

人生最好是“小满”

□王志光

二十四节气中,小暑与大暑,小雪与大雪、小寒与大寒,“小”与“大”成对出现,唯独小满后接芒种而非大满。这是古人通过长期观察和总结,解读大自然蕴含的文化密码,映照人生的智慧结晶。

小满,象征“恰到好处”的状态:麦穗未熟仍有灌浆余地。明代诗人李昌祺描绘的“满林烟雨熟枇杷”,正是这种含蓄丰盛之美。小满节气提醒人们:追求“大满”易陷入执念,接纳“小满”反而能保持平衡。

就拿中国传统饮食文化来说,早就有“小满即满”的理念。《本草纲目》中提出“饮食自倍,肠胃乃伤”。告诫人们,“饮食有节”。俗话说,要想一生保平安,常有三分饥和寒。梁代医学家陶弘景在《养性延命录》中指出,“所食愈少,心愈开,年愈益;所食愈多,心愈塞,年愈损焉”。长期过量饮食,导致营养过度,如果平时运动不足,就会造成大量脂肪和垃圾在体内堆积,这也是导致肥胖的原因,而肥胖与高血压、糖尿病等慢性疾病有着密切的联系。

为人处世,小满之道,也就是讲究适度,同样适用。比如:项目完成进度绝大部分时,适当缓一缓,留出设备调试空间;与同事争辩时道理讲到七分,余下三分化作台阶,不要得理不饶人,把人逼到“悬崖峭壁”。在面对各种名利的诱惑时,要适可而止,尤其要守住底线。法国浪漫主义作家雨果说:“知道在适当的时候推上欲念的闸门的人,就是聪明人。”如果我们能懂得“小满”的哲理,并能身体力行,我们的人生就会避免许多错误或损失,从而达到顺遂自适、快乐无忧的境地。

对待工作,何尝用不到“小满”的思想?当然,以积极、负责的态度对待工作,是每个人应坚持的原则,但也要做到工作量和精力、体力的相对平衡,不必过于“满负荷”,避免过度消耗,保持张弛有度的节奏。恰如小满时浇灌麦田需“有风停浇,无风抢浇”,既保墒情又不损根系。想到自己年轻时,总爱把工作安排得满满的,办公桌堆满了文件,通讯录里写满联系人,周日也不休息。明代薛文炳早已参透“小满”的理念,他在《闲居杂兴》里的“一声布谷啼残雨,松影半帘山日悬”,意思是,留一扇未完全拉开的竹帘,任松影在暮色中斑驳,才是生活最美的状态。在忙忙碌碌之余,给自己放个假,“偷得浮生半日闲”,去公园散步,让思绪得以梳理;周末去看一场自己喜欢的电影,让大脑得以调节;腾出时间去阳台给花修枝浇水,让身心得以放松……这些忙碌中的有意“留白”,让紧张和焦虑如晨雾般悄然消散。杨绛先生说,“人生最曼妙的风景,竟是内心的淡定与从容”,而这份从容,不是“大满”状态时所能拥有的。

清代学者李密庵著有《半半歌》,其中就蕴含着“小满”的思想。“看破浮生过半,半之受用无边。半中岁月尽幽闲,半里乾坤展展……酒饮半酣正好,花开半时偏妍。帆张半扇免翻颠,马放半缰稳便……”人生在世,何为圆满?有人穷尽一生追求完美,最终却身心俱疲;有人参透世事,反而在“小满”之中找到真正的自在。世间万事万物都有一定的量度,这个量度就是“半”,就是“小满”。达不到这个量度就是“不及”,超过这个量度就是“过”,做事做得“不及”或做得太“过”都不会达到预期的效果。

“最爱垄头麦,迎风笑落红。”我站在清晨的麦田边。风掠过青青的麦田,泛起层层细浪,籽粒在积蓄力量,却又矜持地停在将满未满的界限。天地间仿佛悬着一支无形的笔,始终不愿画下那个闭合的圆。这或许就是“小满”的深意——让大自然在盈与虚之间保持平衡,让万物保持永恒的生机。所以,真正的圆满不在于全,而在于衡;不在于满,而在于生。学习麦穗“小得盈满”的谦逊,勇于精进却不追求十全十美,或许才是我们应对无常世界的恒常之道。

小满,送来了最美的风景。暖风入怀,绿透纱窗。枇杷黄、杨梅紫、樱桃红、芭蕉绿,五彩斑斓的色彩交织在一起,构成了一幅生动的夏日画卷。

小满时节

□铜娟

小满时节,天地间弥漫着一股新生的喜悦。古籍中所载的“物至于此,小得盈满”,为这节气赋予了独特的智慧与诗意。此时,天气渐热,夏木阴浓,池塘的水面微涨,万物将熟未熟,孕育着丰收的希望。

田野间,麦浪滚滚,青翠的麦穗敷上了点点金粉,那是大自然精心绘制的画卷。风吹过,麦穗随风摇曳,发出沙沙的声响,好似在低语,诉说着即将到来的丰收。欧阳修笔下的“最爱垄头麦,迎风笑落红”,将小麦的端庄与明艳展现得淋漓尽致。

油菜的菜荚子胀鼓鼓地挂在枝头,像一串串待燃的鞭炮,明晃晃的,格外引人注目。爷爷小心翼翼地摘下一串,合掌一搓,清脆的“噼啪”声响起,犹如动人的乐章。他吹去外壳,露出褐黄色的菜籽粒,那滚来滚去的菜籽,似乎在诉说着农人的辛劳与期待。爷爷脸上洋溢着笃定和喜悦,他说:“小满了,到时候了。”那份从容与满足是对小满节气的最好诠释。

小满时节,不仅是农作物丰收在即,更是人们心灵的滋养与升华。朋友雪蕙质兰心,热爱生活,注重节气的仪式感。她发来的视频中,与女儿一同养蚕、煮茧、缫丝,将蚕丝织成一张张精美的扇面,并绣上珍珠,美轮美奂。视频里的母女俩言笑晏晏,眉眼弯弯,那温馨和谐的画面,仿佛是小满夜晚的月亮,美好而柔和。

小满,送来了最美的风景。暖风入怀,绿透纱窗。枇杷黄、杨梅紫、樱桃红、芭蕉绿,五彩斑斓的色彩交织在一起,构成了一幅生动的夏日画卷。石榴花红明照眼,小荷才露尖尖角,每一处都是生命的勃发与希望。

小满,是一种恰到好处的圆满。它不像圆满那样饱满,也不像小寒那样稍显欠缺。它就像那位平凡的邻居大嫂,端庄很耐看。她的生活或许没有太多的波澜与惊喜,但那份和和美美的小幸福、小满足,却足以让人心生羡慕。

我想起了莫言的那段话:“世界上的事情,最忌讳的就是个十全十美。”小满,便是那种恰到好处。它告诉我们,凡事总要稍留欠缺,才能持恒。月盈则亏,水满则溢,只有保持一种适度的状态,才能避免走向极端。

小满,也是一种留白。它像中国的山水画,有山有水便可,剩下的都留给想象。那种恣意想象的境界,才最让人着迷、沉醉。我们的人生何尝不是这样?适当地留白,才能有无数可能。我们不必过于追求完美与圆满,而应该学会在留白中寻找生活的乐趣与意义。

小满时节,让我们学会珍惜这份恰到好处的圆满与留白。让我们在忙碌的生活中,找到一份属于自己的小幸福、小满足。让我们在人生的道路上,保持一种适度的状态,不断追求更加美好的未来。小得盈满自欢喜,让我们在小满时节,感受生活的美好与智慧吧!

又到小满时

□周新宏

小满到了,“最好人生是小满,花未全开月未圆”。

说实话,若不是微信朋友圈的信息,我还真不知道小满到了。尽管早知道有小满这个节气,但从没有认真关心过。也许是生活在城里不务农事,平日懒得去问二十四节气吧!

上网查询后才知道,小满是夏季的第二个节气,前面是立夏,后面是芒种。古人用小满为节气的名称有两层含义,一是南方开始降水增多,江河湖满;另一个含义是北方麦子开始成熟,颗粒渐满。

往年“五一”长假一过,肯定要穿短袖了,而今年却不行,到了小满前夕,还得穿长袖衫,让你怀疑是否真的已经进入夏天?

生活在江淮平原,在中学时读的又是所谓的“文科”,曾认真学习过《中国地理》和《世界地理》,知道中国地理区分北方地区和南方地区的地理分界线是秦岭、淮河一线。在秦岭山脉的主峰太白山上的南北分界线石碑前也留过影,可是淮河到了里下河地区却不见了踪影,取而代之的是苏北灌溉总渠。

一直以来,我就是傻傻地分不清自己居住的城市属南方还是北方。从地图纬度上看,家在淮河北侧,却又在灌溉总渠的南侧。于是,看河里的水位,倒是挺高的,有点像南方;再看看地里的麦子,距收割还有些时候,又像是北方了,真的不知道属南方还是北方。

小满到了,又惦记着去年穿短袖的时光。人真是奇怪!夏天穿着短袖,热得汗流浹背,怀念的是冬季;冬季裹着棉衣,冻得瑟瑟发抖,又记着夏天的好。南方人向往北方的漫天飞雪,北方人却羡慕南方没有冰天雪地;南方人到了北方难以适应干燥的气候,北方人到了南方又嫌空气潮湿难耐。

仔细想来,又不得不佩服古人智慧!在二十四节气里编排了小暑和大暑、小雪和大雪、小寒和大寒,编排了小满唯独没有大满。“月满则亏,水满则溢”;“小得盈满,知足常乐”!也许这才是古人赋予小满的真正含义,也使小满有了第三层含义!或许这样的解释才更全面些。

弘一法师说,“人生哪能多如意,万事只求半称心。”

思虑再三,不问南北也罢,也不用去惦记春夏秋冬,何必计较短袖长衫?满足当下最好!

