

带上灵魂去旅行

□毕淑敏



人的知识永远是不完备的。他无法知道一个地区或是一个时代，是否就是空间和时间的全部。在这个意义上讲，我们每个人都是井底之蛙，所不同的只是栖息的这口井的直径大小而已。每个人也都是可怜的夏虫，不可语冰。于是，我们天生需要旅行。生为夏虫是我们的宿命，但不是我们的过错。在夏虫短暂的生涯中，我们可以和命运做一个商量。尽可能地把这口井掘得口径大一些，把时间和地理的尺度拉得伸展一些。就算终于不可能看到冰，夏虫也力所能及地面对无瑕的水和渐渐刺骨的秋风，想象一下冰的透明清澈与痛彻心扉的寒冷。

旅行，首先是一场体能的马拉松，你需要提前做很多准备。依我片面的经验，旅行的要紧物件有三种。第一，当然是时间。人们常常以为旅行最重要的前提是钱，于是就把攒钱当成旅行的先决条件。其实，没有钱或是只有少量的钱，也可以旅行。关于这一点，只要你耐心搜集，就会找到很多省钱的秘籍。如果把一个人比作一辆车，驱动我们前行的汽油，并不是金钱，而是时间。这个道理极其简单，你的时间消耗完了，你任何事都干不成了，还奢谈什么呢？或者说，那时的旅行只有一个方向，就是地心了。

第二种物件，就是放下忧愁。忧愁是旅行的致命杀手，人无远虑，乃可出行。忧愁是有分量的，一两忧愁可以化作万朵砒砒，绊得你跌跌撞撞鼻青脸肿。最常见的忧愁来自这样的思维：把这笔旅游的钱省下来可以买多少斤米，过多长时间丰衣足食的家常日子。将满足口腹之欲的时间当作计量单位，是曾经有用现在却不必坚定的习惯。很多中国人一遇到新奇又需

要破费的事儿，马上把它折算成米面开销，用粮食做万变不离其宗的度量衡。积谷防饥本是美德，可什么事都提到危及生命安全的高度来考虑，活着就成了负担。谁若一意孤行去旅行，就咒你将来基本的生存都要打折，食不果腹衣不蔽体流落街头……别怪我说得凄惶，如果你打算做一些比较破费的旅行，你一定会听到这一类的谆谆告诫。迅即把诸事折合成大米的计算公式，来自温饱没有满足的农耕时代遗留下来的精神创伤。如果你一定要把所有的钱，都攒起来用于防患于未然，这是你的自由，别人无法干涉。可你要明白，身体的生理机能满足之后，就不必一味地再纠结于脏腑。总是由着身体自言自语地说那些饥饿的事儿，你就灭掉了自己去看世界的可能性，一辈子只能在肚子画出的半径中度过。这样的人生，在温饱还没有解决的往昔，是不得已而为之，甚至可能成为能优先活下来的王牌。在今天，就有时过境迁过于迂腐之感了。

第三种事儿，是活在身体的此时此刻。此话怎讲？当下身体不错，就可以出发，抬腿走就是，不必终日琢磨以后心力衰竭的呕血和罹患癌症的剧痛。我琢磨着自己还有能力挣出些许以后治病费用，我相信国家的社会保障机制会越来越好。我捏捏自己的胳膊腿，觉得它们尚能禁得住摔打，目前爬高下低风餐露宿不在话下。若我以后真是得了多少万元人民币也医不好的重症，从容赴死就是了，临死前想想自己身手矫健耳聪目明时，也曾有过一番随心所欲的游历，奄奄一息时的情绪，也许是自豪。

我是渐渐老迈的汽车，油料所剩已然不多。我要精打细算，小心翼翼

地驱它赶路。生命本是宇宙中的一瓣微薄的睡莲，终有偃旗息鼓闭合的那一天。在这之前，我一定要抓紧时间，去看看这狂野无序的大地，去会一会英辈们残留下废墟。

终于决定迈开脚步了，很多人有个习惯，出远门之前，先拿出纸笔，把自己要带的东西都一一列出……

所有这些，都十分必要。可有一样东西，无论你去哪里，都不须须臾离开。那就是——你可记得带上自己的灵魂？

据说古老的印第安人有个习惯，当他们的身体移动得太快的时候，会停下脚步，安营扎寨，耐心等待自己的灵魂前来追赶。有人说是三天一停，有人说是七天一停，总之，人不能一味走下去，要驻扎在行程的空隙中，和灵魂会合。灵魂似乎是个身负重担或是手脚不利落的弱者，慢吞吞地经常掉队。你走得快了，它就跟不上趟。我觉得此说法最有意义的部分，是证明在旅行中，我们的身体和灵魂是不同步的，是分离分裂的。而一次绝佳的旅行，自然是身体和灵魂高度协调一致，生死相依。

出发时，悄声提醒，背囊里务必记得安放你的灵魂。它轻到没有一丝分量，也不占一寸地方，但重要性远胜过GPS。饥饿时是你的面包，危机时助你涉险过关。

你欢歌笑语时，它也无声扮出欢颜。你捶胸顿足时，它也滴泪悲愤……灵魂就算不能像烛火一样照耀着我们的行程，起码也要同甘共苦地跟在后面，不离不弃，不能干三天停一天地磨洋工。否则，我们就是一具飘飘荡荡的躯壳在蹒跚，敲一敲，发出空洞的回音，仿佛千年前枯萎的胡杨。

五行与人生随谈

□李桂英

天地感而万物生，这是中国古代哲学的重要范畴。万物皆由交合化生而来，有形万物产生新的个体，天地与自然界万事万物都包罗于阴阳五行当中。《黄帝内经素问》(简称《素问》)中讲：“天有阴阳，地有阴阳，动静相召，上下相邻，阴阳相错，而变有生。”在六微旨大论中说：“天气下降，气流于地，地气上升，气腾于天，故高下相召，升降相应。相召、相邻、相错、相应，都是指阴阳之相应互感召交合，是万物产生变化的根源。”

天分星宿，地列山川，天象与地形同日月星辰有着密切的联系。上有天河，下有江河，长江黄河就是天地间的一大血脉。人生在天地间，天人合一。人体与天地相应，如天有阴阳，人有夫妻，天有日月，人有二目，左太阳，右月亮；天有四时，人有四肢，天有五行，金木水火土；人有五脏，心肝脾肺肾。天干为十，人有十指；地支十二，应人十二经络；天地间有山川河流、花草树木，对应人骨骼血脉毛发。天地万物都在对应人体的存在。一年冬至一阳生，夏至一阴生，一日之内，子半而阳生，午半而阴生。子时一阳发动起肾而上交于心，降心火而下交于肾。从中医学的子午流注法来针灸、用药，足以说明人体的气机升降是建立在阴阳消长转化的基础上，用五行流动生克制化法，达到阴阳平衡，人才不会生病。

在《素问》中天人地一体，概括为：五行、五方、五色、五味、五气、五脏、五体，用以上对应人生。从五行、五方、五色、五脏看对应关系进行阐述：东方属木，青色对应人体肝，性为怒，因此怒伤肝，酸入肝，不怒、不气，五行流通肝病自愈；南方属火，在人为心，色红，情为喜，喜伤心，喜极而成为失心疯，古代“范进中举”即为一例，喜报而疯，不可过热，热则心烦躁；西方为金，白色，在人为肺，情志为忧，忧伤肺，肺恶寒，寒则病至；北方为水，在人为肾，情志为恐，恐伤肾，在天为寒，肾受到伤害，就从膀胱表现出来，于是便有尿滚尿流之说，或吓得尿裤子的说辞；中央为土，在人为脾胃，脾胃是人体的后勤部，脾为阴土，胃为阳土，一个是消化输送，一个是储藏之仓。

要健康，一要注意饮食，二要活动筋骨，三要情绪不激动，遇事不惊不恐，不气不怒，提得起，放得下，还要注意五劳所伤，不能久坐，久坐伤肉，久视伤血，久卧伤气，久立伤肾，久行伤筋。

因此，我们要从阴阳五行四时的变化适应季节，不论衣食住行，顺从适应，就不会生病，就如内经所讲：“知其道者，法于阴阳，合于术数，饮食有节，起居有律，不妄劳作，故能神与行居，终其天年，度百岁乃去。”所以，我们要重视阴阳五行、五方、五脏、十二宫对人体的关系，还要修善积德，孝父母，爱夫妻，以身作则，教育子女，和睦邻里，除去怒、恨、怨、恼、烦，才能免去祸灾，健康身体。

宇宙大磁场与人体小磁场相互作用，方向、方位五行功能一样，环境与人体互为一体，天、地、人三和，顺势避凶，顺进逆止。人与自然环境和谐相处，扶正祛邪，五行相生，人们才能平安幸福，健康长寿。

作为一个有修养者，要具备较高的道德，应具有天的博大、地的宽广、雷的胆量、风的和蔼、水的谦虚、火的热烈、山的意志、泽的洋溢，重道修德，既不能骄傲自大，又不能斤斤计较，这也是每一个走向成功者的基本准则。

@——投稿/方/式

平顶山新闻网——鹰城网事
或投至 yczy2013@qq.com

束河古镇情

□梁秋红

走在依山傍水，清隽灵秀的束河古镇，那错落有致的房屋，古老的油漆木板门面，斑驳的青石巷子，无一不在诉说着岁月留给它的沧桑与厚重，或许每一块青石板下都藏着一个遥远而神秘的故事。女儿说：“如此浪漫的意境，陪在身边的似乎不应该是妈妈。”我笑说：“你可以在若干年后，让你的男朋友陪你再来一次。”女儿说：“到时再来，一定要好好地住上一段，匆匆忙忙，实在是辜负了此等美景。”是啊，如此安静的古朴镇子，时间仿佛已静止，走马观花一游，实在是对它的一种亵渎。

走进一间茶吧，温暖、安静的老歌，极其符合我的心境，许是老了，总是喜欢一些怀旧的东西。我的思绪在怀旧的旋律中飘飞，直至心碎。我仿佛看到自己是那个坐在马车上的旧式女子，穿着云南特有的民族服饰，一路

经过小镇，惊艳了我的心上人。古镇的万古风情，飘摇的红灯笼和阳光，桥下的流水和植物，都是那么的迷人，虽然有着淡淡的忧伤。

女儿忽然说：“妈妈，如果能在这镇上过一生，也挺好的。”真的好吗？丽江的女子，都是家里的顶梁柱，还沿袭着“母系氏族”的习惯，不过我相信自己能行，活了这么多年，从来也不是男人的附庸。音乐声声，浮云悠悠。哪一双手，是那预约的温情？哪一双眼，是明眸善睐的知音？不去想，尽量不去想，雁过寒潭，雁过而潭不留影。此情此景，怎么不让人留恋沉醉？

如果不是时间的缘故，真想就这样坐下，一直聆听，直到夕阳西下，直到暮霭沉沉，直到曲终人散……然而幸福的时光总是短暂的，梦境再美，我们也无法将这份美好永远抓牢，我们还是回到现实中，导游在一遍遍催

促了。也许美好的总是有遗憾的吧，月满则亏，水满则溢，懂得留白才是美的真谛。

