

幸福的真正涵义

——评毕淑敏散文集《恰到好处的幸福》

□李晨

也许每个人内心深处对于幸福都有一种执着的追求,可是幸福究竟是什么,怎样才能获得幸福?这个问题也时常困扰我们。近日,通过阅读毕淑敏散文集《恰到好处的幸福》一书,我找到了幸福的答案。

《恰到好处的幸福》是毕淑敏老师“温润幸福系列”的一部散文集。整本书以作者的亲身经历为主,通过一个个故事,向读者阐述了什么是恰到好处的幸福。整本书有45篇散文,每一篇都是一个故事,一个主题,每个故事都能引发读者对幸福深层次的思考。

毕淑敏老师既是作家,也是医生,又是心理咨询师,也许因为多重身份、各种经历,所以她笔下的文字既平静,又如春风化雨般充满力量。她从自身的经历、有趣的游戏和心理学知识等角度,描写了心灵的图谱、感动的能力、火焰的思考和生命的意义,娓娓道来幸福的滋味。

阅读这本书,给人的感觉暖暖的,作者文字优雅,充满女性韵味,温柔又不失力量。整本书没有鸡汤、没有大

道理,随便翻一篇都可以读下去,且金句迭出,句句干货。如《坚持糊涂》:“坚持把一件事弄明白不容易,始终把一件事弄不明白,坚持糊涂也不容易”;《精神的三间小屋》:“我们常常从成就事业的角度,断定我是否重要,但要说,只要我们时刻努力着,为光明奋斗着,我们就在无比重要地活着”;《自拔》:“石油英雄王铁人说,并无压力不出油,人无压力不进步。适当的压力有益,过重则压迫,要懂得把自己从压力中拔出来”等等。即便不整篇阅读,随便抽出一段来看,也是受益颇丰。关于感动,她说:“珍惜感动,就是珍惜生命的零件”;关于苦难,她说:“人们习惯珍藏苦难,并时不时拿出来品味,引以为傲。其实苦的力量比甜要大,不要把黄连碾碎,嵌入我们的生活,我们要逃避苦难,提醒幸福”……随着书页在指尖滑落,读者也感受到了心田的静谧和安然。

整本书把“幸福”作为一种正面的人生价值提出,教你如何构建合理期望,在欲望和现实中找到平衡,收获幸福人生。很多时候,幸福如酒精,不是越浓越好,而是要恰到好处。正如文中所说:“恰到好处,是一种哲学和艺术的



结晶体,它代表着豁达和淡然,是幸福门前的长廊,轻轻走过它,你就能拍打幸福的门环。”

阅读这本书收获很多,有时候,我们明明拥有很多,却感受不到幸福。通过这本书,我明白了,幸福不是与生俱来的,对幸福的感知也是需要训练的,而训练的过程,恰恰是通过生活中遇到的实实在在的事情。读了这本书,我也开始学习寻找和培植自己的幸福:不羡慕别人拥有的,更不做无谓的攀比。在这个烦扰复杂的社会中,为自己守住一方净土,让期望恰到好处,让生活落到实处。不苛求过多,凡事量力而行,用一步一个脚印地努力,慢慢实现内心的丰盈和富足,让一切都变得刚刚好。

茶话品书

永葆清醒 坦荡自在

——品读季羨林散文集《一生自在》

□杨瑞芳

近日,断断续续用了一周的时间,读完了季羨林先生的散文集《一生自在》。掩卷沉思,觉得它更像一本生活日记,讲述这位老人一生中经历的磨难和真情故事……季老语重心长的话语仍萦绕耳畔。他用自己的人生智慧激励着我们成长,也带我们去找寻人生的清醒坦荡。

《一生自在》是季羨林漫谈人生感悟的作品,收录52篇散文,涵盖学习心得、生活感悟和世故人情。阅读季老质朴平实的文字,我感悟最深的是他的清醒:在社会热潮中坚守初心、遇问题困惑时辩证看待、谈人生经验时不追求完美,终得无愧于心的自在。

本书给我印象最深刻的,是季羨林在德国留学时的描写。季老在德国哥廷根生活了10年,是最早一批留学生的一员,身处战争风暴中心,目睹过战争的残酷。在德国接受的教育对他的事业大有裨益,季老写博士论文的经历让我深深感动。同时,他心无旁骛地学习巴利文和梵文,并在取得博士学位后“论文亦颇引起了一点轰动”。季老在学术研究方面,守得住枯燥,耐得住寂寞,不断鞭策自己,选择少有人走的艰难之路。翻译《罗摩衍那》是我国翻译史上的空前盛事,在西域史研究方向取得重大成果,为我国文学的复兴作出了巨大贡献。季老毕生笃行不倦,让我们看到他的高贵品行,学术研究上始终不渝,文化传承上孜孜不倦,百折不回。

季羨林一生嗜书如命,无论经历怎样的动荡,他也从未舍得丢弃自己的书本,对于他来说,读书是人生最好的修行。季老在谈到自己与书本的深厚情谊时说:“古今中外都有一些爱书如命的人,我愿意加入这一行列,书能给人以知识,给人以智慧、给人以快乐、给人以希望。”读书,应该是一个现代人最基本的素养,是一个人成长最快、成本最低的捷径,也是获取信息最好的方法。关于读什么书,他还给我们提出了一条中肯的建



议:“自己的专业书当然要读,这不在话下,自己专业以外的书也应该随便翻翻。”因为知识面越广越好,得到的信息越多越好,否则很容易成为鼠目寸光的人,尤其处在信息时代的今天,一个目光狭隘的人,终将阻碍自己的发展,不利于生存竞争,会被时代所抛弃。

人生不如意之事十有八九,季羨林先生在遇到困惑时不一叶障目,而是辩证看待问题,这是为人处世的清醒……读季老的作品,就像与一位循循善诱的智者谈心,很多当下的迷茫、困惑也都迎刃而解。

季羨林经历了一个世纪的风风雨雨、坎坎坷坷,看淡了世事,看透了人生的奥义,他认为:“世界上万事万物都有始有终,无一例外,‘顺其自然’是最好的办法。”一念放下,天地皆宽;一念放下,万般自在。人类万物都是时间的过客,与其执着想不通、看不开,不如看轻、看淡、看开,顺其自然才是最好的活法,保持心境的平和才能获得真正的心灵自由。

人生要达到一生自在,并不是件容易的事。季羨林到了望九之年,或许能窥得几分。而我们只能摸索着前进,“前事不忘,后事之师”,只有站得高,才能看得更远,方知世界之大。“过往不恋,未来不迎,当下不负”。愿我们每一个自在独行的人,都能拥有宽广的胸怀,博大的远见。

阅读《一生自在》,字里行间仿佛看到了季老的过往:言有物,行有格,贫贱不移,宠辱不惊,从红衣少年到白发先生,一生清醒,坦荡自在。

开卷有益

剪贴本里氤氲的书香

□陈常青

在整理书房时,无意中看到我初中时最喜爱的剪贴本,看着这个本,那飞逝的青葱岁月像一幅温柔的画面在记忆的隧道里穿行……

记得上初中时,我很喜爱文学之类的文章,每每在报纸上看到好的文章就一心想保存下来,可整张报纸保存起来很麻烦,看起来也不方便,于是我就把这些文章剪下,并粘贴起来,就有了这个剪贴本。

那时的报纸并不多,爸爸的单位会订阅当地报刊以及《新华日报》等;学校一般是校园文学;有个同学家开书亭,过期的报纸或者书刊她就留给我;后来结识一位收废品的大叔,他知道我喜欢看报,总是把收到的旧报纸第一时间送给我。

就这样,我拥有很多的报刊来源。我把剪下来的散文贴在一块,诗歌贴在另一边,文章连载就一期一期收集剪贴在一块。这样粘贴的文章一目了然,阅读很方便。有时看过一篇文章久久不能忘怀,情感在文字的浸润里丰满而柔美,魂牵梦萦。

让我记忆深刻的有两篇文章,一篇是散文《永远的蝴蝶》:那是一个雨天,女孩(樱子)为男孩去寄一封信,然而在过马路时被车撞得轻轻地飞了起来,就像夜雨中飘落的蝴蝶。而信的内容是:“妈:我打算在下个月和樱子结婚。”一篇缠绵悱恻、凄美得让人心碎的文章,让我伤心、难过、惋惜,也让我懂得,心中完美的事物即使是死亡,也可以描绘成永远的美丽。

再有一篇是风靡二十世纪八十年代的诗歌《四月的纪念》:“二十二岁,我爬出青春的沼泽,像一把伤痕累累的六弦琴,黯哑在流浪的主题里……”

读到这首诗的时候,感觉真是太美了,极其优美的语言,醉人的意境,就像一朵青春的花,蓬勃向上,青涩朦胧,用孤独与茫然写出对爱情、对未来的呼唤、追求和希望。我把它小心翼翼地剪下来,贴在本上,经常欣赏。就这样,我挽着懵懂的青春在书海里漫游,汲取更多的文学营养。

杨绛曾说:“读书是为了遇见更好的自己。”每天打开剪贴本,是我闲暇时的享受,在阅读的快乐里,我从青年文摘读到故事会,从地方报读到国家报,从校园风情读到校外的精品。

只要努力梦想就会开花,由于阅读的增加与自己的喜爱,我被选为语文课代表,作文经常是范文,后来学校成立文学社,我也有幸成为其中一员。更没有想到,我的文字也会出现在报刊上。应该说,那段时间,剪贴本的陪伴给我很大的帮助。随着社会的进步,现在各大书店、阅览室,乃至小区都有了读书的地方,更不用说我们随身携带的手机、笔记本了。但那个时代的剪贴本却似一幅清美醇香的画,留在记忆深处,伴着我前行,鼓励我不管在任何环境里都要努力学习,不断进步。

服务信息

◆微信办理 13011578201
wb99ok yzwb_36524
◆广告咨询 8862 9347

保姆病护

粉刷装修

疏通服务

红马甲疏通高压清洗
专业水电暖·安装
空调加氟维修 15832176896

旧家装修,老房翻新
粉刷门窗 防水铺砖水电
无需搬家 83536856
13463113304 15632321382

敬告

本版分类信息仅供参考,请交易双方严格
查验对方手续和证件,如发生纠纷,本刊不承
担法律责任。