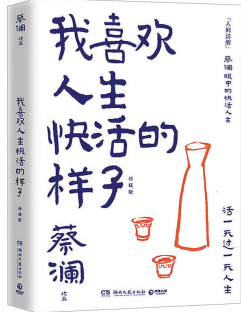


特别推荐



## 智者蔡澜的洒脱人生

刘小兵



日前,知名作家、生活家、美食家、“香港四大才子之一”蔡澜平静离世。深切缅怀中,翻开他的散文随笔集《我喜欢人生快活的样子》(湖南文艺出版社,2024年8月出版),其真、其诚,还是那么亲切而自如。书中,蔡澜与我们谈读书、交友、饮食、茶道、旅行、情感、婚姻、家庭、花鸟等主题,涉及人生意义、生活情趣、情感培养、养生休闲等诸多内容。发自内心的悟语里,让人看到了一个乐观、洒脱而又睿智的蔡澜。

全书共分4个章节,书末还附有蔡澜描写一些名人与朋友的轶文,通过蔡澜的视角,展现了金庸、古龙、蔡志忠、成龙、村上春树、黑泽明等不为人知的一些侧面。全书所选篇目长短不拘,平实、诙谐构成了它的主基调。一开篇,蔡澜就以“人生的意义,在于一天比一天活得快乐”为主题,兴致盎然地畅谈了现代人该如何在忙碌的奔波之余,去面对生活的多姿和多彩。他凭着自己丰富

的人生阅历,言辞恳切地告诫大众“精彩地活过,比什么都重要”。他进一步提示说“烦恼出自我们的贪婪”,完全不必为那些无休无止的欲望蒙蔽了双眼,因而整天活得不开心。他说,“每一种花都是一种美好,小小的安稳也是一种幸福”。他循循诱导我们,名与利不是我们的主人,现代人应该学会让自己的生活变得简单,忙也好,苦也罢,少些计较,珍视走过的岁月,以坦荡的心怀,向往美好的明天。

现代人应该如何洒脱地活着?书中,率性的蔡澜给出了答案,那就是“想做什么就做什么,快快乐乐”。但是,这种看似“简单”的处世绝不是恣意放纵,毫无边界,而应该做到有礼有节。在他看来,“以礼待人是做人的基本条件,待人接物不以自我为中心,人与人之间互相尊敬,是最基本的事,每个人都要懂得尊重别人”。在此基础上,再去追求所谓的个性。

蔡澜把人生比作一场漫长的旅行,强调把控好自己的心态最重要。他推崇看报、买菜、观丰子恺的漫画、学会忘掉不快……这些看似不经意的小事小情,往往藏着大趣大雅。一方面,我们要以人世的态度,沉醉其间。另一方面,则要以出世之心,学会删繁就简。成就不在于外在物质,而在于内心的满足感。

书中,蔡澜鲜明地表达了“一切看开、放下,人生便豁达开朗”的观点。他通过自己的所见所闻和多年的用心思考,意味深长地展开了这样的论述:所谓看开,就是要淡看名利和荣辱,把金钱、地位切切实实地当成是身外之物。而放下,就是要把这些袭扰我们心性的身外之物果断地予以卸下。为此,他建议现代人应让自己的生活多一点情趣,在繁重的工作之余,多培养一点本行之外的兴趣,心胸自然会变得一天天开阔。他说,玩物不仅不丧志,还可以养志。收藏、书画、侍花弄草,既可怕情,还能帮着我们赚钱,让静寂的生活变得五彩缤纷,久而久之,在这种爱好的濡染和熏陶下,人便会彻底地看开和放下,人生自然而然便豁达开朗了。

蔡澜就像一个生活的智者,从容不迫地说道着平凡的事理,揭示着快乐生活的真谛。于是,人生就在他一“懂”一“放”的阐释中,豁然展开了一片明朗的天地,继而,心平了,气顺了,满世界都透着股欣喜和快乐。

《我喜欢人生快活的样子》以洒脱的人生布道,启迪着我们的思维,使平淡无奇的生活处处溢满了花香,那些寻常的快乐也纷至沓来,给人以莫大的精神慰藉。人生的意义到底是什么呢?还是蔡澜说得好:“活下去,就得活得一天比一天更好!”

深度解读

## 在东方智慧里打捞生命的沉香

董江波



当都市霓虹与乡野萤火在文字里交相辉映,当钢筋森林与青石古巷在命运中彼此叩问,山西作家崔海均创作的这部心灵散文集《能治愈你的只有自己》(北岳文艺出版社,2024年5月出版)以极具张力的叙事,在山水自然、日常生活的动人幕布上,绣出了一朵关于治愈的并蒂莲。作者以手术刀般的精准,剖开“岁月静好”的糖衣,在生命褶皱里打捞起沉

香的质地。

文章中,两位主人公“蛰居”城市的身影,恰似卡夫卡笔下的甲虫被抛入现代性困境,但东方式的生存智慧让他们的奋进呈现出独特的肌理。在雾霾与尾气中呼吸的年轻人,把茶盏里浮沉的嫩芽当作故土的回声,将出租屋窗台的绿萝浇灌成童年的竹海。这些充满烟火气的细节,将如丝如烟的生活符号熔铸进现代生活的肌体,让治愈的过程成为一场静默的文化寻根。

作者摒弃了廉价的救赎叙事,让病痛与长夜在纸页间真实流淌。当急诊室的日光灯取代了故乡的星斗,当药物的滴答声覆盖了檐角的雨声,生命在至暗时刻裂开的缝隙里,照见了最本真的自我。这种治愈不是西方心理学意义上的自我实现,而是东方

哲学中的“返本开新”,是在命运湍流里找回未被磨蚀的初心。

透过一扇月洞窗,望见都市丛林里挣扎的倒影;转过屏风般的写字楼,邂逅童年屋檐下的自己。这种时空折叠的文字叙述,让晋剧吟唱的婉转与地铁报站的机械音在文本空间里形成奇妙的和鸣。当主人公最终在茶汤里照见自己的眉目,对生命本相的顿悟超越了治愈伤痛这个目的。

这部《能治愈你的只有自己》在当代心灵散文作品谱系中刻下了独特的坐标。它既不同于伤痕文学的悲情宣泄,也异于鸡汤文学的甜腻说教,而是在时代转型的阵痛中,用东方美学的透镜重新聚焦治愈的本质。当我们在文字构筑的曲水流觞间驻足,终将明白:真正的治愈,是学会在命运的石碑上,刻下自己独有的回文诗。

在朋友的推荐下,我读完了美国作家、学者塔拉·韦斯特弗的自传体小说《你当像鸟飞往你的山》(南海出版公司,2019年11月出版)。合卷之后,心潮久久难平,数日来沉浸在这本书带给我的震撼和思考中。这本书不是一本励志鸡汤,讲述的不是戏剧化的阶层跃迁故事,而是女性在废墟之上自我救赎与成长、将自己“打破”与“再造”走过的艰难之路,步步惊险,步步疼痛。

塔拉成长的环境,是一片充斥着愚昧与暴力的精神废墟。父亲患有躁郁症,他固执地坚信世界末日论,将现代医学和教育视为政府的阴谋,拒绝让家人接受正规的教育与治疗。在他的统治下,家庭就像一座封闭的城堡,与外界的正常文明隔绝开来。哥哥肖恩更是家庭暴力的实施者,他喜怒无常,稍有不顺就对塔拉拳脚相加,甚至将塔拉的头按进马桶里。母亲在父亲的权威面前懦弱顺从,不敢为塔拉提供保护和支持。在这样的家庭里,塔拉仿佛是一只被关在黑暗笼子里的鸟儿,失去了自由,看不到未来的希望,她的世界被局限在那片狭小而压抑的空间里,充满了恐惧、痛苦与迷茫。

然而,塔拉内心深处对知识和自由的渴望,如同废墟中闪烁的火光,虽微弱却从未熄灭。哥哥泰勒的离开,为她打开了一扇通往外面世界的窗户。泰勒通过自学考上大学,离开了这个充满痛苦的家庭,他的成功让塔拉看到了另一种生活的可能性。

教育,是塔拉自我救赎路上的灯塔。她17岁前从未接受过正规教育,但她凭借顽强的毅力自学,考上杨百翰大学,再到进入剑桥大学、哈佛大学深造,最终在剑桥大学取得历史学博士学位。在大学里,她接触到了全新的思想和观念,那些曾经被父亲视为禁忌的知识,一点点刷新着她的认知,重塑了她的

我的阅读

## 废墟之上的自我救赎

王桂娟

价值观。然而,这种认知上的巨大冲击,也让她陷入了深深的痛苦和迷茫之中。她开始反思自己从小接受的教育和价值观,发现自己曾经深信不疑的东西,其实是那么荒谬和可笑。她努力去理解和接纳那个曾经被家庭扭曲的自己,这个过程充满了挣扎和痛苦,但她从未放弃。

在与家庭的冲突中,塔拉经历了更加深刻的自我救赎。她与家庭的拉锯战,是一个撕心裂肺的过程。她试图让家人认识到自己的错误,改变家庭的现状,她向家人讲述外面的世界,讲述知识和教育的重要性。然而,她的努力换来的却是家人的不理解和排斥。父亲认为她被恶魔附身,是家庭的叛徒;母亲也站在父亲一边,对她进行指责和谩骂。这种来自亲人的伤害,比身体上的痛苦更让人难以承受。塔拉陷入了两难的境地,她深爱着自己的家人,但又无法认同他们的观念和行。她面临着艰难的抉择——是继续为了迎合家人而放弃自己的追求和信念,还是勇敢地追求自由和真理,哪怕这意味着与家人决裂?最终,塔拉选择了后者。离开父亲和家庭是一个自我撕裂的过程,也是一个精神上愈合重生的过程。

最终,塔拉在废墟上重塑了自我。她不再是那个被家庭定义的塔拉,而是一个拥有独立思想、追求自由和真理的女性。

塔拉说:“你的声音也可以和他们的一样有力。”塔拉说:“只有依靠自己,胜算才更大。”

塔拉说:“我曾怯懦、崩溃、自我怀疑,内心里有什么东西腐烂了,恶臭熏天。直到我逃离大山,打开另一个世界。那是教育给我的新世界,那是我生命的无限可能。”

这些话,敬塔拉也敬我们自己。塔拉用她的经历告诉我们:无论出身如何、环境如何恶劣,我们都有能力通过努力实现自我救赎。请始终相信,你生而有翼,生而自由,能千万次救自己于水深火热之中,能像鸟儿一样飞往属于自己的那座山。

