

珍惜生命中那些顿悟的时光

○ 张军霞

昨天,在办公室和新来的同事聊天,他说自己当年在距离高考只有一百天时,患了严重的胃病,吃了很多药都无济于事,当别人都在争分夺秒进入倒计时状态时,他却只能一次次往返于教室和学校的医务室之间,用点滴来缓解病情。

当时,因为遇到这么难缠的病,他心灰意冷,甚至在考虑放弃参加高考。有一天,他又去输液,校医看他无聊,就递给他一本杂志。他很快被其中的一篇文章打动了:作者也曾是一名高3的学生,本来学习成绩优异的,曾在高考那一年,遭遇了严重的车祸,还有亲人去世的沉重打击,她一路咬着牙挺过去,因为心中只有一个念头,我要考北大!最后,她成功了,那篇文章就写于北大校园的宿舍中。

同事说,他被这个故事打动了,觉得自己这一点儿困难,跟女孩的遭遇相比根本算不得什么,人家能冲过去,我为什么不能?就凭着这样的信念,他带病坚持学习,最终也考入了理想的学校。回首过去,他至今仍然感谢那篇文章的作者,让他有了一次改变命运的顿悟。

我想起不久前读《陈忠实传》,里面也提到一个类似的故事:陈忠实十三岁那年,老师



带着他和二十多个同学,徒步到距家三十多里外的小镇去投考中学。他穿着平常的旧布鞋,在沙石路上走了没多久,鞋底就被磨烂了。脚后跟被磨出了红色的肉丝,甚至开始

淌出血,血浆渗湿了鞋底和鞋帮,他疼得迈不开步子。

这时,走在前面的同学倒退回来,鼓励他跟上队伍。他不愿意说鞋底磨烂了,他害怕穿着胶鞋的同学嘲笑自己的穷酸。于是,他又落到了队伍的最后。光脚磨在沙石路上,让这个十三岁的少年疼痛难忍,他先后从路边捡来树叶、布条和纸片来塞到鞋底,统统都无济于事。脚跟的疼痛逐渐加剧,每抬一次脚都会疼得心惊肉跳,他连走进考场的最后一丝勇气都断灭了。就在这时,他听到了一声火车汽笛的嘶鸣,接着就看到了一列呼啸着奔驰过来的火车。

他打算停下脚步与飞驰的火车,形成了那么鲜明的对比。“天啊,这个世界上有那么多人坐着火车跑,根本不用双腿走路!”他这样一想,瞬间感觉全身充满了力气,他心中有了一个信念:“我不能永远穿着没有后底的破布鞋走路!”于是,他开始拔腿飞奔,在距离考场还有一二里的地方,终于追赶上了老师和同学。汽笛声带来的顿悟,从此伴随了作家的一生。

其实,我们每个人在漫长的一生中,都会遇到无数次顿悟的时光,也许是一首老歌,也许是一本书,也许是一场电影,也许是陌生人的鼓励。只是,有些人不懂得珍惜,任凭如此宝贵的瞬间,无声无息地溜走,有的人却抓住了那一刻的顿悟,思想得到洗涤和升华,脚步更加坚实,让人生的小船驶入了全新的航线,最终成就了全新的自己。顿悟可以遇见,却难以预见,珍惜生命中让你醍醐灌顶的瞬间吧,顿悟之后,也许就会成就更好的自己。

最美的风景

○ 王国梁



密,与一只飞鸟谈论蓝天的高度和宽度。万物有灵,我好像突然之间与它们心灵相通了。回到家,我有感而发,写下了从心中流淌出来的文字。那篇文章一气呵成,自然流畅,是我比较满意的一篇。

我想起王羲之《兰亭集序》的故事。王羲之与友人在兰亭举行了一次别开生面的诗会,诗会上,大家把酒杯放到溪水上,酒杯顺流徐徐而下,在谁的面前停下或打转,谁就要即兴赋诗,所谓“曲水流觞”。最后王羲之把大家所作诗歌汇编起来,挥毫作序,并乘兴而书,于是有了经典的《兰亭集序》。连王羲之自己都没想到,这幅从未刻意、完全是即兴而作的书帖竟然成了无法超越的经典。

而旅行中感受到的最美风景,也是如此。不刻意,不强求,遇上是缘,不遇也不抱怨。不带目的性和功利性,完全享受风景,这是旅行的最高境界。而我们很多人越来越感受不到风景之美,就是因为目的性或者功利性太强了。凡是有风景的地方,总会有一大批人在拍照、录视频。他们的注意力都在表情管理和滤镜美颜上面,怎会真正发现风景之美?有的人看风景,纯粹就是为了在朋友圈彰显一下“诗和远方”,让大家对他们所谓的生活品位点赞。

林语堂说:“旅行的要点在于无责任、无定时、无来往信札、无嘘寒问的邻人,无来客和无目的地。一个好的旅行家绝不知道他往哪里去,更好的甚至不知道从何处而来。他甚至忘却了自己的姓名。”想来这话是极有道理的,行到水穷处,坐看云起时,才能真正领略风景之美。很多时候,无须远行,无须刻意,走在天地之间便能感受到人间大美,也会体会到自然之趣。而如果带过了多目的性和功利性,眼前的风景便会打了折扣。

有句话大家都听说过:人生是一场旅行。这个比喻极为贴切,如果在人生的旅行中,把一些不必要的目的性和功利性狠狠做一次“断舍离”,人生的行程也会充满妙趣的。

不安,也洗去了我的忧愁愁情,我感到久违的欢乐又回来了。待同事们倦容满面地寻我而来时,我已是满脸舒畅的笑意。旅游归家后,我把这段经历称为“留白”,有着一种让全身放松的惬意。

《菜根谭》里有句话:“忧勤是美德,太苦则无以适性怡情。”你可能确实是个勤奋的超级好员工,但你一定也睡得不多,因为你不愿意放弃任何可以赚钱的时间。整天忙忙碌碌的你,还自以为这就叫作充实,然而当你的生活中只剩下忙忙碌碌的时候,还有什么情趣可言呢?

生活中,许多人都在不断地做加法,似乎只有通过不断拥有物质,才能填补日渐空虚的心灵。在不断地加法中,原本期待的丰富却成为沉重的负担。其实,我们真的需要放松一下自己。生活中不缺少美好的东西,只是我们平时太忙,没心思去留意。尽可能去发觉、去欣赏人生旅途中的风景,远比匆匆赶路要受用。

中国画的最高境界,就在于给画面留白。其实,我们的生活又何尝不是如此?从不愿给自己留白的人,必然会让自己拥挤不堪、呼吸不畅。生活是一门艺术,既要努力奋斗,也要有闲云野鹤般的恬淡心境。

优雅的心境,源于给生活留白。一个会布局的人,永远不会把人生塞得太满。留白,是给自己一份清静的安适,减去不必要的烦恼和欲望,以收获更多的人生精彩。

我也是一名朗读者

○ 唐宝民

近两年,央视的经典栏目《朗读者》异常火爆,也带动了社会上的朗读热情,我所在的小城,文化部门就组织了多次朗读活动。我是一个热爱读书的人,多年以来,每天都坚持阅读经典。其实,我不仅仅是用眼睛在读,许多时候,也是在声情并茂地朗读。

最初的朗读是从初中时代开始的,那时,有些课文是要求背诵的,在一次偶然的机会里,我发现高声朗读能增强记忆,便开始对要求背诵的课文进行朗读,果然轻易记住了许多课文的内容。

从那以后,朗读就变成了我的习惯。在大学时代,每天早上起床后,我都会带一本从图书馆里借来的书,来到城市的江边大堤,坐在鹅卵石上,面对雾气茫茫的江面,开始高声朗读。在那里,我读过艾特马托夫的《白轮船》,读过杜拉斯的《情人》,读过屠格涅夫的《阿霞》……因为当时是高声朗读的,所以,对其中的许多段落,至今印象十分深刻,当朗读《白轮船》的最后一段时,我热泪盈眶:“可是你游走了。你知道吗,你永远也变不成鱼。你也游不到伊塞克湖,看不到白轮船,不能对白轮船说:‘你好,白轮船,我来了!’”现在我只能说一点:你摒弃了你那孩子的心不能容忍的东西。这就是我的安慰。你短暂的一生,就像闪电,亮了一下,就熄灭了。但闪电是能照亮天空的。而天空是永恒的。这也是我的安慰。……孩子,在同你告别的时候,我要把你的话再说一遍:‘你好,白轮船,我来了!’”朗读《情人》的开头时,我也是激动万分:“我已经老了,有一天,在一处公共场所的大厅里,有一个男人向我走来。他主动介绍自己,他对我说:‘我认识你,永远记得你。那时候,你还很年轻,人人都说你美,现在,我是特来告诉你,对我来说,我觉得现在你比年轻的时候更美,那时你是年轻女人,与你那时的面貌相比,我更爱你现在备受摧残的容颜。’”

《阿霞》的结尾也读得我泪水盈盈:“对我说来,再没有一对眼睛能代替那对曾一度含情脉脉地注视着我的眼睛;再没有一颗依偎在我胸前的心,能在我的心灵中唤起那种心心相印、如醉如痴



的感情!我命中注定没有家室,孑然一身,过着孤寂的岁月,可至今我仍像圣物那样珍藏着她的那些便笺,珍藏着那一枝她当时从窗口抛给我的、已经干枯了的天竺葵。它至今还散发出淡淡的幽香,而把它抛给我的那只手,那只我仅仅有一次得以紧贴在我嘴唇上的手,也许早已在墓穴中消融……”

多年后,我成了一所专科学校的讲师,为中文系的学生们讲《大学语文》。在课堂上,我带头朗读课文,还带动学生们也跟着我一起朗读。于是,我的课堂变得活跃起来,朗朗的读书声回荡在整个教室,让人感受到了一种浓浓的人文气息。

除了自己朗读之外,我还带动家里人朗读,爱人也是读书爱好者,她每天晚上也坚持阅读;上幼儿园的女儿每天晚上都看绘本;于是,我们三个人便每人朗读一篇文章,读完一遍之后,从头再轮着来。我们还想出了三个人一起朗读一首诗的办法,以此来加深对所读作品的理解和印象。

朗读不仅加强了记忆,也调动了自己的情感,还能体会文章叙述节奏和音乐美。我将永远做一个忠实的朗读者,以此来愉悦身心、丰富内心的情怀。

读书如抽丝

○ 张春波



读书,曾是“读”占鳌头的休闲娱乐方式。人们就像现在随时随地埋头玩弄掌中的手机一般,浏览那些散发着书香的文字,或一目三行的速读,或逐段逐句的精读,或像孔乙己那样非要把“茴”字的四种写法都搞清楚的“迂腐”之读,不管怎么读,可那种氛围,真是“读”领风骚。

然而,资讯发达、娱乐多元的时代,“买书如山倒”的情况已经不多见了,即使偶尔买一本畅销书,也时常感叹“读书如抽丝”,等到自己看完时,书早已下了排行榜。如若读完一本书,是用许许多多零碎的时间拼凑起来完成的,那么酣畅淋漓的阅读快感怎能体会得到?

读书如抽丝,我们可以找出一大堆理由,没闲时、无心情、缺耐心,甚至连季节、天气都成了可以影响“读书指数”高低的因素。于是,精致的书签便在书页中缓慢游走前移,或是书中每隔几页就有一道折痕,这些都是读书拖沓的印记。读书,无论是出于功利、充充电,还是打发闲暇时光,如果难以静下心来潜心阅读,那么“学习的焦虑”便会让你悦读之感荡然无存。

那年冬季,报纸的副刊连载版开始刊登一部热门的都市伦理情感小说。连读了几日,我便被精彩的内容和现实感超强的写真所吸引,欲罢不能,急忙在网上书店购买了一本。三天后,书到,人却疲。由于加班,枕边的新书还没来得及及翻,就进入了没有书香的梦香。书,在断断续续中看。当读到一半时,已是岁末年初,春节将至的时候。自认

为,这个时间段最不宜读书,因为事情特多,要年终总结,要忙年,吃不完的聚餐,走不完的亲戚朋友……熬过元宵节,该收心了,该读书了。可是打开书页,有点“晕”,内容有所遗忘,于是像看连续剧需要上集回顾那样,重读了前面几节,你说冤枉不冤枉!还好,天公还算“作美”,一场“倒春寒”袭来,把外出的欲望封在了家里。捧起书,纸页翻飞,总算读完了。了却一桩事,心情舒畅多了,翻看当天的报纸,不禁哑然而笑,该书在副刊的连载今天也刚刚刊载完毕,报纸在春节期间可是停了几天刊的哟!唉,一声叹息:读书如抽丝。

对于读书,我有一种惰性附体,那就是:买得快读得慢。记得,某天我在书店浏览一套有关民国的图书。注意,书中的部分章节根据需要,文字是竖起排的版。于是,我不停地抬头低头,快速阅读。营业员看见了,以为我是在点头向他示意,便走过来问是否要购买。我从来没有赠书的习惯,脸一红,在目光读到的二十八页处折了一下,合上书,对营业员说:“包上,全套五本都要。”几个月后,我又翻出了这本书,读过的历史仍旧停留在二十八页,看来确实是“书非借不能读”。买书如山倒、读书如抽丝,但潜意识却安慰自己:书,只要买了,囤的就是知识,总有一天会读的。

或许我们可以剔出各种借口,改改这种“读书如抽丝”的阅读习惯。如若不能,那么能在零散细碎的读书时光中从文字里抽出几缕温暖心灵的真丝,我们也就算多多少少得到了一份慰藉。



你没那么多观众

○ 杨金坤

下门牙松动,去看医生,在医生的建议下,拔掉了这颗牙。牙拔掉以后,需至少一个月以后,才能镶种义齿。

回家以后,我照着镜子,看着这个牙洞,越看越感觉难看。唯恐和人说话时,露出这个牙洞,让人嘲笑。但门还得出,班还得上,我只有笑不露齿、语莫掀唇。碰到熟人打招呼时,我抿嘴一笑,算作回应。和同事之间,我尽量保持距离,偶有交谈,也总是语莫掀唇。

第一天感觉极不自然、第二天感觉很累,第三天整个面部有些僵……

妻子发现了我的这些变化,给我讲了个她闺蜜敏的故事。

敏是个完美主义者,她特别在意别人对自己的评价,每天梳妆打扮得非常认真,就算下楼倒个垃圾也必须穿好衣服,化好妆。

有天上级领导要来开会,负责会务的她,一大早就精心打扮着。她拿出两双鞋,穿穿这双,试试那双,犹豫着不知穿哪双好。正在这时手机响了,主任打来电话,说上级领导就要到了,让她马上去接待。敏匆匆忙忙穿上鞋,上班了。

敏忙乎了一上午,会议开完了,终于把上级领导送走了。她迈着轻盈的步子回到了家中。当她进门换鞋的时候,突然呆了。她发现自己脚上穿的鞋,居然不是一双,好在两双鞋的颜色比较相近。天呐!我怎么会出这么大洋相?她的脸腾的一下红到了耳根。敏感到很奇怪,怎么我这样穿了一上午,竟然没有一个人提醒我呢?

妻子讲完敏的故事,对我说:生活中,我们都像敏一样,刻意地在意自己,其实没必要,因为我们没有那么多观众!妻子的话,让我释然并醒悟。

我们时常看到有些人小有错误或偶尔受挫,总会担心别人会注意到自己,会觉得很多人都知道了,而且私下里都在议论自己。总喊着叫着“没脸见人了”“丢死人了”等等,其实都是自己的自作多情罢了。因为,你没有那么多观众,人们不会注意到你,即使注意到了,人们也是不假思索地就过去了。

所以,我们没必要因为那些“小失误”“小缺陷”为难自己,增添那么多精神负担。还不如坦然自若地干自己该干的事,直抒胸臆地说自己想说的话。想笑就放声大笑,不必在意是否失态,想哭就涕泪交加,无须考虑表情如何。

再出门上班时,和熟人打招呼、和同事交谈,我再也笑不露齿、语莫掀唇了。熟人和同事也没人发现我少了颗牙,或许发现了,也不假思索地就过去了。

给生活留白

○ 陈卫卫



著名演员陈道明是个标准的宅男,他有一句名言:“不做无为之事,何以遣有涯之生?”

在家里,陈道明快乐地弹钢琴、挥毫作画、下围棋、做手工,以怡情悦性来品味生活的静谧和美好,他还描述了一个诗意的画面:有时我们夫妻俩同坐窗下,她绣她的花草,我裁我的皮包,窗外落叶无声,屋内时光静好,很有一种让人心动的美感。

前一段时间,我经常不是头疼就是失眠,

抑郁也悄悄地爬上了我的心头,医生说是由于平时的工作压力大、心理太紧张引起的。

正巧上个周末,公司组织到杭州旅游,我就和同事们来到了美丽的西湖边。淡淡浓抹总相宜的景色,让我马上被陶醉了,于是一个人静静地坐在湖边,放慢长期处于高速运转的心神。此时,我什么都不想用,什么都不用做,只是享受这生活里难得的闲情逸致。渐渐地,诗情画意的西湖消融着我内心的浮躁