

# 阅 读

第三期

楚雄州妇女联合会

2021年3月31日

## 本 期 目 录

- ☆ 把应有的戏份演好
- ☆ 人生自然的节奏
- ☆ 不要把生命，活成一场无尽的等待
- ☆ 一片假树叶
- ☆ 所有烦恼，都有解药
- ☆ 一切都值得尝试

## 把应有的戏份演好

作者 张宗子

一件事，如果你自己看明白了，别人的议论就不会影响你。如果他人的议论给你造成了喜忧，甚至影响你的决定，让你迟疑不决，那就说明对于这件事你还不是完全明白。

几十年的生活经验教会我很多事，这是其中很重要的一点。孔子说“四十而不惑，五十知天命”，说的都是把事情看明白。可见他和我们一样，也是这么过来的。年轻的时候有过疑惑，有过不确定，即使三十而立了，在世上做人行事有原则，知道大方向，不犯根本性的错误，然而对于生命的意义、人的责任、努力与成败的关系，还是不能把握。《易经》教会了孔子变通的智慧，一方面，他坚持理想，承担责任；另一方面，就像孟子说的，有些事情，甚至是大部分事情，只能“尽心焉耳矣”。为什么？因为时势，因为客观条件，因为机遇，这些都不是个人所能够掌控的。

很小的事就能毁掉一个人的远大规划。比如说早逝，再比如身体多病，或者失明了。在乱世，在战争年代，人命不值钱，一些本来可以有更大建树的人，没能实现自己的抱负。哲学家王弼只活了二十三岁，诗人李贺活了二十六岁，夏完淳抗清被杀时才十六岁。魏晋易代之际，嵇康、何晏都不幸横死。弥尔顿双目失明，他的杰作《失乐园》靠他口述而由他人记录，才得以完成，这样的不幸中之大幸，千万人中不可得一。陈寅恪也一样。从这个意义上说，他们生活在还不错的时代。

宋朝江西派的几位大诗人，黄庭坚活了六十岁；二陈，陈与义和陈师道，都只活了四十九岁；曾几，像他的学生陆游一样，年寿甚高，

活了八十一岁。这四位，我都很喜欢。文学成就和年岁关系不那么大，陈与义的成就比曾几大得多。但仅就个人而言，如果陈与义活到八十一岁，而曾几英年早逝，情形肯定和现在大不相同。有些人一辈子只在重复自己，那么，年岁的长短造成的区别，并没有多大；有些人不断进步和变化，那么，时间就太重要了。

人无从预料自己能走多远，如果清醒地看到自己的停滞甚至倒退，那是非常痛苦的。那就放下担子，像孩子一样自由地玩耍吧。

假如如科幻小说所设想的，存在一个平行时空，我希望曹丕多活二十年，王安石多活十年，我会看到一个不同的世界，不仅仅是多出一本书或几十首诗。

随着科学技术的进步，人与人越来越疏离，互相珍重成为奢侈的事。文化遗产的本是一种人与人之间的亲密关系，就像生命的延续，但在今天，这样理解显得很荒唐，因为人们没有这样的意识，也没有这样的需求。

如此，就用得上古人的陈腐格言：庄敬自强。自己认为应当做的事，就做下去。

人对自己看得明白，有信心，是很不容易的事。人若想有所得，必须有忍受和坚持的准备。播下种子的人，未必可以看到种子长成树，开花，结果，但你知道这事是好的，那就去做。有些事是立竿见影的，有些则不是。但做了，你心安。人的一生，不过百年，回首去看，倏如驰马，尽到了责任后的心安，算是最好的回报。

穆旦（查良铮）先生在二十世纪六七十年代，偷偷在纸片上写诗，家人担心，劝他不要再惹麻烦，他说：“一个人到世界上来总要留下足迹。”他的夫人周与良回忆说，他最后留下的二十多首遗作，都是

背着家人写下的，“在整理他的遗物时，孩子们找到一张小纸条，上面写着密密麻麻的小字，一些是已发表的诗的题目，另一些可能也是诗的题目，没有找到诗，也许没有写，也许写了又撕了，永远也找不到了。后来我家老保姆告诉我，在良铮去医院动手术前，那些天纸篓里常有撕碎的纸屑，孩子们也见到爸爸撕了好多稿纸。”人民文学出版社的《穆旦诗文集》里，收了一页《穆旦晚期诗作遗目》，说其中很多已经“佚失”。这是遗失的足迹。

多年前看歌德的自传，不怎么看得下去。现在想来，是专注于前瞻的缘故。现在学会了向后看，学会了倒退，这是我最值得庆幸的进步。五十岁对我是一个大转变，好多事情终于看明白了。其实以前也不是看不明白，只是不肯承认，还抱着侥幸心理，还胡乱怀着希望。希望当然是个好东西，人不能丧失希望。但关键是，不要期待和相信奇迹，希望必须建立在现实之上。有时候，人勉力向前，不免带有媚世或求实际利益的成分。认清了这一点，人就自由很多。时间之河向前，那么有时候，人的向前不过是顺流而下罢了。相反，人要向后看，向后退，便如逆水行舟，是需要勇气和力量的。

人生如戏，有人演过三幕就被赶下台，他抱怨说，我还没把五幕演完呢。奥勒留说，人生之戏，三幕于你已是完整的，你演几幕不是你能决定的。相对于安排你上场和下场的人，你什么都不是。所以，接受事实，把你的戏演好吧。（双柏县 刘杰）

## 人生自然的节奏

作者 林语堂

在我们的生活里，有那么一段时光，个人如此，国家亦复如此，

在此一段时光之中，我们充满了早秋精神，这时，翠绿与金黄相混，悲伤与喜悦相杂，希望与回忆相间。在我们的生活里，有一段时光，这时，青春的天真成了记忆，夏日茂盛的回音，在空中还隐约可闻；这时看人生，问题不是如何发展，而是如何真正生活；不是如何奋斗操劳，

而是如何享受自己拥有的那宝贵的刹那；不是如何去虚掷精力，而是如何储存这股精力以备寒冬之用。这时，感觉到自己已经到达一个地点，已经安定下来，已经找到自己心中向往的东西。这时，感觉到已经有所获得，和以往的堂皇茂盛相比，是可贵而微小，虽微小而毕竟不失为自己的收获，犹如秋日的树林里，虽然没有夏日的茂盛葱茏，但是所具有的却能经时而历久。

我爱春天，但是太年轻。我爱夏天，但是太气傲。所以我最爱秋天，因为秋天的叶子的颜色金黄、成熟、丰富，但是略带忧伤与死亡的预兆。其金黄色的丰富并不表示春季纯洁的无知，也不表示夏季强盛的威力，而是表示老年的成熟与蔼然可亲的智慧。生活的秋季，知道生命上的极限而感到满足。因为知道生命上的极限在丰富的经验之下，才有色调儿的调谐，其丰富永不可及，其绿色表示生命与力量，其橘色表示金黄的满足，其紫色表示顺天知命与死亡。月光照上秋日的林木，其容貌枯白而沉思；落日的余晖照上秋日的林木，还开怀而欢笑。清晨山间的微风扫过，使颤动的树叶轻松地飘落于大地，无人确知落叶之歌，究竟是欢笑的歌声，还是离别的眼泪。因为是早秋的精神之歌，所以有宁静、有智慧、有成熟的精神，向忧愁微笑，向欢乐爽快的微风赞美。（双柏县 尹艳）

# 不要把生命，活成一场无尽的等待

作者 林徽因

常常听到有人这么说：等我有时间了、等我结婚、等我生完孩子、等下个季节、等我退休了，我就去做自己喜欢的事，过自己喜欢的生活……

熟不知，等了很久，也许你的孩子都已结婚，也许季节已变换了好几回，也许你已退休很久。你还是没能做自己喜欢的事，过上自己喜欢的生活。

蹉跎岁月磨没了你的体力、你的健康和要陪你一起的人。结果，你的一生成了一场无尽的等待。

作家孟东篱说：“我只想每天管好吃饭、睡觉，并专心生活就够了。”初听这些话，觉得他的日子是否太过于平凡了，深究其中才发现他是真正懂得如何生活的人。

“以前自己每天工作忙碌异常，连吃个饭都是草草结束，左手钱来右手钱去，每天和钞票玩捉迷藏，非常不快乐；现在的我，常常无所事事，发呆的时候、看书的时候、写作的时候、和家人聊天的时候，却得到了快乐，没有太多的钱并不会失去快乐的心情，因为我开始认真过好每一个平凡的‘当下’。”

曾看过这样一个故事，当葡萄在树上开始结籽时，孩子说：“妈妈，让我吃几颗葡萄吧。”但是，母亲不舍得采摘这些青嫩的葡萄，想等到成熟后再说。等葡萄成熟之后，孩子又过来乞求。

此时，母亲却决定将葡萄保存起来做果冻。果冻做好后，她又想在所有的工作完成之后再吃，那样就可以舒适地享用了……

最后，看似万事俱备时，烈日曝晒，小鸟啄食，还有不期而至的

暴风雨也降临了。没多久，树枝上的葡萄就所剩无几了。

其实，每个人只拥有当下，未来总是遥遥不可及。

春花、秋月、夏风、冬雪，皆为气候变化的自然产物不足为奇，然而在不同的心境之下，所感受的就有别了。

春花令人心花怒放，秋月令人心旷神怡，夏风令人暑气尽除，冬雪令人神朗气清，这全是境由心生、景由心造。倘若心情欠佳，所见所感就大异其趣了。

人生如四季，春天有春天的温馨之美，夏日有夏日的炙热之美，秋天有秋天的成熟之美，冬季有冬季的寒峻之美。

人生中的每个阶段都是美丽的，只要你把握住了你现在拥有的一切。

有的人不管时间的巨轮如何转动，人情世故如何变迁，只被过去的记忆紧紧地纠缠着，沉溺于过去的挫折与痛苦中不能自拔，根本无法开怀感受每一个当下。

或者一味地沉醉和执著与过往的幸福、甜蜜、富裕与美好的时刻，而抱怨当前的不如意，不能面对现实中的荆棘与坎坷，而让眼下的一切美好与自己擦肩而过。

还有一种人，他们总是把所有的美好享受都寄托于未来，信奉眼下应该多吃些苦，把好日子留给将来慢慢享受，而不懂得珍惜当前，无论如何也不明白恰如其分地扮演好当下的各种角色才是重要的。

无休止地对未来盲目忧虑，到头来，往往是健康没了，甚至生命没了，岁月欠下了太多的愿望而没能实现。其实，我们拥有的不就是只有现在吗？

生命是一个过程，而不是结果，如果不会享受和体验过程，又怎

能体味到精彩生活的每一天呢?老年朋友们,要学会享受每一天,快乐每一天。

世事无常,我们不知道今天睡着了明天能否顺利地起来,也不知道早上出了门晚上能不能平安的回到家,我们以为有一辈子可以去挥霍,其实没有,我们有的只有今天而已。

如何把此刻的日子过好,是我们最需要去思考的一件事情。

把今天过好其实很简单,就是你在吃饭的时候好好吃饭,睡觉的时候快快睡着,看花的时候专注的看花,看草的时候一心的看草,使生活的每一个瞬间都充裕、饱满、丰富、细致。

让自己的每一刻都过得有意义、很精彩,这样的生活方式才是我们每一个人应该具有的,而不是一味等待。

做重要的事,见重要的人,此生无憾。(双柏县 杨秀萍)

## 一片假树叶

欧·亨利在他的小说《最后一片树叶》里讲了一个故事,说:有个病人躺在病床上,绝望地看着窗外一棵被秋风扫过的萧瑟的树。他突然发现,在那树上,居然还有一片葱绿的树叶没有落。病人想,等这片树叶落了,我的生命也就结束了。于是,他终日望着那片树叶,等待它掉落,也悄然地等待自己生命的终结。但是,那树叶竟然一直未落,直到病人身体完全恢复了健康,那树叶依然碧如翡翠。

其实,那树上并没有树叶,树叶是一位画家画上去的,它不是真树叶,但它达到了真树叶生动真实的效果,给了那位病人一个坚强的信念:活着,只要那片树叶不落,我的生命就不会死。结果,他真的康复了,走出病房去那棵树下看个究竟。

他站在树下，被画家的用心感动了。

因为画家是唯一了解他内心秘密的人，画家知道他在等待树叶全部掉落之后，再悄然地终结自己的生命。于是，画家顺着病人的心思设计了这么一片假树叶。就是这片假树叶，给他不断地注入活下去的勇气。

真正有生命力的不是那片树叶，而是人的信念。（双柏县 施桂芬）

## 所有烦恼，都有解药

作者 国文

有人说，世上本无事，庸人自扰之。过去的就让它过去，不必耿耿于怀。人生宝贵，要把时间放到美好的事物上。然而，有些人却喜欢自寻烦恼，把不该留的留在记忆中，把该忘记的铭记在心里。其实，你担忧的许多事可能并不会发生，过度焦虑只会自寻烦恼，为自己拷上枷锁、画地为牢。

看过这样一个故事：有个人家里没斧头，便去找邻居借。他担心邻居不肯借，在路上就开始胡思乱想：邻居说自己正在用怎么办？如果找不到怎么办？不肯借怎么办？他越想越多，也越来越烦躁。都说远亲不如近邻，他为什么不借我？他要找我借的话，我肯定借啊，那他这是干什么？欺负老实人吗？

最后，他敲开邻居的门，怒气冲冲地说：“呸，留着你的破斧头吧，我才不用呢！”故事荒诞又好笑。但生活中有些时候也是这样，都是人们自己找的麻烦，将事情越弄越糟。

月亮缺了，有再圆的时候；鲜花谢了，有再开的时候。遇事不钻

牛角尖，能珍惜拥有的一切，才能认真过好每一天。

生活是一面镜子，你对它笑，它便笑；你对它怒，它便怒。心态，不过是心大一点；人生，不过是看开一点。很多事情正是因为我们懂得看淡、懂得放下，退一步，于是才收获了更多美好。

听过这样一句台词印象深刻：当你握紧双手，里面什么都没有；当你打开双手，世界就在你手中。快乐其实很简单，只是有时候我们过于较真儿。

人生有时应如水，善利万物而不争，既能顺势而为，也能奔流不息。斤斤计较于一时一事的得失，只会让自己更加痛苦。

有句话说，得之坦然，失之淡然。正所谓：烦恼天天有，不捡自然无。对无关紧要的琐事看淡一点、看轻一点，看淡烦恼、珍惜美好，人生自会幸福很多。

很多时候我们感到烦恼时，往往会在一瞬间失去动力，认为自己的命运陷进了烂泥，不可自拔。但路其实一直在自己脚下，只有行动起来，才有走出去的机会。即使暂时身处黑暗中，也要努力去寻找一丝光亮，要给自己一个微笑，要相信不顺心的日子总会有尽头。

春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。光亮可以来自太阳，也可以来自心里。心怀纯洁，心中有暖，懂得去体会生活的乐趣，自己变好了，世界自然也就变好了。过去是这样，现在是这样，未来也是这样。

没有什么跨不过去的坎，朝前看，别怕，一切都会变好。所有烦恼，都有解药，能解忧的不是别人，而是自己。只要心中有诗意，岁月何曾催人老？愿我们都能笑看烦恼，从容前行。共勉。（双柏县 汤琼）

# 一切都值得尝试

作者 松浦弥太郎 陶芸（译）

“成功的反面不是失败，而是什么都不做。”我永远也忘不了这句话对我的冲击。

这句话是我在纽约生活时听到的。这句话让我获得了一种勇气，也就是不管遇到什么事情都要敢于去挑战。

试着去挑战，不问结果如何，这样，说不定你就能发现另外一条康庄大道，寻觅到机会。

20岁至30岁这段时间，我基本上是这样度过的。我把能够想到的事情都写在纸上，都尝试着去做了。其中也有不少遭人耻笑的事情，好在独自做，自然也就不会给旁人添什么麻烦。在旧金山，我给自己定了每天必做的功课，那就是“每天去结识一位新朋友”。

如果一天能结识一位新朋友，那么一年就能结识365位新朋友。我们可以谈双方的工作，也可以谈双方正在沉醉痴迷的事情，甚或只是谈谈天气也可以。在路上走着，只要彼此对上了视线，我都会马上跟人家搭讪。

我的英语不好，所以我经常会缠着对方问个不停。这反而成了我练习英语的好机会，同时，对话本身也比较有意思。如果到晚上，突然想起今天没有结识新朋友，我便会马上穿上外套，上街去结识新朋友。

我还给自己定了一项任务，那就是走遍曼哈顿的所有街道。不管什么都去尝试、去感受，这样，对于下一步怎么开展，你脑子里就会不断地涌现出各种想法。不管什么时候，明确“下一步”的行动都至关重要，它会引起连锁反应。正因为如此，才会有“当下”进行尝试的意

义。

因此，你的想法会不断浮现，也就会想到无数让自己亲近它的方法。

通过自己的亲身经历，又通过自身的思考而获得的信息，才是真正属于你自己的信息。它会成为你一生的财富，并且永远伴随你左右。也许有人会认为我的这种说法有点过分，但如果希望自己能够成长，那么你就得“亲自前行，亲眼去见，亲耳去闻”。

当我们迷茫、苦恼的时候，可以通过亲力亲为，即“亲自前行，亲眼去见，亲耳去闻”来解决我们的困惑。（双柏县 苏亭羽）

---

**主编：**杨丽平

**编辑：**蒋虹 赵云梅

送：州委办、州人大办、州政府办、州政协办、州纪委办、州纪委州监委驻州人大常委会机关纪检监察组

发：各县市妇联，州属、驻楚省属单位妇工委、妇委会、女工委员会，女企业家协会、彝绣协会，州妇联各科室

---

楚雄州妇女联合会办公室

2021年3月31日印制