

《诗意大自然》

许金声 著

目录

一、《2019 年序曲》	1
二、《许金声漂流记——致心血管斑块》	2
三、《邕江，寻游泳处不遇》	3
四、《前方》	6
五、《景色》	7
六、《自由与死亡》	8
七、《灵魂与伟大的音乐家若即若离——听李云迪弹肖邦》	9
八、《一棵树可以作躺椅》	10
九、《树的神奇》	11
十、《黄色的花苞》	12
十一、《菩提—通心路》	14
十二、《从火山到湖泊：火山湖地质公园》	15
十三、《在风浪中》	17
十四、《在牧歌中热舞》	18
十五、《与楼宇烈先生晤谈》	20
十六、《蜕变：从此》	22
十七、《雪的灵性》	23
十八、《从沙滩到雪地》	23
十九、《读霍金“时间简史”》	24
二十、《心情》	25
二十一、《我在春天的活力》	26
二十二、《玉兰花》	28
二十三、《凋谢的美》	29
二十四、《美感的转换》	30
二十五、《故乡的银杏树》	32
二十六、《游杜甫诗林》	33
二十七、《诗魂》	34
二十八、《悼四川保路运动烈士》	35
二十九、《刘备墓》	37
三十、《在登幽州台歌雕塑前》	38
三十一、《小提琴的魅力》	39
三十二、《独处式的追思》	40

三十三、《百感交集的告别》	41
三十四、《庐山瀑布》	43
三十五、《洗脑》	43
三十六、《坐庐山缆车》	44
三十七、《道信·毗卢塔》	45
三十八、《庐山·望江亭》	46
三十九、《谭晶孟广禄·北风吹》	47
四十、《美庐·蒋介石》	48
四十一、《手鼓的欢乐》	50
四十二、《天山的云杉》	51
四十三、《庄子如何体验鲁滨逊?》	52
四十四、《天山之心》	53
四十五、《天山天鹅湖》	54
四十六、《宝塔山下》	55
四十七、《战争与艺术》	56
四十八、《黄昏清凉山》	57
四十九、《手敲洪钟》	59
五十、《聆听历史》	60
五十一、《乾坤湾奇观》	61
五十二、《弥勒佛与我们》	62
五十三、《重温岳阳楼记》	63
五十四、《道无尽头》	64
五十五、《梦回唐朝·曲水》	65
五十六、《何谓“妙笔生花”?》	66
五十七、《诗心》	68
五十八、《荆轲射杀秦王》	69
五十九、《自然与人间》	70
六十、《由内向外的清凉》	71
六十一、《一抹白云》	72
六十二、《知足》	73
六十三、《黄昏的天空》	74
六十四、《睡莲之梦》	75
六十五、《“诗人”与“死人”》	76
六十六、《游黄州赤壁》	77
六十七、《微妙的一切》	78
六十八、读《清风明月——净慧长老追忆录》	79
六十九、《自赞》	82

七十、《莲荷之美》	85
七十一、《生机盎然》	86
七十二、《黄粱一梦-新版》	86
七十三、《内心的节奏》	87
七十四、《野草的呼啸》	88
七十五、《关于白云的疑问》	89
七十六、《回溯与展望》	90
七十七、《黄州安国寺》	91
七十八、《赤壁畅游》	92
七十九、《秋风与风铃》	93
八十、《美感呼之即出》	94
八十一、《寻找东坡遗址》	95
八十二、《惠州诗二首》	97
八十三、《赤壁精神》	99
八十四、《忆可亭》（注1）	100
八十五、《乌云的移动》	102
八十六、《秋天真好》	103
八十七、《节日》	104
八十八、《新的景色》	105
八十九、《再见，星河湾！》	106
九十、《崂山》	107
九十一、《动车黄昏》	109
九十二、《太白湖的诗意》	110
九十三、《湖边跑步》	112
九十四、《与命运打一个赌》	112
九十五、《拈花寺》	114
九十六、《向死而生宜早》	117
九十七、《活着》	119
九十八、《奔跑的麝香鹿》	119
九十九、《药山体道》	121
一〇〇、《夜游橘子洲》	122
一〇一、《前方》	124
一〇二、《回到最真实的自己》	125
一〇三、《路与人》	127
一〇四、《夜游邕江》	128
一〇五、《游泳之乐》	128
一〇六、《诗意的延伸》	129

一〇七、《水中去体验“上善若水”》	130
一〇八、《冬泳是否冷?》	131
一〇九、《森林里的思绪》	133
一一〇、《无边无际是一种自由》	135
一一一、《这山望那山》	136
一一二、《从湖光岩到瓦尔登湖》	137
一一三、《穿越时空的遐想》	139
一一四、《二零二零的第一首诗》	142
一一五、《热情与力量》	144
一一六、《依兰香的舞姿》	145
一一七、《追寻与冒险》	146
一一八、《大海的诱惑》	147
一一九、《钟爱夕阳》	147
一二〇、《东方的黄昏》	149
一二一、《夕阳，无尽的诗意……》	150
一二二、《大海说：“我爱你！”》	152
一二三、《人生的意义》	155
一二四、《礁石的诱惑》	157
一二五、《动感》	158
一二六、《游子夜游》	159
一二七、《该大胆时，不妨再加点疯狂》	159
一二八、《五一逍遥游》	162
一二九、《地球耶，抑或天堂?》	163
一三〇、《神奇的追寻》	165
一三一、《一个傍晚的记录》	167
一三二、《赞千古不朽伴侣》	169
一三三、《游泳观落日》	171
一三四、《“天问”无限》	172
一三五、《清晨抒情》	173

《诗意大自然》前言：

所谓“诗意大自然”，简单说就是在大自然中享受诗意，或者带着诗意去感受大自然。以前我只是偶尔写写诗。2017年底，对生命、艺术、诗歌都有新的感觉。对大哲人海德格尔所言“人，诗意地栖居在这个世界上”也有更鲜活的体会。因此就生出了这样想法：以后每年多少高寿，就写多少首诗。结果，2018年一年下来，就已经超过了自己的岁数。统计已有75首。写得少的时候，说明我对世界的兴趣在减少。写不出来时，如果不是有其它的兴趣替代，那说明活着意义不是很大了。2019年伊始，我仍然诗意不减。数一数，头两个月，就已经有20首。

这些诗作，大多数都是关于与大自然通心的。在诗集中，也收入了同一个时期写的其它诗歌。尽管只占少数，也都离不开“通心”的主题。

什么是“通心”？什么是与大自然通心？在大自然中如何通心？

这里略微介绍。

所谓“通心”，是我提出的一种心理调整、心理治疗、人际关系、人与万事万物关系的理论、方法和技术。它首先在心理调整予以应用，后来发现可以推广到多种领域。

从行为上看，“通心”就是满足了“通心的黄金三要件”的行为，即1、清晰自己，即清晰自己的立场、情绪和状态；2、换位体验，即站在对方的立场上，体验到对方的情绪和状态；3、有效影响，即以对方能够接受，甚至乐意接受的方式影响对方。与大自然通心，就是把“通心的黄金三要件”用于与大自然相处。（详见许金声《通心的理论与方法》等著作。）

与大自然通心，所谓“清晰自己”，就是我们此需要先让自己静心，然后问一问自己：我到底想干什么？也就是说，自己作为通心者，与大自然（例如，风景、山川、大海、动物、鸟儿）通心，想达到什么样的目的？

在这里，通心的活动大致可以分为两大目的：

1、帮助性通心。即旨在能够为对方提供某种帮助的通心。——当然，这种帮助最后也是对自己有益。自然科学家所做的工作就是这一类。例如，在一些大学就有“野生动物保护”专业。所要解决的问题，正是保护野生动物，维护生态平衡。

2、求助性通心。即旨在借助对方娱乐、游戏、此事艺术活动、艺术创作等，或者调节自己的情绪、心情等。一般人都是这种目的，但不排除为了达到这些目的，可以参考鸟类学书籍，以及自然科学家们的成果。

所谓“换位体验”，就是要尽量把注意力投注在通心对象上，从通心对象的角度来看问题。所谓“有效影响”，就是自己最后达到的结果，是否有利于通心对象，或者不会对之造成任何不好的影响。

我读过美国自然文学的一些著作。我感觉，包括梭罗、巴勒斯等作家，其书凡有精彩

之处，皆有“通心”的行为，尽管他们并没有使用这一概念。而可以想象，如果他们懂得通心的理论和方法，有意识地去通心，将会有更加动人的描写……

正准备开一门新课：全人心理学·与大自然通心工作坊。此书用作参考教材。

——许金声 2019年3月3日于常州。

2019

—

《2019 年序曲》

2019，第一个早上，
神清气爽，心中跃动着希望。
信步走上这低矮的山坡，
把熟悉的公园四周张望……

此地处处都显露着生机，
心儿却准备向远方飞翔。
早就没有什么纠结挂碍，
恐惧犹豫那就更谈不上。

道路弯曲伸向前方，
能走多远无需思量。
上帝之事，让上帝忙，
杞人忧天？只会彷徨……

2019 年 1 月 1 日



（照片说明：2019 年拍的第一张照片就很有意思：路，伸向远方……）



（照片：树，充满生机。常州法制公园。）

二

《许金声漂流记——致心血管斑块》

（前言：最近全面体检，各方面都没有什么问题，但心脑血管皆有斑块形成，主要是心血管。这检查的意义，提示了不可忽略的风险。在电脑上看自己的心血管的片子，血管就像是河流，而斑块恰似之中的礁石。这一比喻，暗示了我对自己身体的接纳，也提示了我应该保持警惕。）

鲁滨孙再一次登上小船，
激流中数次绕过险滩……
目标是不远的大海，
只担心触礁搁浅……

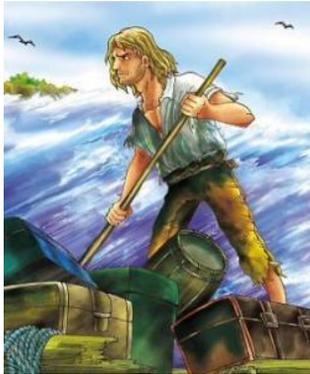
这些河流中的顽石，
已经懵懵懂懂，等待了数千年，
它们对河水的冲洗早已厌倦习惯，
跃跃欲试，渴望着更兴奋的见面。

对不起，你们这些固执的家伙，
既然上帝让鲁滨孙洞悉了你们不移的心念，
同时也会安排水流变得缓慢而又足够缓慢，
鲁滨孙难道不会小心翼翼绕开前行？
即使撞上，也不会与你们纠缠。
河水流向大海，你们与他其实互不相干……

万一船体破损，
那是上帝安排了这一天：
他之大限，你们成仙……

2019年1月1日星期二

（后记：名著《鲁滨孙漂流记》是对我影响极大的小说。在某种意义上塑造了我喜欢探索、冒险的性格。）



(注：《鲁滨孙漂流记》封面。)

三

《邕江，寻游泳处不遇》

沿着漫长的江堤，
怀着希望向上游走去。
何处能找到一个干净的下水之地？
学习六十一年前伟人的冬泳壮举？

江水一直是可人的绿色，
水中的情况却令人失意：
这里有一只漂浮的死鸡，
那里一个叫不出名的动物尸体。
这里一堆东西应该是垃圾，
那里一条往江中排放的水渠。
江边停泊的大船有人居住，
不知道人类的排泄物如何处理？

一条美丽的河流却面临如此遭遇，
逝者如斯，江水静默无言而去，
哎，数天之后，我只能目送江水，
——几声叹息！

2019年1月4日

（后记：毛泽东 1958 年 1 月 7 日和 11 日，曾经在邕江两次游泳。）



（照片说明：水中的动物尸体。）



（照片说明：每当有船开过，就掀起一阵波浪，把岸边的泥土冲到水中，于是江边就成了这个颜色。）



（照片说明：江边停靠的船只正在往江中排水。）



（照片说明：扔在江边的共享车。）

四

当她在那里翩翩起舞，
是人变成的孔雀在开屏？
是孔雀变成的人在显灵？
我恍兮惚兮，不知所云……

究竟是孔雀，还是人精？
怕只有森林的孔雀才知内情。
可是又有谁懂得孔雀的语言？
说来说去，还得请教杨丽萍。

2019年1月5日晚于南宁雅斯特酒店



（照片说明：栖息森林的杨丽萍。）



（照片说明：舞台上的杨丽萍。）

五

《前方》

一次次进出这样的车站，那样的机场，
即将到达一个陌生的，或已经去过的地方。
忽然感觉像是步着孔夫子的后尘，
去实现一个什么固执的美好理想。

恍惚中看到一只蜡烛，仍然燃烧，发着光亮……
身体在问：究竟还有多少可以发挥的热量？
心儿这样回答：可以走完的路，还很漫长……
精神告诉自己：精彩的，仍然在前方！

2019 年 1 月 10 于南宁东站



（照片说明：南宁东站，离开车还有 50 分钟。坐在这样的长椅上等候，觉察自己生命的体验；这一天，车站比较冷清）



（左图照片说明：在南宁举办通心工作坊。
广西社会心理学会主办。）



（右图照片说明：在南宁举办通心
工作坊。南宁外国语学校主办。）

六

《景色》

世界上有太多的画面值得细看，
世界上有太多的景色令人留恋，
前方树下的那长条石凳尽管平淡，
难道不也可以勾起你的想象无限？

春天，夏天，秋天，甚至也可以是冬天，
独坐那里，环视周围的绿树，望着平静的水面，
你的心难道不会升起一种惬意，几许怡然？
享受着空气的新鲜，思绪难道不会更加丰富、饱满？

如果有人与你在此共享一段时光，当然更是天堂乐园，
心有灵犀，深深进入对方的意念，
仅仅拈花一笑，还嫌意犹未尽，
互动在螺旋中上升，除了一，还有二，三……

2019年1月11日于广州大夫山公园



（图1说明：2019年1月10日，从南宁来到广州。上午在住所工作了一会，即到大夫山。）

（图2说明：任随一处景物，

都可以留人欣赏。）

（图3说明：在南宁的几天，一直遇雨，今天终于见到太阳！）

七

《自由与死亡》

不在乎有多少痛苦，痛苦并不降低生存质量，
只在乎，活着，还能不能自由地选择死亡。
只要选择离去的意愿，依旧清清楚楚，
我就义无反顾追求长生，走向远方……

探索未知，体验神奇，纵情梦想，
在有限的自由里仍然能自由成长。
我关心并珍惜着自己宝贵的自由，
也关注多少人在消沉与麻木之间彷徨……

自由，并不是一工作就开始打哈欠，
自由，并不是有足够空闲来痴迷麻将，
能够干着自己喜欢的事情自然很少哈欠，
放弃了学习麻将也不后悔错过什么欣赏。

喝咖啡，是因为能够更加意气风发，
没喝，是正在欢快奔跑，饮料被撂在一旁。
我在乎，他人在自由中如何开辟了新花样，
更在乎，我的自由是否仍然有助于心灵解放。

自由，当然不能够用于限制他人的自由，
限制了他人自由，有自由也只是一个假象，
用自由去控制他人的自由，
仅仅说明心灵枯萎，灵魂已经死亡。

自由，唯有自由的心灵才真正崇尚，
死亡，唯有自由者才能真正超越死亡。
死亡，可以终结自由的生命，
自由的精神，却因此更加闪光。



（照片说明：鹰，自由的象征。）

2019年1月15日

《灵魂与伟大的音乐家若即若离——听李云迪弹肖邦》

手臂早已高高抬起，
手指却长久在空中停留，不肯敲击。
指尖只是小心翼翼地触摸琴键，
却像触电一般，迅速激起一种反弹力。
每一个音符都如此谨慎，
是在探寻先知隐秘的心灵轨迹？

手掌或开或合，
那种出神入化，是在把钢琴诗人的心跳模拟？
更常常犹如蝴蝶飞舞，
纯净的梦境使生活的严酷与无奈融化、退避？
随着琴声，慢慢沉入乐圣的内心深处，
在那里，诸多隐私不言而喻……

许多时候，文字无法追随音乐的意境，
我的诗句，却留下了那个时候不朽的记忆。
许多时刻，我的灵魂与伟大的音乐家们若即若离，
那些时刻，我既是肖邦，也多多少少是云迪……

2019年1月16日于广州



（照片说

明：李云迪在演奏。）

九

《一棵树可以作躺椅》

这棵树，倾斜得恰似一把躺椅，
爬山时，能够遇见是一种福气。
摸一摸，质感温和而又细密，
听一听，它并非默默无语，
——天籁之音在亲切地劝慰：
“停一会，休息，休息……”

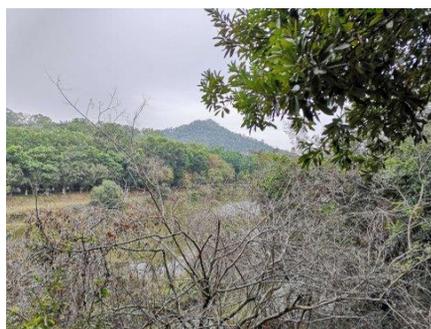
2019年1月16日于广州大夫山



（照片说明：自拍，树可以很快使你恢复体力。）



（照片说明：倾斜有倾斜的用处。）



（照片说明：广州大夫山一景。在大夫山，随处一坐，就可以慢慢欣赏之余的景色。）

《树的神奇》

远处一条路，一个居民区，
轿车，货车，还有电瓶车川流不息。
一棵小树，湖边婷婷玉立，手臂高举，
一个游子，坐在草坪，思绪跳来跳去。

这里的一切，似乎都十分完美，
只是隔着湖水，传来喇叭声，甚至些许尾气？
据说植物也能懂得音乐，
那边的噪音，是否多少，也不太安逸？

碧绿的湖面，在你脚下平整地铺开，
阳光透过万里无云的天空抚摸大地，抚摸你。
何时起，你就已经定居在这里？
无法挪动的根须，使你从来想不到迁移？

但是，你，你也有的神奇！
看哪，小树正张扬着，朝着阳光坦露惬意！
躯干虽然固定，
树叶，却能够实现向南倾斜的动机！

我长着双臂、双腿，
为何不能，畅游南北东西？
刹那间，我醍醐灌顶，
体验了“人挪活树挪死”的朴素含义。

2019年1月18日

（后记：随意在草坪上坐下，读了几段阿尔道斯的《长青哲学》，有一些心得。一合上书本，就看到了前方的这棵小树。进入它的状态，体会它对噪音与我的差异，我们对于阳光的不同感受。此诗从冲动到完成，不过20——30分钟。返回的路上，我想到人人都可以成为诗人，而且多产，只要他能够解放自己。我应该办一个“通心作诗工作坊”。）



（照片说明：在广州大夫山公园的边沿。）



（照片说明：广州大夫山一隅。）

十一

《黄色的花苞》

行人匆匆有多少引起了关注？
尽管色彩比红色更令人注目。
行走到此就不由停下了脚步，
若不欣赏如何对得起造物主？

可惜我只能够在此短暂停留，
心有歉意体会还没足够投入。
忽然注意到前面平静的湖水，
当然它能够与你亲密接触。
即使水面不能照见你的倒影，
也会透过泥土在你体内畅游。
对于玛珥湖我有更大的期待，
更神秘的交流驱使继续探求。

2019年1月23日

（后记：在水中的感觉更是奇妙无比，睁开眼睛，湖水清澈得可以看见湖底的石头。）



（照片说明：在地质公园内。这花苞与你一样，凝视湛江玛珥湖。）



（照片说明：地质公园内有一个大石头，上面刻有苏东坡的字：“诗”。不知道苏东坡是否到过湛江，不知道苏东坡是否为该火山湖留下诗作。也许他没有到过，也许到过却没有好心情。——不管是哪种情况，我现在的诗意，对他是一种纪念。）

十二

《菩提—通心路》

心通路即通，
路塞心不空。
菩提确有树，
阔步大道中。

2019年1月23日于湖光岩地质公园。



(照片说明：自拍。字是反的。)



(照片说明：正路。)

(照片说明：一人游览，留影是一个问题。等了一会，来了一游人。马上上前去请求。原来是一位“菩萨”，拍完了，非常有耐心地问我满意不满意。)

十三

《从火山到湖泊：火山湖地质公园》

是什么打动了我的心弦？
是什么促成了我的心愿？
仅仅因为：
它的名字是“地质公园”！

在这里，所看的将超越三度空间，
长宽高三维，怎能够把曾经是火山的魅力体现。
在这里，将有充满活力的方式，
把我们局限的感觉拓展。

穿过一片椰树林我走到湖边，
一眼望去是平静如镜的水面。
不多时湖水便泛起了微微的涟漪，
伴随着风力增大，又掀起了层层波澜。

当然，接下来不会有巨浪滔天，
湖水是水，怎能把火山的火焰重演？
是的，风不够大，湖面也不够宽，
怎能够表现喷射的壮丽场面？
不过，我相信，湖水知道：
游子已早知道答案。
——他看到的尽管是水，
浮现的却是火山爆发的过程与场面。

我坐在粗大的榕树之下，
把时空拉回了十多万年。（注：该湖是十多万年前火山爆发后形成的。）
仅仅凭借一点波浪的动感，
当然，还有想象力的信念。

2019年1月24日

（后记：准备离开广州，去海口。查地图，中间有湛江。这里有一个火山后形成的“火

山湖”地质公园。于是，特意决定在湛江停留两天。到湛江之后，就在离公园 800 米左右的家庭旅社住下。第二天便直奔公园。

游览地质公园，首先要去体会地质公园的特点。长宽高是三维，再加上时间是四维。时间有过去\现在\未来。该诗从三维世界进入四维，追溯该湖十多万年前的火山爆发的形成过程。地质公园由于其特点，可以更清晰地展现历史变迁的轨迹，使人进入四维世界。)



(照片说明：大门口。)



(照片说明：这一天，湖水的变化很大。刚进公园时，风平浪静。不一会，风起波浪涌。)



(照片说明：火山湖。)

十四

《在风浪中》

大风呼啸波浪涌，
并非游泳好时候。
大海明明在呼唤：
此时才有好感受！

2019年1月27日傍晚于海口白沙门。

后记：离开广州，途经湛江，来到海口。这里有两场全人心理学公益活动。分别在海口新时代文明实践中心图书馆、海口美兰区青少年活动中心，搞了公益通心工作坊。好久没有在大海里游泳了。下定决心得游一次了。了解情况，离住处最近的是沙滩北沙门。不巧这一天天气不适合，不仅是细雨绵绵，而且寒风飕飕。毫不犹豫打车前往。不料海边风更大。海边波涛汹涌。游人很少，更看不见游泳者。见此情此景，我倒是觉得会有难得的体验。



（左边照片说明：下水后，体会波涛的力量。那种力量虽然巨大无比，却又不会伤害你。它是友好的，不过给你一些特殊体验。）



（右边照片说明：未下水之前，我估计在水里会比在岸上暖和。果然！因为在岸上风会不断带走你的热量。尽管如此，却没有人下水。）



（照片说明：准备工作要做好。下水前，先活动一下。包括做几十个俯卧撑。）

十五

《在牧歌中热舞》

这里一个草坪碧绿宽大而又平坦，
这里跑步舒适犹如铺着一层地毯。
那一道小径虽幽静却是一条死路，
除非越过横亘的小山坡继续向前。

告别近一月又来到这亲切的公园，
熟悉的景色使生命踏实而又安全。
“从心所欲不逾矩”的年纪来此栖息，
早已经突破了苏东坡最后的极限。（注 1）

尽管喜欢流浪常常有远行的冲动，
却难断言熟悉就容易产生单调感。
现在我又在这山坡上沉思着漫步，
远处传来的广场舞音乐奏得正酣。

啊，这边是热舞，强烈的迪斯科，跳的正欢，
那边是悠长的牧歌，深情，而又徐缓。
两首曲子，风格截然不同，
今天听起来怎么如此和谐而又新鲜？！

是何时起舞者们变换了伴舞的曲目？
使我能够自然地整合而又毫无混乱？
慢悠悠散步时亦可涌动火热的思绪，
激情奔放却是一线拉着风筝在云端。

2019 年 1 月 29 日

注 1：苏东坡（1037 年 1 月 8 日—1101 年 8 月 24 日）来常州十余次。最后一次来，一月之后去世。享年 64 岁。

后记：又回到常州。第二天去法制公园散步。走到自己熟悉的小山坡。发现一个奇妙的现象！远处（约三百米）的广场有两处在跳舞，传来两首曲子。刚一听时，没有觉得是两首。只是感觉远处传来，有一些变调。后来才发现是两首。我听这两首完全不同的曲子（见上面诗歌，曲名不知道），怎么能够把它们整合得很好？尽管似乎有一些乱，我却听

出了和谐，这是什么现象？从作曲和和声学怎么来解释？——我感觉应该不完全是心情好的原因，或者是心理暗示。因为我刚开始在认知上完全以为是一首曲子。



（照片说明：小山坡。）



（照片说明：我常常在此听远处的广场音乐。）

十六

《与楼宇烈先生晤谈》

楼宇烈圣迹，
金声通人心。
名称虽谁谁，
大道宽无痕。

后记：2019年2月3日我在北京会见楼宇烈先生，相谈甚欢，极有深度，尤其是对“神”的理解。话题涉及楼先生写序的《长青哲学》一书中译本，中国传统哲学，尤其是道家，我所研究的全人心理学、通心理论等。我送了拙著《与先知通心》，他为我题字，并且赠送他所编撰、书写的《民间谚语》。

，当时我就在送他的书的扉页写下：“楼宇烈圣迹，金声通人心。”二句，后来又补充二句，遂成一小诗。

2月4日我看望好友王文元先生，哲学家、诗人，亦是社科院同事。互赠著作，交流心得。文元兄文笔极好，古体诗很出色。交流中我对他出示了此诗，并且进行解释：

这比较巧妙的运用了双关语的技巧。包括“楼宇”、“金声”。“楼宇”既是他的名字的头二字，也是楼房。“金声”既是有识之士发出的声音，也是指我的名。楼宇烈圣迹：楼宇烈可以指楼老师，他内在丰富，读书破万卷，装的足够多，就相当于一个“万神殿”一般的楼房。我们每个人都是一个楼宇，一个房子。人的房子就是他的人格，包括自我。

“金声通人心”一句：可以指他也可以是指我，把当时我们两个人的关系达到“我与你”，以及当时谈话的那种微妙的愉悦的之境描述出来了。楼宇里面装的都是圣人，列的都是圣迹了，发出来的话肯定就是“金声”啦。

“楼宇烈圣迹，金声通人心。”二句，首先是指他，也指我，指一切真诚探索者。

“名称虽谁谁”，是说他叫“楼宇烈”，我叫“许金声”，我们在这个地方相遇了。虽然楼老师是教授哲学的，我是研究心理学的，经历差异很大，但我们说到一起去了，产生了很多的共鸣。所以说：大道真宽啊！——看不见，摸不着，没有疆界，正是“大道宽无痕”。

此诗发到微信群，群友们纷纷发表高见，其中：

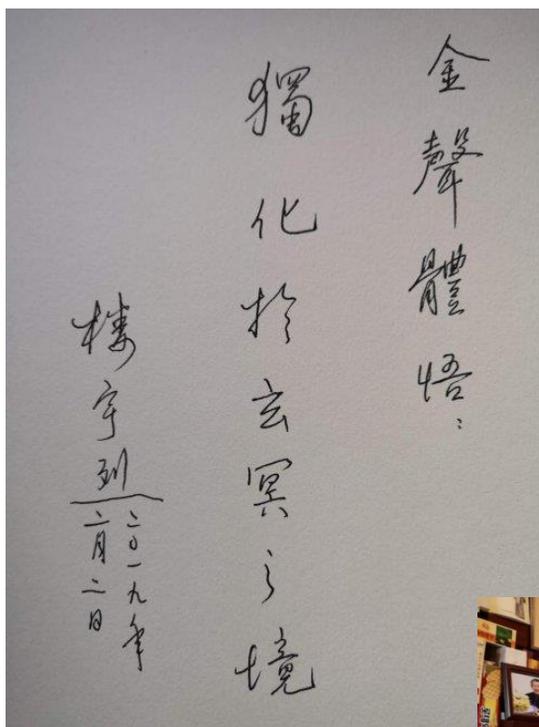
九龙凝气说：这几天看前面大家的解读，各有不同角度高见。向各位学习了。我不是学心理学的，但觉得许老师这四句看似平淡的诗，内涵极深，貌似还有解读空间。新年且凑热闹试试解读一下：

第一句赞楼老师的成果，蕴含着先贤圣人留下的一丝残魂痕迹；

金声通人心。何以能通心？此处金声代表着宇宙中的一切泛音，空明，深不可测。声、音、乐是有严格分界的：禽兽知声、人知音，惟君子知乐。这金声，不仅打通主升动脉，其共振更有通透思维、变而能化之意。

名称虽谁谁，大道宽无痕。我读到这里，抓耳挠腮的喜悦！无名天地之母，有名天地之始，白马非马，指谁非谁。道与名，乃众妙两扇门，若能超越束缚人的实体，自能“观”大道之“法身”，无处不在无处不在……

注：楼宇烈，浙江省嵊县(今嵊州)人，1934年12月10日生于杭州。北京大学哲学系教授(1985年9月起)；北京大学哲学系东方哲学教研室主任(1985年12月起)等。



(照片说明：楼宇烈先生送我的字：“独化于玄冥之境。”我非常喜欢这几个字，与之对应的概念，包括荣格所说的“个性化”(individuation)。郭象的这句话，更有一种微妙与幽深的美学意境，令人品味不已。)

(照片说明：与楼宇烈先生在书房愉快地



交流。)

《蜕变：从此》

有一个夜晚我烧毁所有的记忆，
从此我的心灵就清晰而透明；
有一个早晨我扔掉所有的昨天，
从此我的脚步就自在而轻盈；
有一个寒冬我抛开所有对春天的急切渴望，
从此我的心中就充满绿意，繁花似锦；
有一个黄昏我超越了所有对死亡的恐惧，
从此夜晚不再有噩梦，白日满怀着热情。

2019年2月6日

后记：今天，有群友发落款是泰戈尔的诗句，原文如下：

有一个夜晚我烧毁所有的记忆
从此我的梦就透明
有一个早晨我扔掉所有的昨天
从此我的脚步就轻盈
——泰戈尔

我看了觉得言不尽意，于是在泰戈尔的诗意上改动、补充、发展，并且加了一个小标题，也算是与泰戈尔的一次通心。借用大师的作品发挥，这也是一种乐趣。



（照片说明：绿色与生命力。）

《雪的灵性》

仁者乐山处处山，
垃圾桶上现奇观。
雪花亦通智者意，
来日化水是当然。

2019年2月8日



（照片说明：法制公园的大草坪。）



（照片说明：一个厚实的“仁”字。
四片树叶表现的特殊书法。）



（照片说明：仁者乐山。）

十九

《从沙滩到雪地》

不久前刚去滨海城市海口，
沙滩脚印早已被海水淹没。
回到常州又遇漫天的大雪，
地上的痕迹不会留得更久……

世界上没有什么能够长留，
勇往直前胜过了转身回首。
感谢世界具有如此多变化，
今年我还有漫长的路要走……

2019年2月8日于常州



（照片：沙滩上的脚印。我以该脚印为
素材照片，设计了新书《大我实现之
路》的封面。）



（照片说明：雪地脚印。）

二十

《读霍金“时间简史”》

造物主在空间上的对你的极度吝啬，
成就了一位挥霍时间的空前的怪杰。
从宇宙大爆炸到宇宙的坍缩与湮灭，
轮椅上度过了全程三百亿年的岁月……

2019年2月22日



（照片：霍金身困轮椅，却与整个宇宙通心。一看到这样的照片，我马上想到莎士比亚笔下的哈姆雷特：“即使我在果壳里，也认为自己是无限空间的主宰。”）



（照片说明：当霍金在冥想宇宙的生成、发展、毁灭之时，脑海里有没有出现诸如此类的画面？）



（照片说明：霍金《果壳里的宇宙》插图。）

二十一

《心情》

假如有足够的空间可以散步，
假如有几条小径还有两旁的树木，
我就可以乐此不疲地生活下去，
思绪无限展开永远走在一条不归路.....

2019年3月8日

后记：有感而发。用了五分钟。



（照片：常州法制公园）

二十二

《我在春天的活力》

娇嫩的花苞整齐地低声哼唱，
正在把即将到来的怒放排练。
淡绿的新芽敲打着优雅的鼓点，
把春天的节奏预演得热烈而不凌乱。

我内心的乐思接二连三，
试图捕捉大自然给我的灵感。
与春天的势态呼应，
我的脑海冒出几个有魅力的和弦。

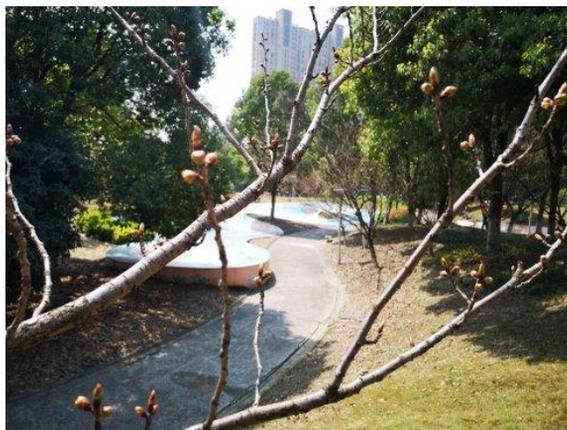
我的生命是在哪个时段，
居然唤起了春天的灵感？
我在深秋时与初春相遇，
内在活力似乎可以把生命逆转。

为什么这样的年龄，
生命的节奏仍然能够同步大自然？
乌鸫一连串热烈的歌唱，
把我的好奇的探究打断……

2019年3月16日



（照片：歌唱的乌鸫。）



(照片：芽孢。)

二十三

《玉兰花》

一样的环境、阳光还有空气……
造物主有赤橙黄绿青蓝紫的回忆，
为何在此时独独选中了粉红色的你？
一个简单的事实，彰显了大自然的奇迹。

2019年3月20日



(照片：玉兰花)

二十四

《凋谢的美》

发现你比樱花更极端，
仅仅数天就开始凋残。
今日下午天高云淡，
你却已经说“再见！”

不顾惨不忍睹的凋谢我走上前，
似乎是要请她的脚步回转，
似乎是要把余留的美发现，
猝不及防，一种浓郁的气息扑面！

这一天有数种花开始出现，
但她们皆没有那丰满的花朵好看。
这一天你落地的花瓣已开始腐烂，
这一天你的美丽是否已经暗淡？

我的好奇心不甘罢休，
固执地探求着什么是美的自然。
当我越来越熟悉自然的规律，
我就越来越接受能够自己的大限？

当你凋谢的时候，
是在把死亡的美体现？
或者我应该把视角转换，
更加深刻的美感应该升华“好看”？

当我在无意中把心量拓展，
终于得到了满意的答案！
奥妙究竟在何处？
扩大视野，更新观念。

2019年3月26日

后记：这个世界对于我们永远是无穷无尽的。同样，美的存在也是无穷无尽的。世界不缺少美，只缺少发现美的眼睛，享受美的心灵。



（照片：凋谢中的玉兰花。）

二十五

《美感的转换》

已凋谢还未掉落的玉兰花瓣，
正在向我的乐感提出挑战。
你们长久留在枝条上面，
是为了把一个巧妙的音响展现。

联合依然留存的花朵、新发的绿芽，
演奏出一个不协和的三和弦。
我的视觉向听觉大胆转换，
再次呼唤出不可思议的美感。

2019年3月27日

后记：世界就是如此。心灵有调整，有转换，美就能够如期出现。——在音乐上，凡是不协和的三和弦度需要解决。生活中有太多的这样的三和弦。不过，没有解决也就这样过去了。



（照片：不协和三和弦：凋谢的，还未凋谢的以及绿芽。）



（在广州凤凰山举办“与大自然通心”工作坊。）

二十六

《故乡的银杏树》

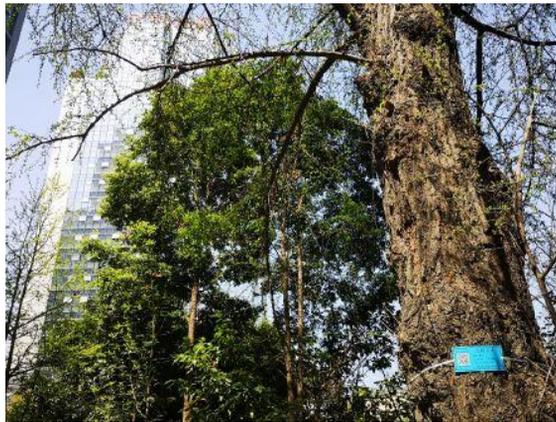
周围的许多人都说着方言，
但高耸林立的楼房挡住了视线。
尽管在故乡，
却有一种陌生感。

长期四处奔波，
有的只是感到新鲜。
回到故乡我在寻找着历史，
找不到历史就无法看清自己的来源。

在这里，我偶然把你发现，
一点莫名的感动涌上心间，
看你那布满皱纹的脸，
就知道我们有更多共同的岁岁年年？

忽然间猛然醒悟，带着些许遗憾、茫然，
当下，我正在把“我是谁？”的问题重演。
我的终身的、未尽的课题，
就是不断探索和建设自己的心灵家园。

2019年3月28日



二十七

《游杜甫诗林》

华夏历史长河悠悠几千年，
日夜不舍流到了我的面前。
今天我在河岸上跃马扬鞭，
追寻那些已经流逝的波澜……

你的每首诗歌都是一朵浪花，
有时微微起伏，有时巨浪滔天。
每一个生命都是长河中的水，
感情有多丰富就掀起多少奇观！

2019年4月2日于成都浣花溪



二十八

《诗魂》

为什么浣花溪上空时常云彩嵯峨？
那是有太多诗人的灵魂正在出没。
密集的石头为他们精心雕刻碑文，
记载了这样那样刻骨铭心的生活！

多少年风风雨雨歌声从来没有停止过，
到今天凝聚为石头更可以亲切地触摸。
我来此认真诵读诸多灵魂的悲欢离合，
更加深刻地体味属于自己的喜怒哀乐。

2019年4月2日于浣花溪公园。



二十九

《悼四川保路运动烈士》

有道是“天下未乱蜀先乱”，
保路运动成了辛亥革命的发端。
中国搬动一只桌子也要流血，(注)
何言铁路这样的重大事件？

保卫铁路就是珍惜一辈子的血汗，
保卫铁路更是捍卫走自己路的尊严。
既然生命的付出得不到尊重，
余下的热血宁愿把正义浇灌。

一百多年的岁月，弹指一挥间，
纪念碑的外表已显得衰老不堪。
砖石犹存，英魂不散，
历史在缓慢地行进，步履蹒跚……

2019年4月4日星期四

注：鲁迅说，在中国搬动一张桌子都要流血。





三十

《刘备墓》

偌大的坟墓周长一百多米，
与平民比，已大的不可思议，
但仍然显得寒碜，
因你已号称“汉昭烈帝”。

龙椅尚未坐热，经营后事不及，
起兵伐吴，半途病倒不起……
常夸你讲哥们义气，
我看是阴差阳错，历史充满玄机。

2019年4月5日星期五



三十一

《在登幽州台歌雕塑前》

芸芸众生，哪一位不是“前不见古人”，历史上有过重叠？
在此之后，难道还会再来第二个痴迷者，有如此感觉？
没有什么怆然、悲哀，也谈不上什么喜悦不喜悦，
冥冥中登上古幽州台，把“天地之悠悠”名句再一次咀嚼。

2019年4月10日傍晚于浣花溪公园



三十二

《小提琴的魅力》

——刘育熙教授独奏音乐会

假若世界上没有任何人会抚摸你，
你的存在，又有什么意义？
不过是一小堆木材，
当柴烧？已经有电，有天然气。

如今你敲响了活泼的小花鼓，
让天鹅优雅游进我们的视野里。
你对着苍天叙述人间疾苦，
还像江水一样怒吼，奔腾不息……

如果没有一双充满灵性的手，
你何以能够活出今天的神奇？

2019年4月11日星期四

三位中央音乐学院附中同学



与郑大昕教授在观众席上

三十三

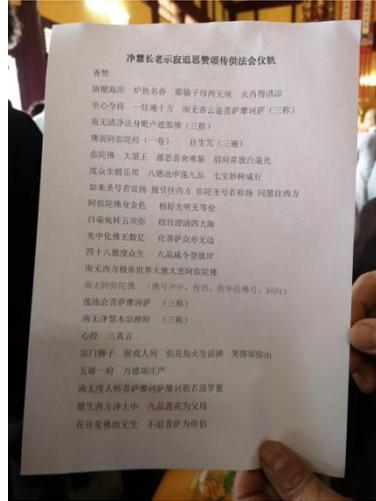
《独处式的追思》

走出庄严肃穆的大雄宝殿，
来到毗卢塔山下的石阶边。
此时我更希望与你单独交谈，
期待在你常来之处与你相见。
据说这里是常常散步的小路，
果然你马上飘然而至到我面前。
心灵真诚的交流不需要伪装，
愿意赤诚相待者才会真实呈现。

2019年4月20日

后记：这天是净慧老和尚圆寂六周年。我参加了有 300 人左右的追思会。但没有等结束，我就提前出来。因为我需要进入有深度的追思。





三十四

《百感交集的告别》

庐山上空，风起云涌，
暴雨倾泻，风啸万松。
你在石头上刻下“美庐”二字，
临别仍不服输：问天下谁能掌控？

雷电轰鸣，激越长空，
大军像潮水一般逼近夏宫。
那干瘦的身影刚刚消失，
风雨中喘着大气登上另一位英雄。

曾几何时，他还喊过你“万岁！”（注）
此时却嘲笑这“美”字笨拙的笔锋。
日月潭尽管也百媚千种，
怎比得上“无限风光在险峰”？

注：在重庆谈判时，一次会议上，毛曾经喊“万岁”。

后记：今年4月24日、25日游庐山。时间虽然短，但还是深深体验到了它的两大意义：1、自然风光。2、政治历史。两方面都不是那么轻而易举就能够领略、获益的。自然风光方面，去了便知，美景令人应接不暇，“横看成岭侧成峰”，不同的角度味道不同，怎么也欣赏不够。政治历史方面，也是太复杂了，一般人消化不了。复杂的历史，首先表现在共产党和国民党之间的斗争。第二，党内部的斗争，也是难以搞清楚。庐山会议与当今中国有密切关系。五九年以后的天灾人祸，最后演变成大革命。到庐山，不仅对风景，也对历史感兴趣的人，是两者都可以得到满足。蒋介石一九四八年，解放军逼近的时候，在庐山别墅的大石头上，写了“美庐”两个字，叫人刻下来。“美庐”两个字，一个是指庐山的别墅，一个是指宋美龄，她的名字中有一个“美”字。而且这别墅是她从一个英国人那里买下来的。这两个字刻的特别有意思。至于它体现了蒋介石什么样的复杂心情，就只有让后人去猜了。接下来发生的事情就更有意思了。毛到庐山，也选择这个地方住下。住进来过后，听到外面敲敲打打的，一看，工作人员正拿着工具，准备把那两个字敲掉，说我们在这住了，看到这两个字不舒服。毛说：“留下来，这是历史。”听起来是很大度。然后，紧接着意味深长了。他说，这“美”字写的，倒过来读，就是“大王八”三字。一一后面这一点，是讲解员讲的。不知道是不是真的。不过仔细看，美字的上面两撇，的确像个“八”。朋友圈有人说：作为政治领袖，说话真的要谨慎，有时候会影响自己的形象。这个“美”字，究竟意味着什么，各人都会有自己的解读。我的感觉是令人咀嚼。





三十五

《庐山瀑布》

瀑布是连接宇宙灵感，
飞流直下，源源不断……
即使流尽了银河的水，
还有河外星系的水等待飞贱！

2019年4月25日

三十六

《洗脑》

血管有垢物血流即缓，
思绪不畅总还有些坡坡坎坎。
让晶莹的水流尽情冲击，冲洗，
焕然一新再去人世欣赏纠缠。

坚信大海是最后的归宿，
大声歌唱着奔涌向前……

2019年4月25日

三十七

《坐庐山缆车》

鸟一样地飞过树的顶端，
鸟一样地把翅膀下的一切俯瞰，
不能够像鸟一样在树枝上栖息，
但比鸟飞得更加缓慢、悠然……

2019年4月25日





三十八

《道信·毗卢塔》

我气喘吁吁爬上这三百台阶，
仿佛是在把历史的流逝追赶。
破旧的塔身恰似你干活的衣衫，
平凡的砖头显露出苍老的容颜。
悠悠一千多年，
你是那样让人敬佩肃然。

不为五斗米折腰有傲骨陶潜，
更有李太白天子呼来不上船。
敢于被砍头，也不愿意出山，
皇帝只是凡夫，只有传法者能占用你的时间。

2019年4月27日





三十九

《庐山·望江亭》

奔腾的大江，
逝者如斯。
屹立的大山，
百态千姿。
站在望江亭的山顶上，
我把两种大美体味、沉思。

一片白色模糊了长江的踪迹，
没想到晴天也有如此的雾气。
但我能够感觉到江水的咆哮，
还有那滚滚东去的壮丽。
如果此时是站在江边，
白雾是否能把这巍峨的大山隐去？
但我仍然能够想象出鸟儿的歌唱，
还有这些松树的傲然挺立。

为了拉近两种大我实现的距离，
我愿变成天空那朵白云，再变成雨，

一部分落入江中，溅起水花，
另一些敲打树叶，引起大山的注意。

2019年4月28日



四十

《谭晶孟广禄·北风吹》

每一个瞬间都在彰显着无限，
每一个瞬间都填满了美感，
谁说完美从来就不存在？

活力四射的生命不知道何为缺陷！

2019年5月15日



四十一

《美庐·蒋介石》

庐山上空，风起云涌，
暴雨倾泻，风啸万松。
你在石头上刻下“美庐”二字，
临别仍不服输：问天下谁是英雄！

雷电轰鸣，激越长空，
大军像潮水一般逼近夏宫。
那干瘦的身影刚刚消失，
风雨中喘着大气登上毛泽东。

曾几何时，他还喊过你“万岁！”
此时却嘲笑这“美”字笨拙的笔锋。
日月潭尽管也百媚千种，
怎比得上“无限风光在险峰”？

2019年5月16日

后记：庐山有两大意义：1、自然风光。2、政治历史。两方面都不是那么轻而易举就能够领略、获益的。自然风光方面，去了便知，令人应接不暇，“横看成岭侧成峰”，不同的角度味道不同，怎么也欣赏不够。政治历史方面，也是太复杂了，一般人消化不了。复杂的历史，首先表现在共产党和国民党之间的斗争。第二，共产党内部的斗争，也是难以搞清楚。庐山会议与当今中国有密切关系。五九年以后的天灾人祸，最后演变成文化大革命。到庐山，不仅对风景，也对历史感兴趣的人，是两者都可以得到满足。蒋介石一九四八年，解放军逼近的时候，在庐山别墅的大石头上，写了“美庐”两个字，叫人刻下来。“美庐”两个字，一个是庐山的别墅，一个是指宋美龄，她的名字中有一个“美”字。这两个字刻的特别有意思。至于它体现了蒋介石什么样的复杂心情，就只有让后人去猜了。接下来发生的事情就更有意思了。毛到庐山，也选择这个地方住下。住进来过后，听到外面敲敲打打的，一看，工作人员正拿着工具，准备把那两个字敲掉，说我们在这住了，看到这两个字不舒服。毛说：“留下来，这是历史。”听起来是很大度。然后，紧接着意味深长了。他说，这“美”字写的，倒过来读，就是“大王八”三字。——后面这一点，是讲解员讲的。不知道是不是真的。朋友圈有人说：作为政治领袖，说话真的要谨慎，有时候会自己的形象给贬低了。





四十二

《手鼓的欢乐》

少谈一些主义，
多搞一些玩意。
人人皆很快乐，
等于共产主义。

2019年7月4日于兰州西固公园



四十三

《天山的云杉》

着装绿色的衣衫，
笔直地耸立天山。
张扬着古老的生命力，
把爱山的仁者呼唤.....

不知道你为何叫“云杉”？
抬头看呐，那天山的天，
有如此多美丽变幻的白云，

稳固与飘逸正好相依相伴！

2019年7月10日



四十四

《庄子如何体验鲁滨逊？》

幽静的山林蕴藏无限丰富，
亲近自然要学会在自然中为自己服务。
观察周围，顺势而为，
几根树枝做靠背，不比沙发更舒服？

仿佛此处休息的是《猎人日记》作者屠格涅夫，
亦感应梭罗栖居《瓦尔登湖》后正走向“天鹅湖”。

最洒脱莫过于庄子天马行空的“逍遥游”，
他如果在荒岛上遇险，与鲁滨逊相比何如？

2019年7月10日于新疆天山



我做的“沙发”，在
这里小憩。



眼前的景色

四十五

《天山之心》

天地不仁以万物为刍狗，
圣人不仁以百姓为刍狗，
游子有心处处饶有趣味，
万事万物都在对吾招手。

2019年7月10日于天山大峡谷



四十六

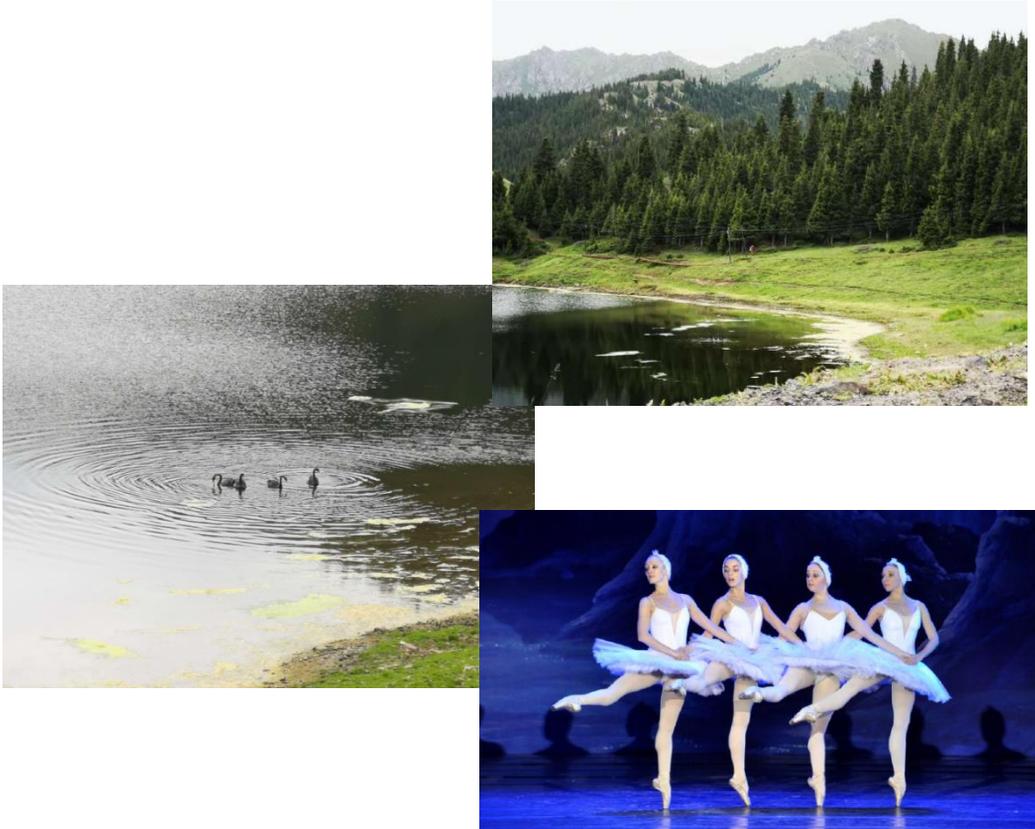
《天山天鹅湖》

在柴科夫斯基的舞剧天鹅湖，
四只白天鹅梦幻般翩翩起舞，
优美的音乐与舞姿令人陶醉，
永恒的美感铭刻在心灵深处。

在天山深处天然的天鹅湖，

四只黑天鹅正在游动，优雅而和睦，
不知道她们是否来自俄罗斯的舞台，
灵魂不变，只是投胎后改变了皮肤？

2019年7月11日于新疆天山



四十七

《宝塔山下》

延州巍巍嘉岭山，
钟声何时荡山川？
山下何人有诗意？
浓缩万年人世间？

2019年7月15日于宝塔山下



四十八

《战争与艺术》

既然你军有那么多悲壮的战役，
为何欠缺黄河大合唱不朽之曲？
大合唱又创新为钢琴协奏，
气势磅礴更彰显艺术魅力。

2019年7月15日



在枣园



枣殿承宗演奏钢琴协奏曲《黄河》

抗战期间中日伤亡统计表

名称	阵亡人数	受伤人数	被俘人数	失踪人数
共产党军队	16万	29万	4.6万	8.7万
国民党军队	131万	174万		
日本侵略军	中国战场：45万 缅甸战场：17万	中国战场：88万		
	备注：中国公民遭受屠杀死亡约800万以上，负伤1000万以上，军民伤亡约2100万以上。			



统计表来自枣园作战室展厅

四十九

《黄昏清凉山》

夜色临近，游人已经归去，
我仍然独坐祠堂边的长椅，
品味着：“塞下秋来风景异，
衡阳雁去无留意……”（注1）

下了一天的小雨停了，
盛夏的清凉山不觉有几分寒意。
你的孤寂跨越了千年的时空，
把我心中那秋天的苍凉唤起……

地有南北东西，心灵交流却不分节气，
我久久地咀嚼着你的夙愿“不为良相，便为良医。”（注2）
不知身处边寨，你有没有问过：理想实现了几许？
没有答案却有启迪：不由得追问：到底有没有做最真实的自己？

对面的山上有一座佛塔，
一口古钟静静地悬挂着，沉默无语……
山下车流不断，车灯迷离，
喇叭声、混乱的音乐声此起彼落，嘈杂无序……（注3）

2019年7月17日黄昏于延安清凉山范公祠

（注1：范仲淹在延州，即延安写的《渔家傲》）

（注2：范仲淹小时候的理想。）

（注3：现在的延安，高楼林立，当年的意味已经难以寻觅。）





五十

《手敲洪钟》

这本是一口音质清宏的古钟，
没有钟锤，只得勉强用手。
响而不透，感受一种历史般的沉重，
仿佛狮子，戴口罩在荒原怒吼.....

2019年7月17日于宝塔山。

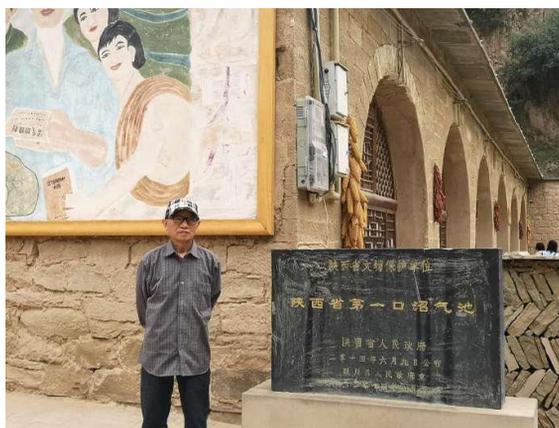


五十一

《聆听历史》

从这里的山沟走出一位知青，
一带又一路经历了多少艰辛？
我行万里路喜好大能量之处，
哪里有历史就驻足仔细聆听……

2019年7月17日于陕西延川梁家河



五十二

《乾坤湾奇观》

黄河在此处拐了一个优美的大弯，
无疑是为了和有心人不远千里见个面。
她匆匆离去，她还有大海这一遥远的终点，
我留恋忘返，如梦似幻地冥想无限.....

宇宙中有无穷无尽的奇观，
再美的风景也只是其中一站，
我用顺其自然的功法与她对练，

对练之后，重新骑马扬鞭.....

2019年7月17日陕西延川乾坤湾



借鉴道家“平衡功”，自编一动作。



“无所从来，亦无所去，故名如来”。



震撼



入静时，黄河的声音哗哗流过心间。

五十三

《弥勒佛与我们》

大肚能容，容天下难容之事，
天下之事本无所谓难不难容，
只是我们肚大还未大到极致。

开口便笑，笑世上可笑之人，
我们也笑过可笑之人一二三四，
只是一张口常常把自己衣裳打湿。

2019年7月19日于延安至西安途中



五十四

《重温岳阳楼记》

先天下之忧而忧，
忧而不愁有大路。
后天下之乐而乐，
乐而不腻有大福。

2019年7月19日延安至西安动车上



五十五

《道无尽头》

——与延安朋友共勉

神奇通心三要件，
学会实战只三天。
三天之后再上路，
道无尽头乐无限。



合影



分组由助教进行现场通心辅导。



助教在讲通心理论要点。

五十六

《梦回唐朝·曲水》

花非花，雾非雾，
 梦回唐朝，不需问路。
 冥思苦想，也出好诗，
 雄鹰齐飞，谁曾目睹？

梦非梦，路非路，

今日有幸，遗址散步。
见了李白，乐天杜甫，
抱拳一笑，各自独处。

2019年7月21日于西安曲水遗址公园



大概是西安的留学生。穿着艳丽唐服，拿着一把美丽的扇子。光线，表情，都像是在做梦。



这一群穿着艳丽唐服装西方人的出现，再现唐朝盛世。

五十七

《何谓“妙笔生花”？》

——白居易写长恨歌

有多少积累才能把一个美梦做全？
有多少爱意才能把历史优雅重演？
有多少美感才激活柳眉芙蓉如面？
行宫见月伤心引发又需多少遗憾？

多少次在想像中洗浴华清池温泉，
感到水滑者并非湘灵更非杨玉环。
诗人之心的神奇体现在妙笔生花，
不管开哪朵总能超越时间与空间。

游子之心亦有妙不可言之处，
冥冥中能把一个个灵魂呼唤，
仿佛挥笔者是你而非白乐天，
十一年情深怎能让玉环命断？

2019年7月21日于西安曲水遗址

注：据说，《长恨歌》的基础来源于白居易早年与邻女湘灵的一次刻骨铭心的恋爱。
如果你看了白居易写给湘灵的若干诗歌，就知道他不过是借他人故事，浇自己块垒。



梦中的许金声



唐朝长安的文人雅士



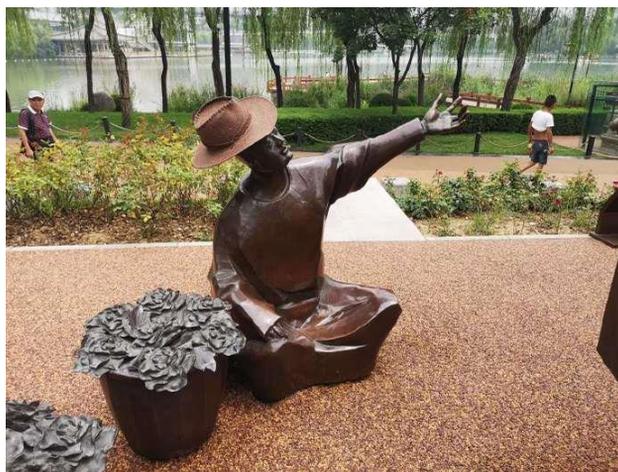
佳句后的疯狂

五十八

《诗心》

我的灵感来自宇宙的神奇，
万事万物无不隐藏着玄机，
天地人我皆可转化为佳句，
释放灵气诗心就是加速器。

2019年7月21日于西安曲水遗址





五十九

《荆轲射杀秦王》

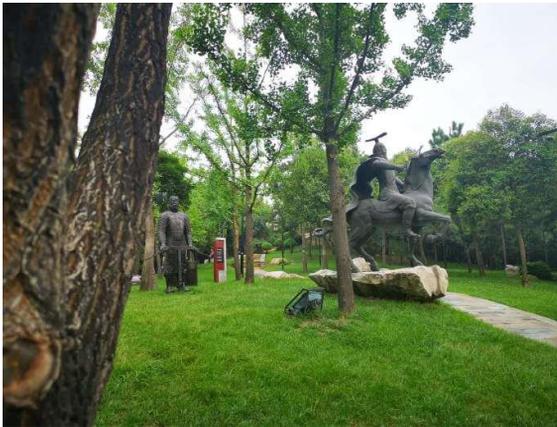
一一秦王骑射雕塑

始皇那里持弓骑马，
荆轲此处偷偷观察，
就在瞄准猎物一霎那，
勇士之箭已射中了他。

有道是历史常会重演，
谁说改写无更多生发？
宇宙无限，轮迴不假，
风萧萧兮，无畏地崩天塌。

易水寒兮，人心却热，
那惊险一幕长久使人后怕……

2019年7月21日于西安曲水遗址



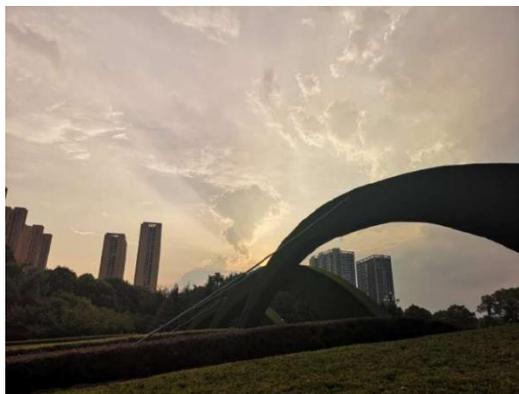
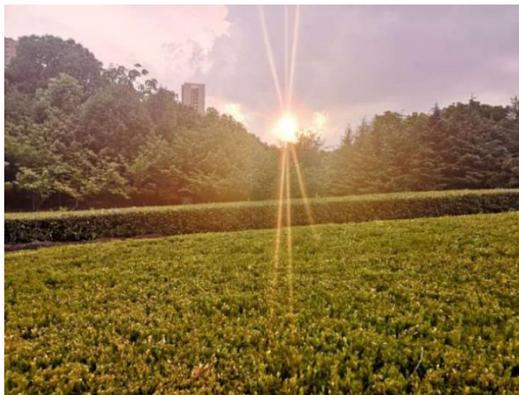
六十

《自然与人间》

欣赏了夕阳导演的西天无穷变幻，
回到这没完没了折腾着的人世间，
这里有隔三差五你对我错的不断纠缠，
那里有一波三折利益相争的持久战。

大自然不会有心给大家制造麻烦，
有的只是这心那心的纠结与混乱。
感恩夕阳不停送出美感孜孜不倦，
何时起能欣赏人间如同欣赏自然？

2019年7月29日于常州法制公园



六十一

《由内向外的清凉》

走在幽静的小路上，
满眼绿色无法阻挡一阵阵盛夏的热浪，
听着大声的蝉鸣与细声的鸟唱，
慢慢地，慢慢地，由内向外生出一股清凉……

2019年7月29日下午于常州法制公园，晴天多云，温度38度。



六十二

《一抹白云》

若隐还现，
蓝天中一抹白云。
似乎有所触动，
放过它也完全可行。

恰如清晨的许多梦境，
疑有深意，
想记下，
却又懒得睁开眼睛……

2019年8月2日中午于常州法制公园



六十三

《知足》

阵雨过后，
增加了几分凉意。
酷暑曾如凶恶的士兵，
严控住开着空调的住地。

不管它们是否已经撤离，
抓住时机，走进清新空气。
尽管还是阴天，满眼植物已使我欣喜，
原来活着之好，只需一片绿地……

灰暗的天空没有白云，
稀稀落落又开始飘着一些雨滴，
正好前方一个亭子，
坐下来体味流动的思绪……

2019年8月4日中午于常州法制公园



稀稀落落还有一些雨滴



透过树丛的天空

六十四

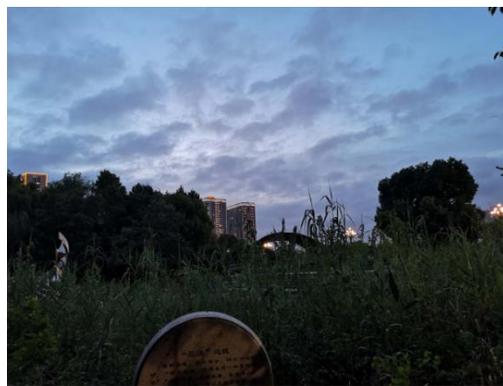
《黄昏的天空》

说那是一幅幅油画，
却忽略了水墨的写意。
说那是洒脱的水墨，
又漏掉了油画的绚丽。

不，那怎么能称为画呢？
尽管绘画能够凝固万变瞬息？
忽然间，我感觉到画家的贪婪，
一个平面，如何能展开大自然的神奇？
忽然间，我体验到诗人的无力，
几行文字言不尽意，无法相等宇宙的神秘……

恍惚间，那一边新月已经升起，
形状如钩，似乎要勾起什么儿时的记忆。
更像是一只天眼，
把我长不大的幼稚看得一览无余……

2019年8月4日黄昏于常州法制公园



六十五

《睡莲之梦》

我想把你们比作莲花，
比喻虽不奇葩，也不至想象贫乏，
莲花出污泥而不染，
马路上有多少尾气在飘浮？

天空中有多少乌云久久悬挂？
而你们，亭亭玉立，几多优雅……

忽然间，脑海浮现了东坡池的那些睡莲，
闪电般，有一个深深的觉察：
我哪是在描写什么街灯，
是在把睡莲的梦境表达！

2019年8月5日晚上8点于常州延政路。

后记：谁能够说，莲花不会做梦？谁能够说，宇宙中无数次的轮回，你不会变成一朵莲花？



六十六

《“诗人”与“死人”》

我问：我是不是“诗人”？
你不经意地回答说“是”。
如果我把你的慷慨当回事，

我也就成了“死人”。

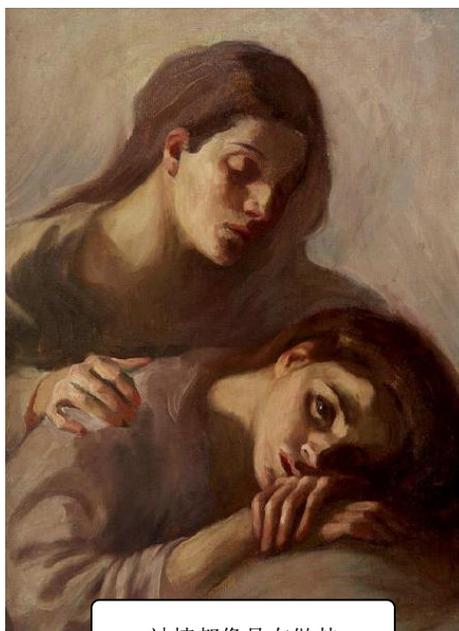
内心的歌唱需要贴什么标签来确认？
泉水的洁净为什么非得用检测来验证？
诗人的桂冠仿佛是那件皇帝的新衣，
无人真正看见，却逃不出儿童的眼神……

我问：我是不是“死人”？
你笑而不答，怀疑我是神经病人……
如果我不曾死去，
为什么昨日撞见苏轼，今天又看到纪伯伦？

2019年8月5日晚上于常州莱蒙城公园里



诗人纪伯伦的画



神情都像是在做梦

六十七

《游黄州赤壁》

哪里有乱石穿空呈现奇观？
何处寻大江东去惊涛拍岸？
长大的呼吸，内心的波澜，

一千多年过去，却心情依然……

沧海桑田，江水早已经改道，
故地神游，诗人脑海中的硝烟仍在弥漫，
物换星移，看不够宇宙的无穷变换，
尽管人生如梦，梦亦有精彩与平凡！

2019年8月6于黄州赤壁

后记：由于与苏东坡专家王琳祥先生在办公室会面，请教，进公园时已经 17:30。管理员强调 18:00 关门，只能够看一会，走马观花，内心仍然有诗意涌动。跟随苏东坡的足迹，预计还将有文字，先写下这一种感觉。



六十八

《微妙的一切》

已经熟悉了太久的炎热，
走进公园已完全另一种感觉。

微风就像久违的朋友，
清新，爽快，还有体贴……

蝉鸣不减劲头，
但已少一份喧闹，多一份清越。
天上的白云移动更快，
犹如追赶，又仿佛急切赴约。

我坐在木制的长椅上
默默感受变动不居微妙的一切……
一匹算太黄的树叶落在我面前，
是想诉说分离的痛苦，还是分享刚才空中飘舞的喜悦？

2019年8月7日中午于常州法制公园

后记：原来明天就是立秋。



六十九

读《清风明月——净慧长老追忆录》

盛世仍旧待开元，

古寺振兴生活禅。
多少先贤头上云，
无心之间四扩散。

2019年8月19日于邢台大开元寺





七十

《自赞》

天马行空何处去？
孤峰无云仍矗立。
大海小河皆喜游，
长梦短梦不厌续。

2019年8月19日于邢台大开元寺

后记：住在净慧老和尚中兴的大开元寺，想起他以前曾经说我“天马行空”。这里面既有批评，又有一定肯定，或者还有……。——这首诗歌的题目，所谓“自赞”是自己表扬自己。前面两句是独处状态，有时候产生的感觉。我们每个人从深刻的意义上，都是绝对孤独的，需要自己探索，自己消化。脚下的路，需要自己来走。每一个具有独立人格的人，充分个体化的人，都有天马行空的时刻……

“大海小河”，写的是既是在大自然中喜爱游泳的真实状态，又暗喻自己对人际交往的体验。例如，参加大会发言，犹如身处“大海”，举办小型工作坊，恰是小河游泳。“长梦短梦不厌续”，是指自己对成长的感觉。一方面尽管人生如梦，这梦也得做下去。一方面，解梦，了解自己的潜意识，深刻认识自己，也是一种乐趣，一种成长的乐趣。

2019年8月19日，我在微课《反思和评估自己的生存状态——人的基本生存状态理论》里，讲到了这首诗歌，作为一个开场白：

刚才我在群里，发了一首我今天刚刚写的诗歌，题目叫《自赞》。

《自赞》

天马行空何处去？
孤峰无云仍矗立。
大海小河皆喜游，
长梦短梦不厌续。

为什么把这首诗发到这个地方呢？其实这首诗跟我今天晚上讲的主题“人的基本生存状态理论”是有密切关系的。这首诗，它讲的就是我自己的基本生存状态，讲的是我自己的独处和交往。

所谓自赞，那就是自己表扬自己吧。天马行空何处去？这句话就说我这个人做事情独

立性很强，也有人这样说我：“许金声做事情喜欢天马行空”，我也不知道这句话是在表扬我呢，还是在讽刺我？我一般是理解为是表扬我。因为我认为人，首先他具有独立的人格，他要善于独立，善于独处。

“天马行空何处去？”究竟何处去？没有回答，也回答不了。回答不了的时候，探索就是一种最好的状态，是一种回答。“孤峰无云仍矗立。”就是指，孤立的山峰，没有白云环绕，他仍然矗立。在山上仍然有鸟叫，有野兽，有树叶在风中摇曳，也是很美的。这两句实际上是写我一个人独处的情况。我喜欢大自然，在大自然中旅游，如果是几个人一起出去的话，我都建议大家，到了景点之后，必须要有分开与大自然交流的时间。

这是什么意思呢？为什么大家去旅游，到了旅游景点之后，大家一定要有分开的时间呢？因为我们到大自然去旅游，是为了和大自然进行交流，体验与大自然的关系，这个时候需要独处。如果你在大自然中仍然在不断的说话，有的时候你就忘记了欣赏大自然的美，体会大自然的美，至少它没有在你一个人的时候，体会的更加细微，更加美妙。

“大海小河皆喜游，长梦短梦不厌续。”这两句就写的是主要是我交往的状态。这个大海，小河可以理解为真实的大海，真实的小河。我这个人喜欢游泳，到一个地方，只要水是比较清凉的，我就会下水，就要游泳。在这个地方呢，大海、小河也是指我的人际交往状态。所谓“大海”就是面对 1000 个人的讲座，我是喜欢讲的，面对 1000 个人，在大礼堂里面我也讲过。所有一级做过的事情，回忆起来，就像是做梦。

“长梦短梦不厌续”，这是什么意思呢？这句话实际上是指我个人的成长。长梦、短梦，它都是不请自来的，我现在到了晚上仍然会做梦，有的时候也做白日梦，在白天的时候我也会进行自我催眠，晚上做梦有的时候比较长，有的时候比较短，这些梦对于我们来说都是非常宝贵的财富，都要把它记下来。

不管是长梦、短梦，他对于理解我们的潜意识，都是非常宝贵的。所以说，长梦短梦不厌续，就是我愿意继续做下去，因为它可以帮助我认识我是谁，了解我的潜意识。尽管“人生如梦”，但这梦也乐意做下去，所以说“长梦短梦不厌续。”



天马行空



孤峰矗立



大海游泳



寺院上空的白云

七十一

《莲荷之美》

无论水池与盆缸，
莲荷一样呈祥光。
根性不变美无限，
人间能赏即天堂。

2019年8月21日于大开元寺庭院

后记：如果在人间能够产生高峰体验，与天堂生活的差异呢？



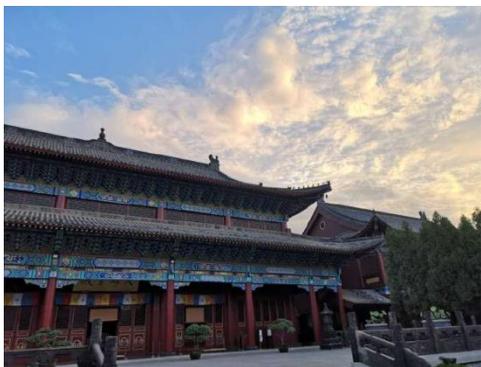
七十二

《生机盎然》

风动？云动？抑或心入云中？
清晨的古寺，我仰望天空，
白云的变幻何时能够看够？
远古的思绪何地不再悠悠？

忽然间感到“无常”是一种魅力，
忽然间体会到生机盎然而又无穷……
低头俯看那清沏的水池，
鱼儿正围绕荷花兴奋活泼地游动……

2019年8月23日 6:30，于邢台大开元寺



七十三

《黄梁一梦·新版》

黄梁一梦饭未熟，
何必匆匆把路走。
既然得道遇神仙，
最好一同先喝酒。

2019年8月27日

七十四

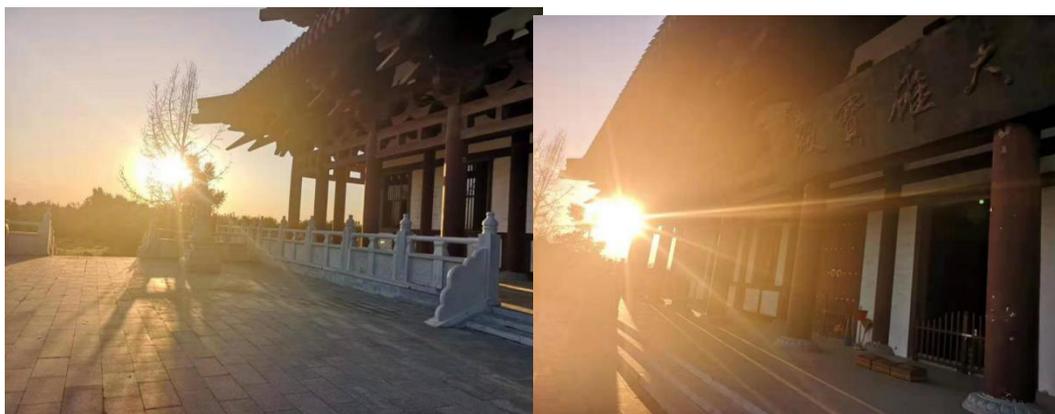
《内心的节奏》

西下的夕阳送来耀眼的阳光，
废墟中一座古老的新殿金碧辉煌。
中原大地经历了多少沧桑，
袅袅炊烟唤起游子归家的欲望。

人人都需要有精神的家园，
智慧与慈悲像树木一样茁壮生长。
一息尚存，就要生活，
要生活就要有支撑和突破的力量。

落日慢慢悠悠地西沉，
挥手一般地射出余光。
既不缓慢，亦不匆忙，
正与我内心深处的节奏一样……

2019年8月29日傍晚于邯郸二祖禅寺大雄宝殿外



七十五

《野草的呼啸》

台阶下长满了参差不齐的野草，
微风中对着大殿不断挥手又晃脑。
它们似乎想要表达什么，
却苦于无法像蝉鸣与鸟叫……

“野草也有佛性吗？”

一个问题油然而生，并非完全无聊。
再过一百年亿年，你们会进化为何等模样？
至少那时的我也许能听懂你们每时每刻的呼啸。

既然水已经知道了答案，
纵然前面有痒痒树还有含羞草，
它们与人类交流的程度已经几多奇妙，
大殿里诵经声声是否刺激你们欲要赶超？

2019年8月30日于邯郸二祖禅寺

后记：想到黑格尔美妙的格言：“那些石头在叫喊着：我们要成为上帝！”



七十六

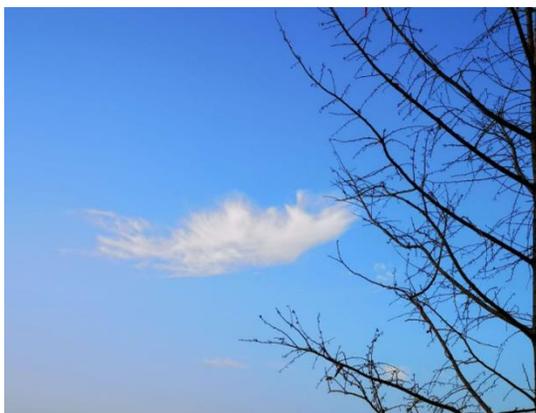
《关于白云的疑问》

一朵白云在天空缓缓移动，
坚定不移地由西向东。
你的动力来自何处？
如果此时并没有风？

如果是因为风，
为何形状一直保持相同？
怎么会“风吹云不散”？
内聚力莫非来自你有骨头？

抑或还有风的不紧不松，
完美的配合丝丝入扣？
看起来这朵云独秀于宇宙，
背后还隐藏着风的不朽……

2019年8月30日初稿，9月1日修改与邯郸二祖禅寺



白云的移动，这棵树是非常好的参照。

七十七

《回溯与展望》

赤脚行走在温热的商朝土城墙，
生命在刹那间追至过去的时光。
三千五百年的时空，
一路穿越竟如此通畅……

中午的太阳已把草地晒得发烫，
只有他见证了这段历史的漫长……
什么时候何处曾腾起狼烟，直奔云霄？
有多少人用泥土垒起城墙，一筐一筐？

关于过去的文明我们知道得很少很少，
但好奇已经说明生活没有多么匆忙。
城墙曾经满足了祖先关于安全的幻象，
洲际导弹是否使现代人的不安感下降？

追溯过去就像是一些跌宕起伏的梦境，
展望未来人类何时能实现和平的梦想？
太阳只能再燃烧五十亿年，和平了也会地老天荒！
如果灵魂真的不灭，我那时去宇宙的何处飘荡？

2019年9月4日于郑州商代城墙之上。



舒服而充满意蕴的感觉



手机如何能够拍好太阳？您有更好方法吗？

七十八

《黄州安国寺》

闹市中一座古寺开始艰难重建，
大街上汽车、电瓶车响成一片，
人来人往，各自奔忙，一念又一念，
青云塔巍然屹立，把一切默默观看。

塔顶粗大的朴树宣示着一种特殊风范，
一棵树，尚有如此强大生命力，
那么，直入人心的穿透力，
此处，能不能有更大的承担？

东坡是一个地名亦是一个人名，
生活送给灵魂觉醒最好礼物就是患难。
滚滚长江东去，又是一个千年，
有多少人曾经有心在此处把“今我”体验？（注）

2019年9月8日于黄州安国寺

（注）苏轼在安国寺认识继连大和尚之后，受到很大震动，开始了人生具有深度的反省和变革。他写道：“谪居无事，默自观省，回视三十年以来所为，多其病者。足下所见，皆故我，非今我也。无乃闻其声不考其情，取其华而遗其实乎？抑将又有取于此也？此事非相见不能尽。”从“故我”到“今我”，从苏轼，到苏东坡，至少具有人格转型和升华的意味。



七十九

《赤壁畅游》

到此仍叹人生梦，（注）
沧桑无碍夕阳红。
落日依依西归去，
余晖送我游向东。

2019年9月9日于黄州赤壁

（注：苏东坡：“人生如梦，一樽还酹江月。”）



八十

《秋风与风铃》

秋风徐来风铃响，（注）
风铃不辨暖与凉。
虽是五蕴凡夫身，
铃声气爽一起赏。

2019年9月10日于黄州安国寺

注：应该是我无法分辨春夏秋冬的风铃声。

后记：做人是幸运的。其幸运之一，就是能够进入审美的意境。



八十一

《美感呼之即出》

夕阳与月亮，
总是在黄昏匆匆相见，
他们交流了什么？
谁能听懂他们的语言？

宇宙中蕴含着出太多的神秘，
处处有呼之即出奇妙的美感……

2019年9月12日于黄州



八十二

《寻找东坡遗址》

久久地在黄冈十三坡的街道上徬徨，
让想象尽量去捕捉当年此地的模样……
昔日的荒坡曾长出并不丰盛庄稼，
今日的街道上商店虽多生意并不兴旺。

不变的唯有西下的夕阳，
依然迷离晃眼而又明亮。
找了个有树荫的地方坐下，
喝一口矿泉水回溯千年的时光。

恰似那头发早白渐老的读书人，
放下了锄头正坐下来歇气、乘凉。
尽管脚下的土壤十分贫瘠，
旷达的心灵任何情况下都不失去希望……

2019年9月14日于黄冈市十三坡

后记：元丰三年，乌台诗案，苏轼幸免一死，被贬至黄州。由于俸禄断绝，生存成了问题。好心的黄州太守，把废弃的营地十几亩划拨给他，让他无偿使用。于是苏轼过起了开荒度日的生活。这一块地西高东低，当地人称之为“东坡”，苏轼也自号“东坡居士”。当年的东坡在现在黄冈的生命地方呢？据县志记载，今日之十三坡到十八坡就是东坡遗址。这天下午，我专程去寻找遗址。到了十三坡、十八坡，还能见到街道有的地段由东到西逐渐升高。

此诗寄给黄州的苏东坡专家，书法家王琳祥先生，他看后回复：“连续读了三次！棒极了！诗句空灵！内涵深刻！好久没有读过这样的杰作……”。他是《苏东坡谪居黄州》、《黄州赤壁集》等书的作者。



明显的西高东低的地势



八十三

《惠州诗二首》

惠州，是苏东坡一生中的三个谪居地之一，另外还有黄州、儋州。要理解、欣赏苏东坡，不可不细游惠州，而惠州最重要的是惠州西湖。苏东坡在惠州西湖边徘徊，写下“一更山吐月，玉塔卧微澜。”之名句。其中，“山吐月”生动描述了月亮升起之微妙。这天，千年之后，亦是一更（晚上7点至9点），我追循诗人之足迹，却见月亮升起的东方，没有山影，各种各样的高楼阻挡了视线。往日之胜景已不复存在，只能欣赏“一更楼吐月”啦！好在历经近千年的变迁，仍然能够感觉到这里的强大“气场”。孤山之下，得诗二首。

《悼朝云》

如梦幻泡影，如露亦如电，
短暂生命却留下几多美丽灿烂。
黄州东坡之上智慧与青春共舞，（注1）
惠州西湖侧畔红颜听湖水长眠。（注2）
心有灵犀，小女子亦有大我，
开悟之人，何以能灵感不断？

（注1）贬往黄州的第二年，苏东坡在患难与共中纳王朝云为妾，此时苏东坡已经四十五岁了，朝云才十八岁。他们一起在黄州城东废弃的一块山坡（东坡）营地上垦荒种地，苏轼正是此时自号为“东坡居士”。

（注2）苏东坡贬往惠州的第二年，朝云去世，年仅三十四岁。在断气之前，她为东坡诵他们共同喜爱的《金刚经》：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”。肉体已不存，而魂魄依然。



《孤

惠州西湖

花香、草香，
朝云魂香，
袅袅千年飘香……

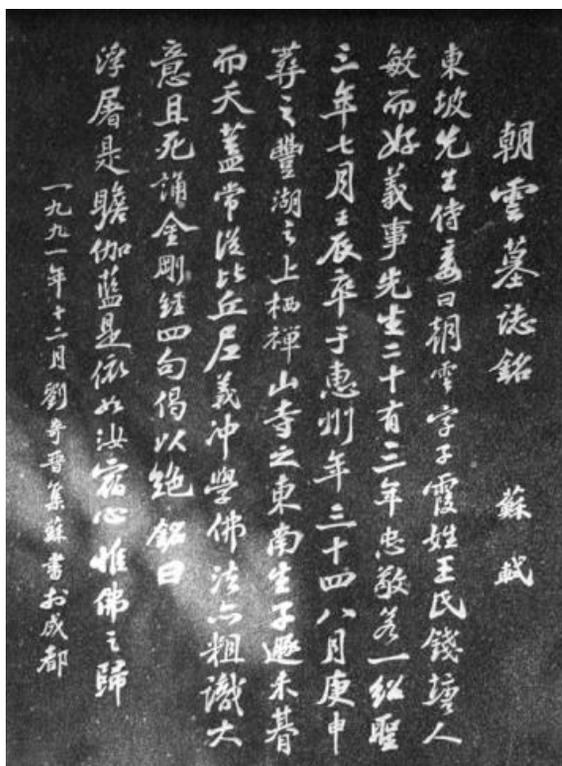
月影、树影，
玉圣塔影，
恍兮惚兮倩影……

风声、蝉声，
金刚颂经声，
大梦初醒今生……

（注）朝云病亡后，东坡将其葬于惠州西湖孤山栖禅寺松林中东南，直面大圣塔。后栖禅寺僧人筑亭纪念，名为“六如亭”。今栖禅寺已不在，大圣塔乃重修。物质速朽，而精神永远。



西湖“六如亭”



苏东坡手迹

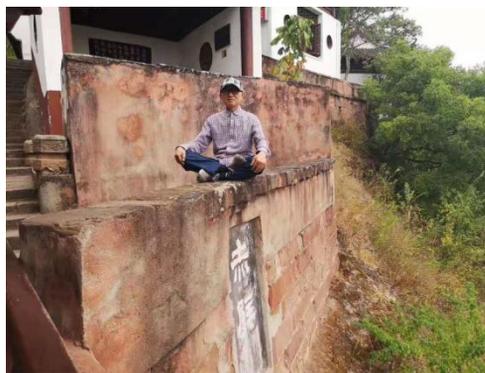
《赤壁精神》

——与黄冈赤壁山人

赤壁山人通古今，
苏子神采再翻新。
东坡任刮四季风，
丹霞同光日月星。

2019年9月16日于黄冈赤壁

后记：读著名苏东坡专家王琳祥的书，今天又承蒙他热心亲自指引，再次游览黄冈赤壁。不仅感觉到神清气爽，而且越来越有一种领悟：赤壁是一种精神。当今世界风云变幻，战争威胁不减，有识之士当有历史的眼光，并接地气求实。东坡与地球相连，任随气候更替，不会改变。赤壁之战是经典的以少胜多，以弱胜强的范例，利用天时地利的范例，但胜利的光辉，又怎么胜得过日月星的永恒？故，“苏子与客泛舟，游于赤壁之下。”



八十五

《忆可亭》（注1）

天地有情泉一眼，（注2）

慧公有情云一片。（注3）

释尊有情来此寺，

见到该亭留何言？

2019年9月18日星期三

注1：忆可亭是净慧老和尚在玉泉寺为沙弥明可所建的纪念亭。关于明可，老和尚在《哭明可沙弥并记》组诗的前言介绍说：“明可，号崇津，湖北武汉新洲人，俗姓程。1990年8月15日生。年13从吾披剃，住玉泉近二载，聪慧勤劳，好学不倦，于日常功课、法器，熟而且精，嗓音亦可。勤于洒扫，乐于助人。因其襁褓即孤贫无依，由外祖母抚养，三、四岁即入新洲报恩寺，乏人关照，养成自卑、沉思性格。2002年11月中旬，吾于新洲旧街庆福寺萍逢，其外祖母托吾携归柏林，其时12岁。吾将其寄住于石家庄姜红明居士家，月给生活费，就近读书，历时一年。2002年寒假，即来玉泉，次年农历四月十五剃度。明可现年15岁，于今年7月15日在玉泉山中吃安眠药自尽，留有遗书数纸。”

注2：净慧老和尚为玉泉寺题写对联：“流水万家天地有情泉一眼；浮云千载江山无恙柏三株。”

注3：净慧老和尚为忆可亭题写对联：“风送断云归去；月和流水过桥来。”



河北邢台玉泉寺忆可亭。



河北邢台玉泉寺



在忆可亭



与玉泉寺当家亲切交谈

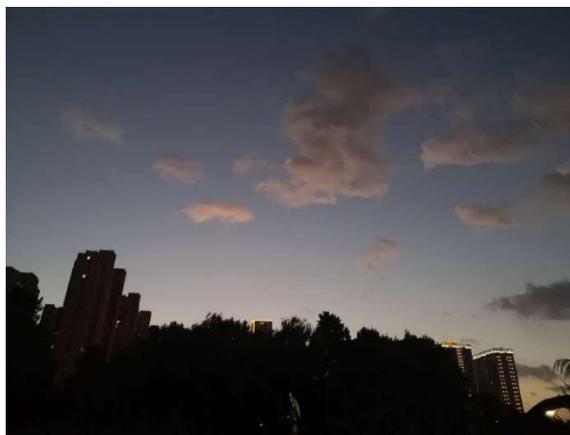
八十六

《乌云的移动》

这是初夜，还是黄昏的天空？
团团乌云向南匆匆忙忙移动。
仿佛要完成一个神秘的使命，
壮阔景象怎能使人无动于衷？

神奇的大自然景色无穷无尽，
仅仅是云彩何时曾有过相同？

2019年9月21日于常州



八十七

《秋天真好》

秋天真好，真的好！
放眼色彩斑斓，阳光普照，
空气清新，鸟儿不知疲倦鸣叫，
无论哪里抬头，都是蓝天白云飘……
思绪如登山，期待更高、更高，
心情长出翅膀，翱翔天空，渴望浩渺……

有时候，秋天也会有风儿在耳边呼啸，
这是大自然在发问：“要不要，要不要……？”
此时，我站在旷野上，望着远方地平线：
“要”！“要”！“要……！”

2019年9月30日于常州



八十八

《节日》

七十岁还算是青春正年少，
有创造力理应该长新不老。
金秋是登高望远的好季节，
蓝天白云下多少红旗飘飘？

红旗又飘飘，红旗飘又飘，
黄河奔流，鼓点就是心跳。
珍惜生命每一天都要活好，
华夏子孙你有无真正自豪？

2019年10月1日



八十九

《新的景色》

清晨我漫步走进秋日的林园，
色彩斑驳中享受空气的新鲜。
尽管昨夜并没有风，
地上的黄叶又多了数片……

我的生命与自然一样运转，
按照日历也步入了秋天，
一些果实挂在树上，
似乎想留住我的视线……

让需要的人们去采摘吧，
一条幽静的小路就在前面，
我毫不犹豫走上前，
义无反顾拐了一个弯……

有时也好奇大限何时来临，
更多是感受生命中新芽在冒尖……
心跳依然，脚力尚健，
新的景色呼唤我继续探险……

2019年10月7日星期一于常州



九十

《再见，星河湾！》

海滨城市之南，头三天一直阴天，
大厅里却呈现气象非凡，星河灿烂。
一千多心灵美好的追求者在此相遇，
有多少智慧在生，灵感在闪？！

最后一天，阳光明媚，我走到海边，
看见诸多船只待发，即将驶出这一片海湾。
刹那间再次感受，大海就是伟大的催梦师，
看见他，心灵不由自主无限拓宽！

2019年10月15日



在海边





星河湾酒店

我在大会上举办了“心理健康服务核心方法与技术”工作坊，受到热烈欢迎。由于参加人多，不得不限人数。工作坊的现场通过做真实个案传授技术，引起强烈反响。

九十一

《崂山》

在这里，远离了城市喧闹，
空气清新，负离子含量高，
这里特色，是站在山上向远方俯瞰，
绿荫之中，体会大海的浩渺……

这一天雾蒙蒙，老天爷开个玩笑，
故意模糊视线，影响我与大海神交。
莫非是故意让我留点遗憾：
渴望辽阔，就更应站得更高？

头脑中总是浮现一个画面似乎可笑，
在茫茫太平洋中为何没有矗立这样的山峰之岛，
不必高过珠峰，
但却直入云霄……

2019年10月16日于青岛崂山



大会结束，去了崂山。



崂山的特点是登山望大海。



可惜今天能见度太差。

九十二

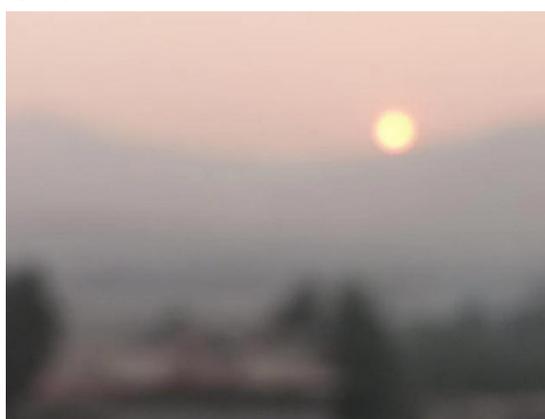
《动车黄昏》

列车奔驰，飞快地驶向前方，
景色一晃而过，唯一紧追不舍是夕阳，
我的速度越快，它的脸庞更红，
最后追赶不上，不好意思沉没西方……

2019年10月17日下午五点半于青岛至济宁途中



动车上看夕阳，有特殊美感。



遗憾是手机只能够做到如此了。

九十三

《太白湖的诗意》

暮色迷茫中我向太白湖走去，
无声的细雨从天上带下来一个问题。
如果那酒中之仙并没有到过此地，
我这游子如何又能够萌生出诗意？

我的视线投向水面，
平静的湖水几乎都涟漪都不起。
高洁的荷花已经全部凋谢，
荷叶泛黄呈现出一种苍老的痕迹……

湖水大概深度最多不过数十米，
汪伦的送别却深不过我的寻觅。
如果你曾经在此独步却无诗句，
恰好由我来弥补那灵性的缺席。

无酒无友正适宜单独与大自然亲密，
把杜甫也抛在一边来享受一种神奇。
深秋的时节也有深秋无限的魅力，
无论晴天雨天皆有不可替代的情趣……

忽然间，我看见对面矗立着四面观音，
她的法眼正把八方的细节清楚地洞悉，
绵绵的甘露浸透大地，也打湿我的衣帽，
我感觉到她的注视，而当年李白只有敬亭山对立……

2019年10月22日



九十四

《湖边跑步》

今见太白湖，
腿痒想跑步。
诗仙见此景，
笑我喝过度。

2019年10月22日于济宁太白湖

注：李白在济宁生活二十余年，为纪念他，将此处微山湖最北端命名为“太白湖”。

九十五

《与命运打一个赌》

有点想与命运打一个赌，
余下的日子要活得更自由。
既然自己、大自然、社会都了然于心，
临死前怎么可能会稀里糊涂？

尽管感觉已足够清楚，
偶尔也聆听大限的脚步……
生命越来越精彩之时，
向死而生正是一条最佳之路……

心中似乎还在不断冒出花骨朵，
想看看它们开放时会奏出多少音符。
时空仿佛也完全可以倒转，
但无论是大道、小径决不会重复……

2019年10月26日于北京什刹海



(追求长生不老的秘籍。)



(芦苇之美。)



(菩提心就是与天地人通心。)



(夕阳西下)

九十六

《拈花寺》

参政难得不乱政，
秉国少有不贪权。
明有太后建寺院，
拈花一笑已悄然。

2019年10月29日于北京拈花寺



（北京拈花寺大门）





（这种情况，反而有一种历史感。）



（该寺院没有开放，只有外面看看。）

附：《李太后》

孝定皇太后（1546年—1614年），李氏，溧县人，明神宗生母。为人十分严谨，对于明神宗十分严厉，后来明神宗统治的繁荣也有她的辅佐之功。

十五岁进入裕王府，为裕王朱载堉生第三子朱翊钧，进而由都人（宫女）升为侧妃。裕王登基后被封贵妃，地位仅次于陈皇后。万历元年（1573年），朱翊钧即位，是为明神宗，为母亲李氏上尊号为慈圣皇太后。六年三月，加尊号曰慈圣宣文皇太后。十年，加尊号曰慈圣宣文明肃皇太后。十二年，与陈太后一同谒山陵。二十九年，加尊号曰慈圣宣文明肃贞寿端献皇太后。三十四年，加尊号曰慈圣宣文明肃贞寿端献恭熹皇太后。四十二年二月崩，上尊谥曰孝定贞纯钦仁端肃弼天祚圣皇太后，合葬昭陵，别祀崇先殿。

李氏十五岁时，进入裕王府，侍奉裕王朱载堉。

嘉靖四十二年（1563年），李氏为朱载堉生下儿子朱翊钧。

隆庆元年（1567年），朱载堉即位，是为明穆宗。同年三月，明穆宗封李氏为贵妃。

万历元年（1573年），朱翊钧即位，是为明神宗，为母亲李氏上尊号为慈圣皇太后。按照旧制，皇帝即位，尊皇后为皇太后，若有生母称太后的，则加上徽号以示区别。当时，太监冯保想讨好李氏，因此以并尊两太后为名，暗示大学士张居正交付廷臣商议，尊明穆宗皇后陈氏为仁圣皇太后，尊李氏为慈圣皇太后，李氏与陈氏两人便开始没有区别。陈太后住在慈庆宫，李太后住在慈宁宫。张居正请求李太后看护明神宗的起居，于是迁居乾清宫。

严格教帝

李太后管教明神宗相当严格。明神宗有时不愿读书，李太后便马上将他召来，让他长时间罚跪。每次明神宗在经筵听儒臣讲授完毕，李太后总是让明神宗在她面前模仿讲臣复述所讲内容。凡到上朝之日，李太后五更时就来到明神宗的住处，招呼道：“皇上应该起来了。”下令左右扶明神宗起来坐下，取水为他洗脸，然后领着明神宗乘车而出。明神宗侍奉李太后惟命恭谨，而那些奉李太后之旨的宦官们，往往对他过分挟持管束。有一次，明神宗在西城曲宴上喝多了酒，命内侍唱新曲给他听，内侍推辞说不会，明神宗便取剑要杀内侍，幸亏左右加以劝解，才取笑割去内侍的头发。第二天，李太后听说此事，传话给张居正，让他上疏切谏，并令他为明神宗起草罪己御札。又将明神宗召来罚跪，一一列举他的过错，明神宗哭着请求以后改过才算了结。

加尊去世

万历六年（1578年），明神宗大婚，李太后将返回慈宁宫，她嘱咐张居正道：“不能再早晚照护皇上了，先生亲受先帝的托付，望每天早晚都能对皇上有所教诲，不负先帝对你的信赖。”同年三月，加上尊号为宣文。万历十年（1582年），加上尊号明肃。万历十二年（1584年），李太后与陈太后一起拜谒天寿山陵园。万历二十九年（1601年），再加李太后尊号贞寿端猷。万历三十四年（1606年），又加上尊号恭熹。万历四十二年（1614年）二月，李太后去世，被上尊谥号为孝定贞纯钦仁端肃弼天祚圣皇太后，合葬于昭陵，另在崇先殿祭祀。

李太后性情严明。万历初年的政务，虽委任张居正，但综核名实，国家近于富强，李太后之功居多。明光宗朱常洛还未被册立为太子时，给事中姜应麟等上疏请求册封太子而被贬谪，李太后听说之后很不以为然。有一天，明神宗到慈宁宫陪侍李太后，李太后便问他不册立太子的原因。明神宗回答：“他是都人之子。”李太后大怒道：“你也是都人之子。”明神宗听后惶恐不已，跪伏在地上不敢起来。原来后宫中叫宫女为“都人”，李太后也是宫女出身，所以她才会这么恼怒。明光宗因此才得以立为太子。群臣请求让福王朱常洵前往藩地，且行程已定，其生母郑贵妃想将出发日期推迟一年，以给李太后祝寿为理由。李太后说道：“我的儿子潞王朱翊镠也可以来京拜寿吗？”郑贵妃听她这么说，才不敢留住朱常洵。御史曹学程因为进言而被判死罪，李太后怜惜他的母亲年老，为他在明神宗面前讲情，将他免罪释放。李太后的父亲李伟被封为武清伯。李太后家人曾经犯有过失，她便命宦官前去列举其过，而将有罪家人依法处置。不过李太后十分信奉佛教，在京城内外多处建造庙宇，动辄耗费巨万，明神宗也出资无数帮助修建。张居正在世时，曾经为此进谏劝阻，但没有被李太后采纳。

——《百度百科》

九十七

《向死而生宜早》

这次去北京，又见到我所尊敬的佛学大家，净慧老和尚在家大弟子，明尧居士。先是在北京广化寺的“什刹海传统文化读书会”听了他的关于《楞严经》的讲座，讲到“圆通”的时候，印象很深。

后又去原来的赵州茶馆附近，旁听明杰法师主持的一个编辑《净慧全集》的会议。会议之后，他带我们去著名的素食馆“荷塘月色”用餐。

我们的交流开放、深入而坦诚。

我问他，现在最关心的主题是什么？他回答，他在思考他的后事！他的回答使我略微一惊，又感觉到他在不断深入的生命状态。上次净慧老和尚圆寂五周年时，我去四祖寺参加了活动，并且与他有非常深入的交流。我亦寄给了他我写的几篇关于老和尚的文章，包括《洒脱的离去》、《净慧老和尚两次奇妙的通心》等。我们在关于“向死而生”的问题上，产生一些微妙的共鸣。

在荷塘月色，我拿出明杰法师赠送的净慧老和尚著作《空花佛事》，想出四句顺口溜，请明尧替我抄在书的扉页：

《与明尧共勉》

学习净慧长老，
向死而生宜早。
净者有大智慧，
圆通不多不少。



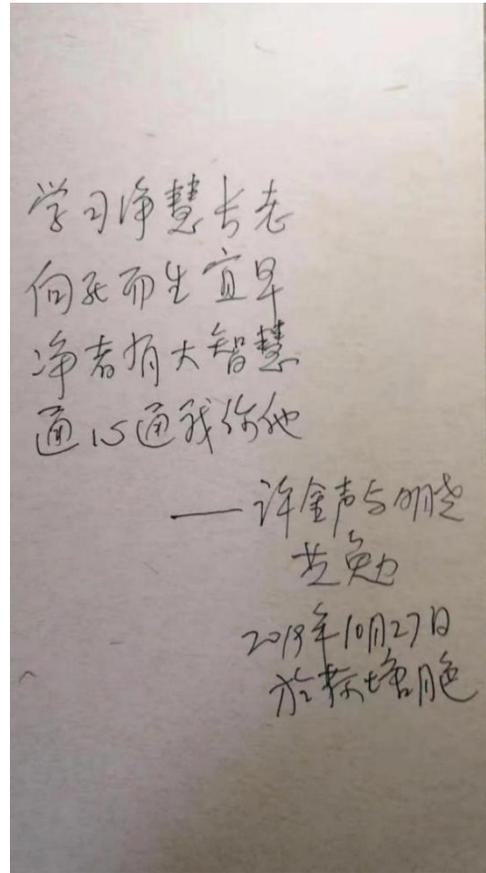
荷塘月色



读书会



广化寺



书的封面，他这么一留手迹，这本书有额外增加了意义。我的顺口溜最后一句有修改。

九十八

《活着》

晴空万里好天气，
彰显活着之意义。
大自然中无限美，
等待你我走进去。

2019年11月5日于常州

九十九

《奔跑的麝香鹿》

在生生不息的探索中，一次次地体验着终极，
全然地放下，却接近了永恒的恍兮惚兮……
麝香鹿朝着大风方向，在田野奔跑，
追上风的速度，似梦却真地享受着自己的香气……

2019年11月7日于常州

注：关于这首诗，灵感是受了泰戈尔的启示。

泰戈尔的这首诗来自《园丁集》，其意象优美，意蕴深刻，但我当时只记住了前两句。写了这首诗歌之后，又搜索出了他的原诗，再次品味，感觉自己在思想的深度上似乎有所更深的沉淀。他说“我追寻的是自己得不到的，得到的是自己不曾追寻的。”对于我来说，并不尽然。我感觉，在自己的生活中，至少越来越能够达到一些预期的目的。越有深度地认识自己就是越接近永恒。

他的原诗：

我像麝香鹿一样在森林的树阴中奔跑，为自己的香气而疯狂。
夜晚是五月中旬的夜晚，和风是南方的和风。

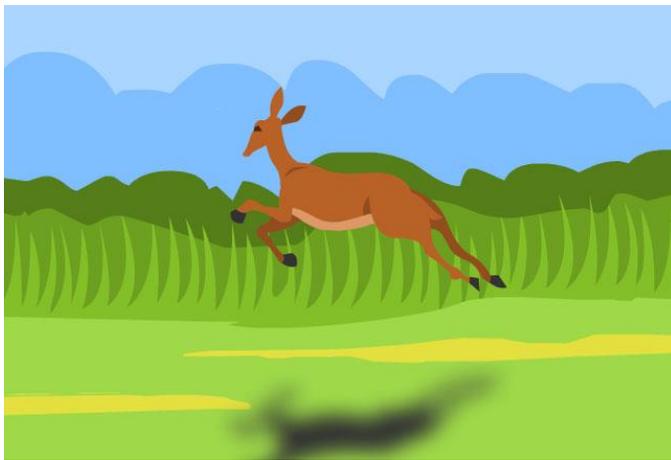
我迷路了，我游荡着，追寻的是自己得不到的，得到的是自己不曾追寻的。

我自己愿望的形象从心中走出来跳舞。

这隐约闪烁的幻影飞掠而出。

我试图紧紧抓住它，它避开了我，又把我引入歧途。

我追寻的是自己得不到的，得到的是自己不曾追寻的。



一零零

《药山体道》

一一赠明影住持

云在青天水在瓶，
云儿与水两分明。
瓶在屋中不知云，
山中有湖映倒影。

2019年11月14日于药山

附：药山寺为禅宗曹洞宗祖庭。

《宋高僧传》卷十七记载：“(翱)初见俨，执经卷不顾，侍者白曰：‘太守在此。’翱性褊急，乃倡言曰：‘见面不似闻名。’俨乃呼，翱应唯。曰：‘太守何贵耳贱目？’翱拱手谢之，问曰：‘何谓道邪？’俨指天指净瓶曰：‘云在青天水在瓶。’翱于时暗室已明，疑冰顿泮。”

山南东道节度使李翱多次派人请药山禅师进城供养，均被禅师拒绝。这一日，李翱亲自上山登门造访，问道：“什么是‘道’？”药山禅师伸出手指，指上指下，然后问：“懂吗？”李翱说：“不懂。”药山禅师解释说：“云在青天水在瓶！”原来真理就在青天的云上，瓶里的水中。道在一草一木，道在一山一谷，道在宇宙间一切事物当中。李翱当即提笔写了一首诗：“练得身形似鹤形，千株松下两函经。我来问道无余说，云在青天水在瓶！”

这是多么淡泊高远的境界啊！而我们，处于世俗的红尘当中，一些欲望已经根深蒂固，因此，要做到淡薄高远，必须渐渐消除欲望，到最后，才能真正理解“云在青天水在瓶”。可见，“云在青天水在瓶”一句本是惟俨所言，被李翱融入诗中。李翱得到药山禅师的点化，茅塞顿开。潇洒作云，恬静作水，淡泊名利，修身正道。原来真理就在青天的云上，瓶里的水中！道在一草一木，道在一山一谷，道在宇宙间一切事物当中。李翱顿悟，下山后随即卸甲归田，去寻找闲云野鹤的生活，从此足不出户隐居山林。

【赠药山高僧惟俨二首】——李翱

(一)

练得身形似鹤形，
千株松下两函经。
我来问道无余说，
云在青天水在瓶。

(二)

选得幽居惬野情，
终年无送亦无迎。
有时直上孤峰顶，
月下披云啸一声。

一零一

《夜游橘子洲》

漫步在翠绿的橘子洲上，
夜幕很快就开始下降……
趁一点余光仔细察看水质，
——并没有担心的昏黄……(注 1)

一百年前的江水想必更加清凉，
橘子洲正好在宽阔的水面的中央。
在这样的环境里游泳野蛮体魄，
疲倦时岛上憩息又把精神滋养……(注 2)

从校园到此不过十分钟的时光，(注 3)
青春的五个年头在此处成长。(注 4)
校门里进出过诸多大大小小的伟人，(注 5)
是不是所有的他们都曾经把这环境爱上？

夜色中看不见岳麓山的颜色，
只见两岸高楼林立，灯火辉煌。
一百年的历史如江水奔流而去，
再过一千年，江水是向南，还是北上？(注 6)

夜色苍苍……
宇宙茫茫……
银河浩瀚……
地球之外的生命在何处隐藏？

2019年11月18日于长沙橘子洲

注 1：因为我也想在恰当的时候在湘江游泳。

注 2：我所喜爱的毛泽东青年的笔记：“野蛮其体魄，文明其精神。”

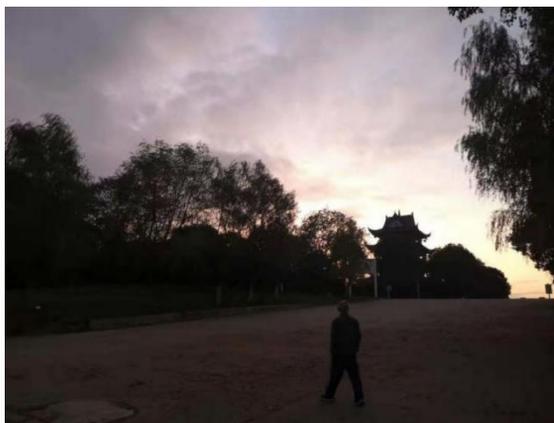
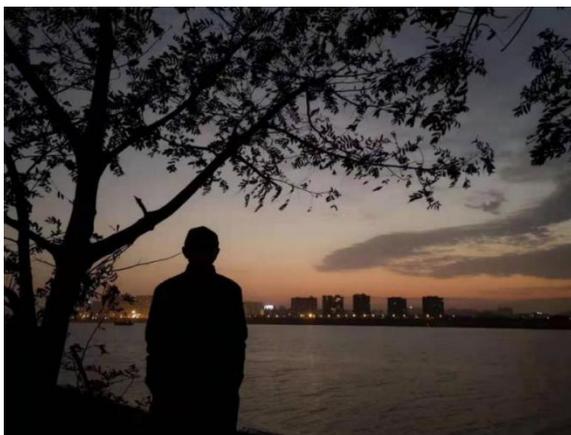
注 3：从湖南第一师范到湘江边仅五百余米。

注 4：1913年春至1918年夏，毛泽东在湖南第一师范读书五年半。

注 5：这里群星灿烂，名人辈出：中国共产党的“一大”代表毛泽东、何叔衡、李达、

上世纪四十年代我党“五大书记”之一任弼时，中华民国开国元勋黄兴，“难酬蹈海亦英雄”的民主革命家陈天华，清代中兴名臣曾国藩、左宗棠、胡林翼，以及一大批杰出人物如蔡和森、李维汉、徐特立、杨昌济、谢觉哉、周谷城、田汉、黎锦熙、张国基、谭延闿、王先谦、何绍基等曾在此学习或工作。一师师生(含城南书院)入《辞海》者达 48 人。一代伟人毛深东在此求学、工作八个春秋。(引自百度百科)

注 6：“独立寒秋，湘江北去……”但今天我却发现是江水往南。问出租车司机，答：有时候是往南，有时候是往北。上网查到这样的说法：“湘江是长江众多支流之一，它位于长江以南，长江处于汛期时(夏秋两季)负责为长江蓄水，所以由北向南流，以缓解水流过多过猛可能造成的洪涝灾害问题；非汛期时排水，促进水循环，所以由南向北流。”



二零二

《前方》

有多少美景一掠而过？
多少遗憾来不及蹉跎？
奔驰的列车目标既定，
前方什么就置身什么。

2019年11月20日于长沙至深圳动车



二零三

《回到最真实的自己》

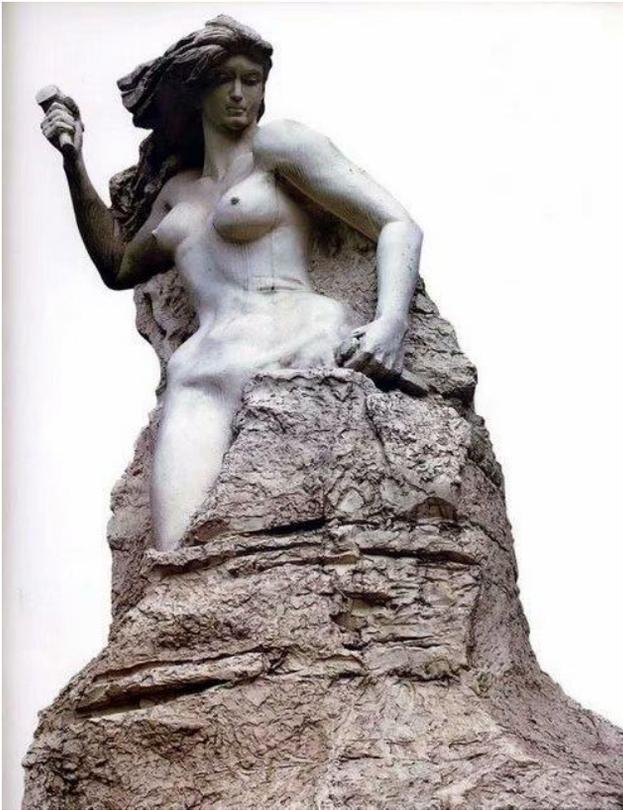
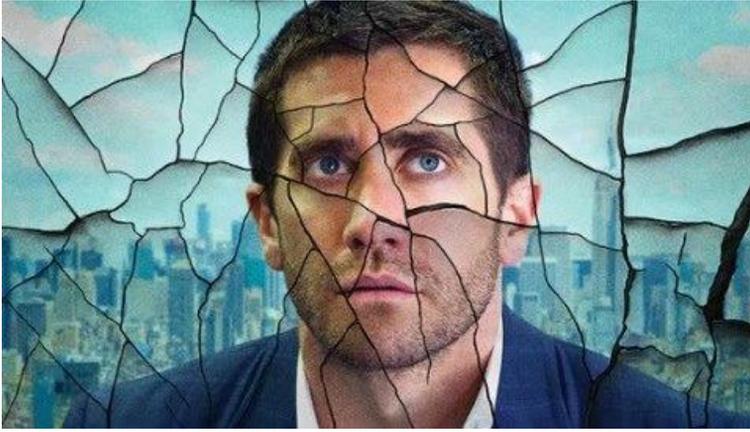
不管你有多么单纯，
遇到复杂的人，你就是有心计！
关键是有人这样认为，你是何种心理？
如果你不在意或者可以忽略他的评价，
尽管继续把单纯的事情单纯地做下去。
如果你在意他的评价，你在意的是什麼？
增加点复杂。——但你是否拥有足够精力？

不管你有多么真诚，
总是有人会怀疑，你就是没有诚意！
关键是有人这样感受，你是何种心理？
如果你不在意或者可以忽略他的感受，
尽管继续真诚地面对，个别的评价已无关大局。
如果你在意他的感受，你在意的是什麼？
你是否需要调整什麼，真诚并不排斥智慧与毅力……

不管你有多么专业，
遇到不懂的人，你不过就是在放屁！
关键是有客户这样翻白眼，你是何种心理？
千万别不在意或者可以忽略他的反应，
尽管选择比努力更重要，换个客户服务又有另外的问题。
如果你在意他的反应，搞清楚他为何如此不满意？
专业需要精益求精，——上帝派他来对你挑剔……

大千世界，什么人都会遇到，
有的人，使你感觉是福气，
有的人，使你五味杂陈，
不管遇到了谁，
你都需要：
回到最真实的自己！

2019年11月21日



潘鹤雕塑作品“自我完善”

注：此诗歌灵感来自安贝芬妮
《当你被抓进精神病院，如何证明
自己 没有精神病？》：

.....

不管你有多么单纯，
遇到复杂的人，你就是有心计。

不管你有多么真诚，
遇到怀疑你的人，你就是谎言。

不管你多么专业，
遇到不懂的人，你就是空白。

所以，关键不是你不够好，
而是你没有遇到对的人。
别太在乎别人的评价，
懂你的，不用解释；
不懂你的，解释也没用。
不需要向别人解释，做好自己！

一零四

《路与人》

路，就是前人的心迹，
他们曾经通过了这里……
至于他们为什么要走这条路？
问一问自己究竟要向何处去？

如果你们的方向一致，
不要太快庆幸更加省力。
问一问自己究竟要干什么？
也许你能更快到达目的地。

如果你的目标清晰，
眼前却完全无路可走。
你正应该为此感到庆幸：
无限的宇宙给了你一个使命……

开拓更大的领域……
领会更多的乐趣……
即使走出的新路暂时无人问津，
却至少有造物主会感到开心！

后记：2019年12月2日，在广州大夫山散步迷路，尽管有时候在半人高的野草中穿行，荆棘刺透鞋底，没有恐惧，却悟出一些似是而非的哲理。



在无人，至少是人迹罕至的地方，欣赏丰富的景色。



花不多，就是这样的野花，会使你眼前一亮。

一零五

《夜游邕江》

入夜的江城两岸灯火辉煌，
夜色中江水生寒一片迷茫。
看了看天上那皎洁的月亮，
投入水中游向神秘的前方……

2019年12月11日

一零六

《游泳之乐》

四肢健全的人不知不觉都能够行走，
学会了游泳才知道什么是更大自由。
五音齐全的盲人有不少都会一展歌喉，
诸多残障人都能在钢琴上把名曲演奏……

人虽然不是水中之鱼，
却能比鱼儿在水中更加享受。
庄子何必与惠子辩论“鱼之乐”？
跳到水中让惠子岸上闭嘴哑口……

2019年12月17日于邕江

后记：濠梁之辩的公案不是一个思辨的问题，而是有没有体验的实践。



一零七

《诗意的延伸》

1、露珠对湖水说道：“你是荷叶下的大露珠，我是荷叶上的小露珠。”

——泰戈尔《飞鸟集》

露珠对湖水说道：“你是荷叶下的大露珠，我是荷叶上的小露珠。”

这话被天上的乌云听到了。一阵大雨下来。雨打荷叶，又落入湖中。那拍打的声音，是在表达什么情感呢？

雨过了。荷叶残留的水珠又对湖水说：“你是荷叶下的大水珠，我是荷叶上的小水珠。”湖水此时似乎想到什么，但却默默无语……

——许金声延伸

2、瀑布歌唱着：“我得到自由时，也就有了歌声。”

——泰戈尔《飞鸟集》

瀑布歌唱着：“我得到自由时，也就有了歌声。”

潮水富有节奏地冲击着海岸：“我的欲望一天没有得到满足，我就一天也不停息。”

——许金声延伸

3、群星毫不畏惧自己看似萤火虫。

——泰戈尔《飞鸟集》

当萤火虫们抬头看见群星时，都兴奋地和他们打招呼，并且热情地呼喊：“一起跳啊！舞啊！”群星默默无语，光线似乎也暗淡了一些……

——许金声延伸

2019年12月17日



一零八

《水中去体验“上善若水”》

一句“上善若水”令人着迷，
体会水的善良就是与水做游戏。
原来游泳不光是可以锻炼身体，
在水中还能够体味深邃之哲理……

原来蛙泳还可以比青蛙更有力，
原来自由式应该如此巧妙地换气，
每当我的姿势有一点点改变，
水这位神奇搭档都瞬间予以鼓励……

游戏就是与大自然的使者共舞，
让自己的潜在在合作中发挥到极致。
孔子川上曰：逝者如斯夫！
老子水中吟：游者有大趣！



一零九

《冬泳是否冷？》

冷，还是不冷？

就看你的心态是否需要调整？

水，对你意味着什么？

看这里的水，有没有一种好心情？

如果你能在水中能够与水共同游戏，

才发现有一种岸上无法想象的惊喜。

无论你是跳水前勇气战胜了恐惧，

还是全然就谈不上什么恐惧不恐惧……

2019年12月21日于南宁邕江构思

2019年12月22日（冬至）于广西玉林大容山写就。





(入水时的奋起)



(兴奋)

— —

《森林里的思绪》

——大自然：慧能与王阳明的相遇

树叶在风中微微地摇摆，
是树动，还是空气在流动？
小溪冲击石头不息地歌唱，
是水动，还是水与石头在合奏？
鸟儿的鸣叫此起彼落，
是它们在彼此应答，还是各自讴歌？
——不必有什么答案？
提出问题，本身就兴趣盎然！

这些小花，
我不在时，谁曾驻足观看？
这些野果，
没有人时，就这样成熟后又坠落、腐烂？
——此时它们全都不在我的视野，
但又无端地在我的脑海里出现……

2019年12月23日于玉林大容山森林公园

后记：“时有风吹幡动。一僧曰风动，一僧曰幡动，议论不已。慧能曰：不是风动，不是幡动，仁者心动。”
——《坛经》。

“你未看此花时，此花与汝心同归于寂；你来看此花时，则此花颜色一时明白起来。”——王阳明。

以上两段话，令人长久地品味……





一百一十一

《无边无际是一种自由》

冬天的大山充满了雾，
天空中团团乌云在移动……
正在迷离的情景里，
一只大鹏跃上高空；
又像一个巨人在云海里漫游，
高举的手臂体现了自由泳的美感与轻松……
那究竟是什么？
如果是大鹏飞翔，你看到庄子正在逍遥之中……
如果是一个巨人在云海，
那就是游子正在把自由歌颂……

鱼已经幻化为无垠天空中飞翔的大鹏，
鸟能亦变成波澜壮阔大海中遨游的龙……
困在果壳里也认为是无限空间的主宰，
在大容山，怎不尽情体验什么是无限的包容？

2019年12月23日于广西玉林大容山国家森林公园。

后记：“北冥有鱼，其名为鲲。鲲之大，不知其几千里也。化而为鸟，其名为鹏。鹏之背，不知其几千里也，怒而飞，其翼若垂天之云。是鸟也，海运则将徙于南冥。”——庄子《逍遥游》。冬季的大容山，不知道也没有人注意到一种异象？——在大山雨雾天气中看远方风车，颇有神奇之感。如果是用望远镜，则十分壮观。



一百一十二

《这山望那山》

——攀登者的命运

你气喘吁吁地爬上山顶，
视野终于使你心旷神怡……
登高为你显示了更多的意义，
同时也使你产生了一个疑虑：
那边似乎还有一座山更高，
你是否下山后再次鼓劲、拼力？

世界上有多少高山、险峰在等待着你？
即使去过了珠穆朗玛峰还是心不安逸。
攀登者的命运，探索者的心气，
不是倒在半途，就是在山顶上离去？

2019年12月23日于广西玉林大容山森林公园。



一百一十三

《从湖光岩到瓦尔登湖》

某一天，你飘然而至，
如一只美丽的池鹭。
如果真有转世投胎，
你一定后来美国的梭罗……
从湖光岩到瓦尔登湖，
共同的喜好都是与大自然相处。

孤独不一定就是痛苦，
罕见的行为常常有罕见的快乐……

2019年12月27日于湛江湖光岩白衣庵

注1：关于白衣庵的说法有种种，包括：（1）唐朝末年，皇帝在雷州选美，有一女子逃到这里，削发为尼，就有了现在的白衣庵。（2）相传为宋代外地来此的一位白衣女子的修行处。

注2：这次来湖光岩，见到一只孤零零的池鹭。



图为池鹭。池鹭喜活动于沼泽、湖泊、河流的浅水处，在水中趟水行走觅食，栖息于竹林、树林的枝干中……

从白衣庵看湖水



我想象当年应该是这个样子



现在的建筑



冬天的湖光岩

一百一十四

《穿越时空的遐想》

经历了何等神奇、壮丽的喷发，（1）
时空在何时终于归于沉寂？
湖面何时变得如此平静，
只有难以觉察的微微涟漪？

总是有飞鸟在空中盘旋不已……
岸上的树林曾有过多少生命栖息？
今日我在湖边流连忘返，
让清澈透底的湖水把我的记忆清洗……

度过了寒冷的冰河时期，
一个智人在水边久久站立。（2）
你是在琢磨如何捕捉湖里的鱼儿？
还是在感受风景的秀丽？

之前，是否还有晚期直立人目睹了当时的奇迹？（3）
当大自然的水与火在高温中冲撞、喷发，
你是已经能够感到壮丽，
还是感到仅仅感到恐惧？

要多少历史的积累，
才能诞生李纲宰相的正气？（4）
当你挥笔写下“湖光岩”三字，
应该仍然未忘记亡国的焦虑？

要经过多少时间的演变，
才能够诞生苏东坡的灵气？（5）
即使见过这清澈透底纯净的湖水，
又如何把“已灰之木”的情趣唤起？

地球在宇宙中尽管微不足道，
但却演绎着无限丰富的变异……

究竟有没有外星人曾经光顾这里？
即使不是为了实用，也纯粹只是好奇？

地球就像是一个人有自己的脾气，
人类在很多时候只是在模仿地球的情绪？
如果积累了太多的压抑，
总会有一次表达酣畅淋漓……

那些火山岩在向天喷发时呐喊：
“我们要成为上帝！我们要成为上帝！”（6）
经历了无数次的灵魂转世，
在这里我终于进入了天堂，目睹了最美的一隅。

2019年12月28日于湛江湖光岩地质公园

注1：湛江玛珥湖（湖光岩）形成于14—16万年前。

注2：早期智人生活在25万年—4万年前。

注3：科学家在印度尼西亚爪哇中部的骨层中发现了12块直立人头盖骨和2块小腿骨。之后，一项发表于《自然》的研究分析了挖掘地点及其周围情况后，给出了上述骨层的确切年代：11.7万年前至10.8万年前。

注4：1129年（宋建炎三年），丞相李纲被贬万安军（今海南省万宁县），路经雷州暂住时，曾会见住持孙琮和尚，并且同游玛珥湖，题写了“湖光岩”三字。湖光岩由此得名。但并没有留下诗句。

注5：宋绍圣四年（1097年）苏东坡自惠州再贬海南儋县，其弟苏辙亦谪雷州，五月兄弟相遇广西滕县，六月同道到达雷州。据该地质公园的介绍，苏东坡似乎到过湖光岩，但并没有什么证据。该公园在一个石头上镌刻了苏东坡书写的“诗”字，是渴望曾经赞美杭州西湖的他也赞美湖光岩。我倒是认为，苏东坡即使到过湖光岩，也未必就一定有诗意诞生。即使是大诗人，也难免有心情不好的时候。苏东坡去世前诗云：“心似已灰之木，身如不系之舟。问汝平生功业，黄州。惠州。儋州。”也不仅仅是自嘲。例如，苏东坡曾经具有“大江东去……”的豪迈，却未见歌颂大海的诗句。

注6：哲学家黑格尔名言：“那些石头在叫喊着：我们要成为上帝！”



湖光岩全景



冬天的玛珥湖



玛珥湖此时在想什么呢？



此岩石如古猿的人头。古猿，我们共同的祖先。

2020

一百一十五

《二零二零的第一首诗》

苏子三步乃儋州，
南荒之地人性同。
我今效法桄榔庵，
大学借我一茅棚。

2020年1月1日于海南大学儋州校区

后记：昨天告别了徐闻县汤显祖的“贵生书院”，乘船、坐车来到儋州。“问汝平生功业，黄州惠州儋州。”儋州乃苏东坡人生三部曲之最后一部。苏东坡之前生命已入化境，到哪里都不住散发灵性的光辉。来儋州后，与当地居民相处融洽，尤其还有黎族同胞。人们为他盖了三间简陋的房子，供他讲学。因四周为桄榔树，苏东坡名之为“桄榔庵”。苏东坡非常喜欢儋州，称自己为儋州人（“我本儋耳人，寄生西蜀州。”），“九死南荒吾不恨，兹游奇绝冠平生。”——在这里，苏东坡称他在儋州的生活“奇绝冠平生”，评价之高，值得注意。如果能够深入了解，就能够体会到他晚年在这里的生活确达到了一个新的高峰。苏东坡是我的老乡，眉山里成都仅仅六十公里。这次来儋州，兴趣之一正是深入与苏东坡再交流一下。

明天将在海南大学儋州校区举办“全人心理学·通心工作坊”。见工作人员发在微信群中的布置好的场地的照片，不由得发以上感慨。



宽敞的场地，举办体验式的、互动的工作坊极佳。



在海南大学儋州校区

在我住的招待所楼下



桃榔树

一百一十六

《热情与力量》

那么多宽大的叶片亲近太阳，
怪不得储藏了取之难尽的热情与力量！
与人同高的亲切的树枝、树冠，
便于人们采摘，更有美感耐人观赏……
生命的一天有低潮与高潮
就像音乐的节奏有低迴与高亢。
咖啡是阳光，植物与水的大三和弦，
与香茶一样，皆是来自天堂的琼浆……
一次次把创造力支撑，酝酿，
一次次推波助澜把生命之舟送往前方……
一息尚存，精气神一次次高扬，
体验宇宙的奥妙，把大自然的神奇歌唱！

2020年1月3日于儋州热带植物园。

后记：爱喝咖啡。但喝了那么多，还第一次见到其来源。

一百一十七

《依兰香的舞姿》

花期不在的季节，
用什么来把客人迎接？
那舞姿亦令人眼花缭乱，
用美感的想象来升华嗅觉……

2020年1月3日于儋州热带植物园

后记：其实，不光是依兰香树，每一种植物的枝干、树叶都在隐藏着大自然的神秘。它们一直在等待着心灵的赞美。



一百一十八

《追寻与冒险》

一次次冒险，就是一次次超越死亡，
那火球就要沉没，只剩下片刻时光，
为了追回，那颗正在冷却的心脏，
我无视风急浪大，义无反顾地纵身海洋……

远古夸父逐日，是否与我一样？
夸父是探索者的原型与榜样，
追寻太阳就是追寻长生不老，
就是追寻那无穷无尽的光与力量……

2020年1月5日于海南东方市鱼鳞洲





一百一十九

《大海的诱惑》

海水晶莹剔透，
令人怦然心动！
不是因能一望到底，
而是感受到蕴藏的无穷……
只需一颗纯真的好奇之心，
就能体会大自然摄人魂魄的引诱……

2020年1月6日

一百二十

《钟爱夕阳》

为什么如此钟爱夕阳？
究竟为什么总是使我久久彷徨？
夕阳是太阳一天中最辉煌的时刻，
夕阳是太阳一天中与人类最亲近的时光。
“辉煌”和“亲近”二者似乎难以得兼，
地球上何人最早把它们整合、发扬？

夕阳的沉没过程非常匆忙，
给人的震撼却引入陶醉于天老地荒。
——这一伙山顶洞人的洞口恰好对准夕阳，
站在洞口的那位是否产生过用你来点燃柴火的幻象？
这一位尼安德特人在迁徙的路途中离群停下了脚步，（1）
黄昏时是由于疲倦，还是被美感袭击近乎发狂？

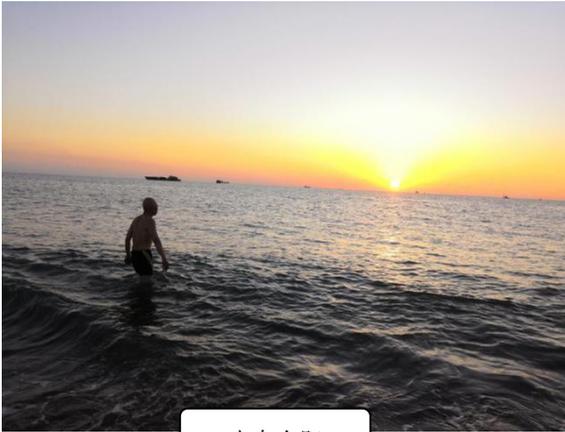
我今特意在海南的西海岸住下，
纵情漫无边际的思绪，陶醉宇宙的苍茫……

2020年1月7日于海南东方市。

注：（1）尼安德特人（*Homo neanderthalensis*）是一群生存于旧石器时代的史前人类，按照国际科学分类二名法归类为人科人属。1856年，其遗迹首先在德国尼安德河谷被发现。2010年，尼安德特人基因组草图发布，研究发现，欧亚大陆现代人均有1%-4%的尼安德特人基因成分。2017年，美国《科学》杂志发表题为《中国许昌出土晚更新世古人类头骨研究》论文称，10多万年前生活在河南省许昌市灵井遗址的“许昌人”，可能是中国境内古老人类和欧洲尼安德特人的后代。尼安德特人和解剖学上的现代人最初都被认为是在30万到20万年前从直立人进化而来的。直立人大约在180万年前出现，并且长期分布于整个欧亚大陆的各个亚种中。有考古发现称尼安德特人有埋葬死者的习俗，但这些墓葬是否具有任何象征意义受到严重质疑。还有科研人员说，6.5万多年前，一个尼安德特人用红赭石，在一处洞穴的墙壁上划出了一根根线条，由此成为了地球上已知最早的艺术师。这一发现推翻了一个曾被普遍接受的观点，即现代人类是唯一会通过艺术作品进行自我表达的物种。科研人员还说，在相隔几百公里的洞穴中，尼安德特人在洞壁上涂抹、画画和绘色，创造出一幅幅艺术作品，而现代人类在几万年之后，才来到这里。



走向夕阳



走向夕阳



太阳正在接近海平面

一百二十一

《东方的黄昏》

大风大浪游向夕阳，
夸父追日多点悲怆。
人生平淡玩些惊险，
有滋有味不枉一趟。

2020年1月15日于东方市西海岸

有点冒险的娱乐，切勿模仿！

这一天的午饭吃的晚，午觉睡得晚，起的也晚。醒时已经下午五点。过了一会，发现天气很好，天边没有云彩，鱼鳞洲正对西方，夕阳一定非常好看！拍一段清晰的，游向夕阳的视频的机会来了。赶紧请助理找车。但非常不顺利，找车不容易，已经到了六点十三分，车才到。夕阳一般是在六点二十三分左右消失，时间很紧迫。

一上车就请司机尽量快点。

还好，抵达目的地，太阳还没有落下，高出海平面上面约一米多，已经把西天染红。游泳裤是先穿好的，我脱了外面的衣服就冲下海滩。

发现海浪非常大，以前从来没有在这种情况下游过，但心没有恐惧。

但刚一走下沙滩，走到水里，就两次被海潮冲倒，浪子是之大，根本无法站稳。

我只有背着身子又走了几步，义无反顾地扑到水中。

当时才知道，有大浪的时候，是不适合游泳的。主要是使呼吸产生问题。因为海浪是难以预测的，而呼吸需要节奏。有时候，刚刚是需要呼吸之时，海浪会猝不及防，把你完全淹没。这次，我至少满满地至少喝了三口海水：咸、苦涩。

游泳最怕就是呼吸混乱，一混乱，动作也会随之混乱。我尽量地镇定下来，继续往前游着，居然很快就摸出一点规律：一露面就要狠狠吸气！这样就不怕了。浪来了，潜入里面就是。浪再大，也会有退下的时候。这时候再大吸一口……

害怕还是有的。主要是体检时，我有一根心脏血管堵塞约 70%，这才是我最担心的。会不会？

看来，还没有到时候，老天爷只是警告我一次！

我评估了自己的体力黑人海浪的情况，没有游得太远。游回来的时候，已经比较感到疲劳，主要是呼吸有些急促……但精神非常爽快，是一次与大海的美妙交往，尽管是有一些惊险。

上岸后，穿好衣服，再走到海边，一看，差点吓出汗来。

——原来，我下水的上方，正立着一个警示牌：此区域有暗流：危险！



一百二十二

《夕阳，无尽的诗意……》

这一生，还有多少次见到夕阳？
还能多少次追赶夕阳，游向远方？
夕阳最能唤起时空的地老天荒，
夕阳最能表达生命的短暂与悲壮……

昨天还在波涛汹涌的大海冒险，
今日已在平静的山谷湖泊徜徉……
多少次依依不舍挽留他沉入大海，
多少次多少无奈目送他没入山岗……

2020年1月16日于夕阳湖



这个湖，看夕阳最好，我私自称之为“夕阳湖”。



昨天刚在大海游泳，今天来到夕阳湖。感觉与水关系又一些不同。首先是浮力有很大差异。湖水的浮力没有海水大。



游向夕阳是一种诗意，是大自然的赐予。



一百二十三

《大海说：“我爱你！”》

我聆听着一涨一落的潮汐，
就像感受自己的一呼一吸。
我凝视着波澜壮阔的涨落，
就如体验远古至今的生命力……

午夜的天空，月亮不知何时藏匿？
微光中白浪翻滚，对我不弃不离，
一种高低有致亲切的音律，
把我白日沉睡的灵魂唤起……

我清醒之时总想猜透生命的谜底，
不厌其烦重返幼时面对宇宙的第一次惊奇。
我似懂非懂地感受着你的节奏，
思绪就像空中若隐若现的星系……

啊，你的形态与声音是如此使我痴迷，
我在海边徘徊游荡，久久不肯离去，
夜深人静，单独相处，
走出我，走进你……

停留良久，又回到自己……

我们竟有那么多的相同，
是执着？是好奇？是节律？
是充满了激情与力量，
外在的表达却只有单调的话语？

我听出那潮音在变幻着有高有低，
我们同样在羡慕鸟儿能百啭千啼。
我听出你总想在表达上有所突破，
迸发一段亘古未有的优美旋律！

正像我面对宇宙的神奇，
只有“啊……！”
一声长长的叹息混杂着惊喜，
你只会简单地对我：“我爱你！我爱你！……”

一位多情纯真的哑女，
无言地深爱着一个男人，
没有什么华丽的表达，
只能吐出这朴素古老的梦呓……

——我似乎也深深体味这样的难题，
深睡的梦境里，谁又能高歌一曲？
白日的美声虽然热情高亢，
常常有一些并不纯真的情感隐匿……

2020年1月20日凌晨于东方市海滨。

后记：一直对潮汐有特别的感觉，这天已经凌晨1点，由于晚饭后喝了点茶，头脑清晰而兴奋，索性又漫步到海边，久久徘徊。终于，我有一个相当自我满足的叙事……



夜晚中的潮水和礁石



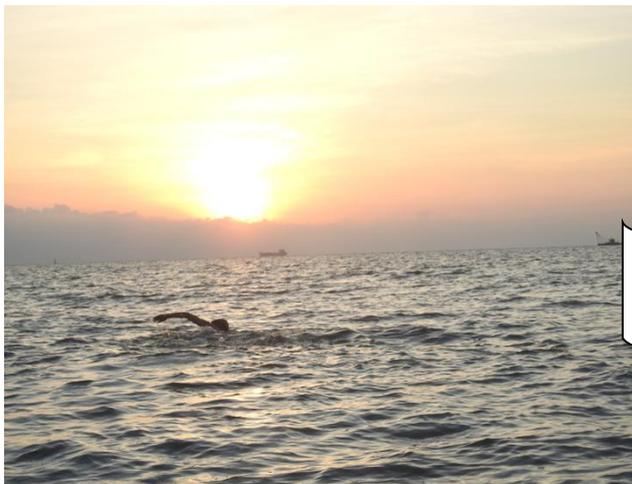
大海啊，大海！



白天的亲密接触，加深感情。



与大海合作，最美妙的游戏。



游向辉煌、灿烂……

一百二十四

《人生的意义》

——关于“渐冻症”有感

“一切都是最好的安排！”，
是箴言，就绝非儿戏……
既然造化已经做了这样那样的安排，
坦然接受，不管发生什么都开始有了意义……

很少有人患上奇怪的渐冻症，
年轻的霍金却经历了这不幸的遭遇，
尽管身体逐渐冻结，脑袋成了一种孤岛，
他一生的探索与发现，大哉兮世纪……
那些依然活跃的脑细胞带他穿越了虫洞，
地球的引力也没有限制他猜测黑洞的奥秘……

当冠状病毒正在疯狂地肆意蔓延，
一个人一瘸一拐却频频出入危险禁区。
很显然不是“渐冻症”渐冻了他，
还是他把“渐冻症”锁进了日历？

他在有限的空间一次次突破极限，
他在有限的时间导演了尽多的化险为夷.....

其实，既然每个人都有自己的大限，
广义的“渐冻症”再次迫使我思考人生的意义。
100岁与50岁，究竟有什么区别？
这样做、那样为，中间有多少空隙？
生命既有数量，更有质量，
选择的自由，谁也无法逃避.....

2020年2月3日于海南东方市



霍金



张定宇

一百二十五

《礁石的诱惑》

那儿的礁石不时地露出水面，
潮水路过那里总是激起波澜。
有时候飞溅起洁白的雪花万朵，
轰鸣的声音极像在把什么呼唤……

每天我都只经过你，与大海游戏，
现在听懂了你也要表达存在感。
莫非你是在邀请我亲近地攀登？
那可是既有新的乐趣也有风险！

就像玫瑰有刺只能够静静观赏，
你尖锐的表面如何才能够避免？
我小心翼翼地游近摸到你的边沿，
爬上去庆幸皮肤只擦破了一点点……

我站这礁石上，高举握紧的双拳，
像一个胜利者一样得意地呼喊！
忽然一阵大浪涌来，其势迅猛非凡，
我顺势一个跳水动作，重新与大海游玩……

2020年3月22日于海南东方市。

一百二十六

《动感》

没有得病意味着身体应该更好，
放弃机会意味着被负面情绪带跑，
热爱生命并不意味着不害怕死，
不怕死常常意味着能量的升高……

2020年3月27日于惠州。

后记：在大海游了二个多月，到这里“风平浪静”，不由得想到：曾经沧海难为水“这一名句。看样子，还是住海边好……

这个地方游泳人比较多，但游的时候，身上都系着一个气球。我能够感觉到，在大海里，浮力明显大一些。难道是由于知道海水的比重更大，理性做出的推理吗？

一百二十七

《游子夜游》

细雨蒙蒙春风凉，
江水拍岸翻波浪。
纵身一跃入水中，
夜游体验不一样！

夜色茫茫水茫茫，
两岸灯火却辉煌。
享受水中更温润，（注）
自称游子非虚妄……

2020年3月30日于惠州东江。

（注：江水温度大概比岸上气温高出3—4度。）

一百二十八

《该大胆时，不妨再加点疯狂》

不要温顺地坐在岸上，
看着景色变暗，消失光芒……
最美的时刻需要行动，
黄昏时，我跃入海洋……

不要让夕阳孤独地慢慢下降，
管它此时有没有什么风浪，
黄昏时，

我奋力直奔远方……

既然人人都有不可避免的大限，
该大胆时，不妨再加点疯狂……
不要让在梦中重温：
曾经的犹豫、彷徨……

2020年4月30日





一百二十九

《五一逍遥游》

蓝蓝的天上白云飘，
白云下面游子逍遥。
舒展四肢游戏大海，
生命美好路途迢迢……

2020年5月1日



一百三十

《地球耶，抑或天堂？》

——我最惬意的诗歌之一

蓝蓝的天空不多不少几抹白云，
翠绿的大海一望无垠……
这些树木青草也同样悦目，
它们的色彩却使我言穷词尽……（注 1）

金色的沙滩比黄金更加珍贵，
细致松软传递令人兴奋的弹性……
充沛的元气透过脚底向上弥漫，
啊！大自然最美的一切都慷慨对我欢迎！

哎！负离子的浓度使我渴望变成一台呼吸机，（注 2）
一个鼻子早已不够，需要全身毛孔都张开接引清新……
不知名的小鸟树丛中不时发出清脆的乐音，
几只白色的海鸥在空中盘旋不停……

啊！清澈的海水早已经发出邀请，
远方的海平线正延展着我的心灵……
游子的自由式如何在广阔的世界里舒展？（注 3）
一只青蛙进化为黄皮肤微波中起伏前进……（注 4）

2020年5月1日于惠东。

（注 1）蓝色已经形容天空，翠绿已经奉献大海，植物的色彩呢？……

（注 2）“呼吸机”乃新冠元年的特殊语言，却使我此时灵光一闪。——但愿人类永远不需要呼吸机，自由畅快地呼吸——而我们要专注于空气的清新之时，随时可以变成一台呼吸机……最后，让“我”消失，空气也消失，呼吸机若隐若现……

（注 3）自由式游泳，在大海中，与在其它水域中，感觉是不一样地方，那是一种与无限拥抱地方的自由……

（注 4）蛙式游泳的魅力是可以更亲密地体验大海的节律，以及抬头前瞻的一瞬，头上白云、蓝天，还有远方……



什么是天堂？
就是你流连忘返的地方，
就是你想一直生活的地方……



什么是地球？
就是补充你元气的所在。



处处皆是美景。



处处充满情趣。

一百三十一

《神奇的追寻》

到海边，正遇上西下的夕阳，
宽阔的海面，沐浴着一片金黄，
潮水一波一波地扑向岩石、海堤，
撞击出水花飞溅，一浪高过一浪……

敬畏！臣服！面对这前仆后继、吞没一切的景象，
继而感受：心中澎湃着同样波澜壮阔的力量……
夕阳越来越下沉，变得更红、更大……
忽然感觉它比大海更古老，更恒久漫长……

刹那间，油然而生一种神奇的追寻欲望，
夸父逐日的悲壮升腾为参与、融合还有欢畅……
我从容不迫地下水，随着海浪的起伏，游向前方……
夕阳一点一点下沉，既沉入海底，又回到我胸膛……

2020年5月22日





一百三十二

《一个傍晚的记录》

乌云与白云，交织于天上，
晚霞灿烂，与晨曦一样……
日脚长长地矗立在疏落的岛屿，（注 1）
好一会，看不出没有动向……
下一步移到哪里？
似乎正在犹豫、考量……

天空有一个巨人若隐若现，
犹如游子在大海礁石中彷徨……（注 2）
潮水一阵阵涌来，经常难以阻挡，
扑倒，而又爬起，重新探寻方向……
有时趁水涨顺势游走，
天佑探险者，并无什么大伤……

2020年5月22日星期五傍晚于双月湾

（注 1）杜甫诗云：“峥嵘赤云西，日脚下平地。”

（注 2）诗意化的现实生活，现实感受的诗意化。同时，也是情景重现：在海滨，我经常从有礁石的地方摸索下海，手指、手臂、膝盖、小腿，都受过轻伤。——当克服障碍，顺利进入深水区，心中一片释然，欣喜……



大海的景色，没有一天相同。



同样是黄昏，天空的云彩没有一天相同。



云彩永远在变幻着，永远无法预知……

一百三十三

《赞千古不朽伴侣》

一更山吐月，玉塔卧微阑……（注1）
佳句既出，佳人是否身边？
心与心若有真情，
天上即是人间……

六如亭长眠之处，（注2）
明月已多少次升上东山？
玉圣塔长久屹立，
见过了多少微浪与狂澜？

宝贝儿子一岁便不知遁逝何处，（注3）
千古不朽伴侣肉体基因早已中断……
“色即是空”的深邃的共鸣，
却把“空即是色”两性微妙无限延展……（注4）

2020年6月17日于惠州西湖朝云墓前。

（注1）苏东坡描写惠州西湖之名句。

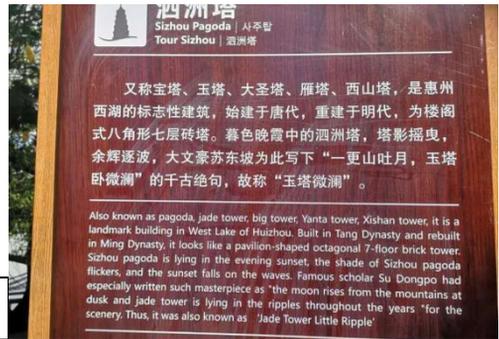
（注2）王朝云到惠州后二年便去世，享年34岁。按照她的意愿，苏东坡将她葬玉圣塔下。后有僧人出资在目前修建一亭以示纪念，取名“六如亭”，其含义妙不可言。据苏东坡亲言，朝云去世前口诵《金刚经》六如偈：“一切有为法，如梦幻泡影。如露亦如电，当作如是观。”

（注3）王朝云曾经为苏东坡生下一子，取名苏遁。苏东坡十分喜爱，三天时曾为他作《洗儿诗》：“人皆养子望聪明，我被聪明误一生。惟愿孩儿愚且鲁，无灾无难到公卿。”

（注4）这最后一句，我理解是真空生妙有，十分微妙。本想写点什么，但又觉得难以言表，您如果有感觉，想到什么，就是什么吧。



玉圣古塔



关于古塔的介绍



目前的王朝云雕像，我以为非常不错。王朝云手拿佛经，掩卷沉思……



不是在网上，而是在用手机写作……





一更山吐月



苏东坡在西湖邂逅王朝云。电视剧《苏东坡》



一百三十四

《游泳观落日》

夕阳无限好
海中更奇妙
炽热似火球
闪动似心跳.....

2020年6月18日



一百三十五

《“天问”无限》

五岁时，一个夏天的夜晚，
躺在父亲的膝盖上，
望着那浩瀚的星空，
第一次被那种无边无际震撼！（注1）

后来我知道了屈原，
他的《天问》使我的自信增添。
原来有这样一位祖先，
早已洋洋洒洒数千言！

尽管人生有涯，宇宙无限，
但不断发问，却活出了青春常在的存在感！
不必奢求什么终极答案，
君子自强不息，骄傲地彰显天行之健！

端午节比吃粽子更重要的是缅怀屈原，
今天我要以一种特殊方式来表达纪念。
当“一更山吐月”的时候，（注2）
我要漂浮大海之怀，仰望夜空，把四肢舒展……（注3）

2020年6月25日端午节清晨于惠东双月湾。

（注1）这是我最早的“人生脚本”。

（注2）在惠东双月湾，与惠州西湖一样，也可以看到苏东坡所描写的“一更山吐月”之妙景。在端午节亦想到苏东坡，并非牵强附会。苏东坡也是不乏童真的天问之人，所谓“明月几时有？把酒问青天。”他们之间，有一种冥冥之间的连接。嘉祐四年(1059)，苏轼还是意气风发的青年才士，两年前刚以21岁的年龄成为进士。这一年年冬天，苏轼侍父入京，途经忠州南宾县(今四川丰都)，看到这个与似乎与屈原毫无关系的地方竟建有一座屈原塔，惊异之余便写了一首五言古诗《屈原塔》，赞美了屈原之高洁，表达了自己的敬仰。

（注3）我早已经发现，夜晚在大海游泳，别有一番乐趣。



一百三十六

《清晨抒情》

天上的云彩变幻无穷，
大自然慷慨地把各种美景赠送……
深深呼吸，感受着清新，
极目远眺，天边有“神秘岛”朦胧……（注 1）

屈子的发问并没有中断，
我继往开来，面对天地人在不息地运动……
渺小的身躯一次次进入无垠的大海，（注 2）
脚力尚可，探索攀登乱石嶙峋的山峰……（注 3）
回到严厉的新冠正在教训的人间，
探索各种各样的纠缠，心与心灵如何才能沟通？

多一点童心与好奇，
能够感受宇宙的存在，
少一些愚昧、贪婪与争斗，
“病毒”一词，来自人类心灵狭隘、不空……（注 4）

2020年6月27日晨于惠东双月湾

(注1)想起了少年时所读的冒险小说《神秘岛》。

(注2)畅游大海，就是向大海发问，与大海对话……

(注3)仁者乐山，就是感受山的屹立与丰富……

(注4)不生不灭，不垢不净，不增不减。



