手秉遗穗，左臂悬敝筐……，家因输税尽，拾此充饥肠。”唉，唐朝农民生活艰辛、贫困，没想到宋代的农民亦如此。古代农民的收成看“天老爷的脸色”，欠收是常事，好不容易有个丰收的年景，可是赋税又重，日子依然过得紧巴巴的。陆游对农民疾苦比白居易了解得更深刻：“鱼腹车水人竭作，麦垄翻泥牛尽力。唯春玉粒恰输租，篮挈黄鸡还作贷。归来糠粃常不贖，终岁辛勤亦何得！”（《记老农民语》）这首诗真实记录农民贫寒的生活。

“身为野老已无责，路有流民终动心”。陆游有着浓厚的乡土情结，他看到失去土地的农民无家可归，食不裹腹，衣不蔽体，饥寒交迫四处流浪，自己远离官场回归乡野已经没有了“责任”了，可是“流民”的苦难生活让其十分揪心，他对农民充满同情，这种深厚的“农民”情结，还在众多作品体现出来：“惟有躬耕差可为，卖剑买牛悔不早。年丰米贱身独饥，今朝得米无薪炊。地上去天八万里，空自呼天天岂知！”（《贫甚作短歌排闷》）诗句朴拙圆融，平和隽永，闲适淡雅，自足自洽，蕴藉着诗人远离红尘、亲近百姓的朴素心机；“我年近七十，与世长相忘。筋力幸可勉，扶衰业耕桑。身杂老农间，何能避风霜？夜半起饭牛，北斗垂大荒”（《晚秋农家》）诗句机趣天然，幽淡雅静，低吟浅唱，怡然自得，表达了陆游与民众休戚与共、庆吊相通的真挚情谊与亲和关系，亲自劳动的艰辛。

陆游不但写农民的疾苦，还写农民丰收的喜悦、节日的庆祝、婚嫁的欢乐：“邻里西成例少苏，贫家生业得徐图。虽非五鼎岂无食，未办复褫犹着蓑。牢瓮渐肥堪奉祭，耕牛已买不求租。”（《刈获后书事》）农民丰收后“生业”的欢心和来年充满希望；“南村北村春雨晴，东家西家地唯声。

稻陇正满绿针密，麦陇无际黄云平。前年谷与金同价，家家涕泣伐桑柘。岂知还复有今年，酒肉如山赛春社。更不到门人昼眠，老稚安乐如登仙。县前归来传好语，黄纸续放身丁钱。”（《丰年行》）农民丰收的节庆欢快；“村东买牛犊，舍北作牛屋。饭牛三更起，夜寐不敢熟。茫茫陇水白，纤纤稻秧绿。二月鸣转黍，三月号布谷。为农但力作，瘠鹵变衍沃。腰镰卷黄云，踏碓春白玉。八月租税毕，社瓮酸如粥。老稚相扶携，闾里迭追逐。”（《农家歌》）农民劳作的艰辛和淡淡的喜悦。他的《赛神曲》把丰收后的“赛神”活动写得饶有情趣：“击鼓坎坎，吹笙呜呜。绿袍槐筒立女巫，红衫绣裙舞小姑。乌臼烛明蜡不如，鲤鱼糝美出神厨。女巫前致词，小姑抱酒壶：‘愿神来享常欢娱，使我嘉谷收连车，牛羊暮归塞门闾，鸡鹜一母生百雏。岁岁赐粟，年年蠲租。蒲鞭不施，圜土空虚。东草作官但形模，刻木为吏无文书。淳风复还羲皇初，绳亦不结况其余。’神归人散醉相扶，夜深歌舞官道隅。”农民憧憬着“嘉谷收连车”，六畜兴旺，“岁岁赐粟，年年蠲租”，没有官府的生活，自然是十足的幻想，但这并不妨碍他们在艰苦的生活中寻求快乐。

老年的陆游闲居家乡江阴（今绍兴），日子过得清苦平淡。“采米归迟未炊，家人窃闷乃翁饥。不如弄笔东窗下，正和渊明乞食诗。”（《贫甚戏作绝句》其八）这首诗写出陆游学陶翁“种豆南山下。”清贫的生活让陆游深切的体会农民的疾苦，有机会“零距离”的亲近农民。陆游不仅亲自参加农业劳动，还对农民疾苦怀有深刻同情。他把“志在恢复”的愁苦、报国无门的伤痛深深的埋在心底，用自己的笔“言”农民疾苦，“抒”农民的欢乐，“唱”农民的心声。

文学社



立秋，是二十四节气中的第13个节气，更是秋天的第一个节气，它预示着酷暑即将结束，凉爽的秋季近在眼前。

到了立秋，梧桐树开始落叶，因此有“落叶知秋”的成语。“秋”字由禾与火字组成，是禾谷成熟的意思。立秋一过，白天虽然依然炎热，但是天气却已经逐渐转凉，早晚温差开始变大。自然万物也进入阳气渐收、阴气渐长的阶段，所以立秋是大自然由阳盛渐变为阴盛的转折点。

立秋有三候：一候凉风至，二候白露生，三候寒蝉鸣。先秦古籍《逸周书·时训》中说到：“立秋之日，凉风至；又五日，白露降；又五日，寒蝉鸣。”立秋后，我国许多地区开始刮偏北风，偏南风逐渐减少。刮风时人们会感觉到凉爽，此时的风已不同于盛夏酷暑天中的热风。由于白天日照仍很强烈，夜晚的凉风刮来形成一定的昼夜温差，空气中的水蒸气在清晨室外植物上凝结成一颗颗晶莹的露珠，大地上早晨会有雾气产生。蝉在入秋之后就称为寒蝉。开始鸣叫的更厉害了，这个时候丰衣足食，也到了它的生命快要结束的一个时间了。整个三候它反映了立秋节气的一种特点，给了我们这么一个景象，我们可以想象这么一种景象，有凉风，有白露，白天的时候或者临近傍晚的时候寒蝉鸣叫，一股秋天的气息开始展现。

在我国立秋主要有秋社、晒秋、贴秋膘、啃秋等习俗。

秋社原是秋季祭祀土地神的日子，始于汉代，后世将秋社定在立秋后第五个戊日。此时收获已毕，官府与民间皆于此日祭神答谢。“此身愿作君家燕，秋社归来也不归。”在一些地方，至今仍流传有“做社”“敬社神”“煮社粥”的说法。

在湖南、江西、安徽等生活在山区的村民，由于地势复杂，村庄平地极少，每到立秋时，利用房前屋后及自家窗台、屋顶架晒或挂晒农作物，这种特殊的生活方式和场景，逐步成了画家、摄影家追逐创造的素材，并塑造出诗意般的“晒秋”称呼。

清代在立秋这天有“悬秤称人”的习俗，用这天的体重和立夏日所秤之数相比，以验夏中之肥瘦。夏中人苦，没什么胃口，饭食清淡简单，两三个月下来，体重大都要减少一点。秋风一起，凉爽许多，胃口也大开，就想吃点好的补偿夏天的损失。

“啃秋”在有些地方也称为“咬秋”。天津讲究在立秋这天吃西瓜或香瓜，寓意炎炎夏日酷热难熬，时逢立秋，将其咬住。江苏等地也在立秋这天吃西瓜以“咬秋”，据说可以不生秋痱子。在浙江等地，立秋日取西瓜和烧酒同食，民间认为可以防疟疾。

医学专家认为，秋季燥气上升，易伤津液，在饮食上应以滋阴润肺为宜，可适当食用芝麻、糯米、粳米、蜂蜜、枇杷、菠萝、乳品等柔润食物，以益胃生津。



《草原晨韵》李昊天 摄

书法与延年

胡文洲



琴棋书画，游山玩水，种种文人雅趣，大多是以修身养性、消闲怡情为目的。书法的修身养性，主要着眼于性情的陶冶，但也有保养身体、延年益寿的含义。

严复曾说：“临帖作书，可代体操。”书法看似容易，其实需要手、眼、心、气相配合，腕、臂、肩乃至全身协调，运笔过程中的疾徐、轻重、顿挫、提按、连断、转折、行留，都极富节奏感，何况还要讲究力度，还有审美的快乐情绪加入，因此提笔作书，是一种愉悦身心的“运动”。

书法与气功颇有相通之处，都具有既简单又玄妙的特点。书法和气功，需要凝神运气，进入虚静的状态。不论先前情绪如何，运笔时须心不旁骛，凝神于笔端，若不能将自己从迫于事、拘于时、屈于势的境地中解脱出来，没有一点超脱俗界的心情，恐怕是没有耐心练好书法，更别提登堂入室了。

一个人处于激怒或内心焦躁不安时，心手相抵，是无法写好字的。当然，若将注意力转移到书法本身，一拿起笔便忘却一切，就有可能将情感升华为艺术的动力，从笔端将心头之种种情感宣泄出来。颜真卿写《祭侄文》，心情十分悲愤，但他很成功地实现了情感的转移，把满腔悲愤化作了一手好书，声情并茂，血泪交迸。这与他酷爱书法，养成一提笔就凝神于笔端的习惯有关。

一般说来，文人于书法，都是闲散时对生活艺术化的追求。书法艺术，就是闲时的自我欣赏，朋友互相欣赏，跨越时空欣赏前贤的审美活动，通过这种活动，给生活添上艺术的趣味，使闲暇生活变得充实美好。况且在挥毫运笔的过程本身，既宣泄了情感，又得到审美快感，身心双修。

宗白华先生用一种相当优美的文笔描述了心态、心境与书法的关系：“晋人风神潇洒，不滞于物，这优美的自由心灵找到一种最适宜于表现他们自己的艺术，这就是书法中的行草。行草纯粹一片神机，无法而有法，全在下笔时点画自如，一点一拂皆有趣趣，从头至尾，一气呵成，如天马行空，游行自在。”确实，在行云流水般的行草中，能让人感受到晋人冲虚恬淡、洒脱自如的风韵。篆、隶、行、草、楷各种书体，王、颜、柳、欧、赵不同风格，都蕴含着不同的人生体验和人生追求。古人认为书品与人品关系密切，人正书才正，人刚健，书便不会柔媚；人脱俗，书才清逸。因此，追求什么样的书风，便会有意识地把这种书风所观照的人伦道德品质作为自己人格修养的目标，养身的同时也在进行修身。

书法的最高境界是清逸，这是庄子的境界，是一种精神自由、无所羁绊的人与自然相融，与道相合的境界。行书排名第一的是王羲之清淡疏散的《兰亭序》，要达到这种怡然淡泊、物我合一的境界，就要求能将功名得失种种世俗杂念看淡，作书时更要忘却这些杂念，所以，真正的书法家无不将淡于世事作为修养目标，哪怕许多人实际并不能完全做到。

书法艺术作用于身心，可以使人体内阴阳二气平衡，气脉通畅，同时使人心胸开阔，性情平和。古往今来，大多数书法大家都很长寿，性情亦以率真、平和、散淡的居多，可见书法修身养性之功效。

梦里花落知多少的雨季，好想让时光慢下来，背起行囊去远方，去亲近自然，去感受自然的美好和愉悦！

初到长白山，车子在茫茫林海中穿行，路边的花开得那么灿烂夺目、美不胜收。一路花开，一路芳香！

长白山是关东第一山，是朝鲜族的圣山，是满族的发祥地。长白山物产富饶，野生动植物资源非常丰富，不仅生长着很多珍稀的、濒临灭绝的动植物，还是很神奇、很美丽的植物王国。

车子在蜿蜒的盘山公路上行驶，雨中的长白山更加妩媚动人，多了几分韵味。得天独厚的自然景观呈垂直分布，从温带带到寒带生长着不同类型的植物，从山脚下的阔叶林带到混合林带，岳桦林带，不同的树木，展示着不同的风景。高山苔原带长满了从没见过的苔藓类植物，这里的植物十分神奇。山坡上静静地开放着不知名的野花，此时已过了花期，七月中旬来就会见到妖娆多姿的高山花园。据说，山花开放的时候，漫山遍野百花争艳，绚烂无比！高山上天气变化多端的，在极其恶劣的环境中，山花

顽强地生长，与寒冷抗争，与风雨搏击！每年的七、八两月无霜期，经过几场雨的滋润，悄悄地发芽，快速地成长，静静地怒放，默默地吐露芳香！展现着生命的顽强和完美，雨中的山花摇曳着大美长白山那份独有的风情！

车子慢慢地行进在雨中，细雨中的长白山多了几许神秘。来到天池，天公不作美，天池上空飘着毛毛细雨，风大，雾大，气温低，能见度更低。站在海拔2691米的长白山主峰看天池，只见云雾弥漫，天池如同害羞的少女蒙着面纱不肯示人，来自天南地北的游客为了一睹天池的芳容在冷风中期盼着……

那天，我站在冷风中等了好久也没能看到天池，不免有些失落和遗憾。下山时导游不停地安慰游客，晴也喜悦，阴也喜悦。能站在长白山上，高山之巅，亲手摸一摸长白山的白云就很幸福了！

长白山天池的确很神秘，没有入口，只有出口，不分昼夜地流淌着。山下的小天池只有进口，没有出口，水永远也流不满。长白山天池还有一个非常美好的寓意：长相守，到白头。从天池下来，天渐渐晴朗起来，阳光透过

稀疏的枝叶照在身上顿感温暖。徜徉在青山绿水间，身心倍感轻松。“疑似龙池喷瑞雪，如同天际挂飞流。”飞流直下的长白山瀑布，是世界上落差最大的火山湖瀑布，长年累月源源不断地流淌着，流淌出美丽的松花江、鸭绿江和图们江，养育着长白山下勤劳智慧的儿女。长白山瀑布比名传千古的庐山瀑布更壮美、更博大雄浑！

“仁者乐山，智者乐水。”大美长白山，太多的风景令人流连忘返。细雨中，小天池的静谧，仿佛人间仙境，演绎着《雪山飞狐》的过往。绿渊潭的静美，奔流的清涧流淌着心动的绿。地下森林的原生态，让人顿生一步跨越千年的感觉。长白山韵，飘洒着大美长白山独有的风采！

远山笼罩在苍茫暮色中，车子在林海中穿行，多了几分神秘、几分遐想。带着美好的祝福上路了，携一片绿色，几缕灵气，总会有几朵悠悠的白云在梦中飘过，平常的日子便有了幸福的感觉！

雨韵长白，飘洒着醉美的遇见，邀清风作伴，请阳光带路，与长白山在最美的季节再次相逢！

雨韵长白如梦境

吉淑芳

