



## 人生感悟

和光同尘,与时舒卷。2026年,愿我们都能在自己的节奏里,继续逐光前行,快乐奔跑。

## 跑道上的那束光

□陈亚红

年根岁底的盐城,冬意清冽而温厚,天地浸在青灰色的寒气中。盐渎公园的路灯还昏黄如惺忪的睡眠,河塘里枯苇沉寂,跑道上却已热闹起来——或三五成群,或独自一人,脚步起落间,尽是相互鼓劲的热情与奔跑的欢愉。

一圈,又一圈。抬头时,一抹橘红正从东方缓缓升起。起初只是天际一道细缝,金光渐渗,开始向四周蔓延。串场河对岸的楼顶渐次镀上金边,光如潮水,缓慢向地面涌来。拐弯处,一束光恰好落在我前方的跑道上,仿佛在领着我,不停向前奔跑。

逐光而行,世界仿佛被简化:呼吸的节奏、脚步的起落、心脏的搏动,以及包裹全身的温暖,后背与额间沁出微汗。晨跑结束,我拉伸着酸软的肌肉,阳光恰到好处地落在身上,在跑道上勾勒出跃动的身影,不灼热,也不耀眼,只是温柔地提醒我:新的一天,已然开始。

与一位跑者并肩时聊天:“你坚持跑步,是为了什么?”他顿了顿,说:“以前是为了逃离,现在,是为了抵达。”“抵达哪里?”他没有回答,只是更坚定地望向前方。我没有再问,或许他所说的“抵达”,不仅是身体的归宿,更是精神的朝向——是某个豁然开朗的瞬间,是历经繁华后清明的知觉,更是内心深处那束属于自己的光。

光,总是公平地照耀着每一个早起的人,不问初心,亦不问归处。它只是存在,只是给予。跑步如此,生活亦然——意义不在于抵达终点,而在于途中不期而遇的温暖,还有那些让你坚持自律的榜样。泰戈尔说过:把自己活成一道光。其实,光不用“活成”,当你迈开步伐,光就会从你脚下升起。

三个月前的兴化马拉松,一位衣服背后标有“视障”字样的跑者映入眼帘。他左手系着荧光绿的牵引绳,另一端握在另一位跑者手中。两人步伐一致,沉稳向前。超过他们时,我能感受到他的气定神闲——没有犹疑,也没有畏惧,有的是对同伴的完全托付,还有脚下笃定的步伐。晨光照着他的侧脸,我不知道他眼中是否有光,但我知道,他心中很勇敢,那位陪跑员,就是他世界上最柔软、最明亮的那束光。

也常见年迈者日复一日在奔跑,用脚步诉说改变。跑道真是一个奇妙的道场——这里没有成败,只有日复一日的坚持;没有竞争,只有各自心中的征程。视障者在这里“看见”方向,年迈者在这里找回节奏,迷茫者在这里听见心跳。有些人于暗夜中等待一束光,却不知——光,只有在迈出第一步时,才开始真正显现。

人生像极了跑步,不是为了超越谁,而是为了与自己并肩。跑步不仅是一场身体的修行,更是心灵的拓荒。它的乐趣,就藏在与自己性情、局限的较劲之中,并在对抗中触摸到一种近乎冥想的自由:孤独,却充满回响。

我们起初或许是为发现光而跑,后来是为寻找光而跑,最终才发现——光就在每次落脚扬起的微尘里,在每次呼吸吞吐的晨雾中。奔跑本身,就成为光的过程。

和光同尘,与时舒卷。2026年,愿我们都能在自己的节奏里,继续逐光前行,快乐奔跑。

## 生活小景

刚掉下来的叶子黄里映着浅绿,又映着浅褐,色彩斑斓,水灵灵发亮。

## 色彩斑斓话法桐

□居著培

我上班途中的路边,有两段都栽着法桐。骑车上下班,梧桐树列队俯视着我。而我知道每一棵树,从初春绽放新芽到秋冬叶落归根的过程。我们相互熟悉,默默陪伴。

法桐树干笔直,树冠巨大。树干表皮剥落后,会现出里面的粉白底子青灰斑块,像小狗的皮毛。

立春过后,你能发现树枝上外皮发亮,感觉到里面的暗流涌动。清明以后,叶芽从树枝的鼓突处争先恐后地冒出。随着气温升高,很快,一树树青绿就亭亭如盖了。

夏日里,马路上骄阳似火,柏油路似乎要被晒化了。而人行道上,法国梧桐撑起大伞,形成翠绿的走廊。微风吹来,拂动被汗湿透的衣衫,空气清新而舒爽。骑车从树下穿过,那是一大享受。

古人说“一叶知秋”,法桐同样有报秋的能力。梧桐叶阔大,像皮革那样厚实光亮。叶柄连接树枝的部分鼓起,内部有一空腔。一到秋天,树叶水分减少,在重力作用下,很容易从树上掉下来。

当然,这个过程是渐进的。在人还毫无感觉时,满树的浓绿里悄悄夹杂一点儿黄,随后,黄色变成了褐色,而更多的绿又变成黄。当绿色变成了点缀,整条路就被一种辉煌的气氛笼罩。

最好是傍晚。从我家阳台上望去,我右前方的一排法桐树被楼房遮住,恰好只露出顶头的一棵。当夕阳给万物镀上色彩,这棵梧桐树上片片叶子都变得像金子一样闪亮。

刮风的天气,骑车从树下过,你会听到树叶哗哗的脆响像一支交响曲。树叶下坠,一片片顺风横着飘,像彩蝶飞舞。有的落到我头上,有的轻拍我的后背,还有的调皮地钻进我的车篮,跟我回家。

刚掉下来的叶子黄里映着浅绿,又映着浅褐,色彩斑斓,水灵灵发亮。叶子们安静地躺在树根,在草坪,在人行道上,似毫无章法,可你发现她的美,像小姑娘头上的发卡,像别在美女旗袍上的胸针。

整片法桐树叶是左右对称的。叶片以中间最粗的叶脉连接叶柄,左右各有两根叶脉,叶尖向上。每根叶脉两边又有更细的“毛细血管”,也是尖尖向上。这些叶脉形成五个叶尖,叶尖相连部分又有锯齿一样的起伏。因此,儿歌讲“梧桐树叶像手掌”,其实只是揭示了法国梧桐的部分特征。

法桐叶子很美。有人取法桐叶子加工成艺术品。有一个叫“叶子换饭”的视频博主,走遍全国,用法桐树叶刻成人物画,制造了好多美好的际遇。

等风吹日晒几天后,叶尖上的褐色慢慢向中间蔓延。叶尖也就蜷缩起来,化身长腿脚,带着叶子在人行道飞驰。我骑着车看叶儿们跟车轮比赛,你追我赶像去赴一场约会。它们哗啦啦滚好远,去到路的角落里,挤成一堆,窃窃私语。

深冬,叶落尽。绿化工人会借助升降机和电锯对树枝进行一次修剪。没看到他们的匠心独运,但当正午的太阳南移,梧桐树会在路边的白墙上映出一排影子。我常一路欣赏过去,看一幅幅黑白两色的画,像丹青高手的杰作。

法桐——这些陪伴我们的行道树,向我们默默演绎着四季轮回。一百多年过去,法桐已经适应了我们的水土,把他乡当故乡了。



## 心香一瓣

春的信使,从来不在遥远的未来。它就在此刻,在此枝,在此朵,在此缕依然凛冽却已怀揣暖意的寒风中。

## 喜遇蜡梅

□陈宝林

近日应友人邀,作一首咏蜡梅的五言诗。诗成搁笔,信步至小区楼下。忽有一缕幽香浮过鼻尖,那香气里藏着淡淡的甜意,清冽而不黏腻,像是从很远的地方被风小心托来。我循香而行,转过墙角,一树金黄蓦然映入眼帘,原来是一树蜡梅花,枝条疏朗,花却密密地缀着,一朵挨一朵,仿佛谁把碎金熔化了,轻轻点在枯枝上。冬阳淡淡洒下来,整棵树泛着温润的、近乎透明的光泽。

这株蜡梅,我已留意许久。初冬时还是满树枯枝,沉默如遗忘。渐渐枝梢冒出褐点,是花苞的雏形。后来苞衣微微膨起,透出怯生生的黄,像黎明前最早的天光。我日日从旁走过,心里存着一份安静的等待。

小寒前日清晨,我特来与它相遇。昨夜风紧,气温骤降至零下8摄氏度。在这严寒之际,那满树的花,竟在一夜之间,开了大半,让我吃惊,也让我感叹!

瞧,淡黄的花朵在凛冽中轻轻摇曳,寒风穿过枝丫,发出低沉的呜咽,花瓣却静默地悬在那里,像凝固的火焰。走近细看,花瓣薄如蜜蜡,边缘带着寒霜雕刻的痕迹。花心是深紫褐色,密聚短短的花蕊,仿佛把整个冬天的精魂都敛藏在这方寸之间。

忽然想起唐人崔道融的诗句:“朔风如解意,容易莫摧残。”风啊,你若懂得……可这念头刚起便自觉浅薄了。蜡梅何须怜惜?它生来便是要与严寒对峙的。愈是风欺雪压,开得愈精神;愈是万物萧瑟,香气愈清坚决绝。这种风骨,恰似我们西乡人的性情,从不畏严寒,亦不惧萧瑟。

眼前这一树的梅花,正开得酣畅。有的尚是紧实骨朵,如黄玉雕成的珍珠;有的已半绽,像小小的金铃铛,在风里似乎能听见冷冷声响;更多的全然盛放,花瓣舒展,露出深色花心,宛如倒悬的钟。它似钟,却不响,用静默、用静观、用平和去敲打着冬日的沉闷。

蜡梅的香气幽微且极具穿透力。它清,清得像雪后初晴的空气;冷,冷中却透着一丝若有若无的暖。这香是飘忽的,一阵风来,扑满怀袖;风止,又倏然远去,只留余韵萦回。立得久了,整个人仿佛被香气浸透。恰如人生至理:赠人玫瑰,手有余香。

蜡梅似一位儒者。在百花喧嚷时,它沉默积蓄力量;当世界归于寂静,它才开始发言。没有蜂围蝶阵,没有绿叶扶持,它只有光秃的枝与单薄的花。可它开得那样从容笃定。风霜是它的宾客,冰雪是它的知音。它孤独,却因孤独而完整;冷清,却因冷清而高贵。

蜡梅更似一位智者。在冬夜最黑时,率先看见晨光。它以绽放预告未来,以自身存在成为信约的凭证。

我久久立于树下,看细瘦的枝条如何托起丰腴的花,看柔弱的花瓣如何抵御零下的严寒。支撑它的,或许不仅是深扎的根,更是一种内在的、近乎信仰的坚定:我属于冬天,便要在这冬天里开出最好的花。

暮色渐合,金黄的蜡梅在渐暗的光里,呈现出深邃的古铜质感。香气却更清晰了,丝丝缕缕融入升起的夜雾。

回到屋中,那句诗又浮上心头:“欲问东风信,南枝已著芽。”何必问呢?春的信使,从来不在遥远的未来。它就在此刻,在此枝,在此朵,在此缕依然凛冽却已怀揣暖意的寒风中。

蜡梅不语,却已说尽了一切。