

# 幸福的底色

牛莉红

认同的种子  
认同自己  
让自己相信自己  
成为自己  
不用活在别人的期待里

坚持的种子  
找到自己的驱动力  
找到自己坚持的动力

面对失败的种子  
面对困难时  
相信自己有能力  
解决这些问题

拥有同理心的种子  
会换位思考  
会设身处地体谅他人  
感恩他人

尊重和包容的种子

不带偏见看这个世界  
摒弃偏见  
欣赏不同的美

不失想象力的种子  
在想象的世界中  
用一根绳子  
就能换取整个宇宙

感受世界的种子  
发现生活的细节  
感受到每个细微之处的美好

专注的种子  
专注于所做的事情  
沉下心来专注于理想  
踏踏实实  
不急功近利  
像等待一棵树慢慢长大

作者单位 瑞泰公司

# 我的家乡

秦晓霞

三十多年前 自从我来到了高阳  
设施简陋 百废待兴  
一派发展中的气象  
数十种乡音融汇  
高阳人有了共同的语言  
这里便成为我的家乡

三十多年间 高阳人艰苦奋斗  
向着改革发展的方向  
如雄鹰展翅 在万里长空飞翔  
无论遇到骤雨或风浪  
从不动摇前进的梦想

三十年后的今天 高阳走向了繁荣富强  
所有的血泪和辛苦变为最自豪的模样  
她如母亲般宽厚无私  
哺育出一代又一代高阳的血脉  
带着的基因斗志昂扬

我的母亲 我的家乡  
您的博大胸怀 您的养育之情  
千言万语抒不尽我对您的赞扬  
让我虔诚祈祷  
祝愿您百尺竿头 更上一层楼

作者单位 高阳煤矿



程林超 摄

# 万物皆自然

李斌

人。这三种元素相互关联,共同构成了宇宙的整体。具体来说,天是指宇宙中的天体,地是指宇宙中的物质世界,人是指人类自身。“三生万物”的意思是,道是独一无二的,道本身包含阴阳二气,阴阳二气相交而形成一种适匀的状态,万物在这种状态中产生。这个地方需要说的这种状态是恰到好处,它和中庸之道的道理也是一样。中庸之道的核心思想是折中调和的处世态度,即不偏不倚、保持平静、安宁、祥和的状态。同时,中庸之道也强调诚实守信、修身齐家、治国平天下等方面的道德修养。此外,《中庸》还提出了自我教育的重要性,认为要想修“道”,必须先具有良好的德尚,而培养良好的道德需要通过教化,这就是中庸之道。

灵隐寺有一幅对联道尽人生:“人生哪有多如意,万事只求半称心”。通俗易懂的十四个字,人生各有各的活法,不愤懑,不抱怨,生活各有各的难,以平常心面对生活中的各种难,却道尽了人生无常。“满招损,谦受益”满而不盈,满而不溢,小得盈满,即是圆满。愿大家在这个时节,不负这初夏良辰,不疾不徐,知足常乐,小满未满,未来可期,三生万物,恰到好处。

作者单位 临汾公司东瑞煤业

小满节气是二十四节气中,最有智慧和包含哲理的节气,这是将满未满、万物保持着继续努力的状态。在临汾,这是个生命旺盛的时节。随着麦穗的抽浆渐渐饱满,天地间充满了即将丰收的气息。小满节气期间南方的暴雨开始增多,降水频繁。小满中的“满”,指雨水之盈。南方地区的农谚中小满是指气候三大要素(光照、降水、气温)中的降水。小满节气雨量大,江河至此小得盈满。谚语说:小满小满江河渐满。

小满,就是和道教里的三生万物一样。老子道德经里有:道教三生万物,道生一,一生二,二生三,三生万物。这样的寓意还是挺不错的,说的是万物变化之哲学理念,源自于中国古代的道家思想。它指的是宇宙中的万物都是由三种基本元素组成的,分别是天、地和

靡若



郭斌 摄

# 浅谈小满

李爱国

进入农历四月,我们迎来了夏季第二个节气——小满,她预示着收获的到来,也充满了人生哲理,更展示了广大劳动人民的智慧和中华文明的博大精深。

《月令七十二候集解》描述“四月中,小满者,物致于此小得盈满”。之所以叫做小满,是因为农作物到了这个时候,果实虽然还不小,但已经充盈饱满了。小满节气有三候,分别是苦菜秀,靡草死和麦秋至,分别从三个方面展现这时风俗习惯和气候特征。食野菜是小满的风俗,苦菜是野菜的一种,特指蒲公英,不但可食用而且还可观赏,黄花散落,白絮飞舞,随遇而安的状态也是绝妙的风景;靡草死说明天气炎热,一些感阴植物开始枯萎;麦秋至则意味着小麦等夏收作物籽粒逐渐饱满,开始成熟。记得小时候去麦地搓揉麦穗,随便烤一下后就可以食用。“小得盈满”恰是将熟未熟还有

向上空间的状态,这充分体现了中国传统文化理念。

在二十四节气中,小暑之后是大暑,小雪之后是大雪,小寒之后是大寒,小满之后却是芒种,并没有大满,因为大满不是古人所追求的完美境界。俗话说“月满则亏,水满则溢”,一切达到极致后必然走下坡路;儒家经典名言“谦受益,满招损”同样昭示人们谦虚得到益处、自满招致损失,物极必反的道理;《易经》也讲“人道恶盈而好谦”,意思是人的特点是讨厌骄傲而欢喜谦虚;《人民日报》每日文摘指出:“所有的最好,都不如刚刚好”。这些格言警句都为我们阐述了恰到好处的“小满”理念。

人生犹如小满,心安就是清欢。美好的夏天来了,愿我们保持“小满”的状态,找到属于自己的幸福和满足。

作者单位 瑞泰公司

# 爱的同心圆

尚艳艳

“人生最温暖的瞬间不是被太阳照耀的时刻,而是回望来时路,那些陌生人对你的点滴帮助和爱的关怀”,这是多年前发生的一件事给我的深刻感悟。

那是八十年代末的一个冬天,我还是生活在黄河岸边小镇上的一个十来岁的小姑娘。父亲早年积极响应号召来到汾西矿务局工作,所以我经常在寒暑假和妈妈坐着绿皮火车往返于介休和老家之间看望父亲。从小就见惯了浩荡曲折、气势磅礴的黄河的我总觉得自己被母亲河赋予了巨大的勇气,天不怕地不怕,嚷嚷着自己已经长大了,可以一个人坐火车去介休找父亲了。直到有一次,妈妈已经买了两张车票准备和我一起出发去介休,却因为姥姥突然生病终止行程,不得已把我一个人送上前往介休的火车。

那天,妈妈给我装了两块钱“巨款”(我们全家一个月在老家的生活费才十来块钱)和一张写着父亲住址的纸条,交代我路上买点吃的,下火车后打个“摩的”去父亲的宿舍找他,又特意拜托了列车员照顾我。

起初,我一点也不害怕,第一次一个人坐火车的我新奇地观察着车厢里熙熙攘攘的人群,猜测着他们的人物关系和旅程起始地。可是随着夜幕的降临,车厢的旅客越来越少,空出的长椅使困意袭来的我想躺着美美地睡一觉,又想着身上的“巨款”和自己的行李无人照看,只好硬撑着坐在座位上打盹。对面的一位陌生旅客见状问:我是不是一个人出门,怎么没有大人陪着? 还让我告诉他下车地址放心睡吧,到站他会叫我的。看着他是一个人高马大的男士,我顿时警惕心十足地坐了起来,不回答他一个字,不知道自己是什么时候撑不住躺下睡着的。

醒来后,我看到自己身上盖着一件男士大衣,而对面的那位陌生旅客却只穿着一件绒衣蜷缩在椅子上冻得瑟瑟发抖。我顿时明白了这件大衣的主人是谁的啦,心里不禁暖洋洋的。可是他的个头对十来岁的我来说实在是太“大块头”了。于是,我赶紧把大衣叠好还给了他,感激夹杂了畏惧的情绪使我怯生生地说了一句“谢谢”。他仿佛看穿了我内心似地说道:“别怕,小姑娘,我不是坏人,你到哪里下车?我可以帮你把行李送下车”。第一次一个人出行的我也不作答,直到那个被妈妈托付的列车员过来叫我下车,这位陌生的叔叔和列车员主动帮我行李下车,还替我付了八毛钱“摩的”费,我才在心里完全认可了他是一位“好人”,才知道他和我是同一个目的地。

随着他行色匆匆地离开,我至今也不知道他的姓名,更谈不上感谢。但是这位陌生旅客的行为却在我幼小的心里种下了向上向善的种子,让我在以后的日子里像一颗向日葵一样,面对阳光努力生长。在那位陌生旅客的影响下,我曾捡到手机在风中等了半个多小时,把手机归还失主;曾因不忍心看到在雨中坚持售卖白菜的老大爷,说自己是开饭店的急需白菜,把他剩余的菜全部买回家……因为我坚信,只要人人都伸出温暖的援手,就能把点滴爱意汇聚成正能量的宇宙,形成同心共圆中国梦的强大合力。

正如肖恩·利文斯顿所说的:“如今我努力奔跑,不过是为了追上那个曾经被寄予厚望的自己。”那就让我们争做最优秀的自己,积极向上,温暖人间,在充满希望的新征程奋勇向前。

作者单位 洗煤厂