

生如夏花

渔歌 摄



人生感悟

笔走万象

与“自我”和解

“逃离,或许是旧的结束,新的开始。”
——爱丽丝·门罗

对女性来说,每段成长经历都是一种“逃离”。无论升学、入职还是恋爱,身份的转换和环境的更迭都让她们愈发看清“自我”的重要性。存在于内心深处的“自我”可能是温和的,也可能是激烈的。一位担任过总裁助理的女性朋友曾告诉我,她在某一次常规的公司晨会上突然意识到这不是自己想要的生活,眼泪瞬间掉了下来,然后抓起包包跑出公司,回家“躺尸”三天,谁的电话也没接。

不是每一位女性都拥有主动改变生活惯性的力量,但她们都清楚“自我”意为何物,也掌握着平衡自我与世界的独特能力——和解。这里,我们讨论的是积极的和解,是面对冲突勇敢向前,愿意跨过生活的波澜抵达远方的生活态度。而在这段持续的“和解”过程中,有一个瞬间却是尤其困难的。

成为母亲?这或许是每个女孩子都曾经问过自己的问题。她们曾经思考为世界带来一个崭新的生命。她希望那个孩子也带着同样的好奇心,可以健康地长大成人。而她本人也愿意为了那个孩子牺牲一切。

而在现实生活中,成为母亲却不是一道简单平常的选择题。最先受到挑战的是当代女性的“自我”意识。当女性从少女时期便养成的思维方式和生活习惯,与“母亲”这个身份产生交汇时,她们便会陷入一种两难的处境中。

是否为了孩子放弃事业,是女性普遍面临的第一个抉择。家务的重担、社会身份的缺失、缩小的社交圈,女性在家庭中话语权的缺失,使得她们更容易陷入负面情绪中。并且没有时间和精力,来解决和修复属于“自我”的空间。

另一条路同样坎坷。对于产后选择回归职场的新手妈妈们来说,“成功扮演一种角色意味着演砸另一个”。在公司要应对大大小小的事务性工作,哺乳期甚至要利用碎片时间完成“喂奶”的任务。终于回到家,还要一边抱着孩子,一边加班。

无论是全职妈妈还是在职妈妈,她们都面临着独处时间的缺失。而当一个人失去属于自己的独处空间,没有取悦自己的能力,她便有可能失去“自我”。

对于女性而言,“母亲”只是她们的一种身份,而非生活的全部。过渡沉溺在“完美妈妈”的自我要求里,会让妈妈不知所措,对生活的其他部分分身乏术。

“学会爱自己,才有能力爱他人。”不把自己湮没在妈妈这个身份里,对自己对孩子都是莫大的仁慈。妈妈们也可以保持独立的自我人格,拥有独处的自我空间。独立而快乐的妈妈,孩子不会差。

在这种观念下,新手妈妈们或许可以试着学习一些科学、精确的方法与时间管理,利用这些技巧为生活减负,同时重新构建生活秩序的平衡。当然,这种学习与经验的积累并非一朝一夕的成果,而是贯穿在孩子的整个成长过程中,随时调整的状态。

换句话说,学习是让生活中的不确定性变为可控的手段。“学习型妈妈”是一种生活状态,不仅学着解决生活中的种种问题,也学着理解和平衡自己的身份——成为母亲,或许不意味着无休止的牺牲、混乱和奉献。她们同样也可以保持独立的“自我”人格。

“我们学会保持平衡,学会远离纷杂,学会自信从容,学会让人人和谐相处,也学会偶尔享受孤独。”正如丁香妈妈在一条视频中传递的信息,成为母亲并不完全意味着苦修,它的重点在于寻找与保持平衡,并从中找到自己的“和解感”。

当家庭进入新进程,不只是妈妈,每一位家庭成员都在学着进入新角色。无论对于妈妈还是其他家庭成员来说,孕育生命都是一种新生。正如文章开头提到的,和解,并非屈从,而是对人生的拓宽与延伸。任何一位女性都可以以任何身份存在,包括妈妈,而学习都能帮助你完成全新生活秩序的建立与价值实现。

换句话说,生活不是二元对立式的选择题,更不存在答案,或许从学习着与生活积极和解的角度出发,更接近等待许久的新生。

摘自《三联生活周刊》



立夏

立夏时节,万物繁茂。“孟夏之日,天地始交,万物并秀。”5月5日是立夏时节的开始,春天就要过去,站在夏天的始端,脑海里浮现出一些好听的花的名字。每一个花名都是有故事的,开在五月的海棠、含笑、虞美人、七里香、金盏菊、三色堇、芍药、鸢尾花、牵牛花,每一种花都有自己的颜色和寓意。

初夏,应该是紫色的。城市的马路边种满了紫色的鸢尾,一到五月盛开,满眼诗意。带着浪漫的清丽,像一个满身浪漫气息的女子,立在岁月的舒缓中。五月的音乐里,传出了很多带着故事的歌曲。刘若英的《后来的我们》在五月的影片中,青春、爱情,还有很多我们都经历过的东西,在整个影片中流动。每个人的青春里都有一段不可或缺的情感,那种纯粹的爱情,在我们一生的日子里生香。多年以后,我们已经不再是当初的我们,而爱情还是那年挚爱的样子。

听到朴树的《清白之年》,是在就要立夏的一个黄昏里。雨水穿透玻璃扑面而来潮湿的心情,一首直抵人心的歌曲,循环在播放。十年前,你说生如夏花般绚烂;十年后,你说平凡才是唯一的答案;而现在,你说轻描淡写的时光漫长低唱语焉不详。有多少故事

在春天里开始,在夏天里结束。有多少想留住的人,却已经形如陌路。

五月的风中,散发出青春的气息。“窗外的麻雀在电线杆上多嘴,你说这一句很有夏天的感觉。那饱满的稻穗幸福了整个季节,而你的脸颊像田地熟透的番茄。你突然对我说,七里香的名字很美,我此刻只想亲吻你倔强的嘴。”脑海里盘旋出《七里香》的歌词,经典的歌曲旋律很美,歌词更美,让人仿佛置身幸福的田野,闻到七里香的香味。晚春初夏,这些美丽的花开了,开在田头路边,开在一个人的心间。

立夏时节,万物生长。“门外无人问落花,绿色冉冉遍天涯。”绿色肆意横行,花草茂盛旺盛。“春争日,夏争时。”一时就是一世,很多人一个转身,就再也未见。花开当季,过了时节就得等到来年。一花一世界,一叶一菩提,一时一节气。

禅房草木深,适合初夏的心境。一片清宁,一段佳音。喜欢上平凡的日子,鼻息下有清新的花香,俯首拾起都是唐诗宋词。活着的人,都同样。却别于不同的地方就是心之所向,有人寻来花意,有人沉迷奢华琉璃,有人淡看世事,有人纠结烦扰。却正是,“立夏将离春去也,几枝蕙草正芳舒。”我们所

见所想不同而已,世界没有两样。

是啊,清白之年,你我皆清白。凉爽的初夏,长裙短衫都是风情。蔷薇爬出栅栏,点缀着初夏的时光。想有一堵花墙,上面种满蔷薇。“水晶帘动微风起,满架蔷薇一院香。”开在初夏的花儿,再也没有蔷薇美了。花径深处,不问路有多长。就这么走下去,与有缘的人并肩,与陌生的人微笑,与日月同语,与你我共欢。能落得清白之人,方是不能错过。心清宁,人清静。夏天来了,我们含笑相迎。

一杯浓色的汤茶敬立夏,一颗纯心敬岁月。所谓的不忘初心,大抵就是做好自己。暮春初夏,褪去春红,阳光洒在树上。一只蝉叫醒了夏天,一片蛙声,记起你的模样。那一朵花里,你来过。立夏,有故事。只想在老去时,你说的故事里,有这个夏天,有难忘的人。三色堇含羞倾诉:请想念我,请思念我。海棠花柔和绽放:愿你温和美丽快乐。芍药说深情执着:真情不变。鸢尾花满身紫色:我用热情拥抱你。

立夏,你来了,我在等你。梁实秋说:“你走,我不送你。你来,无论多大风多大雨,我要去接你。”沈从文说:“我明白你会来,所以我等。每一段风雨,都是一种领悟。”

摘自《文章阅读网》香衾书卷

品味诗词

诗词里的五月,原来这么美

正是浴兰时节动,
菖蒲酒美清尊共。
叶里黄鹂时一弄,犹替忙,
等闲惊破纱窗梦。

——宋·欧阳修《渔家傲》
花开得正艳,酒喝得正兴,即使醉了,也欣然开怀。

五月的稻香,阵阵清悠
明月别枝惊鹊,清风半夜鸣蝉。
稻花香里说丰年,
听取蛙声一片。

七八个星天外,两三点雨山前。
旧时茅店社林边,
路转溪桥忽见。

——宋·辛弃疾《西江月》
麦子渐渐熟了,要丰收了,清风夜半时,连蛙声也在欢庆。

五月的孩童,肆意纯真
梅子流酸溅齿牙,
芭蕉分绿上窗纱。
日长睡起无情思,
闲看儿童捉柳花。

——宋·杨万里《初夏睡起》
看着活泼的孩子在打闹,你有没有想起过那个儿时的自己呢?

五月的清风,带来阵阵凉意
燎沉香,消溽暑。
鸟雀呼晴,侵晓窥檐语。
叶上初阳干宿雨、
水面清圆,一一风荷举。

故乡遥,何日去。
家住吴门,久作长安旅。
五月渔郎相忆否。
小楫轻舟,梦入芙蓉浦。
——宋·周邦彦《苏幕遮·燎沉香》
站在荷塘,看着清风拂过池塘,荷

叶摆动,你会不会想起远方的朋友?
五月的荷花,香气逼人
山光忽西落,池月渐东上。
散发乘夕凉,开轩卧闲敞。
荷风送香气,竹露滴清响。
欲取鸣琴弹,恨无知音赏。
感此怀故人,中宵劳梦想。
——唐·孟浩然《夏日南亭怀辛大》
到了五月,荷花就要酝酿着开了,香气就要弥漫了。你,准备好绽放了吗?

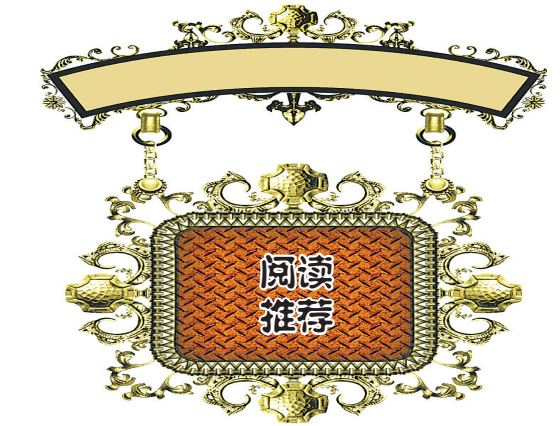
五月的麦田,稀疏错落
五月江南麦已稀,黄梅时节雨霏微。
闲看燕子教雏飞。

一水浓阴如罨画,数峰无恙又晴晖。
蒲裙谁独上渔矶。
——清·纳兰性德《浣溪沙·五月江南麦已稀》
江南五月,恰逢梅雨时节,小雨菲菲,在屋檐下静坐,看燕子飞翔,多么惬意!

五月的急雨,银河倒泻
风驱急雨洒高城,云压轻雷殷地声。
雨过不知龙去处,一池草色万蛙鸣。
——明·刘基《五月十九日大雨》
五月偶有阵雨,疾风驱使着,骤雨倾盆,雨过之后,蛙声一片,空气顿时清爽。

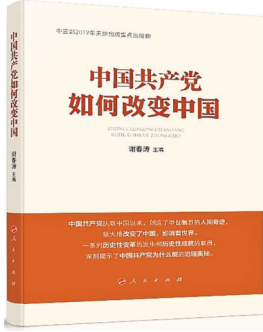
五月的山色,清幽空冥
松下茅亭五月凉,
汀沙云树晚苍苍。
行人无限秋风思,
隔水青山似故乡。
——唐·戴叔伦《题稚川山水》
深山的茅草亭,清爽宜人,傍晚时分,望着繁茂的树林渐渐消失在暮色里,一片苍茫。

摘自《遇见诗词》



《中国共产党如何改变中国》

本书以故事传递思想,用事实讲清道理,围绕着中国共产党治国理政的重大方面,从历史角度做出深入考察,梳理了中国共产党取得成功的历史轨迹和执政理念,阐释了中国共产党如何改变中国,揭示了中国共产党的根本原因和走中国特色社会主义道路的历史必然,也向世界展示了中国治理的成就。全书主题鲜明,史料翔实,文字鲜活,事例生动,兼具理论性和可读性,是一本广大读者看得进、读得懂、愿意读的优秀通俗党史读物。



作者:
谢春涛 主编
出版社:
人民出版社

《最美逆行者2020》

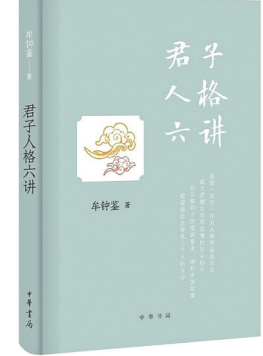
这是一本向英雄致敬的书。在新冠肺炎疫情发生以后,随着一支支医疗队不畏艰险、驰援武汉,人们把“最美逆行者”这个称呼赋予他们。他们或者是德高望重的院士,或者是斗志昂扬、英勇无畏的军人,或者是专业技术精湛的专家,或者是尽心尽力的护理人员。但首先,他们都是凡人,他们没有不死之躯,也没有超能力。为什么面对危机他们能够无所畏惧、挺身而出?答案就在这些温暖而感人的故事里,在那些平凡而伟大的细节里,在这本真实而生动的书里。



作者:
国家卫生健康委员会
宣传司 编
出版社:
人民出版社

《君子人格六讲》

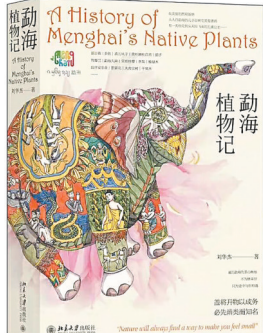
《易经》云:天行健,君子以自强不息;地势坤,君子以厚德载物,这是古人对君子人格的精当概括。在当下中国,提炼出“君子人格”的范式,明确践行“君子人格”的标准,是涵养君子的前提。作者从仁义、涵养、操守、容量、坦诚和担当六个方面,运用古今中外名人案例,解说君子人格的内涵,树立君子人格标杆,使普通人在成为君子的道路上,有章可依,有法可循。全书文笔精炼,案例丰富,是一本兼具可读性和操作性的“大家小书”。



作者:
牟钟鉴 著
出版社:
中华书局

《勐海植物记》

勐海县,是云南西南部一个地势高、温差大的地区。这里不仅有丰富多样的植物资源,还有智慧而灿烂的地域文化。刘华杰教授被这个地方深深地吸引着,先后六次来此考察和拍摄,完成了这本别具一格的植物笔记。本书详细地记录了勐海县400余种植物的样貌和特征,还有当地的民风民俗。作者在关注自然界一草一木的同时,也在思考存在与演化、物质与精神,探讨人类与自然的关系,希望唤醒读者对自然的情感和尊重。



作者:
刘华杰 著
出版社:
北京大学出版社

吴雯 整理
请相关作者告知联系方式以奉稿酬

