

在荒芜地坛，悟生死人间

刘崇

翻开史铁生先生的《我与地坛》，字里行间裹挟着淡淡的沉重。这不是一本轻松的书，它记录下史铁生先生在双腿瘫痪之后，那段漫长、挣扎又无比真实的心路历程。二十一岁，正是少年意气、狂放不羁的年纪，命运骤然倾覆，鲜活的青年骤然被困在轮椅之上，从前自由奔跑的人生戛然而止，连日常起居都变得艰难。巨大的落差铺天盖地压向他，迷茫、愤闷、绝望轮番纠缠，生与死的命题，早早摆在了他的面前。

于是，地坛便成了史铁生先生的精神归处。对于行动不便的他而言，这座荒芜古旧的园子，是再妥帖不过的容身之所。园内僻静寥落，鲜有人来，出入也相对便利。斑驳的红墙、剥落的琉璃、苍劲的古柏、荒草漫生的角落，地坛就这样静静伫立数百年，仿佛专为等候这个深陷失意的年轻人。也恰恰因史铁生先生，这座沉寂的古园被赋予了崭新的生命，让万千读者读懂了地坛沉甸甸的精神分量。于史铁生来说地坛恰似王阳明的龙场。龙场悟道，王阳明于穷厄困顿之中勘破世事，开创心学，倡知行合一，终成一代圣贤；地坛沉思，史铁生在荒芜静谧的园围之内叩问命运、参悟生死，开辟出属于自己的精神疆域。

日复一日，他摇着轮椅在地坛消磨漫长的时光。古园看遍人间烟火，形形色色的人来来去去，成为他观察人世的窗口。有热爱歌唱的小伙子，执着奔跑却屡屡与理想失之交臂的长跑者，气质儒雅的中年工程师，还有容貌美丽却智力残缺的少女。平凡众生各有各的

命运，各有各的困顿与坚守。他静静旁观人间百态，在草木枯荣、日出日落之间，一遍遍思索苦难与幸福，挣扎与救赎，生与死的奥义。

最初的他深陷命运的泥沼。好好的青春年华，却被轮椅牢牢禁锢，他一遍遍追问，苦难为何偏偏落在自己身上。他无数次徘徊在生死的边缘，在毁灭与活下去之间反复拉扯。没有人能轻易体会这份精神煎熬，我们很难想象，一个意气风发的少年，是熬过多少个痛苦的白昼黑夜，才慢慢消解心中的怨怼，一点点拾起活下去的勇气，最终拿起笔，书写自己的人生，走向创作的成功。这条自我救赎的道路，走得格外艰难。

而全书最戳人泪点的，莫过于藏在文字背后深沉又隐忍的母爱。儿子瘫痪之后，母亲承受着双重煎熬。她明明自己身体早已抱病，却还是把全部心神都放在了儿子身上。她理解儿子内心的痛苦，却不敢过多打扰，只能小心翼翼地牵挂、默默守护。儿子摇着轮椅去往地坛，她心中满是担忧，却又不敢阻拦，常常悄悄出门寻找，又怕撞见儿子，便四处找寻，知道儿子安好，便又悄悄退开。她不苛求儿子功成名就，只盼着他能够好好活下去。她拼尽全部温柔，包容儿子的暴怒、消沉与自

闭，默默支撑起他灰暗的岁月。

命运何其残酷，等到史铁生先生三十岁时第一篇小说发表，终于迎来属于自己的光亮之时，可那位苦苦牵挂他的母亲，已经不在人世。正如文中所言，母亲活得太苦了，连上帝都不忍心再让她承受这份苦难。母子二人曾经相约，要好好活着，一同去北海看菊花。可这份约定终究没能如期实现。母亲离世之前，心中惦念的，依旧是瘫痪的儿子和尚且年幼的女儿。后来，铁生先生和妹妹推着轮椅来到北海，秋风下菊花盛放，母亲再也不能站在他们身旁。直到此刻，他才真正读懂母亲那句“好好活着”沉甸甸的分量。

书中那棵母亲亲手栽种的合欢树，充满了史铁生先生对母亲深沉的愧疚与遗憾。母亲离世之后，他并非没有机会前去探望这棵树，却一次次被自己各样的顾虑、借口推脱，迟迟没有动身。待到他内心真正释

怀，满心想要回去好好看一看这棵承载着回忆的合欢树时，这件事已然成了遥不可及的奢望。人世间最深的悲痛大抵如此：当你终于挣脱命运的苦难，学会读懂亲情、懂得珍惜，最想要分享这份释然的那个人，却早已不在世间。回望往昔，处处都是来不及的陪伴，来不及的宽慰，来不及的体谅。年少深陷命运重创的他，终日困在自身的苦难里，一味咀嚼命运的悲苦，却忽视了身后的母亲，她同样身染病痛，却默默咽下万般忧愁，独自扛下所有煎熬。这份姗姗来迟的醒悟，最终化作他一生都无法弥补的憾事。

读《我与地坛》，我们读懂的不只是史铁生先生一个人的苦难，更是人世间千千万万的缺憾。人的一生，总会遇见突如其来的磨难，也总会留存诸多来不及的遗憾。很多心愿总以为来日方长，总想着等以后再再去陪伴，等以后再再去报答，等境况好转再去完成心愿，可时

光从不会等人。有些离别猝不及防，一旦错过，便再无机会弥补。遗憾与悔恨，往往就诞生在“以为还有时间”的等待之中。

地坛的草木岁岁枯荣，古园见证了他的沉沦，也见证了他的觉醒。史铁生先生告诉我们，苦难无法躲避，但人可以选择怎样面对苦难。命运可以剥夺身体的自由，却夺不走精神的辽阔。这本书更像一封写给世人的箴言，劝勉每一个身处俗世的我们。不要困囿于眼前的困顿，不要把希望寄托虚无缥缈的来日。在尚且拥有的时光里，珍惜身边的人，认真活好当下。

人生没有重来的机会，不要让诸多遗憾填满往后岁月。好好活着，不单是熬过苦难，更是懂得珍惜眼前，善待身边所爱，不辜负仅有的这一生。这便是地坛教会史铁生先生，也留给我们所有人最深的启示。

(作者单位:屯兰矿)

今夜无诗

王恩会

沙哑的蝉音
吟诵着
萱草花不懂的黄昏

傍晚的闪电
截断了
写给星星的诗行

被雷惊散的叶子
寻觅着
抖落在枝桠上那半簌月光

湿漉漉的云朵
湿漉漉风
给夜色添了几许凉意

(作者单位:西曲矿)

《自渡》作者墨多先生，北京大学硕士，全网300万粉丝心理类博主。

人生不过是逢山开路，遇水架桥。当你身处低谷时，你可以消沉，可以焦虑，可以抱怨，甚至可以崩溃。但真正能够治愈你的，从来不是时间或某个人，而是你的格局和释怀。众生皆苦，唯有自渡。

自渡是一种可以习得的能力。全网300万粉丝心理类博主墨多先生，凭借丰富的心理学知识、10多年的咨询经验，以及曾帮助过众多女性改变命运的具体方法，让你重新认识自己，发现内心潜在的能量，获得治愈身心的力量，拥有不焦虑的自在人生。

山有顶峰，湖有彼岸，人生漫漫，皆有回转。

当你觉得余味苦涩，请相信，一切终有回甘。

冷暖自知，悲喜自渡

不在乎你的人因你的卑微而来，爱你的人因你的自爱而来

自渡

真希望
你能好好爱自己
墨多先生 著全网300万粉丝心理类博主
墨多先生
治愈之作

洞悉自己，理解人性

想开、看开、放开
世间治愈的都是愿意自渡的人
愿你活得尽兴，而不是庆幸王小骞 张萌
小北 丽娇

倾情推荐

中国工信出版集团 人民邮电出版社
CHINA TELECOM PRESS

心有山海 静而笃行

刘瑞芳

心有山海静而笃行人生最好的状态，是内心安定，步履坚定。世事纷繁，喧嚣常在，快节奏的当下，浮躁与焦虑时常萦绕身旁。不少人急于追逐结果，渴望一蹴而就，在盲目攀比中陷入内耗，被外界的声音打乱前行的节奏。唯有守住内心的从容平和，稳住本心，方能冲破纷扰，沿着自己的方向稳步前行。

遇事多一份沉稳，处事多一份包容。世间万物皆有规律，成长从来没有捷径，所有光芒万丈的背后，都是长久默默的耕耘。不必急于求成，不必因一时得失患得患失，更不要用他人的标准衡量自己的人生。学会静下心来沉淀自我，积蓄力量，循

序渐进，时间自会回馈持续付出的人。

立足岗位，当常怀敬畏之心，秉持务实严谨的作风。对待每一项工作，力求精益求精，敢于担当、善于作为。不忽视细微小事，不畏惧困难挑战，脚踏实地地完成分内职责。平凡的岗位亦是修行之地，持之以恒的坚守，日积月累的付出，终会汇聚成前行的底气。回归生活，更要懂得修身律己。繁忙之余，留一点时间与自己对话，培养平和豁达的心境。善待家人亲友，涵养良好家风，保持一份热爱，接纳生活中的不完美。生活总有起伏，顺境之时保持清醒，逆境之中守住韧性，不卑不

亢，向阳而行。

前行之路，风雨常在，坎坷难免。没有人的道路永远一帆风顺，挫折与困境本就是人生常态。一时的停滞不代表失败，短暂的波折亦是成长的契机。与其焦躁不安，不如沉下心来调整状态，积蓄力量，从容应对前路考验。心有山海，眼底有光。愿我们守住内心的秩序，远离浮躁喧嚣，看淡得失荣辱。保持清醒自律，坚守心中热爱，以平和之心接纳世事，以坚定之志奔赴远方。在日复一日的坚守与沉淀中丰盈灵魂、锤炼自我，不慌不忙，稳步向前，在漫长岁月里，活成自己喜欢的模样。

(作者单位:晋兴公司)