栖 E-mail:sx shfzb@126.com

生命诚可贵 境界价更高

收到友人一微信,笔者玩味 再三。为何?这"信"可不短且 有点儿太"重"了,说甚?生命 有五度:

1.时间是生命的长度,越用 越长; 2.视野是生命的宽度, 越 看越宽; 3.理想是生命的高度, 越想越高; 4.胸怀是生命的厚 度,越堆越厚;5.积淀是生命的 密度,越积越密。研究表明,拥 有五度的人生,必然是幸福非凡 的人生。

我读之思忖, 茫茫人海, 能 有人生五度者, 寥寥几何? 一生 之命,能活出一个境界,已胜白 乐天之居长安不易。为人,确乎 应该活出自己的境界。

什么境界?管理学说中有个 "木桶理论",说生命这个木桶由 许多块木板构成,有长有短,哪 块是你的短板? 什么是你的薄 弱?

不妨把生活想成一个游 戏——在空中抛接五只球。他们 是:工作,家庭,健康,友谊, 精神。你尽量想让他们"艺术"

一场新冠肺炎引发的疫

情, 打乱了我国亿万人民的生

活节奏,人们开始深刻反思我

们的社会生活。最近"使用公

筷公勺, 倡导文明用餐"就成

海市健康促进委员会、上海

市精神文明建设委员会办公

上海市健康促进中心等四部

门, 还先后向上海全体市民发

布使用公筷公勺倡议书,上海 100 家餐厅承诺全面提供、倡

导、使用公筷公勺, 形成了一

波上下同心、共倡使用公筷的

饭新风尚"的时候。我提议再

设个"公筷日",理由有四:

现在是推动落实这一"吃

上海筷箸文化促进会和上

上海市卫生健康委员会、

为线上线下议论的热门话题。

设个"公筷日",如何?

■并非闲话

地"固定"在空中,像林语堂经 营"精美小筑",或梁实秋经营 "雅舍小品"。然而,很快你就会 发现, 唯有工作是只橡皮球, 抛 之于地,还会返弹回来。而另外 "球" ——家庭,健康,朋 四只 友,精神都是玻璃球,将其中任 意一只抛至地上,都要受损甚至 粉身碎骨! 这四只"球", 就是 你生命这个"木桶"的短板。你 必须审慎待之,才能维系生命亦

而生命个体通常都要经历出 成长和死亡。生命种群则在 一代代个体的更替中, 经过自然 选择发生进化以适应环境。

人之生命, 化验下来, 恐怕 可以分置若干容器。其苦辣酸甜 成分是既定的,但苦辣酸甜如何 排列则各个有别。你甜在前,老 之将至恐怕只能是品尝苦辣了; 你苦在前, 到老了可能会是甘甜 占更大的比重……

通晓了这些道理,人就应该 活出自己的适合的境界。

节日,包括国际性、公益性的

节、日,除众所周知的国际劳 动节、国庆节、春节之外, 更

多的是"日",如每年3月最后

一周的星期一为全国中小学生 "安全教育目"、5月10

日为"中国品牌日"、9月20

日为"爱牙日"等。为了传承

我国优秀的传统文化, 保护和

发扬东方文明, 推动养成文明

用餐,不妨在每年1月23日设

立"公筷日"。今年1月23日

是武汉的"封城日",把这个全

其三,人是容易健忘的

犹记得 2003 年非典期间, 也

有人倡议实行公筷制, 据悉当

时中国饭店协会还专门制定

《餐饮业分餐制设施条件与服

务规范》,提议推行"一菜一公筷公勺"的用餐方式,为此

还向原国家质量技术监督局申

报强制性国家标准。然而,随

着非典风波的平息, 无人再提

使用公筷, 用餐方式于是依然

如故。这就是俗话说的"好了

伤疤忘了痛"。现在设个"公

筷日",就有了实在的警示作

用, 提醒国人千万别再"忘了

年的生活习惯,并不容易,更

不可能一蹴而就。据新民晚报

官方微信关于吃饭使用公筷的

微调查显示: 92%的网友赞成,

4%的网友表示反对,2%的网友

其四,要改变国人因袭千

民惨痛的日子作为"公筷日

更有一番警示、纪念意义。

生命如茶。我也是在人届中

年——36岁出版自己第一部诗 集《感情临近中午》时,才知茶 之诸般好处。细细品味, 有了其 后三十年的阅历之时, 我发现, 喝茶喝的不是水, 而是滋味。时 间长了, 甚至喝的都不是茶的滋 味. 而是你的内心你的人生乃至 生命的滋味……生命如茶,你短 短又长长的两万多天该怎么品?

生命如酒。酒有十德。但, 公款赌博式的酗酒, 动辄打酒 "官司",令人生厌;贿赂的酒, 不仅仅是讨厌了。那种拿 XSO 当可乐,咕嘟咕嘟一喝半瓶,醉 了都不知酒的滋味, 你恐怕不但 为"酒人"甚至为这好酒被"牛 饮"而痛而惜吧!

有方家把生命的形成比作结 冰的过程, 也有把生命比作火

一言以蔽之曰: 生命诚可 贵, 境界价更高。

言罢生命的境界说, 一个更 为重要的母题就凸显出来——世 间万物皆有生命, 对万物生命皆

□齐世明

从古代社会以降,人类的上 空便笼罩着人道主义的圣光。 道主义,尊重"天道",亦尊重 "(生物、动物与植)物道"-尊重是由心而外化而物化的博爱 与平等视之。可是, 自打在人道 主义笑容可掬的颜面上冠以"革 命"的帽子之后,就像给其人文 关怀的微笑加了个面罩, 令其在 施爱时硬要对施爱对象来个"政 —看看祖宗三代有没有恶

于是,梅兰竹菊也有个合不合时宜的"态度问题",小小麻雀也一度有了"四害"的"表 现" ……万物生命也要分三六九 等?作为万物之灵长,人类有了 征服与颐指气使的权力?

非也。此时,应再一次唱响 "生命的意义": 追求建立在充足 物质基础上的精神享乐, 这是人 类的终极目标。这意义属于人 类,也属于物类。精神享乐是什 么,是博爱,是给予,是互助, 是对世间万物、亿万万生命的尊

■灯下漫笔

□聿 飞

著名作家何建明非常熟悉上海这座城 市,曾写下报告文学《浦东史诗》。今年 年初,何建明来沪从事一个预定的写作计 划,这场突如其来的疫情,令其意外滞留 在上海。

50 多天的时间,何建明与上海共度 疫时,用自己的眼睛观察,用切身的实感 体验,以作家的激情与笔力写下了20万 字文集《上海表情》, 娓娓讲述了他疫情 期间生活在沪的日常点滴:黄浦江上的船 只、酒店打扫卫生的服务员、柜台边摆放 的消毒药水、路边陌生人对疫情的坦然 商场里与顾客自觉拉开距离的营业员、戴 口罩的市民、特定情景下的街市等等。他 到了有"小联合国"之称的虹桥国际社区 采访,发出赞叹:"看看这里的人们,生 活依然如此有条不紊,如此和谐美好!" 全书每每可见上海抗疫期间的"坚韧元 素"和"温暖瞬间"

纵览《上海表情》,没有宏伟的叙事 结构,没有重大事件的惊心动魄,有的是 沉浸在疫情中的表情、2400万市民积极 应对的表情,同时还流露出作家感受后的 表情——悲催、痛苦、激动,更多的是感 奋。在接受记者采访时,何建明坦言: "这是我从来没有过的最认真与投入的一 次写作, 因为身在其中, 亲身感受"

另悉,何建明继《上海表情》后, 在创作报告文学新作《第一时间---写在 春天的上海报告》(上海文艺出版社即将 推出)。它将从"一级响应"到3月,上海"硬核"防控、驰援武汉、复工复产、 严防境外输入等等可圈可点的事迹。如果 说《上海表情》是作家私人化的日记,那 《第一时间》则是呈现出上海各条战 线抗击疫情的全景式实录。人们热切期盼 这部反映上海抗疫的力作早日问世!

春天来了

你看,梅花开得热烈又清净。还有那

些不太起眼的迎春花也开得灿烂俊逸, 那

点点的金色光彩, 虽不及梅花的高雅俏美

和凛然风骨, 但她不畏春寒, 更不骄傲炫

耀。它那种偏安一隅的坦然朴实和超拔气

质也足以令人真真切切地感到:春天真的

来了! 而雨水之后, 最有春韵和诗意的莫

过于杨柳了。经过风霜飞雪的磨砺和春雨

的滋润, 几分简约而硬朗的丝丝枝条忽然

变得万般柔美,如同娇羞缠绵的女子,让

人心弦荡漾浮想联翩。此时细细端详,那

柔润泛绿的枝条上早已萌发出点点苞芽。

原来春天带着希望和激情已从丝丝的柳枝

四季轮回,以春为首。

□刘向东

■八面来风

2020年一月的某个夜晚,六 点半的时候,如果你也正好望向天 空。你会看到快速穿梭而过的行 云。它们是真正的行云。几秒后就 掠过了眼前的大厦,换一波又过 来。如武侠书中高手移形换位。

诚意去发现。

是的,只须带着诚意看向世 界,他们都会云涌般到来。

制定任何新年计划。仿佛就在突 然之间,不再觉得需要一个标记 的起点,只消把认为对的不断重 复即可。更新其实发生在每时每 刻,在需要的时候闭上眼睛浸入 到其间, 想要的救赎都可以到来。 理解这一点本身就是对流逝的克 服。没有人能够跑过时间,然而 每一个人都一定可以找到自己赢 得人生的活法。

微小又具体的事情。像是,每天 读写英语,每天听一些音频,每 天记录自己的作息,每天读一段 文字,每天进行十几分钟的冥想, 以及经常揣着我的小小鹿拍一些 儿呆等等。我意识到自己渐渐对 此上瘾。何尝不知道这也是一种 贪着, 但是鉴于目前的自己怎样 都抵制不了那种在见微知著时点 点悟触的喜悦, 也暂时允许自己 贪恋好些有趣的事情, 那些亮晶 晶的小奇迹。

犹记得某天站在高铁站台候 亦是寒天,站台上的风吹得 旅人瑟缩, 频频点亮手机屏幕看 一眼半是凝固的时间, 一列途经 但不靠站的列车忽然带着猎猎风 声呼啸而过。那个时刻, 真心觉 得高速列车快如子弹, 带着裹挟 一切的气势追风疾驰, 然后不由 分说稍纵即逝。就像刷刷掠过的 光阴一样将愕然的我独自遗弃在 陌生的时空之间,心却又遽然安 静下来。时间的线性在这一刻消 解。或者说,时间并无属性,一 切都在更迭, 我看不到终结, 但 这恰好是我愿意一直认真活着的 理由,就算自始至终的努力都是 徒劳都无法磨灭我存世的热情, 那是一份大多数时候都隐形的热 情,可它还在,会在某个无法逆 料的时间被点燃。

一切的降临, 都是或大或小 的奇迹啊, 只是可能当时我们并

■法官手记

切的降临都是奇迹

□敖颖婕

我几乎看呆。 很多个小小的奇迹会在不经 意的时候现前, 只要你有足够的

今年,是近几年来首次没有

这一两年越来越痴迷于一些

照片甚或看着天空或花朵发一

尔后,随着惊蛰春雷的阵阵鸣响,苏 醒的万物生灵精神抖擞地迈着轻盈欢快的 脚步走出了冬眠。就连最谦恭最微弱的小 草们也生怕稍有落伍,似乎一瞬间要绿满 大地;还有翩翩飞舞的杨柳花絮在春风里 漫无边际地追寻着美丽的梦境; 鸟儿们纵 情地舒展着动听的歌喉, 仿佛是催促着春 播的人们;桃李杏梨,樱花海棠也都绽放着 美丽多姿的花瓣,一切的一切都好像要定 格在温暖明媚的春光里, 让新的生命绽放 出永恒的美丽。然而在这充满温馨,风景如 画的季节里, 让我兴奋和感慨的不只有春 天的多彩、温暖和浪漫,也不只是春的美好 希望和勃勃生机, 更重要的是对四季轮回 的真切感悟和对生命的重新认知。因为世 事沧桑,人生如同四季,季季有风雨,也季 季有风景。春风得意时决不能忘记风霜雨 雪和酷暑残秋,更不必忘乎所以。即使一时 失意或偶遇风雨,依然会有"春风吹又生" 的希望,也同样有吸取教训,重整旗鼓拥抱 春天的精彩,更不必从此悲观消沉,一蹶不 振。季节更替苍老了岁月,增添了年轮,但 同时又让我们丰富了人生阅历,积累了经 验,明白了事理,懂得了珍惜

其一, 筷子, 是人类最具 文化内涵的餐具, 它是传承中 华文明的载体, 然而, 我们的 用餐方式却并不卫生: 人,或者一群人围桌而坐,每 人手里拿一双筷子, 很多双带 着口水的筷子在一个盘子里夹

菜,很不卫生,如吃火锅,那 少不了很多双筷子在一个火锅 里捞来捞去, 这不等于把含有 自己口水的筷子在汤里反复洗 了好几遍?有人美其名曰:相 濡以沫, 其实这是唾沫 享",会传染各种疾病,比如 感染幽门螺旋杆菌的胃病、 新冠肺炎等, 现在患冠毒的不 少患者, 究其根源, 就是因 为与新冠肺炎患者吃过饭, 聚过餐。武汉百步亭社区1 月18日举办的"万家宴",加 速了新冠肺炎疫情的扩散,教 训不可谓不惨痛。提倡公筷公 勺,设立"公筷目",有利于 克服陋习,改变国人的不良习

年历史的文明古国, 沉淀着丰 富的传统文化和文明节日。据 不完全统计,全国有140多个

其二, 我国是有着五千多

无所谓。 反对的理由是两条. 一是怕麻烦,二是欠人情。设 个"公筷日",就便于经常宣 传、教育、督促国人, 要与时 俱进,改变不良习惯,这对旧 习惯是个冲击,说明使用公筷 不是娇情,更不是欠人情,而 是"吃饭新风尚,健康好习

> 因此,不妨设个"公筷 如何?

惯"! 值得我们推行, 加快落