

百姓故事

花式戒烟

■春和

“饭后一支烟，快活似神仙”，这种习惯老王延续了35年。可是，7月初，他戒烟了。开始戒的时候，他不声不响。他有自己的小算盘，如果戒得掉最好，戒不掉再吸，省得老婆一惊一乍，自己下不来台。

老王已戒烟4次，最后都以复吸告终，这次他下定决心要戒，因为旁人戒了，自己一人抽，感觉无趣；同时抽烟后遗症如咽痒、痰多等已露苗头，如今氛围没了，戒起来方便很多。不过，最后能否成功戒烟，他心里无底。

停烟后，不吃零食的他，买了红枣、水果备着，时不时抓着往嘴里放。早上5点不到，他起床跑步，晚上又快走，美其名曰防戒后发胖。这样折腾了半个月，他坚持不下去了。

他马上跟进另一种方式维持戒烟——钓鱼。买齐钓鱼的所有行头，钓鱼竿、鱼桶、跑远

途的皮卡车、水草切割机等，投下去的资金可以办个小企业。他到处打听合适的钓鱼点，逢双休，天蒙蒙亮，开着皮卡带着便餐，远途跋涉赴鱼塘或湖泊垂钓。太阳下山了，他蓬头垢面回来了。钓回来杂七杂八的鱼10多斤，不值几个钱，抵不上路途油耗。

一个月过去，他竟然钓鱼上瘾了，工作时间盼双休；双休天有事，放着活不干，到水塘边转悠会儿看别人钓，过足瘾了再回来干活。亲朋相聚，谈笑间，他说的不是鱼竿、鱼钩就是海钓、台钓，或者是哪个钓鱼达人的光辉业绩。说到兴奋处，他手舞足蹈，激情四射，带着旁人沉浸在钓鱼的乐趣里。

老王刚刚烟不释手，忽而着魔钓鱼，看来垂钓魅力真是妙不可言。想当年，柳宗元曾在冰天雪地独自垂钓：“千山鸟

细枝末节

俞平伯与余杭

■余小沅

俞平伯，名衡，字平伯。他于1900年1月8日生在苏州市马医科巷的祖居园内的乐知堂，但他的原籍却为德清县乾元镇金火村。他的曾祖父俞樾(1821—1907)是道光三十年(1850)的进士，清代著名教育家、经学大师。俞平伯的父亲俞陛云(1842—1950)是光绪二十四年进士，及第探花，民国元年任浙江省图书馆馆长。

俞樾做过河南学政大官，在他86年生命中，就只娶过一位夫人姚文玉。她先俞樾28年去世，俞樾一直没有续弦，在当时官场可为凤毛麟角。

姚文玉，余杭临平镇人，清嘉庆二十五年生，长俞樾一岁，出身大户人家，能诗善画，兼解音律，夫妻琴瑟友和。1879年为孙子俞陛云婚事辛劳病倒，去世。俞樾尊重夫人要埋骨杭州的遗愿，买下了杭州右台山脚下的一块墓地，还留出“生圹于其左”给自己百年后安葬。落葬那一刻，俞樾嘱人精心用鸟兽细毛铺垫夫人的墓穴，以求骨殖入土后能干燥不受潮。同时，俞樾还在其墓前造了一栋三开间的房子，名为“右台仙馆”，并且在里边辟出一间作为自己的卧室，名之“茶香室”。因为曾祖母的关系，俞平伯与余杭结下了不解之缘。

1955年5月，俞平伯作为第一届全国人大代表首次回浙江选区进行视察之旅。在22天视察中，俞平伯基本没有离开杭州，他的视察小

感悟人生

人生需要忍痛割爱

■王珍

房子不够豪，手机内存不够大，职位不够高，钱不够多，不够出名，吃得不够好……仿佛生活水平越高，钱越多，想要的东西也越多。要要要，买买买，吃吃吃，看看看，刷刷刷，人类仿佛被欲望驱动着，越来越多的剁手党、吃货、仓鼠党、手机控。不知不觉中，人们完全不能自控地在欲望的漩涡中挣扎，被欲望撩拨得像陀螺似的飞转，并不断地偏离本性的自我，不断地背离自己追求的初衷。

有人可能会问，那我们还赚什么钱啊？奋斗得那么辛苦，却把自己弄那么简朴，有必要吗？事实上，推崇极简主义的往往是那些成功的有钱人，就像乔布斯、扎克伯格那样。他们简化吃、穿、车、宅等生活琐事，把时间留给做更重要的决策上。

不少人以为拥有得越多，

就会越快乐。殊不知一个不能对已经拥有的感到满足并倍加珍惜的人，纵使给他整个世界，他也不会幸福。

于是，就有人提出，有一种幸福叫断舍离——不要总是去想我们需要什么，而是先去想什么东西是我们不需要的，是可以删除的，以此来让自己的时间、空间、心灵达到最大化。正如极简主义倡导的——删除一切你并不需要的东西，包括物质、关系、情绪、念头等等，只保留对自己必要的东西！

有人可能会问，那我们还赚什么钱啊？奋斗得那么辛苦，却把自己弄那么简朴，有必要吗？事实上，推崇极简主义的往往是那些成功的有钱人，就像乔布斯、扎克伯格那样。他们简化吃、穿、车、宅等生活琐事，把时间留给做更重要的决策上。

不少人以为拥有得越多，

就会越快乐。殊不知一个不能对已经拥有的感到