

## 大暑感怀

□杨仲达

寒来暑往，一冷一热，就是一年。人们常常用寒暑纪年，比如一件事的成功，往往不说度过了多少年，而是说经历了多少寒暑。当然也有用春秋纪年的，而少有用相对之的季节冬夏纪年的。为什么要用寒暑纪年？因为寒暑严酷，中国有句老话，“冬练三九，夏练三伏”，这说的就是寒和暑。人只有经历了严寒酷暑般的磨练，才能获得成功。

暑，就是炎热的意思。天津人管夏天就叫“热天”。记得我的年纪都已很大了，仍未改口，还是直呼夏天为热天。二十四节气用寒暑来命名，分别是小寒、大寒以及小暑、大暑和处暑。小寒、大寒之后是春，小暑、大暑之后是秋。天气到最冷时，春来了；到最热时，秋来了，这是物极必反的道理。其实，小寒、大寒或者小暑、大暑，在时间上是连续的，天气状况也是庶几相当，只是“大”比之于“小”，程度更甚，更为严酷。所以，大暑当然比小暑更热，这是一年中最热的时候。三伏天的中伏，和大暑的节气大致重合。老百姓说话，这叫伏心。

酷暑难当，彼时到了难以忍受的程度，就会引起人们的深刻触动。凡二十四节气都有诗歌流传，诗人们偶感而发，信笔为之者也多。而有个耐人寻味的现象，东汉末年的文人纷纷作《大暑赋》，不光曹植此赋气高韵足，其他名家如陈琳、刘桢、应场等亦有同题之作，一时竟有异彩纷呈之态。暑热到了极点，仿佛亟待文人们施以援手，以慰身心，以驱烦闷。

春秋佳日，登高赋诗，是一人生景象，而酷暑难挨，又是一人生景象。当下大约四五十岁及其以上的人，都经历过从蒲扇到电扇再到空调等消暑之物的过渡。我们这批人，既经历了古人所经历的酷暑，也有有幸享受了现代文明的生活。

在电扇乃至空调发明之前，人类的历史十分漫长。古代夏季，到了中伏大暑时节，那真是受罪。人生的一切苦难、困厄，精神物质的都有，苦夏

## 选择

□乔靖鸿

前些天，高考分数刚出来，一位同事就带着女儿来找我，说我是“过来人”，儿子上大学、找工作也挺成功的，让帮忙给参谋参谋，出出主意：女儿该上什么学校、选什么专业。儿子上学、就业算成功吗？我自己感觉很是汗颜。不过同事一说，我不禁想起了儿子高考前后的许多事，印象最深的便是不同时期的4次抉择。说起儿子的高考，先要说中考。儿子中考分数距离当年市重点中学录取分数线差了3分，要说找找关系，争取一下，上个市重点还是可能的。但我还是对儿子说：“你考到哪，就上到哪！”后来，儿子去了一所新建的民办高中，因为高出该校录取分数线近40分，毫不费劲地进了学校的“英才班”。

这是第一次抉择。儿子心不甘情不愿地选择了别人眼中的“差学校”，没当成“凤尾”，阴差阳错地成了“鸡头”。其实，这样的选择，是我思谋已久的结果。我觉得，最适合的才是最好的。以儿子聪明有余、自律不足的个性，送进重点学校，大概率地会被“腌咸菜”，高考时铁定会淘汰出局。而进了普通学校，他成了“英才”，同学羡慕，老师看重，自己的潜力完全被激发，学习状态越来越好，成绩一直保持在全校前列。

高考结束，儿子面临第二次抉择。他的分数又以3分之差与一本院校失之交臂。这时候，原来就读的学校向儿子抛来“橄榄枝”：复读1年，冲刺一本，学费全免，还有奖金可拿！“怎么办？”儿子问我。

选择跳槽前，儿子咨询我的意

见，我还是那句话，有所失必有所得，主意你自己拿，选择了就别后悔。儿子没有辜负自己的选择，为了每个策划方案更翔实而有特色，经常熬夜加班，反复推敲、反复修改。每次过年回家，只要有时间，儿子就让我陪着他，运城博物馆、池神庙、关帝庙……一个个古迹、一块块古碑，仔细观看、认真

## 当好自己情绪的主人

□李晓萍

人文学者钱理群先生曾经给自己定了三条规矩：“观察，不轻易下结论；等待，很多事情现在不能着急，需要有耐心；坚守，要坚守自己的价值判断，不能在一片混乱中跟着大家走。”观察、等待、坚守，其实也是突围情绪困境的重要武器。

我是一个典型的情绪成熟度不高的人，比如，敏感、焦虑、容易选择困难、患得患失。这些性格的短板让我很容易被别人不经意的一句话绑架，陷进情绪困境。遇到问题的时候，不能沉下心来站在理性层面观察、思考，而是本能地当即做出是非判断、纠结于细枝末节。说到底，情绪成熟度低的人其实是自信和自卑的矛盾对抗体。用盲目自信来掩饰内心不愿直视的自卑，和自己不同的观点，热衷于表达自我，而在内心潜伏的自卑，又很容易因为一点小事从内心否定自己，瞬间便被外界影响。

四十岁以后，我开始努力调整自己的情绪，也更加明白处理问题要比发泄情绪重要得多。在工作、婚姻、亲情、友情这些关系中，很多时候，痛苦和内耗都是我们自身的情绪带来的，并非事情本身差到无法收拾。从前别人讲一句话，我就觉得万箭穿心，但可

## 闹市孤独

□连恒

常听人说，一个人身处的环境越是喧闹繁华，内心深处便愈是孤独凄凉。这便是所谓的“闹市孤独”。眼前应有尽有，却无一属于自己，耳际人声鼎沸，内心却万籁俱寂。巨大的落差导致情绪失控，随后便是目标的迷失、方向的错乱、人生的茫然。

种种不良情绪的产生，闹市是诱因，孤独才是根源。现代社会一个显著的标签就是热闹，海量信息造成的喧闹更像是虚假繁荣，所有人只能浅尝辄止，所有事只是浮光掠影，没有一个声音可以绕梁三日，没有一种喜悦足以心满意足，因为信息的不断袭来，让人甚至连喘口气的时间都没有。

人一旦以超出能力的速度前行，就会产生失控感。这一点便是闹市孤独产生的原因。闹市的喧哗拥挤其实也是一种信息加速的表现形式。一个

## 早睡早起不迟到

□张建云

教育孩子有三大禁忌，一是早晨慌张。

早晨慌张的人充其量只差5分钟——晚起5分钟，出门上路也就晚5分钟。但迟了5分钟，就会赶上早高峰的堵车，弄不好就会迟到。于是，我们就看到某些人经常迟到。

迟到是一种习惯。孩子亦然。早晨，家长苦口婆心地催促，就是不起床。于是，我们看到一个班里迟到的总是那三两个孩子。

为什么会这样？迟到，看似源自早晨晚起的5分钟，其实是没来得及早睡。没有早睡，早起就成了问题。说白了，就是没养成良好的作息习惯。

教育孩子第二大禁忌，早晨慌

研学。儿子说，越学，越觉得自己学识不足；越学，越懂得自己该如何努力、如何奋斗。我知道，儿子真的长大了。听我讲完儿子的故事，同事高兴地说，我明白了，怎么选不重要，谁选谁才重要；父母不要总是代替儿女选择，而是要引导孩子学会选择，学会成长，学会为了理想而坚持和奋斗。

能换一个人听到类似的话，却不会有什么特别反应。所以，这几年我试着去面对和理解自己的情绪，找到情绪背后的原因和问题，学会既顺畅又克制地表达情绪；同时，观察和理解别人的情绪，能共情，但不要过度在意。丹尼斯·金伍德曾提出了系统思考的概念，他强调，处理真实世界复杂问题的最佳方式就是用整体的观点观察周围的事物，拓宽视野，避免“竖井”式思维（有点像“一根筋”），当陷入情绪困境时也一样。在当下想不到解决方法的时候暂停一下，尝试着先把问题放下，缓一缓，不去为难自己，无论是三分钟、两个小时，还是三天，当我们的思想不过多关注某一个点，再去回望这个问题，经常会发现曾经困住你的问题是多么不值一提。当问题暂时被搁置、延迟解决，我们整个人也会感觉轻松而愉悦，情绪的稳定指数也提升了很多。

其实，有的时候想想，人生有什么难的呢，把握好自己的情绪就能更好地把握自己的人生。不是任何事情都得立即要个说法，既然我们无法坐等另一个复杂的问题消失，便要学会采用另一个角度来看待这个世界，因为你情绪的主人不是你上司、配偶、孩子、父母和朋友和其他日常生活中需要打交道的人，而是你自己。我们也只有懂得真正地把自己打开，才能睿智地处理情绪，既见树木，又见森林。

出，也逃不过失败的怪圈。这样的人不明白，觉得自己花那么多钱，那么多时间，那么多精力，甚至消费了那么多关系，这孩子咋就不争气呢？

理由很简单，因为慌张，因为愤怒。慌张，是因起晚了，其实是对自己的放纵；而愤怒，则是把原因归于他人，迁怒于别人。放纵自己，再加上挑剔他人的人，没理由成功，幸福很难光顾这样的家庭。

那么，怎样解决慌张和愤怒呢？早睡早起。

一个人工作一天，思虑一天，无论失意与得意，对于睡眠来说都是累赘。所以，在睡眠之前清空所有喜怒哀乐。睡觉，是人的身体的休养生息。睡前清

□张君燕

家里装修，事情比较杂乱，偏偏装修师傅做出来的活又频频不过关，总是需要重修。装修师傅倒是没话说，也愿意重新修。可是这样一来，费时费时，还牵扯着人的精力，实在让人苦不堪言。

我忍不住向李姐抱怨。她家去年刚装修过，我听她讲装修师傅活干得很好，又认真负责，现在的师傅就是李姐介绍的，可为啥同样的师傅表现得差别如此之大呢？

“可能是你没有选对装修的时机吧。”李姐笑着说。我苦着脸说：“你就别打趣了，我是真的发愁呢！”没想到李姐一脸认真地说：“我没打趣，确实是需要合适的时机。”李姐告诉我，她把装修时间定在了10月，这时秋高气爽，不冷

□王汉利

炎炎夏里，街面上，看到人们吃雪糕、冰激凌、喝冰镇啤酒等各种饮品来解暑消渴，不时，让我想起童年趴在大水瓮喝“井拔凉”水之往事，如今，回想起来，自个忍俊不禁，用“过瘾豪爽”四个字来形容最恰当不过。

在晋北乡下，说起水瓮，上点岁数的人们应该都不陌生。我的故乡应县水磨村地处晋北黄花梁脚下，那里井水甘甜可口。早年间，因为水好，村里就有缸（酿酒）坊、磨豆腐、酿醋等作坊，在十里八乡很有名气。

童年的记忆中，村里街巷口共有五六眼公共水井，供全村父老乡亲吃水。打一口水井费时费力，深点的井有20多米见水；数村北的水井浅一些，也有个十几米深，这些水井多数都是人工开挖而成。

那时候，家家户户都有一口或大或小的水瓮，水瓮是用来储备水的，也是必备的家什。家里人口多的用大水瓮，人口少，则用小点的，做水瓮最常见其型号有六斗、八斗瓮；斗，过去量粮食用的器具，一斗粮食重约30斤。我家人口多，选用的是八斗大瓮。曾记得，农村集体化时，父亲每天早上出地前，第一件事就是担水。尤其是夏天，家里用水量大，凡担水瓮必满，以保证家里一天的用水。让我记忆最深的是，每到夏天放学回家，我和哥哥先就揭开水瓮盖，来一瓢“井拔凉”水，“咕嘟咕嘟”灌进肚子里，那叫一个爽！不逊于现在的冷饮“打凉卸火”。完后，就是以大水瓮为我们玩耍的“阵地”，不是玩水仗，就是和泥捏窑窑、车车马马等，反正是不停。

每年生产队菜园开园时，我和哥哥首先将分到的菜瓜挑选顺溜品相好的来做水桶玩。菜瓜比黄瓜粗大，现在市场很少见到。选出的菜瓜，一分为二，将瓜瓢子掏净；用扫帚上的芨芨棍儿作桶梁柱，梁上拴一细绳。我俩高兴地挤站在大水瓮前，谁都想先试一把“菜瓜桶”放在水瓮里的“新鲜感”。放入瓮中的菜瓜桶，在水的浮力作用下，像小鱼儿漂在了水面，就是“不吃水”。我和哥哥还学着大人们摆水桶的样子，连续几次尝试着摆桶，终于能一下“吃满水”了。由于水瓮高，哥俩个子低，玩瓮中取水，都得搬上板凳来玩。一次，不小

空思虑，就是养德。当一个人清静后，德行的本真就会恢复。第二天起床后，本真的德行才会如影随形。人们方能看到你容光焕发，生机勃勃。睡觉也是养智。人只有在安静之时才可以觉醒。最安静的状态莫过于睡觉。一个人睡醒后就是重新活一回，就是从天地自然中吸取养分，然后重新出发。这时，你就会怀着感恩、欣喜、明快、善美的心情看待世界。于是，我们的孩子就有了活力，就有了无限的生命力和创造力。

所以，要解决晨起的慌张和愤怒，我们可以试着先从改变不良作息开始。早睡早起不迟到，情绪稳定别胡闹，是好的生活方式，也是好的教育方式。

## 适宜的时机

不热，装修师傅干起活来比较舒服，就干得耐心、细致一些。到后期，临近春节，装修师傅想着马上就能拿到钱回家过年，心情愉悦，不管是效率还是认真程度都会提高很多。

听李姐这么一解释，我连连点头，直夸李姐精明。现在天气炎热，装修师傅干活特别辛苦，经常汗流浃背，容易心烦气躁，干出来的活可能就会比较粗糙。可以已经开始装修了，总不能停不下干吧？李姐摆摆手说，当然不必，多给师傅买点水、冰镇西瓜什么的慰问一下，有时间的话跟师傅说几句好听的话，师傅心情舒畅了，手下的活自然就细致了。

我对李姐肃然起敬。与其说李姐精明，懂得选择合适的时机，不如说李姐更懂得尊重人、体谅人心。不管干什么，一切以人为本，才是最适宜的选择。

## 清凉大水瓮

心取水时，快上瓮沿时，菜瓜桶儿的绳脱落，“咕咚”一声，随之便沉入瓮底。这下，哥俩傻眼了，瓮中还有大半瓮水，水多无疑增加了打捞难度。我和哥哥想办法，先是找来细管子从瓮中往外吸水，嫌出水慢，干脆找来水桶舀水。通过一番的折腾，水位下降了，最后，用长柄勺子将桶捞了上来。遇一年雨水勤，生产队的瓜菜园从夏天开园到后秋的开园，瓜菜能摘四五次，也就意味着每家每户能分四到五次菜瓜。分到的菜瓜舍不得吃，把菜瓜放在大水瓮昏晃阴凉处来存储，放上几天，还真保鲜。

夏里，乡亲们吃凉食也多了起来，有凉粉、滴溜儿、玉菱面粉片片等，尤其是玉菱面粉片片在脑海里印象特深。中午，吃玉菱粉片片时，母亲就赶紧张罗着打（做）拿糕。拿糕打好后，为了让粉片片冷却得快些，母亲利用大水瓮作“冷却源”，因瓮中有水，用手摸上去，其外表十分冰凉，拿糕抹上去，既凉得快又不粘连。一切准备就绪，母亲将水瓮通体反复擦拭几遍，然后将打好的拿糕端到水瓮跟前，趁热用铁匙把拿糕均匀地摊抹在水瓮沿边，一会儿，金黄色的玉菱面粉片片沿水瓮围了一圈，仿佛给大水瓮镶了个金边。这时，母亲腾出手，又开始做凉菜。洗几个山药蛋，用擦子擦成丝丝，入锅焯掉，捞出控水。

那时候，绿叶菜很少，母亲就把葱叶切碎作点缀，拌出的丝丝有白有绿。为了节省点胡麻油，母亲每次炆油都是用铁勺子来炆，铁勺子放在灶火上加热，待温度上升到一定程度，倒入胡麻油，放入葱花、盐、醋等调味品，一盆美味的山药丝丝就这样调好了。这时，大水瓮上的粉片也冷却好了。母亲上前用手背试试，感觉片片发凉时，用镰刀把水瓮上的粉片划成火柴盒大小的格格，然后用手轻轻抖动，粉片儿就一光滑脱落。端盘上筷，全家人围坐在堂屋地上，来上半碗山药蛋丝丝，里边加点油炆辣椒一块拌搅，夹上玉菱面粉片吃，那真叫个清凉爽口。

现如今，家家户户有了自来水，大水瓮也“退休”了，但我每次回乡，目睹老屋角落里的水瓮，情不自禁地上前抚摸几把，感慨颇多，大水瓮见证了时代发展和进步，更承载了我童年的清凉与梦想。

## 山西省山阴县人民法院公告

(2022)晋0621破1号

未在上述期限内申报债权的，可以在破产财产分配方案提交债权人会议讨论前补充申报，但对此前已进行的分配无权要求补充分配，同时要承担为审查和确

认补充申报债权所产生的费用。未申报债权的，不得依照《中华人民共和国企业破产法》规定的程序行使权利。山西金源化肥有限公司的债务人或者财产持有

人应当向山西金源化肥有限公司管理人清偿债务或交付财产。

本院于2022年9月1日上午9时在本院五楼会议室(山阴县岱岳镇南环路)召

开第一次债权人会议。依法申报债权的债权人有权参加债权人会议。参加会议的债权人系自然人的，应提交个人身份证明。参加会议的债权人系法人或其他组织的，应提交营业执照、法定代表人或负责人身份证明书。如委托代理人出席会议，应提交特别授权委托书、委托代理人的身份证件或律师执业证，委托代理人是律师的还应提交律师事务所的指派函。

特此公告

2022年6月28日

本院于2022年6月7日根据山西金源化肥有限公司的申请裁定受理其破产清算一案，并指定山西路之通破产清算有限公司为山西金源化肥有限公司管理人。山西金源化肥有限公司的债权人应自2022年8月28日前向山西金源化肥有限公司管理人(1.通信地址:山西省朔州市朔城区市府西街蒙银村镇银行四楼,联系电话:13934944794;2.通信地址:山西省山阴县公安局桥西派出所对面华宇底商,联系电话:19835042564)申报债权。