



揭开幸福的面纱

——读《幸福的尺度》

□ 何君林

人称“文学的白衣天使”的毕淑敏，她的散文总能春风化雨地直指人心，外在温润内里凌厉，却总给人以希望和疗愈。其新书《幸福的尺度》也不例外，全书主要围绕幸福的主题，从内心的澄澈、爱的坚持、亲情的守候、活在当下等角度揭开幸福的面纱，来深度诠释“幸福哪怕再细微，也顽强存在”。

古今中外关于幸福的话题从未中止过，也从未谈清楚过，因为幸福简单而又复杂，就像毕淑敏在书中说的那样：“幸福，从心开始。”而从心开始的东西，自然很难说清楚。

说不清楚也要说，尤其是心理医生，还是作家，总得从自己的角度去提供一种说法，于是便有了毕淑敏的这本《幸福的尺度》。当我们在追问幸福是什么，幸福在哪儿的时候，毕淑敏会告诉你，避开灾难之后的时间就是幸福。在她看来，幸福需要学习培训，需要时刻提醒。“幸福是一种心灵的震颤，它像会倾听音乐的耳朵一样，需要不断地训练”“常常提醒自己注意幸福，就像在寒冷的日子里经常看看太阳，心就不知不觉暖洋洋亮晶晶”“常常听到有人说，他不幸福，希望别人给他幸福。我想，这就是他不幸福的根源”，不管你承不承认，这些就是“心灵鸡汤”。

幸福从心开始，幸福是心中溢满的爱，幸福是为你守候的灯，幸福是让心灵完整的另一半，幸福有N张面孔，幸福触手可及，这就是毕淑敏关于幸福的诠释和解读。她想以自己的理解，告诉我们幸福的真相：幸福不喜欢喧嚣浮华，常常在暗淡中降临，贫困中相濡以沫的一块糕饼，患难中心心相印的一个眼神；幸福绝大多数是朴素的，它披着本色外衣，亲切温暖地包裹起我们；人们喜爱回味幸福的标本，却忽略幸福披着露水散发清香的时候；幸福有时会同我们开一个玩笑，乔装打扮而来，机遇、友情、成功、团圆……它们都酷似幸福，但它们并不等同于幸福；幸福并不是爬到了山顶的那一刻，而是贯穿在攀登的全过程……不管毕淑敏是否真的揭开了幸福的面纱，是否真的道出了幸福的真相，但至少给我们打开了一扇眺望幸福的窗口，为我们提供了一个打量幸福的方向，切实给了我们的内心某种触动和启迪。

从某种程度上讲，这本书就像一盏灯，为我们照亮了一条跟幸福有关的路。作家立足于现实生活，以女性特有的智慧和细腻，观察着生活，思索着生活、生命和幸福。书中，没有黄钟大吕，没有使人五脏俱焚、痛彻心肺的文章，她讲的都是生活中的一些平常的小事，给人的感觉像是在讲述一个个有趣的故事。然而她的故事虽平凡但不琐屑，犹如横笛短吹，她能将平凡推演得气象万千，落英缤纷，抵达人生、生命和人性的最深处，给人以躲闪不及的撞击感。翻阅这本《幸福的尺度》，我们可以搜索回味丈量并提醒自己的幸福。

饥饿

□ 疏泽民

饥饿，是一种生理反应。常言道，饱汉子不知饿汉子饥。只有经历过饥饿的人，才会有深刻的体会。

小时候，我总感觉饿。满满一大锅小麦糊，被一家七口人瓜分，推到每个人头上，也只有两碗。麦糊很稀，轻轻吹口气，碗里立即涌起波澜。两碗喝下去，肚子里依然空落落的，于是伸出舌头，将碗底舔得干干净净。

那时感觉自己肚子特别大，特别能吃。在住宿制山村中学读书时，我曾跟同学打赌。那位同学打来一斤米粥，有半脸盆，放在我面前。我端起脸盆，吱溜吱溜地喝起来。喘了几口气，半脸盆米粥就下了肚。那位同学干瞪眼，认输。

对饥饿印象最深的是十岁那年初夏上山采草药。天刚亮，我和村里的几个小伙伴便结伴上山，采挖一种叫桔梗的块根状植物。我在高山上一边寻找，一边采挖，一抬头，不见了同伴，放声大喊，没人回应。我知道，我已经掉队走散，而太阳已经爬上头顶，加上肚子有些饿，只好提着大半篮桔梗往回赶。

回家的路需要翻过两座山。在爬最后一座山时，双腿像灌了铅似的，越来越沉重；肚子饿得咕咕叫，感觉前胸已经贴着后背，而眼前好像还有无数只黑麻麻的飞虫不断飞舞。忽然一个趔趄，我跌倒了，黑暗立即围了过来。

应该是夜晚吧，天上似乎还有星星在闪烁。真舒服，真安静，好累啊，得好好睡一会儿……不知过了多久，隐约听到有人喊，还有人拉住我的手，我感觉黑暗渐渐消失，阳光又围拢过来。睁开眼，发现是走散的小伙伴，蹲下身扶起我。原来，我饿得发慌，晕倒在山坡上，幸亏有灌木丛阻挡，才没有滚下山坡。

那次饿晕的体验，让我明白，人是铁，饭是钢，果腹的食粮，万万少不得。

长大后，我离开了故乡，在沿江的一个小县城谋职定居，饥饿感渐渐消失。

肚子不再饿了，然而我却感受到另一种饥饿。上班下班，两点一线。八小时之外，我不打牌，不泡网，不会呼朋引伴推杯换盏，待在家里，总感觉缺点什么。精神的空缺也是一种饥饿，总得找点什么来充饥。从小喜欢文字的我，很快与书籍为友，与文字结缘。

睡前读一篇文章，是我多年的习惯，无论炎夏与寒冬，无论出差与回乡。晚上要是没有读书，总觉得有一件事没有完成，连觉也睡不踏实。几次出差住旅馆，我都在旅行包里装一本书。有一次去浙江横店，包里的书被同事借了去，临睡前总觉得心里空荡荡的，在房间里走了几个来回，直至在台桌抽屉里找到一本介绍当地旅游景点的书籍，躺在床上翻读了一会，才安然入睡。

一个又一个夜晚，我沏一杯清茶，坐在书桌前，伴着茶香夜读，在文字中提升自己的精神境界，陶冶自己的思想情操；在书香中沉醉，接受灵魂的熏陶和洗礼，是一件十分惬意的事。

经历过饥饿的人，更具有幸福感。饥饿是一次提醒，它会让我明白，活在当下，是多么的幸福和富有；饥饿也是一次校正，它会让我懂得珍惜，把握现在；懂得坚守，不忘初心。

装弓是一门技艺，是一门残酷的技艺。

印象中会装弓的要数瓦窑的王来信，麒麟般的丁忠玉了。王来信比较保守，不太愿意传授技艺，他总是趁你不备，不见了踪影。至于他统共捕了多少野兽，我无法统计，反正他家里的许多用品都是用野兽的毛皮换来的。

那是个晴朗的早晨，我去下冲收弓。忽然听见啾啾的叫声，这叫声中充满着忧伤和惊恐。我寻声而去，一只肥硕的松鼠被弓锁住了，难得动弹。它的长长的尾巴浅黄中夹杂着缕缕红袖，乍一看还以为红狐呢。其实，我的家乡是没有红狐的。它的眼睛里弥漫着忧伤，但一刻也没有放弃生的渴望。它用利齿不停地啮噬弓筒，发出焦躁的声响。我估计它是在早晨四五点钟时才被弓锁着了。如果时间太长，它那弱小的肢体早就被张力强劲的弓勒死了。

我十分同情这只忧伤的松鼠，我打算释放它。

松鼠是个精灵的尤物，仿佛读懂了我的心，它一下子变得温顺、乖巧，眼睛滴溜溜地注视着我，并且发出友好的嘶叫声。我的心像一汪水畔的冰凌在它渴望的目光中迅速融化。我走近它，不再犹豫地走近它。正在这时，王来信突然出现在我的身边。我一时慌了。他一定以为我谋他的猎物而来。他的表情我至今还记得十分清楚。他先是一愣，然后佯装揉揉眼睛，继而对我说，你也收弓啊？我说，嗯。他又问，你的弓装在哪呀？明显地透着农民的狡黠。我顺手一指，说，在前面。话音刚落，我便离开了那儿。但我回过头来看了一眼忧伤的松鼠，它的眼睛里闪烁着泪光。

丁忠玉是民办教师，有点文化，知书达理。他发现我跟踪他，就笑呵呵地问我，想装弓？我说，想。他说了实话，你那弓我看了，做得不好。要想装弓必须先把你做好，然后才是看路、打井、下套。

于是我便跟丁忠玉老师学习装弓。在他的指导下重新制作了两把新弓。每

把弓都是五匹弹性十足的竹片用索条捆绑的。弓筒是多年生的老竹筒，特别结实耐磨。丁忠玉老师的弓全都是细钢筋穿孔铆实的，我家没有钢筋、铁丝之类，只好用索条替代。

看路、打井、下套要在实践中不断摸索。设套的路径必须是野兽经常出没的地方。有的野兽有恋旧情结和惯性心理，如黄鹿、狗獾，总是认着老路，而且每天晚上下山觅食也是在相同的时间段，甚至非常准时。只有野兔没有定规，很难琢磨它的习性，但也是最容易弓捕的，主要是数量多。装弓、收弓总是静悄悄地，不要发出任何响动，以免惊扰了附近的野兽而改变觅食的习惯。打井之后要插弓窍。弓窍是灵敏的部件，虽小却不能少。掩土伪饰，以假乱真，临走的时候还要将两旁惊扰的树枝、野草扶起，恢复原状，不能让野兽有半点觉察。如果三天没有动静，那弓就要收回来。将收回来的弓浸泡在水塘里，让它在水的滋润下渐渐地恢复张

残酷的技艺

□ 包光潜

力。水是无所不能的。

装一个冬季的弓，一无所获。我不懊悔。我在钻山林沙小溪的过程中渐渐地与自然有了亲密的接触。身心融在自然里那是幸福的。有件事至今不能谅解自己。

那个早晨，我跟往常一样前往桃树坳收弓。两个多月了，连一根兔毛都没逮着。望着毫无动静的弓，心情生出一些快快乐。一只山鸡横穿山路，我循迹望去。山鸡不见了，却见一只灰黄的兔子被弓锁着。我好奇地从弓上低坡，凑近一看。兔子早已没了生气了。再仔细一瞧，竟然是同村黄文贵的弓。我莫名其妙地嫉妒——他才装几天弓啊，怎么运气这么好？我将兔子从弓上摘下来。临走时，又将黄文贵的弓作了一些技术处理，造成一种大兽逃脱的现场。又将自己的弓触发，同样作了一些技术处理。我一手拎着野兔，一手将弓扛在肩上，理直气壮地回了村庄……

30多年过去了，我的心仍在忏悔。

新书架



《国家命运》吴敬琏 厉以宁 林毅夫 高尚全 等著
中央编译出版社
定价：58.00元

中国32位经济学界的
顶尖专家论辩经济转型与
全面深化改革的现实路径。



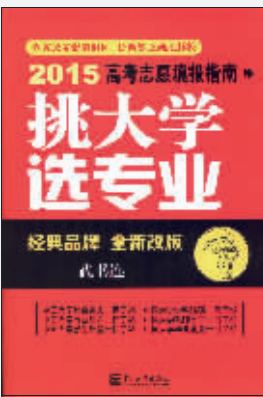
《老家味道》孟繁颖等 著
译林出版社
定价：39.80元

家乡也许远隔千山万水，老家味道却时刻牵系在游子心头。



《“中国奇迹”20年》陈昕
主编 格致出版社
定价：48.00元

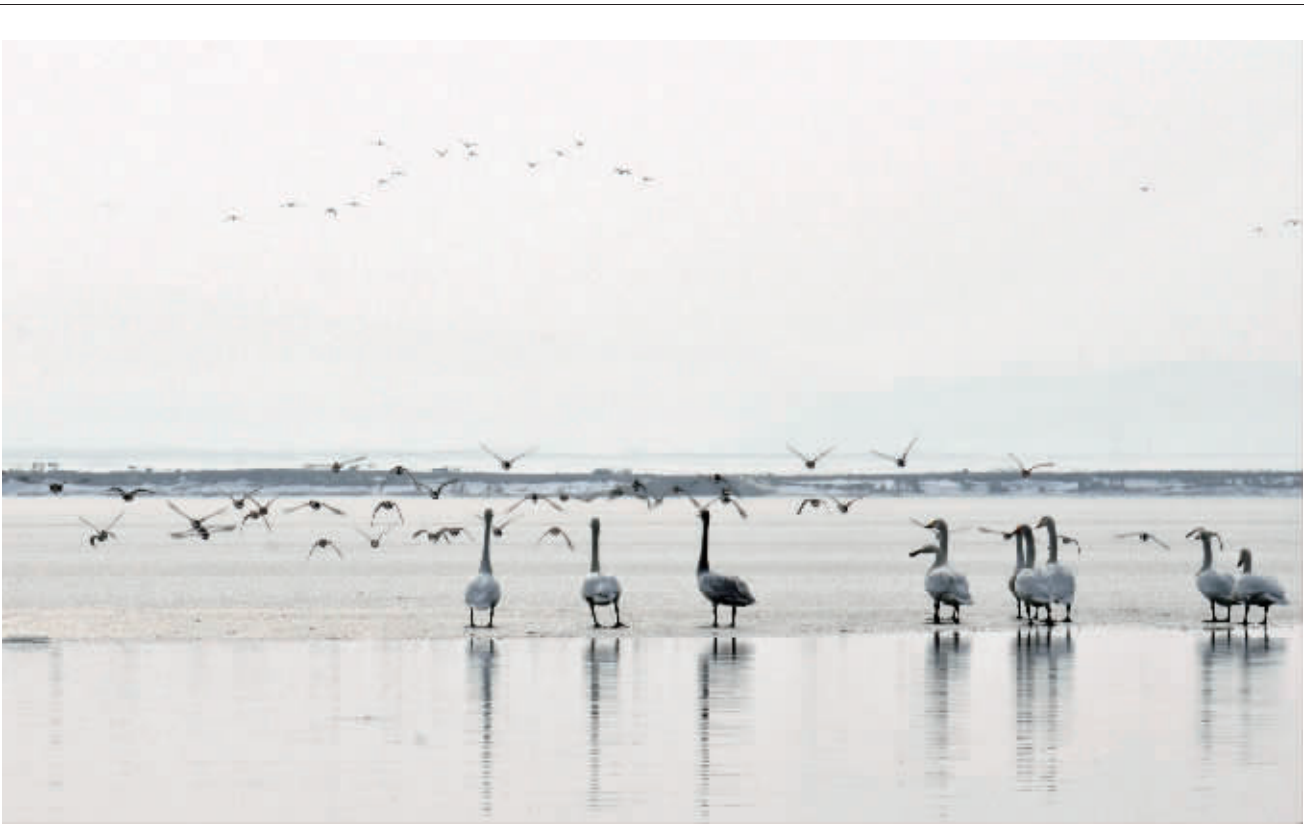
本书真实记录了滴水湖会议实况。



《挑大学 选专业：2015 高考志愿填报指南》武书连 著
中国统计出版社
定价：80.00元

填报志愿的时候，这本书也许会有用。

本栏书目籍由市新华书店提供



看风景

看风景，也被看成风景，是情趣，更是姿态。

中灰调的照片素淡柔和，深色的地平线区隔出雾霭中几近一色的天空与水岸；在地平线上下，一群鸟从天际飞来，一群鸟正飞去，还有一群则伸长了脖子安静又认真地观望着。三群鸟三种状态，组成了这一片看风景，同时也被看成风景的风景。

关于天鹅，我们看到最多的是飞翔或追逐的照片，充满了动感的美，如果说那样的天鹅照片是更高大上的“天”，那么，这一张倾向于更接地气的“鹅”。在此之前，我从未见过自然状态中的天鹅，此刻，传说中高贵优雅的它们就这么家常随意，真实可亲地站在我面前。看着天边飞来的异族伙伴，天鹅们没有丝毫的不

安，飞走的那一群也没有引起连锁飞离的恐慌，一切都波澜不惊。鸟儿看着鸟儿来来往往，起起落落，这该是它们司空见惯的情状吧？

不知鸟心何感？而它们憨厚专注的样子让我感到一种无所用心的平静与悠然，有走过去同看风景的冲动。但是我不敢。在一排比我还高一头的茂盛杂草后面，我屏住了呼吸不敢再往前挪动，生怕踩碎薄冰的声响会惊动它们。

在这片开阔的水岸，我知道被鸟儿视为威胁和危险的人只有悄悄地远远地偷窥。因为几乎所有动物都对人设防。这也正是看到诸如白鹭站在牛背上、野山羊与火鸡相互帮助这类不同种动物间的不设防，我们就会心生感动和慰藉的理由，其实是因为羡慕。狮子老虎是为了生

存才去捕猎，而人是为了并非生存的食欲去伤害；狮子老虎有相对固定的猎物，而人自以为是地不平等地对待动物，因此，人也已经被其他动物不平等地对待。也许，还不仅仅是动物，是一切他物。之所以在那么多更“天”的照片中偏爱这张“鹅”，因为它安然，没有被惊扰，与平等对视，与悠然风景有关，恍若在天鹅知我在旁时仍可从容言曰：你看我我看风景。

(唐悦之 文/图)



悦之悦图

慢慢走近赛珍珠

□ 龚蔚琴

读过不少名人传记，写过不少长长短短的文章。作为一个土生土长的镇江人，我越来越对赛珍珠深怀愧疚之情。赛珍珠，一个中、美文学史乃至世界文学史上都该浓墨重彩的作家，被隔膜得太久、太远。

出生于上世纪五六十年代的人，在耳熟能详的外国友人中，白求恩、陈纳德等，都曾深深地烙在我们的记忆中。而赛珍珠仿佛只能在隔岸的烟雨中，幽然而落寞。赛珍珠，一个把镇江当作自己“中国故乡”的世界级作家，在大洋彼岸的青山农场，在反复念叨着“镇江烧饼”的惆怅中远去。

真正关注赛珍珠，源于一次美丽的邂逅。彼时，我正痴迷于宋朝的烟雨中。与一位酷爱镇江人文研究的大学教授闲聊，让我开始走进“赛珍珠研究会”这个团队。真心感动于镇江研究赛珍珠第一人刘龙老师，他的执著让后来者的我们有了太多翔实资料的借鉴。因为这些研究者的努力，赛珍珠越来越走进更多人的视野里。

那个午后，我特地去拜谒了赛珍珠故居。绿荫怀抱中，小楼内部结构依旧。二楼，父母卧室，赛父传教时候的“洋油汽灯”安静地挂在墙壁上，仿佛等待着主人再次提灯踏入乡间小道。在赛珍珠卧室里，结婚时候的漂亮婚纱犹在，令人想起那对金发碧眼新人结婚时候的热闹。一楼，钢琴依旧，似乎在等待着女主人灵动

的指尖的触摸。故居餐桌上的“镇江烧饼”依旧，王妈睡前的白娘子、三国纷争的迷人故事，孔先生之乎者也的国学授课，赛珍珠犯错时候家仆情愿替她的罚站，教会她中英文写作的母亲，缠绵病榻时女儿悄然归来时候的欣喜。一切如故，仿佛主人一家偶尔出门购物抑或走亲访友。暮色苍茫中，主人归来，灯光四起，欢乐依旧。

从去年岁尾，我开始系统阅读赛珍珠。《大地》《龙子》《改变中国的人》《赛珍珠传》……随着阅读递进，我跌落在赛珍珠倾情营造的世界里，一派生机盎然。赛珍珠，一个原本只是想通过写作来为家庭解决经济危机的年轻女性，因为对中国现世农民挺直腰杆、勤奋劳作、安贫生活白描式的书写，无意间为世界打开了一扇了解中国的大门。也因此，源于她对“中国农民生活史诗般的描述，真切而且取材丰富”的《大地》三部曲以及她传记作品的杰作，1938年，她成了美国第一位荣获诺贝尔文学奖的女性作家。

在文学的世界里，赛珍珠创造了一个常人无法企及的高度。遗憾的是，获奖的赛珍珠无论是在美国还是在中国，都没有获得太多的追捧。资料显示，赛珍珠在远赴美国梅肯大学入籍前一栏里，写的是镇江。我无法揣度她当时的心境，但我能够体会一个生在中国而恰恰是美国人的尴尬。为了不暴露自己传教士子女的身份而引起同学的小觑，赛珍珠收起了母亲为

她精心准备从中国带去的服饰，换上了美国女孩的衣服，操一口流利的英语，她回归了美国人的身份。但成长环境所打下的印记让大洋彼岸的赛珍珠感到了中国和美国本土文化的隔膜。她成了一个既不属于中国也不属于美国的局外人。

好在，近几十年来，镇江人用自己的方式在默默地对远在他乡的“女儿”做着补偿。在镇江，她的故居被完整地保留着，免费为世界各地的友人开放着。她的纪念馆正每年定期地组织着各种活动，怀念着这个“女儿”。她所任教的原润州中学有了赛珍珠国际班，承载着赛珍珠一生所致力慈善人文情怀。在她襁褓中随父母登上镇江古城的运河之畔，一座以她的名字命名的珍珠桥安静地横卧在穿城而过的运河上，那条沿着运河绵延的道路也被命名为珍珠路，珍珠广场正成为市民和游人歇息的廊桥。

今年是世界反法西斯抗战胜利70周年，感怀于赛珍珠在中国人民艰难抗日中的呐喊和支持，令人敬重。6月26日，是123年前赛珍珠来到人世间的日子，感恩于她对天下女人和孩子们的关注和努力，令人动容。听说有法国巨星加盟的电影《珍珠》即将开拍，我伫立故居门前，遥望那一层一层上行的石阶，仿佛赛珍珠刚刚放学归来，雀跃着扑向母亲的怀抱，稚气依旧，美丽依旧。