□全丹鹰

防疫志愿服务

疫情期间, 我参加了所在小区的防疫

起先我是以个人身份报名,后又作为

志愿服务,2年前疫情初起时因女儿高考

而未能参与,没想到这次还能为社区尽一

市级机关支援一线防疫的下沉干部,被属

地街道(镇)和居委安排在自己小区工

作。一个月后,因前任请辞,我被居委 "火线提拔"为楼道管理员,随后工作量

陡然增加:除了安排楼门值守、组织抗原

测试、协助核酸检测以外, 还要协助居委

发放本楼道的防疫和保供物资、统计分发

团购生活必需品; 楼里老年人多, 又有瘫

痪病人, 特殊生活问题和寻医问诊经常求

助于楼管。服务他人的同时, 我还要照顾

自家人的一日三餐,想法子为住在别区的

父母采运生活物资。后半夜才睡,清晨6

点又被叫醒、一边炒菜一边转发居委通知

和处理工作事务, 都已是家常便饭, 最累

更烦心的是个别居民的不理解。记得有次

彼时的身心疲累已非言语能形容,但

时随便靠靠都能进入梦乡

■法官手记

不断"修剪"自己的灵魂

□沈 栖

尼采无疑是一位对 20 世纪 的精神生活起了重大影响的思想 家,其"回到内心,转向自身" 的哲学伦理引发了人们对人生意 义和人生价值的思考

一天, 尼采无意中看到园艺 师在整理花草树木时,会将多余 的树叶剪掉, 在让花草可以得到 更多阳光照耀的同时, 让它们成 为自己想成为的样子。正是因为 园艺师的精心修剪, 植物才能得 以健康发育、茁壮成长。由此, 他提出:"我们也可以从一二二 师一样'修剪'自己,例如,我 们可以用锋利的剪刀将自己火光 般的愤怒、无节制的情感、贪婪 的欲望、虚荣的内心剪掉, 在不 受任何人干扰的情况下,对自己 的灵魂进行随心所欲的 剪'。

虽说"性本善"还是"性本 恶",中西先贤争论了上千年尚 未得出一个定论, 但两者却形成 了如此共识:人自身难免存在着 一定的性格缺陷、灵魂阴影。所 以, 尼采提出"修剪", 而我国 先哲则强调"修身"以日臻君子 的人生境界,如"惩忿窒欲" (《周易・咸传・损》)、 "修慝(邪 恶)辨惑" (刘基《阳离子•自

■私人相册

讳自矜》), 孟子更是明确提出: "君子必自反也, 自反而仁矣" "修剪"与"修身",表述各异, 意涵揆一, 都是旨于改变自己不 良的性格、处事方式和行为模 式,培养自己成为一个灵魂纯 洁、品行高尚的人。

精神家园中,良莠混杂,美 丑并存, 只有用道德理智这把剪 刀,剪除失志之念、失德之欲、 失格之为,才能让生命之树长 青, 使人生绚丽出彩。什么是成 功? 成功不一定是鲜衣怒马,能 在艰难岁月里直面自己, 审视内 心,寻找自我,不断"修剪" 魂也应该算是很大的成功。

明代《了凡四训》以"天下 第一善书"美誉在中国社会广泛 流布、长盛不衰。它告诫人们: "命由我作,福自己求",命运不 止是可以改变的, 甚至应该完全 掌握在自己的手上: 但怎样掌握 好自己的命运,怎样改变自己的 命运,则与人的道德有着极其密 切的关系;尤其是提倡以记"功过格"的方法,"隐恶扬善", "迁善改过",进行道德自律,规 范自己的行为,达到自我修养、 完善人生的目的。晚清重臣曾国 藩极为推崇《了凡四训》。他青

年时期与当时一般读书人一样, 染有不少陋习, 诸如通宵打牌、 爱好抽烟、交游放浪等等。有史 书总结其主要毛病体现在:目无 余子, 自命不凡; 轻浮好色, 心 贪嬉游; 多言好动, 不能安坐。 道光十一年 (1831年), 曾国藩 改号"涤生"。自云: "涤者, 取涤其旧染之污也; 生者, 取袁 了凡之言: 从前种种, 譬如昨日 死; 从后种种, 譬如今日生也。 曾国藩改号"涤生", 意在修剪 自己,与过去的陋习决然告别, 由个人品行延伸到为官之道,从 此练就了一辈子自律的功夫。他 一生坚持写了33年日记,这些 日记除了战事、读书、交友等记 载外,大量的是如何修剪、 生"的自白,生动形象地刻画了 曾国藩自立自新、改过从善的心

修剪自己灵魂, 在一定意义 上说就是挑战自己。它需要勇 气, 更需要智慧: 要用切实可行 的方式来构筑你的挑战, 而且要 面对面地认真严肃、持之以恒地 去完成它——不要经不起诱惑而 去做超越自己能力的挑战,那样 只会带来失望和沮丧; 另一方 面。制定你的挑战计划使它与你 的最佳状态相匹配。美国开国元勋 之一的本杰明·富兰克林在年轻时 存在诸多性格上的缺陷和弱点,他 靠不断修剪自己以完善人格。 国学者 J·马丁·科尔《最伟大的力 量》一书载:本杰明·富兰克林是 从经常与人发生无端争执、难以持 久相处及朋友日渐失去而认识到自 己的性格问题,诸如心胸狭窄、意 气自雄、心浮气躁、唯我独尊、挑 剔吹求等。 克林冷静坐下来, 开出一份清单, 清单上有他所有让人讨厌的性格问 题。他把它们一一列出来,并作了 编排,把最有害的放在清单的第一 位,然后依次排下来。他决定要一 个一个地改掉这些讨厌的坏毛病。 每改掉一个坏毛病就从清单上删 去,直到清单上所有的坏毛病都删 完为止。他成为了全美人格最为完 美的人之一, 受到人们的尊敬和崇 本杰明·富兰克林堪为修剪灵 魂的成功典范

"只有用水将心上的雾气洗干 净,荣光才会照亮最初的梦想。 我颇为激赏马尔克斯《百年孤 里的这句名言。

在我看来,不断修剪自己的灵 魂, 乃是"用水将心上的雾气洗干 净"的题中之义。

"于是,本杰明·富兰

因为接受分发快递怎样符合防疫要求,大 家在微信群里表达不同观点,一位之前关 系不错的邻居在争论后拉黑了我, 让我着 实想不通。这样的事多了会怀疑自己的选 择,可当看到更多居民在遇到生活问题时 无助又急切的神情,物资不富足却仍不断 有人悄悄挂食物在我家门上时, 我又破防 了,几经思量后坚定了初心。不久,拉黑我 的邻居和我"重修旧好",甚至比之前更关 心体谅我, 我这才发现原来所有的事情大

> 这段经历虽苦却收获满满,不仅丰富 了我的人生阅历, 还让我看到了自身的不 足,从而激励我的成长和进步。其实我们 每个人都要学会换位思考、设身处地的思 维方式, 我若意识到封闭太久极易使人心 理产生负面情绪,看待事物会稍显极端, 就不会因个别偏激言语而动气争论, 而是 以安抚、劝导为主,此时说教和指责不仅 无济于事, 反而会激起逆反情绪。

> 家都看在眼里、记在心上, 人人心里有杆 一切的付出都是值得的。

> 让我更为欣慰的是,读大学的女儿也 加入了志愿者队伍。或许是受到了我潜移 默化地影响, 女儿在全市解封后积极投身 于小区常态化核酸检测服务和街道(镇)组 织的其他志愿服务当中,40度高温天也坚 持户外活动不抱怨。让我们的下一代传承 到"尊老爱幼""乐善好施"的中华传统美德 和"友爱、互助、奉献、进步"的现代志愿者 精神, 其社会意义远大于具体志愿服务本 身所带来的,这样的收获实在是意外之喜。



父亲已离开我们12年,但 他留给我的追忆却仿佛如昨。父 亲生前二三事,最让我刻骨铭心, 难以释怀

记得小时候,家里收有一枚 雕刻"公"字的木印。一次秋收 时节,父亲回家取"印",带我同 赴晒谷场。晒谷场上, 社员们将 起咽谷场。咽谷场上,任贝们特谷子堆成座座"山峰"。见父亲到来,生产队长说道: "收工了,我们盖印吧"。队长手上也持一枚 木印,刻着不同的字。围着谷堆, 盖印开始。父亲手持木印,在"山 坡"小心翼翼盖下,坡面顿时凸立 一个"公"字,周围未镂空处则出现 2厘米深凹槽。随后,父亲用草木 灰填满凹槽, 使灰面与坡面持平。 队长如法炮制,在父亲印迹旁盖上 印记。待全部谷堆盖好印记,他们 才用麦草帘子将谷堆盖好。回家路 上, 我好奇地问父亲:"为啥要盖 印?"他对我说:"这是公家的粮,盖 印就是做记号,如若印记散了,谷 子就被动过了。"我又不解地追问: "为什么要盖两个不同字的印?"父 亲正色地说:"要是只盖一个印,晚 上盖印的人把谷子搬了再盖上印, 那不就出问题了吗?"他进一步解 释:"明早上工,社员们要掀开草帘 子查看印记,看到印记完好才放心 呢。"至此,我才对"印"的作用恍然 大悟,"公"字也在我心中,也留 下了不可磨灭的印记。

多年后,我走上执法岗位 对于行政执法, 法律也有明确规 定,现场执法必须2人以上;同 时, 行使行政执法权, 必须接受 执法监督。那次盖印经历,成了 父亲为我上的第一堂公正执法启 蒙课

1988年, 我高考落榜后, 被 送到大姑父所在的镇学裁缝,暂 住大姑父家。大姑父是操持蔬菜 的好手,他借助毗邻集镇的"地 利",搞起了大棚蔬菜。虽然栽种

数量不大,但品种丰富,常常赶 早到镇上卖菜。我每次回到大姑 父家吃饭,都能听到他如数家珍, 唠叨着当日菜价和收成。有一回, 大姑母对我说: "你们小辈其实 没吃过什么苦。当年, 我做姑娘 时,和你爸那才叫苦。你爸10 多岁就带着你二叔,每天早出晚 归去放鸭,风里来,雨里去。中 午带些干粮, 遇着方便的好心人 家,向人家要碗热水;若是前不 巴村后不着店,就只能喝冷水吃 干粮。我比你爸小2岁,一个半 大姑娘,弟弟妹妹都很小,帮不 上什么忙。我每天推粪车、挑萝 担, 忙不完的工, 做不完的事 一次,你爸看到我累倒了,很是 心疼,将你叔叔们叫到身边,叮 嘱他们说: '你们长大了千万不 要忘记大姐,将来大姐嫁了人家 一定要对她好点,

父亲过世后,按照老家习俗, 灵堂设在大哥家客厅。当晚,一 家人默默相对, 沉浸在悲痛之中。 忽然, 我隐约感觉传来一阵啜泣 声, 只见父亲灵柩旁, 站着一位 老太太和一位中年男人。走近一 瞧,中年男人原来是我20载未见 的初中同学。见我过来,他拉着 我的手安慰道:"老同学节哀。 听说老爷子仙逝, 我陪母亲过来 吊唁。小时候听母亲说, 我们家 最困难的时候,老爷子接济过我 们,用8斤小麦救了我们一家人命。"8斤小麦?我难以置信。小 时候,家中虽有父母两个劳力挣 公分,但6个子女口粮捉襟见肘。 有时,家里揭不开锅,我们就爬 榆树,采些榆钱将就着烧"菜粥

抚今追昔, 忆事思人, 父亲 的二三事深深地影响着我。他教 会了我做人道理和做事原则,给 了我逆境时不沉沦不自残的坚强, 顺风时不自醉不偏航的坚定。



雨霞滋润

サ藝素

■八面来风

朋友的"小女儿"

小女孩……双休日的一天, 我提着

礼物去朋友家。也许是在福利院生

也抢着洗…… 也许知道自己没有父母,从小过 着集体生活,"小女儿"平时在家显得 谨小慎微,特别会察言观色。朋友有时 应酬回家晚了,只要她没睡着,立马就 会起来帮朋友开灯,拿拖鞋……朋友

□张 琦

回家路上,眼前却还浮现"小女 儿"谦卑的身影。我憎恨狠心的父母 将亲生骨肉无情遗弃;也对生活的磨难给"小女儿"心理造成的伤害而扼 腕! 联想到社会上有的三四十岁,不 肯长大,好吃懒做,却还在"襁褓" 里继续"啃老"的"巨婴",对比是 何等的鲜明。

一位从事心理咨询的朋友告诉 我,被遗弃的孩子,绝大多数会有心 理阴影, 其中人格自卑的成分更大一

衷心祝愿"小女儿"在朋友爱的 滋养下,恢复孩童的天真,让爱的阳 光疗伤他们心底的伤痛!

蔼地问道,叫什么名字啊?今年几岁了?"小女儿"怯声怯气一一作 答。朋友热情招待我们吃荔枝,一 个小细节让我印象深刻。当我们吃 过荔枝,"小女儿"立马起身从厨 房间拿来一只塑料面盆和抹布将堆 放在我们面前的果壳小心翼翼扫进 盆内。我就在想,这在平常,五岁 的小孩子尚懵懂无知, 还正是饭来

活的缘故,与外界并无太多的链接,"小女儿"见我到来很拘谨, 叫完人后便毕恭毕敬地站在"父 母"旁边低着头。我走到"小女 儿"面前蹲下身子摸摸她的头,和

张口衣来伸手,躺在父母怀里撒娇

的生活状态,可眼前这个"小女 儿"却是"穷人的孩子早当家",

已能帮着大人操持家务。朋友偷偷告诉我,"小女儿"非常乖巧,自 已穿的短裤、袜子都自己洗, 这还

没完,就连哥哥换下的短裤、袜子

虑领养一个,以后也便于照顾…… 朋友夫妇经过深思熟虑,决定去福 利院领养一个女童。 那天, 我陪他们去福利院联系 领养事宜。福利院的院长很有同情 心。她听完朋友陈述,对他们说, 一定为他们物色一个身体健康、性 格温和的小女孩。大概过了半个多

月,朋友电话告诉我,领养了一个

五岁大,身体没有缺陷,被遗弃的

朋友和他的夫人都是博士, 而

朋友经营的科技公司更是如日中

天。然而,朋友也有难言之痛,他的

儿子是个脑瘫患者。他儿子我见过,

长的高头大马,但走起路来却跌跌

撞撞,朋友伤感地告诉我,儿子十五

六岁了, 但他的智商只相当于三四

岁的幼儿,生活起居不能自理。朋友

愁啊!他们都已是五十开外的人了,

真的不敢往后想,如果那一天他们 走了,这个脑瘫儿谁来照顾呢?

有一次和朋友聊天, 我对朋友

该未雨绸缪从长计议, 不妨考

慨叹,福利院里长大的孩子,犹如浮 萍,虽然年幼,但已经历沧桑。