



有感而发

难过的时候,给自己写封信吧

——读《解忧杂货店》有感

■郭文依

尺素如残雪,结为双鲤鱼。
欲知心里事,看取腹中书。
——唐·李冶《结素鱼贻友人》

一直以来,书信是人们传达信息、交流情感的一种重要方式,特别是在交通和通讯不发达的年代,书信因为能远距离分享快乐、倾诉烦恼,促进朋友间相知相熟,而备受人们的重视。

最近在看一本东野圭吾的《解忧杂货店》,说的也是书信的故事。书中几位主人公因为有着各种烦恼和压力,他们写信给解忧杂货店的雄治爷爷,询问解决问题的办法。

第一位月兔女士,她男朋友得了癌症,她写信咨询是去参加奥运会还是放弃奥运会而留在他身边帮忙照顾而烦恼;第二位大

学生克朗,他对自己的未来道路非常迷茫,他写信询问是继续攻读大学毕业后继续经营松鱼店,还是果断放弃上大学而走上音乐的梦想道路;第三位川边绿,她怀上了有妇之夫的孩子,她写信咨询是否去流产;第四位学生浩介,因家道中落,父亲欠了巨额债务,全家人只能逃亡外地,他写信咨询是自己单独留下来应对贫困潦倒的生活,还是选择和父母亲一起走上逃亡的道路。

书中四位主人公写信的目的是希望雄治爷爷提供正确解决烦恼的好办法。但就像雄治爷爷所说,他们在写信的时候,其实心中就已经有了答案,把信写出来无非是希望有人证实他们的想法是对的,把他们内心的矛盾、不安的情绪找个安全的地方释放出来。他们的烦恼最终的解决办法都只会按照自己内心的答案去做。

《解忧杂货店》反映的那个年

代,写信还是一种重要的交流方式。可是近些年来随着通讯技术的发达,书信快要成为了文物,人与人之间的关系也跟着发生了巨大的变化。《从前慢》中写道,“记得早先少年时,大家诚诚恳恳,说一句是一句……从前的日子变得慢,车、马、邮件都慢……”在作家木心的诗句里,我们看到慢生活的美好。而现在这个世界越来越快,比如汽车、飞机的速度让你可以随心所欲去往世界任何一个角落;一个电话就可以马上邀三五知己一聚;十几分钟就可以在N多的APP平台或者是肯德基店铺解决一份午餐;一个念头可以马上结束一份相处已久的感情。

在这个“内卷”年代,我们看不起“慢”,我们对很多事情总是很不耐烦,我们忘记了温柔以待的美好,我们用暴力的情绪来“虐待”自己,我们忽略了自己内心的声音。

确实,生活的压力不允许我们慢下来。学习的压力、生活的压力、工作的压力、心理的压力,就像敌人进攻的炮弹般一波又一波地发射过来,我们焦头烂额,开始用各种“快速的方式”来让自己保持短暂的“安全”。我们总是按照别人所期待的方向去思考、去解决问题,我们在现实的生活中逐渐变得圆滑,我们忘记了内心的诚实。

前不久,我因生活上的一些事情而烦恼、忧伤,不知如何面对和解决。我独自去了海边,嚎啕大哭,甚至崩溃到怀疑生命存在的意义。痛苦中,我突然想起了《解忧杂货店》中的四位主人公,他们通过写信,既倾述了烦恼,又坚定了自己的内心。我能不能也给自己写封信呢?回到家中,我试着给自己写了人生中的第一封信。信写完后,我感觉心里的那把刀拔出来了,情绪慢慢安定下

来,我不再哭泣,更知道了自己究竟该怎么做。

是的,只要我们一天不停止内心的欲望,那么我们的问题就永远得不到解决,内心总会像波涛汹涌的海浪般潮起潮落。当我们心里很乱的时候,不妨试一下,用文字写下来吧。给自己写一封诚实的信,把你的烦恼、痛苦、挫折、困难等一股脑儿完完整整地倾泻出来,另外一个自己会告诉你解决问题的方法。这个另外的一个自己就是真实的自己,其会在心里不断地提醒你、鼓励你、支持你,让你学会抛弃所有的顾虑,坚定相信自己的初心,勇往直前朝最初的方向、全力以赴地去做自己想做的事情。当你把信写完后,会有压在心头上的那一块大石头终于卸下来的轻松感觉,烦恼最终也会在释然放下的情绪里得到解决。最终,我们完成了自我救赎!



阅读分享

闲来品读《菜根谭》 做人做事两周全

■应红枫

我的书架里,有一本薄薄的《菜根谭》,挤在众多的书籍里,几乎被湮没了。这本书是我在很多年前买的,当时在浦东机场候机时,在书店翻了几页,觉得有必要买回来细读,于是就掏钱买了回来。

《菜根谭》是明代洪应明所著,糅合了儒家中庸、释家出世和道家无为等思想,并结合作者自身经验,收集编著了这本论述修养、人生、处世、出世的语录集。它对于人的正心修身、养性育德,有不可争议的潜移默化的力量。

《菜根谭》所著的各个章节都短小精悍,但其中蕴含的生活哲理却让人回味无穷,比如“良药苦口,忠言逆耳”“万事皆缘,随遇而安”“闲时吃紧,忙里悠闲”,等等。

“良药苦口,忠言逆耳”说的是:耳中常闻逆耳之言,心中常有拂心之事,才是进修德行的砥石。若言言悦耳,事事快心,便把此生埋在鸩毒中矣。解释为:一个人的耳朵假若能常听些不中听的话,心里经常想些不如意的事,这才是敦品励德的好教训。反之,若每句话都好听,每件事都很称心,那就等于把自己的一生葬送在剧毒之中了。

“万事皆缘,随遇而安”,解释为:佛家主张凡事都要顺其自然发展,一切都不可勉强;儒家主张凡事都要按照本分去作,不可妄贪之事。随缘和素位,是为人处事的秘诀。因为人生的路途是那么遥远渺茫,假如任何事情都要求尽善尽美,必然会引起很多忧愁烦恼;反之,就到处都会产生悠然自得的乐趣。

对于人性修养方面,《菜根谭》一书中也有大量的引导,阐述一个人要想练就纯金玉质般的人格品行,一定要如同烈火炼钢般经历艰苦磨练,要想建立惊天动地的事业功绩,必须如履薄冰般经历险峻的考验。因此,防止出错应当如同防止借以渡海的浮水皮囊出现缝隙漏洞一样,哪怕针眼大小的漏洞也不行。修德善良品德应当如同培植高耸入云的参天大树需要凭借众多树木的支撑扶持一样,需要多多积累善良品德。这些,都是《菜根谭》一书中所阐述的个人修为理念,对加强自身修养有非常好的借鉴作用。

《菜根谭》是一本薄书,但确实也是一本好书。面对社会的浮躁,静心读一读,明理、修为、内省,能让我们的内心得到升华,从而更加充实和踏实。

中带“洛”字的儿童,企图在杭州制造太子朱常洛想嫁祸给福王朱常洵的假象。两条线索最终汇合,真相既在意料之外,又在情理之中。

海飞诗意的表达,使小说在紧张的故事情节中呈现出独特的张力。江南独特的气息在小说的刀光血影里化作特有的背景,弱化了血腥的暴力画面,使故事在悲哀的叙事之外,延伸出柔和的诗意,让生命的温度融入江南的雨水之中。

校给新生发放生活用品和饭菜票。我不和別人比花枝招展,只想全了身心去热爱眼下的学习和生活。

手捧《你当像鸟飞往你的山》,我看得一气呵成,为塔拉时不时拉紧心弦,好在她最终冲破樊篱,飞往了她的山,成为了那个更好的自己。而在塔拉的“山”外,有一列独属于芸芸众生中渺小的我的绿皮火车,带着青涩的我,踌躇满志去向远方。

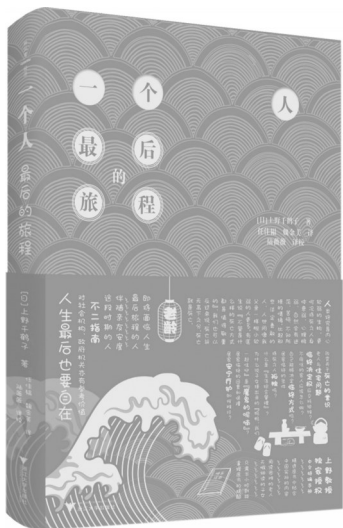
不出意外,大部分的我们,都会顺利成长为平凡而又普通的人,一个正常的人。事实也正是如此,“教育”的意义也不会弃之左右,不管是在人生场还是远方的诗意的,穿越茫茫人海,我们会深深懂得,在保有飞翔的日子里,即使生活低到尘埃,或者难免横冲直撞,但依然能在琐碎里找到治愈和圆满。这就足够。



新书推荐

老年人的生活在经历长期的被忽视之后,终于进入了人们的视野

《一个人最后的旅程》



作者: [日] 上野千鹤子 著,
任佳楠、魏金美译, 陆薇薇 译校
出版社: 浙江大学出版社

本书是继女性问题之后,上野千鹤子关注的又一个重要的社会领域。与女性一样,作为庞大的弱势群体,老年人的生活在经历了长期的被忽视之后,终于进入了人们的视野。

上野千鹤子通过深入的社会调查和思考,对养老问题提出了独到见解,并提出了具有可操作性的养老规划方案。本书是写给希望临终前能有完善

规划的人的,同时也写给那些想要让家人走得安稳舒适的亲友们的。对于同日本一样越来越为老龄化问题所困扰的中国来说,这是一部直击社会痛点并提供解决方案的建设性作品。

本书附赠上野女士独家授出了独到见解,中文版特编手册,能够让无暇细读的人们在半小时之内领略本书的大意。



读书人&写书人

闲读泰戈尔

■龚毅

今年是印度诗人拉宾德拉纳特·泰戈尔160周年诞辰。

泰戈尔是首位获得诺贝尔文学奖的亚洲人,其获奖理由是:“由于他那至为敏锐、清新与优美的诗;这诗出之于高超的技巧,并由于他自己用英文表达出来,使他那充满诗意的思想业已成为西方文学的一部分”。

泰戈尔一生共创作了50多部诗集,12部中、长篇小说,100余篇短篇小说,20余种戏剧,还有大量有关文学、哲学、政治的论著和游记、书简等。此外,他还是位造诣颇深的音乐家和画家,曾创作2000余首歌曲和1500余幅画,其中歌曲《人民的意志》已被定为印度国歌。上世纪30年代,当德、意、日法西斯发动侵略战争的时候,泰戈尔拍案而起,向全世界大声疾呼:“在我离去之前,我向每一个家庭呼吁——准备战斗吧,反抗那披着人皮的野兽。”

泰戈尔《飞鸟集》中的小诗,多数具有抒情或哲理张力。有许多像精雕细刻的小工艺品,让人过目不忘,如“海水呀,你说的是什么?是永恒的疑问。天空呀,你回答的话是什么?是永恒的沉默。”“使生如夏花之绚烂,死如秋叶之静美。”“我不能选择那最好的。是那最好的选择我。”“根是地下的枝。枝是空中的根。”“当我死时,世界呀,请在你的沉默中,替我留着‘我已经爱过了’这江南的雨水之中。”

句话吧。”

泰戈尔的小诗,曾经影响过众多的中国诗人,如郭沫若、冰心、徐志摩等。冰心早期的著名诗集《繁星》和《春水》,是直接受到泰戈尔的影响而创作的。郭沫若在谈到自己作诗的经验时也曾说:“自己作诗的经验上,实际是受了泰戈尔诸人的影响,力主冲淡。”泰戈尔曾写过“回声嘲笑她的原声,以证明她是原声。”

而艾青的诗也有些这样的身影:“千万不要和它争吵,最后一声总是它的”(艾青《回声》)。从这些相似的比较中,或者说,艾青也曾深受其影响?不过,这样的猜测可能显得武断,也许两位大诗人的“回声”,仅仅是构思上的巧遇而已。

泰戈尔的小诗,蕴涵着精深博大的人生哲理。恰如《飞鸟集》的译者郑振铎在译完泰戈尔的这部散文诗集后,曾深情地称它“包涵着深邃的大道理”,并形象地指出,泰戈尔的这部散文诗集“像山坡草地上的丛丛的野花,在早晨的太阳光下,纷纷地伸出头来。随你喜爱什么吧,那颜色和香味是多种多样的。”

闲读泰戈尔《飞鸟集》中的小诗,需要像独饮醇美的小酒一样,慢慢地品味。当饮至“采菊东篱下,悠然见南山”(陶渊明《饮酒》)时,才会渐入佳境,品出韵味。而这韵味,恰如泰戈尔《飞鸟集》中的一首小诗所说:

“你离我有多远呢,果实呀?”
“我藏在你心里呢,花呀。”



书事

海飞“锦衣英雄”三部曲推出第二部《江南役》

江南语境下的云谲波诡

■徐舒薇

继《风尘里》之后,小说家海飞推出了古代谍战系列“锦衣英雄”三部曲的第二部——《江南役》。该书围绕田小七在杭州的经历,讲述万历三十年八月十二日至八月十八日这7天内杭州城里发生的故事,展现出古代谍战世界的纷繁复杂。

在《风尘里》中,田小七既是打更的更夫,又是替人越狱的鬼脚通师,还是“锦衣卫北斗小组”

秘密成员。而在《江南役》中,皇帝赋予了他新的身份——锦衣卫北斗门掌门人。田小七和自己的弟兄刘一刀、唐胭脂、土拔枪枪四人一起奔赴杭州,完成万历皇帝朱翊钧交给他们的重要任务……

万历三十年秋季的杭州城丹桂飘香,看似一片祥和,实则暗伏杀机。田小七为了救出被倭寇劫走的钱塘火器局总领赵士真并找到他撰写的《神器谱或问》,和赵士真的女儿赵刻

心,还有自己的兄弟及杭州官员等一起展开营救。在这过程中,田小七通过蛛丝马迹一步步摸索到倭寇“破竹令”的计划,了解到倭寇和官府人员的勾当,随着案件的深入调查,又牵扯出明朝政治食物链顶端的人物……

小说中,每个人物都携带着大量信息,人物身份的多次反转不断给读者带来惊喜和意外。

小说还塑造了许多女性形象,她们的身份在只言片语中一

点点被揭示。这些穿梭在不同男子身边的女性身份不同,样貌各异,谁知,她们竟然是同一个人……

小说情节跌宕起伏,众多事件交织在一起构成情节的紧张,使读者应接不暇。小说由明、暗两条线索展开,明线是田小七为搭救赵士真,找到《神器谱或问》并阻止“破竹令”计划而和倭寇斗智斗勇,展开一系列的搜索和盘查。暗线是郑国仲暗杀命令上官薛武林在杭州劫走一帮名字



读书札记

■陈小如

未拿到《你当像鸟飞往你的山》这本书时,因为看到简介中作者兼主人公塔拉的传奇式人生经历,我就一遍遍对书名进行了各种演绎。一个“当”字,在主谓宾之外,带着作者强烈的主观色彩。转变、蜕变、虚伪、背叛,这些在我的认知里绝不可能第一顺序与教育对接的词,却统统由作者在自我的追追跋涉过后归为“教育”。召唤也罢,呐喊也好,独属于我个体对飞翔意义的思考和记忆,顷刻喷薄而来。

上世纪90年代初,一列开过破晓的绿皮火车是我飞往你的山的最初记忆。16岁的我跳出“农门”,父亲挑上家里最好的一床棉被(说是父母结婚时置办的),怀揣好不容易借来的学费,天不亮就从

村子里出发,1个小时后来到了县城,从县城再坐1个多小时汽车到了市里。辗转来到火车站去到去省城的火车,出发时已是深夜。六七个小时后到达杭城,已是东方露鱼肚白,一天里破晓时分了。扔下我们,绿皮火车“哐当哐当”继续前行,露出身后长长的隐没在天尽头的铁轨。晨曦里,霞光缕缕升起。一切都那么陌生、新奇,但一切又如此真实。肩扛手提的笨拙,在人群里左碰右撞的踉跄,紧紧跟牢同样瘦小的父亲,我们赶往位于杭城武林门的长途汽车站。

是的,目的地尚远。本来我应该可以在这座城市停留下来的,我填报的志愿明明就在这座城市,但最后录取的却是在蕪城湖州。在那个书信的年代,一切都没办法直接通知到本人,这里有现实的残酷,也有陌生人的悲

悯。而这才有我已迟到一周的报到旅程。求学的过程惊心动魄,但我完全像是听着别人故事的样子,懵懵懂懂开始学习像鸟飞翔,飞往山外边的世界。而为了这一趟能飞的旅程,我一路走来又有多少不易呢。

初二开学前,我差点辍学。开学的学费让父母一筹莫展,尽管那年的学费也就是5元人民币。那年开学,姐姐考上了岭中,乡里广播重复播着,某村的某某某,请速到岭中报到。可当时姐姐已经拿了包袱去县布厂当了一名织布女工,把上学的机会留给了我。两年后,为了减轻家里负担,我没有任何犹豫选择了单报中专的志愿。也就在那年,父亲从年初就开始养猪,他计划从年初养到年末,就可以估个好价格,那就是学费呢。他早早和在城里开批

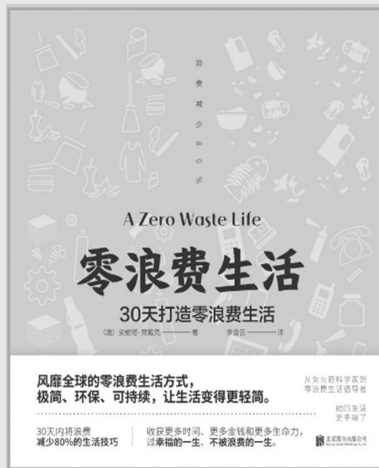
发部的表姑打好了借学费的招呼,并保证年底的猪估了就可以还上。可临到开学,表姑变卦了。被打乱了计划的父亲奔走在烈日下的县城,和数得过来的亲戚求助,未果。最后无奈,父亲去找了一位他毕业后从未见过面的同学。同学恰逢出差,但二话没说,一个电话让爱人把1000元钱送到我父亲手里。许久之后,父亲才肯说出曾经的窘迫和他从一个陌生人手里接过去这笔不菲的钱时的五味杂陈。村里的小伙伴到现在都特别羡慕我,拥有一位倾尽所有也要送我去读书的父亲。

长途汽车终于把我和父亲送到了蕪城。进校的时候,远远瞧见操场上在军训的同学,吃完中饭,我就加入了他们的行列,父亲被安排在学校招待所里休整。好在学



一周一本电子书·浙江省职工书屋

《零浪费生活》



扫一扫识别
在线阅读

安妮塔·梵戴克 著
李雪云译
北京联合出版公司

这本书的作者想告诉你,通过零浪费生活,你其实可以收获更多——更多时间、更多金钱和更多生命力。

这是一本能帮助你在不放弃原本生活方式的前提下,彻底减少浪费的指南。在这三十天零浪费挑战里,书中为你提供了很多行之有效的方法、妙招和诀窍,来帮助你消除浪费,从而过上一种更洁净、更友善的生活。