岁月山河

八门湾的梦

■ 颜小烟

走进八门湾，仿佛走进了童年的梦中，许多已经从记忆里渐渐淡去的景象，再一次如此清晰地浮现在眼前。因为从小就生活在长满红树林的海边，对于八门湾这片保存得如此完美的红树林自然生态区，自己除了惊叹，更多的是一种深深的眷恋。

坐上游船，穿梭在这样一片宁静的海湾里，有风从四野徐徐地吹过来，阳光透过云层投下淡淡的影子，一切悠长得宛如一场梦。在这一片碧水之上，覆盖着大片的红树林，它们把根深深地扎入海岸潮间带的滩涂中，让翠绿的梦想像伞一样静静地撑开，无声无息，蜿蜒缠绵。千百年来，这些安静而坚韧的植物，总是这样默默地伫立着，不悲不喜，任由斗转星移，四季轮回，潮涨潮落。

时光安静得仿佛静止了一般，那岸边搁浅的小船，那四处游弋的白云，那潺潺的流水声，以及红树林里间或传出的一两声清脆的鸟鸣，让人不由自主地坠入时光深处，万物静寂，四野苍茫。只有偶尔收起的渔网，惊起栖息林间的白鹭，才能让人忽然意识到——原来时光一直在悄悄地流逝。

蓦然想起儿时的那片乐土，那时，郁郁葱葱的红树林从村口一直绵延到海边。每当潮水退去，村里的孩子就会呼朋引伴，拎起竹篮，钻进那一片茂密的滩涂地。或者捡尖头螺，或者挖红脚小蟹，或者耙泥螺，半天下来，总会满载而归。更多的时候，是潮水并未完全地退去，伙伴们把竹篮挂在一些高大而茂盛的红树上，然后自己躺倒在那一汪碧蓝的水面上，练起独一无二的“飞鱼转身”。炎炎烈日之下，因为有了红树林的温柔笼罩，海水变得清凉彻骨，伙伴们畅游其间，久久不愿离去。

光阴流转，虽然许多地方我们再也无法回去，但那些静静地留在记忆夹层里的岁月，在某个似曾相识的瞬间，依然会轻轻地在心里想起。

下了游船，沿着木栈道一路行来，在这样一个脱离尘世的葱茏世界之内，落叶拍肩，清风徐徐，只觉得光阴都淡得没有了痕迹。恍惚之间，有了一种美丽的错觉，仿佛是一不小心闯进了一片古木参天的热带雨林。那些高大而繁茂的树木，静静地把枝条伸向湛蓝深远的天空，把天空遮得严严实实的。抬头的时候，只能看到那些绿意盎然的叶子，在阳光下密密层层地铺开，闪着一片又一片耀眼的光芒。

木栈道的两边，盘根错节地生长着许多形状千奇百怪的虬枝，它们傲然地挺立在这片神秘的滩涂地上，有时藏在水底，有时立于水面，默默地在时光的长河里感受着潮起潮落。还有一些丰硕而独特的红树果，它们那样寂静而安然地高高悬挂着，似乎尘世的一切悲欢离合都变得与己无关了。

这一切，真的来自自己曾经那么熟悉，而今又变得如此陌生的红树林吗？走在这样一条古朴而又宁静的栈道上，望着那些似乎已经从自己生命里抽离远去的树木，依旧如此坚强而又茂盛地生长着，蔚为壮观，心还是不由得微微地疼痛了起来。

此刻，世界是那么静穆而辽远，在八门湾的梦里，仿佛再也没有了尘世的烟岚。很想就这样停下自己匆忙的脚步，默默地做一片平铺在水面上的叶子，安然地躺在如此幽静的时光摇篮里，寂然老去。或者做一棵安静的秋茄树，静静地长叶，静静地开花，静静地结果，静静地在时光的洪流里等待年华老去。

阳光如流水一般，长久地透过密密层层的枝叶倾泻下来，所有的叶子仿佛都住满了金色的小精灵，它们扇动着半透明的翅膀，轻轻地落在了人们寂然的脸上。多么漫长而又寂静的一生啊，每当潮水渐涨，记忆流转，是否有一个人值得你去轻声地呼唤？

在红树林如此幽深的想象里，也许不时从木栈道上传来的跫音，远比叶子坠落的声音更为动听；也许人们把落叶踩得窸窸窣窣的感觉，远比潮涨潮落更能让它们为之疯狂地迷醉；也许早在更深更远的梦里，它们就一直在深深地期待着一场倾心的相遇……

多么希望这是一条永远也没有尽头的栈道啊，穿行在这样一片美好而宁静的自然林区，心都不由得慢慢平静了下来，一些想法开始纯粹得仿佛可以随时滴下水来。似乎已经在时间里走过了一段很长很长的路，除了鸟鸣，世界一片荒芜。

可在排港村那一段戛然而止的木栈道上，我还是忍不住激动得想要落泪。天空湛蓝，阳光深邃，那几棵偶然离群索居的百年海莲，孤单地静立在这一片碧蓝的海水之上，海浪一遍又一遍地从它们脚下温柔地抚过。不远处，散落着许多只静静的小船，它们安分地停泊在海面上，任由海鸥恣意地翱翔，咸咸的海风缓缓地从头顶吹过。只有浪尖涌来时，它们才会随波轻轻地荡着，荡着……

此情此景，如诗如画，不由想起东坡先生的那一句“小舟从此逝，江海寄余生”。或许在八门湾沉沉的梦中，当尘埃落定，一切归于平静，依然还是会有无边的荒凉铺天盖地而来吧。

动物档案

一路闻啼鸟

■ 赵海波

每年寒暑假，我都会回海南老家住上一段时间，到处走走看看，足迹几乎遍及东方的山山水水。

东方市位于海南西南面，依山临海，地势平阔，水土温润。四季海风轻拂，日光和煦，湿地与山林依次铺展，多样的生态环境，孕育了数不胜数的飞鸟。行走在这片西海岸的土地上，从滨海滩涂到深山密林，随处可见翩跹鸟影，一路皆闻清亮啼鸣。

秋冬时节，北方寒气渐生，成群候鸟启程向南，四必湾是它们越冬栖息的优选之地。这里水土洁净、饵料丰足，仿佛专为远方来客备下的一席盛宴。

黑脸琵鹭是这片湿地的旗舰物种，当地人亲切地称之为“黑面天使”。根据官方监测统计，其数量从2015年的34只，跃升至2024年——2025年越冬季峰值的120只，创历史新高。

黑脸琵鹭为国家一级保护野生动物，有“鸟中大熊猫”之美誉。黄海北部庄河石城岛的形人坨，面积仅为0.3平方公里，是它们在北方的家园，是繁衍生息的故土。

1849年，由荷兰鸟类学家康拉德·雅各布·特明克与赫尔曼·施莱格尔共同完成其科学命名。学名源自拉丁语，意为“宽阔的”“较小的”，是六种琵鹭中体型最小的一种。世界自然保护联盟将其列入《濒危物种红色名录》，等级为“濒危”，数量最少时，全球仅存三百多只。

黑脸琵鹭身形修长，羽毛洁白，面部乌黑，嘴形扁长，恰似一把精巧的琵琶。它们性情娴静，不喜喧闹，常常成群伫立在浅滩上，半截身子浸于海水中，随着细浪缓缓摆动头部，在水下搜寻鱼虾。待到潮水退去，柔软的淤泥露出水面，它们便贴着水面缓步前行，低头觅食，从容安稳。

同属国家一级保护野生动物的黄嘴白鹭，时常与黑脸琵鹭相伴栖息，这是东亚滨海湿地十分典型的生态现象。在黄海人迹罕至的岛礁上，它们同岛共处，于岩礁树丛筑巢繁殖，一起享用近海饵料资源。

候鸟迁徙是一道壮美的生命奇观。目前已知的候鸟迁徙路线主要有九条，其中的东亚——澳大利西亚迁徙线是最为拥挤、繁忙的一条。每年冬天，黑脸琵鹭和黄嘴白鹭，从北方出发，一路南下，飞越三千多公里，抵达北部湾。它们是湿地环境的指示物种，只有水质干净、人为干扰少的滨海滩涂，才能留住这些尊贵的北方访客。在四必湾，它们时常相伴相随，同框出镜。

四必湾是东方黑脸琵鹭省级自然保护区，总面积一千四百余公顷，拥有三千多亩红树林及大片潮间泥滩、盐沼。黑翅长脚鹬、金眶鸻、滨鹬、白鹭、夜鹭、琵嘴鸭、红嘴巨鸥、灰鹤等百余种珍稀鸟类、约七千只水鸟候鸟在这片港湾，安然度过寒冬。

每年三月底，越冬候鸟陆续启程北归，夏日的东方，迎来另一番飞鸟盛景。夏季在湿地里繁殖的候鸟，叫夏候鸟。城区的西湖湿地，栗喉蜂虎如约而至。栗喉蜂虎喜欢栖息在沙崖上，叫声清脆、婉转，是国家二级保护野生动物。

栗喉蜂虎是“中国最美小鸟”，深受本地人喜爱，它身形灵巧，羽翼泛着淡淡的青绿光泽，喉部一抹暖红，在阳光照耀下通透鲜亮。每到繁殖季，成群的蜂虎便穿梭于崖壁之间，集群挖洞筑巢，它们不在树上做窝，专门选择沙质土崖、土坡岩壁，用嘴挖掘水平隧道洞穴，洞深可达一米左右。有趣的是，它们会挖掘多个假洞穴迷惑天敌，仅使用其中一个巢穴。它们善于飞行，盘旋在湿地上空，滑翔、俯冲、转身，动作轻盈利落。掠过水面追逐小虫，往来穿梭，宁静的夏日湿地变得热闹鲜活。

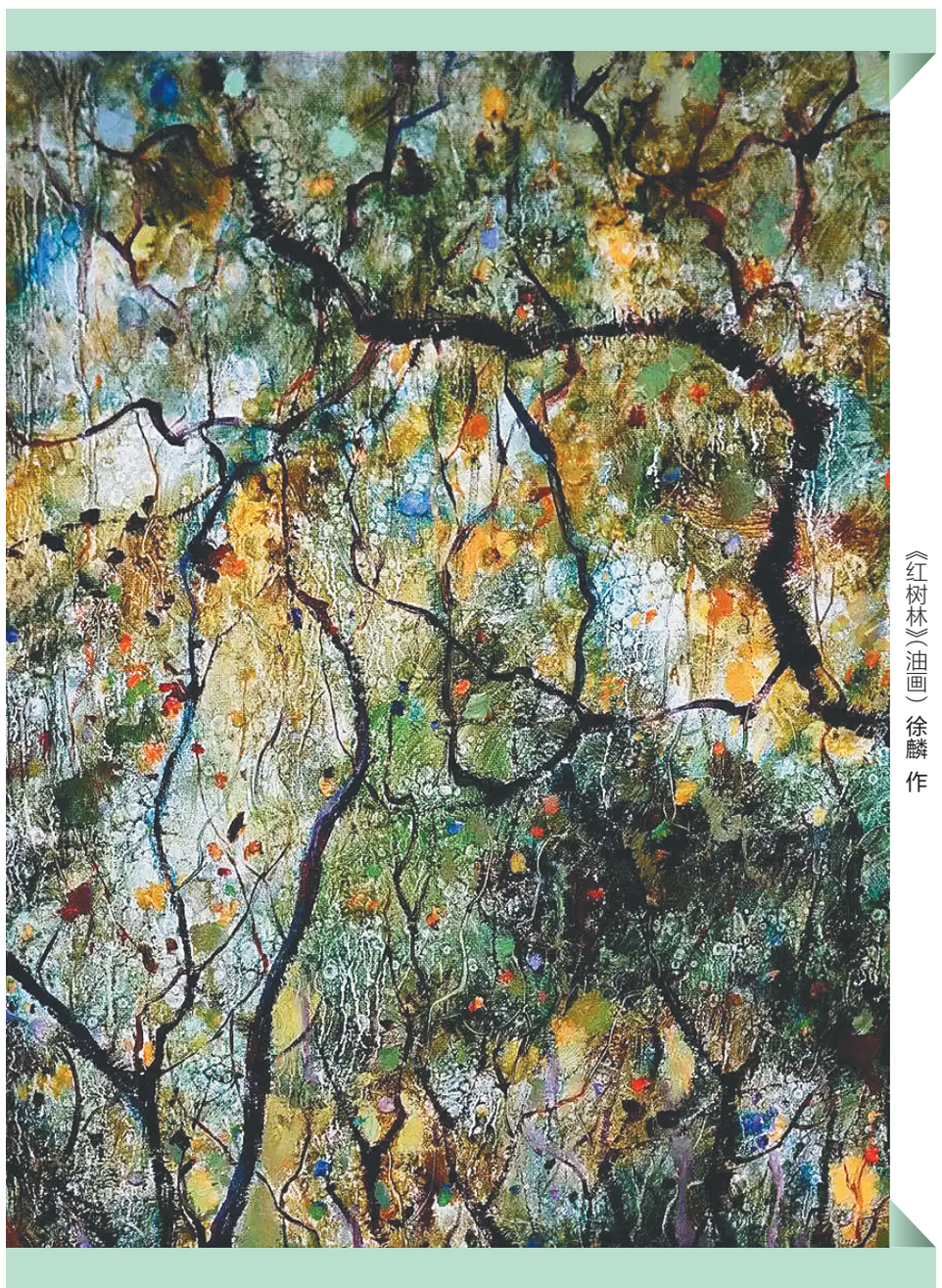
八所铁路附近的湿地里，紫水鸡拥有一方乐园，这里水道蜿蜒，草木葱茏。紫水鸡属于留鸟，不长途迁徙，是湿地里的“紫衣贵族”，外形别致，一身深蓝紫色羽毛，光线洒落，泛出细腻温润的金属光泽，鲜红的喙与额甲格外醒目。它们并不怯于人间烟火，常在芦苇与浅草间缓步游走，啃食水草，寻觅虫食，自在从容。

去往郊外的大田国家级自然保护区，是一派全然不同的景象。大片稀树草原一望无际，林木繁茂，这里是海南“稀世之珍”坡鹿的栖身之地，也是林间鸟类的天堂。灌丛深处时常有原鸡出没，它们脚步轻快，穿梭于草间啄食草籽，稍有动静便迅速隐入草丛，悄无声息。

海南山鹧鸪，海南独有的珍稀鸟类，隐匿于幽深的落叶层。作为海南热带雨林的标志性鸟类，白天躲在灌丛里避敌，夜里飞上矮树枝过夜，生性胆小谨慎，极少现身，人们很难觅其踪迹。在园区工作多年的朋友坦言，难得目睹其真容，主要依靠红外相机记录影像。偶有一声清亮的啼鸣从密林深处飘出，穿过层层草木，昭示着深山生灵的存在。旷野上空，黑翅鸢、红隼舒展双翼，缓缓盘旋，俯瞰脚下辽阔的原野。褐翅鸦鹃、斑头鸺鹠等众多林鸟在此繁衍生息。

向东行，可到东河镇的俄贤岭，喀斯特地貌如万笏朝天，在琼西大地上勾画出硬朗的轮廓。青山叠翠，雨林幽深，莽莽林海是飞鸟的王国，科考记录鸟类近二百种，其中不乏海南孔雀雉、戈氏金丝燕等珍稀物种。在栈道上穿行，即使不见其踪迹，耳畔也始终萦绕着连绵不绝的鸟鸣。

一路闻啼鸟，这是大自然之幸，也是人间之福。人与鸟，同在一片天地，各安其位，各得其所，和谐共生。



《红树林》（油画） 徐麟 作

风物写意

秋雨

■ 蒙钟德

预报明天凌晨有三星伴月，正是天文摄影的好时机，作为摄影人岂容错过！

傍晚时分，天高云淡，秋高气爽，我心想：届时定是一个好天气。于是，默默准备好装备，说不定将有好收获。

已近午夜时分，正准备出门，突然，窗外传来雨打水盆的滴滴答答声。走到窗前一看，此时乌云密布，灯光照射下的夜空一片昏暗。

望着已经准备好的相机包、三脚架和已经擦了几遍的镜头，只好苦笑着摸了摸。万事俱备只欠东风的失落感油然而生，无奈，上床就寝，故意不设闹钟，说不定明早还有机会。

凌晨五时许，八个月大的二宝“叫”醒了我，该吃奶了。

我眯着双眼，瞄了一下床头柜上的闹钟：正是时候。立刻翻身起床，刚洗漱完毕，忽闻一声闷雷，更大的秋雨又不期而至，而且一阵紧似一阵……

心情亮了一下又暗了，万物皆有定时，星空有星空的浪漫，秋雨有秋雨的洗礼。“老天爷这是在替我洗镜头呢。”又只好默默收起装备。

天上的星月是看不到了，宁静的清晨只有二宝在奶奶怀里吮吸奶瓶的啧啧声。转念一想，这八个月大的小人儿，不正是最亮的那颗星吗！

天已微明，索性不睡了。泡上一杯咖啡，站在窗前，听着雷声，看着不紧不慢的秋雨，慢慢品着。晨曦中的路灯下，早起的人们，披着雨衣，骑着摩托车匆匆而过。既然拍不到天上的星月，不如拍拍眼前的秋雨，拍一拍雨中的市井百态。于是，我又拿出相机，支好三脚架，静观窗外雨景，拍摄玻璃上的水痕和马路上匆匆而过的市民。

天渐渐放亮，我抱着孙子走到窗前。孩子显然也被眼前的雨景吸引住了，目不转睛地看着雨帘和行驶的车辆，我纷乱的思绪也被眼前的景象拉回了现实。拍了半辈子天象人间，到今天才真正体会到“摄影就是遗憾的艺术”，最大的圆满，其实是接受所有的“错过”。总有追不到的风光，总会遇不上一些天象。火星、木星和月亮在宇宙中依然相伴，只是被云层挡住了。虽然肉眼看不见，但我们知道，它们依然在苍穹之上运行。世间万物，顺其自然。

天亮了，秋雨还是时大时小、时停时续。楼下满是雨水打落的黄叶，积水里倒映着灰白色的天光。虽然错过了三星伴月，但这清晨的一场秋雨，是天地赐予的另一番好风景。

三星伴月且留在天上吧，我先下楼去，拍一拍满地金黄的落叶和秋水。

人生况味

换一只脚起跑

■ 余娟

2014年冬天，25岁的苏炳添干了一件在旁人看来近乎疯狂的事：换起跑脚。

短跑运动员先迈哪只脚，外行看着无关紧要，行家才知道其中的分量。那是十几年肌肉记忆的总开关——枪声一响，哪只脚先蹬地，重心怎么压，步频怎么带，全是刻进神经里的程序。动了它，等于把“跑步”这门课从头再学一遍。

几乎没人支持。不少人都劝他：百米能跑到10秒10上下，对亚洲选手来说已经摸到天花板了，还折腾什么？万一改砸了，连老本都保不住，图什么呢？

苏炳添自己也犯怵。可真正改起来，日子比他想象的还要糟。起跑反应慢了，前三十米节奏全乱，训练成绩一路往下掉，最惨的时候只能跑到10秒50开外。对百米选手来说，这差不多等于被人甩开一个身位。清晨的训练馆还带着夜里的凉气，他蹲在起跑器前，手心里全是汗，以前闭着眼都能完成的动作，现在每一步都别别扭扭的。

好多个夜里，他躺在宿舍的床上翻来覆去：要不改回去吧，回到那条熟悉的老路上，至少成绩不会这么难看。

阻止他的是外教兰迪·亨廷顿。兰迪告诉他，技术改动都有一个阵痛期，身体正在跟旧习惯打架，这时候停下来，之前吃的苦就全白吃了。

苏炳添咬着牙挺了过去。十个月后，2015年5月的美国尤金，他跑出9秒99——第一个打开10秒大关的中国人。冲过终点时，他自己都有点懵，站在跑道上盯着大屏幕看了好几秒，才回过神来。

后来的故事，关注体育的人都知道了：2018年，他两次跑出9秒91；2021年东京奥运会，32岁的他在半决赛飙出9秒83，把亚洲纪录往前挪了一大截，成为第一个站上奥运男子百米决赛跑道的中国人。

只是很少有人再提起2014年那个冬天，那个连起跑都不会了的苏炳添。

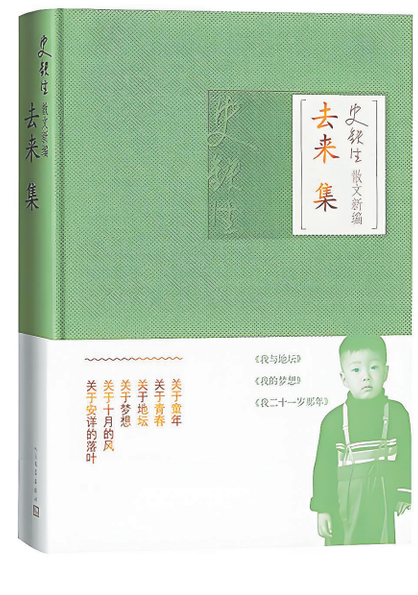
他后来在采访里说，换了起跑脚之后，他才明白，打败一个运动员的，常常不是跑道上的对手，而是十几年攒下来的老习惯。要说后悔，他只后悔这件事启动得太晚。

百米跑道只有一百米，人生的路长得多。有时候慢下来，跟自己较劲折腾一番，未必是坏事——当然，这话得熬过阵痛期的人才配说。

文艺随笔

史铁生的心魂

■ 凌一苇



读史铁生，有许多直击人心的语句，“但是太阳，每时每刻都是夕阳，也都是旭日……”面对苦难，他扛过它，把它熬成照亮后来者路上的光。

心魂的辽阔，不在腿脚能走多远。命定的局限，尽可永在，不屈的挑战却不可须臾或缺。史铁生说，微笑着，去唱生活的歌谣。读他的作品，常会忘记作者是一个二十一岁就坐上轮椅的人。在那些幽默旷达的行文中，他自由的心灵漫游在世界和人生的无疆之域，给予读者的，不仅是精美洁净的文字，更是健康的精神、深沉的爱和对人生真谛的探寻。

尤其现在这个到处都是AI的时代，不可不读史铁生。他的《去来集》收录了《我与地坛》《想念地坛》《我二十一岁那年》等十九篇散文佳作，关于童年，关于青春，关于回忆，关于生命中的喜悦与伤痛。史铁生以残缺的肉身，在轮椅与病榻上凿出一条通往精神辽阔之地的道路。他没有被身体的困境困住，只是平静地接受残缺，在漫长的艰难和痛苦中宽厚地微笑，最终实现肉身受限、灵魂自由的生命超越。

临近花甲，回望人生，史铁生写下随笔《诚实与善思》。诚实、善思，乃人之首要。这四个字是他一生思索的总结，同时也是贯穿他全部文字的灵魂底色。它们像两扇通透豁亮的窗户，看似近在眼前，想要推开，却并非轻而易举。

“不要坚定立场，而要坚定诚实。”诚实就像忏悔，是敢于直面内心那些不光明、不漂亮、难以言说的念头，不自欺欺人。史铁生坦然写下双腿瘫痪后的最初几年，找不到工作，找不到去路，脾气变得暴怒无常，一心以为自己是世上最不幸的一个人，内心充满怨恨和绝望。在《我与地坛》《合欢树》里回望母亲，他诚实写下：“在那段日子里——那是好几年前的一段日子，我想我一定使母亲做过最坏的准备了，但她从来没有对我说过‘你为我想想’。事实上我也真的没为她想过。”那时的他，只顾沉浸于自身的痛苦，无视母亲的煎熬，任由母亲在担忧与惶恐中四处寻找他。直到母亲猝然去世，他才体会到“儿子的不幸在母亲那儿总是要加倍的”。这份迟来的愧疚，没有半点矫饰。他不作态，不回避当年的倔强与自私，甚至直白袒露心底藏着的恐惧和幽暗。

守住内心的诚实，方能看清自我，而善思的源头，便是诚实。二十一岁，正是“最狂妄的年龄”，命运的重击将史铁生困在轮椅之上。他坦承“一连几小时专心致志地想关于死的事，也以同样的耐心和方式想过我为什么要出生。”这样想了好几年，他才得出那句震撼人心的结论：“死是一件不必急于求成的事，死是一个必然会降临的节日。”

既然死亡终会到来，剩下的便是怎样活的问题。这不是一瞬间就能完全想透，也不是能够一次性解决的事。地坛荒芜但并不衰败，剥蚀的古殿、苍幽的老柏、竞相生长的草木，来往的各色行人，都成为他思索生命的参照。他看见长跑者执着地奔跑，看见美丽却智障的女孩，慢慢懂得苦难并非只降临在他一人身上，残缺与差别本来就是世间常态。他不再纠结“为什么偏偏是我残疾”，明白“上帝从来不对任何人施舍‘最幸福’这三个字，他在所有人的欲望前面设下永恒的距离，公平地给每一个人以局限。”

诚实，是直面伤痛，不美化苦难，不伪装坚强；善思，则是在真实之上，省察生死、命运与爱的意义。没有诚实，思考便容易沦为空洞的说教；缺少善思，诚实只会停留在单纯的诉苦。二者缺一不可，相辅相成，构成了《去来集》全部文字的精神内核。这些文章，不是居高临下的人生说教，而是一个曾在生命悬崖行走的人，留给无数身处低谷者的礼物，让他们从文字里汲取直面困境的力量。

地坛的草木岁岁荣枯，斯人已邈，但精神永存。史铁生用一生践行“诚实善思”，他通过自己的苦难告诉我们：目视他人之疑，目如盏盏鬼火，大胆去走自己的夜路。生命的意义不在于你拥有多少，而在于你如何利用你所拥有的——不认命，就是我们的命运。

投稿邮箱 hnrbzpb@163.com