

R人生感悟

enshengganwu

感慨万千“过年好”

□邓刚

在铺天盖地的“过年好”的祝贺中，我却感慨——又老了一岁！小时候盼过年盼得发疯，现在过年觉得又向终点迈进了一步，心里就有点悲凉。乐观的人说“人生下来就向生命的高峰攀登，无限风光在顶峰”；悲观的人说“人生下来就在与死神作斗争，直到被死神所战胜”。对于后一个观点，我心里大不服气，总是顽强并顽固地坚持着——我要越活越年轻，过年再过年！

我其实真就是个乐观主义者，认定“过年”是人生向上向前的台阶。在那些艰难困苦年月里，我不仅是咬紧牙关，而且还斗志昂扬地迈着前进的步伐，一个台阶一个台阶地登着。但登着登着，陡然一惊，这不是快要登到顶了吗？

于是我渐渐意识到“岁月不饶人”简单却又深刻的含义。

一些年龄相仿的朋友和亲友在微信里不断地说：不要再为了这个、为了那个吧，要为自己想想吧，为自己的快乐，为自己的幸福，为自己多活几年吧！……然而，晚喽，忙碌了大半辈子，停不住了，不忙碌还不行了，甚至都不知道怎么样才能为自己活了！我不敢想象有一天我不再在电脑前敲打键盘，不再构思，不再畅想，不再抒写幽默风趣的文字；我不敢想象有一天我不再驾车飞驰，不再穿越奔腾的江河，不再欣赏优美的山水；我不能想象有一天我说话絮絮叨叨，一件事说了八遍还觉得没说……然而，不是你敢不敢想，而是想不想都会来。

纵观周围的世界，我发现，在人生一个又一个台阶上，步子迈得最从容的是有信仰的人。只有那些头脑稀里糊涂的人没有思想准备，他们或是痛心疾首：天哪，我没了怎么办？还有那么多的钱没花出去！……或是唉声叹气：我还没看见即将出生的孙子呀……或是莫名其妙：哎呀

呀，想不到会是这样呀……我认识的一个相当有学问的名人，他对离开世界最大的遗憾是“还有未竟的事业”。当时我挺佩服他的高尚责任感。但后来我看到海明威的中篇小说《老人与海》，才突然意识到这种遗憾是永远存在的。因为你无论已经创造多么辉煌的价值，最终还是觉得你的事业“未竟”，因为所有的所谓事业都永远没有个完。

海明威的小说写一个老渔人盼望能打一条大鱼，为此他拼了命地奋战，最终俘获一条巨大的马林鱼。小说至此应该结束了，但海明威却继续写下去：当老渔人拖着胜利的果实返航时，途中陡然遭遇成千上万条鲨鱼的攻击，尽管他奋力打杀，但鲨鱼们还是将巨大的马林鱼吃个精光，只剩下巨大完整的马林鱼骨架。小说的结尾是老渔人回到岸边，小船后面拖着极其壮观的马林鱼骨架。虽然巨大的骨架上没有一丝鱼肉，但人们依然惊叹老人奋斗的勇气。理论家们对这部小说发出无穷无尽的感慨和赞叹——正如海明威在小说中所写到的，一

个人可以被毁灭，但绝不能被打败。也就是说，海明威是在描写一个失败的英雄。但我认定这就是海明威对人生的终极感悟：一个人拥有再优秀的人生，当他离开世界时的感觉也是“一无所获”。因此，海明威在全力描述老渔人的勇敢、坚韧和拼命奋战的过程之后，还是铁着心地让他拖着巨大的、没有一丝肉的鱼骨架回到岸边，但这个“壮观的失败”，却让我们领悟和欣赏到：“人生最美好的，也最有价值的是奋斗过程”。其实，人与人的差别不是在开始与结果，而是在迈上生命一个台阶又一个台阶的过程。前面说的老朋友们发微信：“不要再为了这个、为了那个吧”，这其实是对人生的误解，正是你为了这个、为了那个的奔忙，你才觉出生活的充实和快乐。倘若你确实感到过去的忙碌是吃亏，现在要精明地为自己活了，也许会陷入到令你意想不到的孤独和忧伤。



今年过年，我确实觉得我老了一岁，但也长了一岁，不由得感慨万千。我曾经跨越了N个艰难的台阶。应该说这是一个人艰难困苦的厄运——我这一生怎么会这么不走运！但，也应该说是奇迹——在如此惊心动魄的艰险中，我竟然能好好地活到今天，啊，这是一种胜利！

突然，我有点兴奋了，走过千艰万险的台阶，一直走到今天，虽然是坎坷曲折，但也是丰富多彩，更是一种超级的幸运！想到这里，我不由得挺起了胸膛，拿起手机，准备自豪地对亲友们回复一句：过年好！



N南腔北调

anqiangbeidiao

精神过年

□杨德振

春节，不少人没有回家乡，而是选择留在工作和生活的地方过年。“此心安处是吾乡。”平安喜乐，心存美好，在哪儿都能快乐过年。

年之所以为“年”，是一年中最大的节日，其核心底蕴是“团圆”。一家人幸福地相处在一起，吃什么不重要，喝什么不重要，重要的是团圆。今年由于是特殊之年，不少人选择就地过年，从另一个角度看，这是对“生命至上”理念的一种践行，毕竟团圆的底色和前提是平安，平安是福，就算不能相处一地，也可以云团聚，心团圆。

人没还乡，可以“精神还乡”，形式可以多种多样。例如，在欢乐的假期里，我们可以每天与家人进行紧密热络的视频畅谈，给亲戚好友寄去第二故乡的土特产和食品，给年迈的父母寄回保暖衣物和新款鞋袜，利用互联

网制作个人在外打拼的视频广发亲友群……

我在这里还要特别提醒的是，我们别只顾着为身体过年，也要给精神过个“年”。

“身体过年”的最大特征就是与家人朋友团圆，畅叙亲情、友情，卸下一年的风尘与劳累。其实，精神在此时也可以借机“团圆”和归整一下，把平常过多的欲望、不必要的焦虑、任性的戾气统统抛却，集中精神，静养精神，提升精神。利用春节假期给精神来一次“沐浴更衣”“盘点回溯”“交融提升”“锄草拔节”，借此给精神“减负”“减压”“除尘”“除锈”，让精神更加清爽、轻松、光亮，甚至变得丰盈起来，这才是“精神过年”的目的。

“精神过年”不受限制，可以充实和丰富就地过年的内容，还可以激发每个人的精气神，让人们的身心获得一种崭新的能量和体验。

在悠长的春节假期里，有许多“精神过年”的方式，把生活节奏放缓。例如放下工作和应酬，系统而悠闲地品读几本闲

书。也可以做好个人防护，去电影院里看一场电影，走进戏院看一场演出，进博物馆、美术馆看一场展览。或者一个人到空旷的大自然，心无旁骛地与山水花鸟来一个约会。又或者在暖洋洋的太阳底下听听新歌，发个呆、写一写心灵日记，记录一下此时的精神状况。还可以做一天义工或志愿者，让爱心张扬，温暖他人……只要有助于精神濡染、滋养、洗礼、升华，一切有益的事情都可以在春节假期里去做。平时没空去做，此时去做，不仅可以增添喜庆节目，休闲愉悦，还可以给自己拓展人生格局，提升境界，补充精神养分。再者，你自己的慷慨付出，也是另一种收获的开始，是一个人精神涅槃、拔节的体现。

不管在哪里过年，首先要过的是一个平安年。在平安的前提下，再过一个充实年。既要安排好“身体过年”，还要想办法让精神也跟上生活的步伐和节奏，让精神也过一个“富庶”“独特”的新年。



Y有此一说

ouciyishuo

厨烟聚情

□草予

有朋自远方来，自然少不了，茶叙半晌，酒话深宵，要促膝言欢，也要饮食助兴。地点呢，也得精挑细选，干净卫生是先决，精致温馨也不可少。

还有更绝妙的所在吗？

那恐怕，唯有在家设席，亲自下厨了。引你归家，许你随意，旋即闭关厨房，一展身手，此时，不论端出几菜一汤，不论杯中盛何物，都顶顶醉人。

别忘了餐前饭后，还有一串家务事，麻不麻烦？不嫌麻烦，才见真意！

会餐，家宴，若能“洗手作羹汤”，也会别有意趣。

几个人的小聚，本就只图个

自得其乐，夹着说笑，你露一手，我亮一招，各显神通，七荤八素这就上了桌，吃得无拘也无束。惊觉，对他人的美与好，原来我们总是知之甚少。

家宴如果不设在家里，多少有“偷工减料”之嫌，七手八脚的忙碌省了，你帮我助的参与感也会被一笔带过。可热气腾腾的生活，不就是你添过他的乱，他拆过你的台，你助过他一臂之力，他解过你燃眉之急？说说笑笑，谁功谁过，都不细究。

爱，不就是要彼此参与嘛。

试想，新火起厨烟，锅碗瓢盆，叮叮当当，一番忙活之后，终于可以围桌夜话，岂不最抚人心？

请本版文图作者与编辑联系，以便奉寄稿酬。