

品味人生 懂得珍惜

——读于丹《人间有味是清欢》有感

□王长军

人生百年，有时候我们觉得三万六千个日日夜夜是那么漫长，有时候我们却觉得多少美好的岁月转瞬即逝。究竟我们的心中有多少真挚的深情，能够经得起岁月的等待；究竟我们的一生中有多少没有实现的梦想和愿望，还能够经得起沧海桑田！

于丹的新书《人间有味是清欢》，用朴实的语言，真诚的态度，以她自身的经历，为我们解读如何面对人生，如何化解困惑，如何面对文化，如何面对生活。

生活本身包含着人生百味，其中的酸甜苦辣喜怒哀乐，只有亲自经历品尝，才能懂得什么是我们应该追求的生活，才能真正理解人生的真谛，才能懂得什么是我们所要的幸福。人生中有许许多多的风风雨雨，沟沟坎坎，我们的内心时常被狂风暴雨所侵袭，被无常的困惑和遗憾所困扰，这时候我们就需要一种力量，一种来自内心的温暖，如何驱散阴霾，如何融化寒冬，如何化解忧愁和悲伤，如何治愈心灵的伤口，如何净化我们的心灵，洗涤我们的灵魂，拂去尘世的凡尘，让我

们的心温暖、宁静、快乐、幸福。正如于丹在书中所说，很多人说这个时代太浮躁，其实，身处浩渺的大千世界中，每个人只是其中一员，我们能做的是静下心来真诚地面对生活。可以将自己置身于行走、绘画、音乐、读书的世界中，或者去养花、养鱼、听戏、喝茶，我觉得都可以。只要让自己倾情投入，从中获得宁静从容，你就一定能找到生活的平衡点。为什么很多人生活富裕了，却失去了欢乐，反而回忆起那些没钱的日子，原因就是在没钱的时候，生活得很朴实，感受的是真心；因为是真的心，活得更踏实。

生活的每一天都值得我们去珍惜，我们无需羡慕灯红酒绿的醉生梦死，我们也无需依附那些狂奢一时的达官贵人、爆发土豪，我们只需寻求自己内心的宁静。只要你有一双发现美丽的眼睛，生活处处都有美丽的风景；只要你有一颗热情善良的赤心，我们身边的每一个人都有精彩的故事和深刻的感情。豪华总不长久，得意也只是一时，持久的、持之以恒的，一天

又一天一年又一年的的是我们必须面对的平平淡淡的生活。只有我们细细地用心品味，才会发觉生活的点点滴滴，都是那么美好，即使是凡人小事，哪怕是花花草草，或者是一本书，一杯茶，我们都能从中品味出清新的芳香。正因为我们用心思索，我们真心追求，我们懂得珍惜，哪怕没有钱，我们一样有精致的人生，哪怕不富贵，我们一样过着优雅的生活。优雅的生活，不是来自于金钱，也不一定就是豪华排场，而是有丰富的内涵和涵养，而是有一颗丰富的善良之心，而是懂得互相珍惜，而是有滋有味的百味人生。

懂得珍惜，理解生活，不是没有困惑，不是一帆风顺，仍然需要追求，仍然需要付出，在人生路上依然会有意想不到的风风雨雨，但因为心里种植着百花的种子，我们的周围迟早会散发着百花的清香；心里有一个能够盛得下潮起潮落的大海，我们的生活自然不会畏惧各种狂风暴雨惊涛巨浪；心里装得下日月星辰，我们的心灵自然会有一个浩瀚无垠的天空。

哪怕是一朵花，也有一朵花的精彩；哪怕是一顿饭，也有一顿饭的清香；即使是一个温暖的瞬间，也值得令人回味；纵然是一段普通的感情，里面也包含着无数的喜怒哀乐。当我们一步步地走过，当我们一次次地跨越，当我们转过身回忆，当我们细细品味，我们会发现，一路走来，原来我们走过的那条小路上开满了精彩纷呈的美丽小花，即使是我们曾经流过的痛苦泪滴，也化作了晶莹剔透的一粒粒珍珠。



吾思吾想

读书如坐牢，这是老师、父母批评孩子的口头禅，如今细细品味，其中自有一番深意。书房与牢房之间，看起来差别很大，造型与声誉，皆不可同日而语。生活中有不少人从书房走向牢房，那另当别论。学者追求思想之自由，种种外部强加的约束，与身体的囚禁一样不能容忍，极端年代甘冒坐牢风险从事思考与写作，是立志于拯救更多人的理想，有“我不下地狱谁下地狱”的担当，当今大多数数人读书为稻粱谋，没有这种气魄。

读书是一件难事，这不需要证明。读书意味着摆脱困境之可能，本身也是困境之制造。人之初，天真烂漫，率直适性，想要办成的事，一心一意要去，即便摘颗星星，也让大人不妨尝试。那时我们还是父母心中的一坨菜，一块宝，偶尔为之，不算过分，若有人希望一直享有此种礼遇，不管在学校还是单位，似乎别人天生欠着他，理直气壮的，心理专家称之“巨婴”。读书之事，不买任性的账。

每个人内心素养的野兽何止一头，小兽们集结起来，嚷嚷着要从四面八方突围书房。将业已淫慢的心妥善囚到牢里，是颇费周折的事，圣人说“慎独”，读书人自有深切体会。我们常常在别人面前举止得体、风趣儒雅、礼让谦卑、心怀天下，可告别公共空间回到私密领域，道德立刻失去约束力，人性的弱点哭着闹着，全跳出来，逼你就范。

读书需要持之以恒，铸成习性，困难自然不小，毕竟事关重大，所以神圣。梳洗罢，静坐桌前，盘算着今天要读哪些书，思考哪些问题，把书和笔搜集到一起，电脑关掉，一副志

在必得的样子。既然是计划，执行一定意外丛生。不到10分钟，接了一通电话，随便刷了一回微博，刚放下手机，一会儿，窗外又传来鸟叫声，疑心哪里来的这么只鸟，怎么以前没听说过。走到窗前一探究竟，鸟叫声不见了。不过，既然起身了，干脆喝杯茶也可提神，喝茶再洗手，顺理成章。

不论焚香沐足，还是洗心革面，中断读书的理由和读书的理由总是一样多。父亲在田间劳动一阵，嘴里嘀咕一声：“唉，累死了，要抽根烟了。”不在于烟有多么好抽，他需要变换一下存在于劳动状态之外的姿态。小时候常听他威逼利诱：“握不住笔杆子，就扔不掉锄头把。”握笔杆子终于成了我的职业，有时无端念想与锄头相关的生活，我会不会像父亲一样只管耕耘，不问收获，对劳动保持心平气和的敬业呢？浮躁当下，读书人的首要之事是回归书房。生逢乱世，读书人审时度势，由书房涌向十字街头，谋求进步，却很少有人提及书房里无处安放的书桌。正常年代社会分工各司其职，书生做好书生的事情，十字街头可交给清洁、环卫、交警、城管、小商贩打理。书房不容易坐，窗外的风景总是美妙，想象外界的冲动与出走的强烈欲望，应当与牢房差不多。眼下课题、方案摆积案前，走出去的愿望是遥遥无期了。如有可能，当借件囚服穿上，正告朋友们，我还有几年刑期，需在书房执行。

□龙扬志

囚

禁

书

房



《简·奥斯汀之幸福哲学》：

女性读者的枕边书

【内容简介】

在《简·奥斯汀之幸福哲学》这本书中，作者揭示了简·奥斯汀小说的女主人公，如伊丽莎白贝内特、埃莉诺达什伍德和安妮埃利奥特等人如何来帮助我们避免触碰关于两性关系的雷区。并通过展示一些反面的教材，诸如玛丽亚伯特伦和夏洛特卢卡斯等人物，现代女性可以发现属于自己的真正的幸福之路。



新书架

知识对联赏析

科学知识，读起来往往感到枯燥乏味，但它一旦入联，则会妙趣无穷，耐人回味。
花甲重逢，增加三七岁月；
古稀双庆，更多一度春秋。

这是一副数学知识联。60岁为一花甲，两个花甲为120岁，三七岁月，即21岁，相加恰好是141岁；70岁称为古稀，双庆古稀是140岁，更多一度春秋，即一岁，合计也是141岁。上下联对得十分贴切，恰到好处，天衣无缝。

水底日为天上日；
眼中人是面前人。

这是一副物理学对联。一个是说利用水当镜子，反射成像；另一个是说利用眼作透镜成像。光学定律融于联中，令人拍案叫绝。

春雷似鼓，秋雷似鼓，发声鼓，收声鼓；
新月如弓，残月如弓，上弦弓，下弦弓。

这是一副天气气象知识对联。上联从声音上介绍了气象知识春雷与秋雷的区别。一形一声，妙趣横生。下联从月的形状上介绍了天文知识。新月发生在阴历每月的初八、初九，月亮上部缺了一半，似弓形，故曰“上弦弓”。残月发生在阴历的每月22或23日，月亮下半部缺了一半，故曰“下弦弓”。

（据《中国剪报》）



书苑杂谈