



同事说,今年的夏天要大热四十天。不知真假?何以消暑是头等大事。

有读者来提示了:过雨荷花满院香,沈李浮瓜冰雪凉。水井难觅,那么赏荷去?

欢迎继续投送美文、随想至“小时新闻·写点生活”,扫描左下角二维码,关注下期主题。

何以消烦暑

□ 黄 岚

“何以销烦暑”是从白居易诗中读到的。现在人一般作“消暑”“消夏”。

自从入了小暑后,气温果然是日日上升。长江中下游更是天天热情高涨,持续一周甚至十天的38℃、39℃是常态,40℃的高温大关也是经常被轻易突破。而这还是小暑,那接下来的大暑,地球人如何度过呀!

大暑,二十四节气之一,夏季最后一个节气,今年7月23日。大暑节气正值“三伏天”里的“中伏”前后,是一年中最近的时段。单单说到一个“伏”字,就让人感觉汗意蒸腾。

三伏天的时间是根据夏至节气来确定的,入伏是从夏至节气之后的第三个庚日开始,入伏10天之后进入中伏,末伏则是立秋节气后的第一个庚日。今年夏至6月21日,往后数,到第三个庚日是7月16日入伏。10天后7月26日入中伏。今年立秋是8月7日,往后数第一个庚日是8月15日,10天后出伏。这样今年的三伏期共有40天。看到这里,你是不是很崩溃,今年的热浪要持续这么久吗?

当然不单单是我们怕热,南宋徽州的一方回也说《乙未六月大暑》太难熬了:

平分天四序,最苦是炎蒸。

在我须无欲,于斯患不能。

又应当闵雨,谁识始藏冰。

人力回元造,生生实所凭。

春秋冬夏四季中,最苦的炎夏。“暑”,在《尔雅》解释为“煮”,与水有关,就是那种湿热的感觉。湿热、闷热、火热、燥热、灼热,热就一个字,吸引了江浙人大部分的注意力。单单在7月小暑期间10天中,浙江就已发布52条高温红色预警,最高温是41.6℃,这项桂冠由余姚获得。我们现代人是靠空调续命的,但古代的土豪人家,则是用冬天储藏的冰来度夏的。从诗中看,方回似乎也不能享受这样的藏冰待遇。

如何消暑,成了我迫切需要解决的议案。俗说“心静自然凉”,到底能不能凉则要看个人修行了。这五个字出自唐代大诗人白居易的诗:“人人避暑走如狂,独有禅师不出房。非是禅房无热到?但能心静即身凉。”这个心静之人是一位禅师。果然修行功夫到家,也能扛热。除了绿豆汤、冰棍等消暑良品外,那就修炼修炼自己的内心吧!你看,白居易身体力行,看看他是如何“销暑”的:

何以销烦暑,端居一院中。

眼前无长物,窗下有清风。

热散由心静,凉生为室空。

此时身自得,难更与人同。

散热全靠一个字:心静。这是不是有点王阳明先生的心学原理?我觉得在不能心静的时候,能分散注意力,也能达到凉快的目的。比如,在清晨、黄昏跑到植物园去看看荷花,

瞧瞧紫薇,绝对降暑。

虽然天气很热,但非常治愈的是,夏天的星空非常精彩,也能帮我们消暑。我们完全可以在白天休息(上班族请无视这一条),而选择夜间出动,观星赏月是非常享受的事。白居易的好朋友刘禹锡说:“天阶夜色凉如水,卧看牵牛织女星。”嗯,夜色总比日色凉一些。此时我想起了小时候卧在星空下,一边看着满眼繁星,一边听着奶奶讲牛郎织女的故事,多么美好的乡村生活。晚上八九点钟时,头顶正是璀璨的夏季大三角——天琴座的织女星、天鹰座的牵牛星与天鹅座的天津四组成,而向南则是美丽的天蝎座,在古代被称作商宿,杜甫诗中“人生不相见,动如参与商”的商即是,其心脏部位的心宿二称为大火星,在《诗经》中的“七月流火”的“火”就是指这颗红色的星星,连大名鼎鼎的火星也屈居其下,当然在那时火星名为荧惑。

大暑有“三候”,一候腐草为萤,二候土润溽暑;三候大雨时行。在夜间看星星的时候,不妨也欣赏下萤火虫的美丽。倘若用相机拍下萤光,那是非常惬意的事。

物极必反,过了最热的大暑节气,我们咬咬牙,再坚持一下,将迎来凉爽的天气。大暑时节阳气最盛,天地之气将由阳转阴。小暑那天真的响了一声雷,倒转的“黄梅”虽没做,但每天午后的雷阵雨倒不缺。大暑时节也常有大的雷雨出现,大雨使得暑热减弱,天气开始向立秋过渡。

这时的雷雨很容易短时积水,北宋的史学家江西人刘敞有一首《夏夜暴雨》是这样描述的:

大暑积炎夏,沈阴昏楚天。

疾雷五河裂,飞电万星悬。

涨泽通南国,孤城斗百川。

似传黄鸟语,欲反濯龙渊。

这场暴雨来得太猛烈了,疾雷炸开了众多的河流,飞悬的闪电从空中垂下。一会儿雨水快速上涨,泽通南国,而城市变作孤城,与周围的河流决斗。天哪,这几乎成了水灾。虽然这样解暑是爽了点,但后果堪忧啊。

当然在这大热天,多数时候是像黄裳所说的“轻轻丝葛汗如蒸,空有云雷未见灵”,只闻空雷响,未见雨丝来呀,雨神有时也不靠谱。求神莫如求己,不如像我的《鹧鸪天 大暑》中说的这样,但求清心可自凉。

万里晴阳垂碧空,

一池碧水映颜红。

独寻早晚秀枝赏,

正看高低翠叶浓。

星点点,月融融,

古今最喜沐芳风。

此君不问身何处,

自有清心证本宗。

手有沁馨

□ 陈茂生

不热何为夏?但尚未进伏就连续多日高温天也令人够呛。专家说是南北两个高压气团紧紧“握手”不松开的缘故,所幸水电煤一切如常,米面油肉蛋充裕,尽管体感有些闷热也难谓“苦夏”了。当然最好的应对方式,就是关上窗户拉上窗帘打开空调,扰人的知了声声也成了轻吟的多声部“小合唱”,此时喝口温温的绿茶,就有点“竹深树密虫鸣处,时有微凉不是风”的意境了。

惬意中忽听敲门声,赶紧开门,快递小哥送来网上订购的几包杂粮,确认完毕后心急火燎地转身要走,急唤“慢!”转身递去一瓶矿泉水;一脸惊愕的小伙子客气了一下就接了过去。这瓶水成本约1.3元,给热天里四处奔波的小哥带去一口凉水和意外的小惊喜,而在那几声“谢谢爷叔”,让我享受了接受点赞的美妙感受;投入产出比不要太高哦。

当然也有郁闷的辰光。听得门铃响,快递员直呼其名“下楼拿邮件”,天热在家都模仿传说中“赤脚大仙”的模样,出门还得找衣裳,麻烦;所以说“就放邮箱吧。”随后继续看书玩手机。过一会门铃又响,只听得那位颇有怨气地说:“放邮箱里啦!”才想到,必是沟通不清楚,人家硬在门口等了近10多分钟,40度的高温里,怎么都是一种煎熬。忽然感觉刚才下去一次又如何?下次遇到了一定当面打个招呼,有机会还要送上一瓶矿泉水。

坐在温度怡人的空调房,看到电视新闻里说连日高温使地表温度达50多度。想到屋外维护核酸检测秩序的志愿者、骑着小电驴的外卖小哥、站在太阳伞下的保安师傅……有太多不易也不少一瓶水,惟期望得到众人关心和认可。如此期望不会减烧一丝炙烤的烈度,但一定能缓解心头的郁热。

无意间翻阅到唐朝杜甫的《夏夜叹》中这么写:“永日不可暮,炎蒸毒我肠。仲夏苦夜短,开轩纳微凉”,似乎和当下的暑热相差不多,在没有空调、冰箱的古代就更难熬一点;还能“开轩纳微凉”的杜甫笔锋一转“念彼荷戈士,穷年守边疆。何由一洗濯,执热互相望。”想到那些执戈的士兵,一年到头守卫边疆。不知如何才能洗一把澡,只能在炎热中互相观望。念此,不由为与社工部有共同关切而暗暗窃喜。

写这首诗时47岁的杜甫刚被发配至如今的渭南市华县,当负责考勘之类的“司功参军”;心情可能不太好,赶上夏天便有“炎蒸毒我肠”的感觉。相比之下,仕途也坎坷的白居易就潇洒很多,“何处堪避暑?林间背日楼;何处好追凉?池上随风舟。”悠闲恬淡得很。同样夏天,心情不同便感觉迥然,心静自然凉,真得有道理。

入夏了,家里会备点矿泉水,有上门维修的师傅、送快递的小哥就递上一瓶;这绝不是施舍也不是对价的一部分,仅表示认可与感谢,也是起码的将心比心。虽然不是“赠人玫瑰,手有余香”,但一定是助人清凉,手有沁馨。还因快递小哥时间比任何人都金贵,所以事先要一瓶瓶放好,到时候方便随手一拿;忙完这些,已觉得心境一片清凉。

忽然,窗框边有了气流轻轻摩擦的呼啸,起风了!众人都能擦擦汗、缓口气。在大自然面前,个人很渺小;但小我互助成众我,在热浪滚滚中就会心有定数:终有一瓶清水在等我。

写点生活



陈骥

你写,我来发



·看好文,写好文,来这里·