

盛夏美景篇：

人生思考篇：

夏日心情篇：

清新水果篇：

特别感受篇：

亮爽半夏

蝉始鸣，盛阳下，地上一切被照的通亮。路过一处小径，烈阳透过树枝缝隙洒下斑驳树影，在微风中变幻，仿如进入时光的隧道，十分奇妙。

此刻，几片形似棉花糖的云遮住阳光，周边景象才稍得缓和。可阳光一现，四处铮亮，仿佛摄影时把亮度调到高点。此情景下，发现所见一切皆神奇。街上的建筑色调明艳，空气格外清朗，所见事物清晰可辨，仿佛是动漫中的景致，亦或是画卷中的模样。尤为特别是，不能抬头去望，只因烈阳会照得睁不开眼。

这种感觉似曾相似，似乎每个夏天，都有几次遇到这样的“亮”夏。由于阳光太亮，甚至会让人恍惚，即使站在街口等红绿灯，短短霎时间，仿佛进行“穿越”又回到了青葱的校园时光，想起从前所做出的一桩桩啼笑皆非的故事，譬如跟同学恶作剧，或是考试前晚还在打电动等等，颇为神奇。

从回忆中暂回，又进入了新的情景。这个情景，则是去塞班岛度蜜月时的景象。那时，也遇此“亮”夏，由于那里紫外线强，出门必须多涂防晒霜。好在景致完美，当时不仅自驾游，还去玩了蓝洞浮潜、游艇海钓、山地越野及军舰岛深潜，最刺激的，莫过于四千米跳伞，也由于“亮”夏缘故，将岛上整个景致尽收眼底，好不快乐。

而在自驾游时，最深刻的是万岁崖，这里万丈悬崖，景色奇美，还能清晰地望见“九色蓝”的海水，令人惊叹大自然的鬼斧神工……恍然间，从忆想回来，才发现仍站在路边，此刻已变绿灯，于是赶紧过去。

走过时，不由诧异刚才所见，步入一处楼阁，也与“亮”夏各自安好。

夜晚时分，窗外无风，炎热依旧，似乎也预示明日仍是照“亮”的一天。可清早起来，却见天色渐阴，有浓浓雾气，在风拂来时，顿感一阵清凉。

昨日烈阳，今日阴天，临海的小城果然得天独厚。这几日，听朋友说，上海那边早已四十多度，而小城仍是二十度出头，颇为幸运。

倘若说，“亮”夏印象深刻是塞班岛，那么“爽”夏就得提及上海了。记得去上海那会，正值伏天，去逛外滩、东方明珠、泰晤士小镇时也是炎热异常，可接下几日，去逛豫园、南京路步行街、人民广场时，就并非如此了，原因简单都是阴天或有雾，虽然也热，但是有风时，也浑身变得凉爽。

索性接连几日，便玩遍上海各个景点，白日看得是美景，那晚上必须是美食犒劳了。正因在“爽”夏映照下，胃口也大开。时尚餐厅品味生煎、八宝鸭、红烧鲳鱼、红烧肉、大闸蟹等，道道精致可口，花雕醉蟹，堪称舌尖一绝，令人难以抗拒。

夏已入半，在“亮”夏与“爽”夏交替中，也多了些坦然。好似领悟太极，不锋芒，懂进退，一切随缘。

心中有度

夜深时，总喜欢沉寂片刻，忘却白昼的忙碌，为命运储蓄罐添一枚闪亮的光币。这枚光币并非金钱，却比之更有价值，只因它浓缩了时间精华与岁月成长，不可多得。前几日，也刚存下这枚刻有“度”的光币。

从储蓄至今，光币也不过数枚而已，原因是每枚光币，都不是凭空诞生，而是要经历从认识到认知，从认知到认证，多次考究验证才会出现，而那“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”放这里倒很契合。

“度”很有趣，它存在世间万象中。不论人或动植物，皆可感知其存在。植物生长过了度，会被清理。动物亦是如此，过度消耗，也会适得其反。而人与其所在的生活，更是如此。譬如天气炙热，从冰箱取瓶冰镇可乐，刚喝下特别过瘾。索性又喝一瓶，感觉仍很好，可喝到“度”时，就得及时打住，再喝下去，一来身体不适二来心情也受影响。

好喝的饮品，不能一直喝；好吃的美食，也不可贪恋多食。只因过了“度”，好东西也未必是好。亦如中医抓药一般，每个药方的药材都有“度”的衡量，才使其呈现最佳的药效，倘若没有分寸，没有“度”的把握，也许还会产生副作用。

于是乎，在生活中，会经常把握好“度”。好吃的美食，吃了点儿就好，绝不贪嘴。该做好的事，会极力做好，不去做画蛇添足的事。特别是去超市购物，没有急切需求，能少去就少去。毕竟有时只是路过，就很容易走入，而进去一见频繁打折且力度超大，就很容易过度消费，从而失去“度”的把握权。

对于人际交往，也需要把握“度”。陌生人，需要掌握好度。很多只是一面之缘，路过就好。朋友及亲属，更得有“度”，不一味迎合，热情过度，也要有边界感，毕竟除了自己，对任何人，都应有“度”。否则，再好的关系，也会因复杂因素变得不再纯粹。

所以说，“度”是虚无的，却又无处不在。把握它，掌握好主动权，就会改变每时每刻的生活状态，甚至改变命运。而倘若一味纵容，失去把握权，生活也会遇到重重阻碍，每一个都难以解决。

大多数情况下，人们都会有“度”的把握。或者说，都会经历认识到认知，再到认证的过程。可由于经历不同，资源不同，对于“度”的把握力也不同。有人觉得稳妥为主，则把“度”放在稳定区，有人愿意冒险并能承受结果，则会把“度”放在挑战区，而最为不济的，则是放纵“度”任其自由摇摆，结果不言自明。

好在岁月的成长，也让“度”的光币形成。有趣的是，它只存在人的心里，且只有静心明智时才会出现。仿佛在与捉迷藏，但当地静下心来，会发现它始终都在，只是需要一双慧眼去看到它。

繁花山海间

入夏了，微风和煦，站在山海间，一种惬意油然而生。放远望去，清澈蔚蓝的海泛着晶亮的光，似乎让思绪得以洗礼。坐在树下，郁郁葱葱的树不时被风拂过，阵阵微凉令身心得以舒缓，仿佛此刻时间也被遗忘。

“繁花似锦觅安宁，淡云流水度此生。”如有人言，常静观内心，悠然度余生，人生真正美好的风景，并非外界的繁花似锦，而在于内心的宁静。可现实，却常常被欲望控制，内心泛起涟漪，总会被生活纷扰。

有时会诧异，为何总无底气，这份底气，即是金钱。想存却总存不下，被生活各类巧设名目所花费。分明节俭，却现状依旧。而换这份底气，则需要付出，须以时间成本来换。久而久之，便与宁静无缘。纵使偶然间，虽见一路繁花，却也匆匆而过，无暇多看，使其成为了穿梭的光线。

记得刷短视频，有人曾说“上班就是浪费生命”，坦言“上班就是最大的风险”。这种观点，虽有偏颇，却也戳中心扉。实际上，看似上班是人必须要走的经途，可环视现实而言，大多数情况下，上班的确只是解决生计，并非能换来更多财富，无法实现金钱自由，更换不来人生宁静的时间。

只因，心的宁静，金钱无法换得，只有时间才会，而时间却又被工作所占据，因此，向往的生活，追逐的理想，寻找美的眼睛，感受自然的美妙，往往与此无缘，由此缺憾。

正如月有阴晴圆缺，花有凋零颓败，人有悲欢离合。或许缺憾也是一种美，是一种价值，同样也值得欣赏、品味。林徽因也曾说：“真正的平静不是避开车马喧嚣，而是在心中修篱种菊。”

回顾过往，每个人生都会有起伏，有短暂迷茫、无措，以及被伤害时留下深深伤口，这无可避免。而真正的美丽，并非想方设法祛除疤痕，而是让心得以自由中喘息，享受宁静与释然。

条条大路通罗马，从前常说，但有所经历，才发现其真髓。即是要选对路，遇困阻碍懂得转弯。就譬如，总感觉很年轻，可当岁月流逝，步入中年，才发现默守陈规，选择相对安逸，这其实已然成为一种阻碍。温水煮青蛙，开始在里面不要紧，要紧的是，适时而跳，懂得取舍，懂得止损，更要懂得选择。

除了工作，也可副业加持，原本技艺受局限，就再学门新的，毕竟技不压身，学到终将会是成功的积累。东方不亮西方亮，坚持去做总会有回报。不惑之年，懂得转弯，从开始执着金钱，转而选择平台。

人生小满胜万全，不必过分完美，达到一定标准就好。不被宿命束缚，可以放过自己，就好像，累了就要停下歇会儿，忙碌片刻也可以眺望窗外，看漫山粉黛与海的蔚蓝，感受微风迎面扑来，心情改变，生活也会焕然一新。

草莓评委

宝贝两岁九个月了，越发的可爱。水果千千万，可发现他很钟情草莓，每次吃都喜笑颜开，对于草莓品质评判严苛，俨然一个评委，甚是有趣。

因属牛，常唤其牛总。宝贝对此欣然笑纳，挥挥手一副得意派头。前阵子，特殊情况去上了小小班，刚去第一周，进幼儿园门，总是梨花带雨，成了个“小哭包”。好在适应后，逐渐找回男儿气概，也开始喜欢去那，早晨吃过早餐，换好衣服，就急着出门，口中嘟囔着“爱园”。

由于距离很近，幼儿园就在楼下转角。牛总一个凌波微步，很快就到了门口。离开时朝其挥手，他也总是依依不舍。每次下班回家，刚打开外门，牛总似乎都能感应到，就急着拍门。开门进去，就依偎过来，叫着爸爸，很是可爱。蹲下将牛总搂住，起身时竟发现他的额头已到自己肚子，这还不到三岁，不禁畅想未来必定可期。

牛总喜欢水果，草莓是其最爱。不论何时，将草莓端来，他会清晰地说出“草莓”。由于发音未准，偶尔会听成“炒莓”，儿化音似乎将心都萌化了。牛总吃草莓，堪称“评委级别”，只吃好的，略次的都不要。

草莓上，有白色地方，都会咬掉不吃。表面略软、品相差、被压过、略酸涩的草莓，在牛总这就会大刀阔斧地砍下，会直接扔掉，甚是严苛。

有几次，买草莓见很实惠，当即买下。回来洗好，还挑的大的给牛总端去。回头功夫，“啪啪啪”好几个都被扔地上，甚至那碗都没吃几个，就“原路返还”了。关键是，被退货的草莓，几乎连吃没吃，光是在牛总手上走了一圈，闻一下，看一眼，就被判定“不达标”，这功夫简直了。

自此后，再也不敢蒙混过关了。也真怪，买的优品的，牛总就大快朵颐起来。看着满满一碗，被牛总吃到一个不剩，不由地说：“好刁的嘴啊！”

说归说，但心里乐滋滋。有次见有最近超火的“淡雪草莓”，于是不吝买了一盒。记得牛总吃红草莓时，顶端有白的，吃掉红的，白的直接丢掉了，索性试探一番。

倘若牛总不爱吃，自然可美美享用一番。洗好白草莓，给正看动画片的牛总端去，本想牛总不吃直接端走，谁料他用余光扫了一眼，刚拿在手，就大快朵颐起来，才数秒的功夫，一小碗淡雪草莓瞬间就没了影儿。

“草莓评委”果然名副其实！至此，买草莓很少图便宜，毕竟有评委在那，也算是提升生活品质。虽然家里常备时令蔬果，以苹果、香蕉、柑橘居多，但是每周都会专门去买盒草莓，只因看着孩子吃东西开心的样子，幸福感也油然而生！

出游时拿背包取水果，让牛总猜，不料直接答草莓，难道会隔包猜物？后想来，应该是放包被看到，哎，这“小机灵鬼”！

与风为舞

一夜雨后，清晨空气清新。走在路上，风悄然刮起，呼吸也变得清静。比起在城市写字楼里整日忙碌，此刻在风中，颇为享受，伸开双臂，让风浸透时，身心格外舒爽。

天寒时，路上行人都裹得严实，生怕受了寒凉。或因体重“有粮”，反不觉冷，还享受这种感觉。毕竟整日宅居，与负氧离子绝缘，当置身大自然中，却能尽情汲取丰富的空气营养。

与自然亲近，会发现风雨雷电，皆能净心。风，会磨炼出坚强意志，让性格变得顽强；雨，会冲刷掉伤心往事，让心情焕然一新；雷，会惊醒起蓄势状态，让压力得以释放；电，会散发着必胜光芒，让自信唱响生命。

这其中，风则给人一种自由无束的快感！

于是乎，与风为伴，以之为舞。在空旷的广场，享受风的感觉，每一刻肌肤细胞都能清晰地感受风的浸润，使灵魂感受风与自由！由于技痒，顺势便打了几套拳，以拳带风，以风化掌，以掌为指，霎时间，就打出了一个精气神。

在风中，似乎可以肆意地释放自我，得心应手时，会发现原来风也是绝好的武器。记得《西游记》中，三昧神风是黄风怪的技能，它曾用三昧神风大闹三界，破了孙悟空的法外分身，可见一斑。

三昧来自于梵文，亦译“三摩地”，意译“定”、“等持”，是佛家的修行方法之一，意为排除一切杂念使心神平静。三昧是一种禅定境界，指修行者之心定于一处而不散乱之状态。

与风为舞，锤炼性格，亦能坚强意志力。不被繁芜所困扰，不被艰难所颓丧，不被失败所束缚，不被欲望所诱惑，从而有了定力。

现实中，总会听到闲聊时人们对奢华的崇拜，对当下困局的无奈，羡慕、嫉妒接踵而来。可说归说，日子还得过，最终成为闲谈。对欲望的过分追求，不仅劳神还伤身，实不可取。

细想来，不论谁都应该给自己批个假条，到大自然中，去感受一番。实在时间拮据，也应给快节奏生活按下暂停键，停留几秒，就像在风中，短短几秒，皆可焕新心情。

此刻再出发，必然会精神有序，身心合一，变得更顺畅，更优雅，做事也会事半功倍。正如近日，偶看视频号，有位博主辞职体验一百种职业，从旅行陪拍到消防员，从女团成员到客栈老板，从图书编辑到晚会导演，职业跨度巨大，却也磨练出不同的人生精彩。

或许这种体验，只能想想，未必真能去做。可既然做了，必将成为人生宝贵财富，至少能明白选择的方向。明明靠颜值，非要拼才华，也正由这份努力，所看到是不同的风景。

因此，常会站在有风的地方，去闭目自由地呼吸，去感受别致的清爽，去洗掉心情的尘埃，去回归向往的生活。毕竟人生之意，并非赛跑，而是漫步。