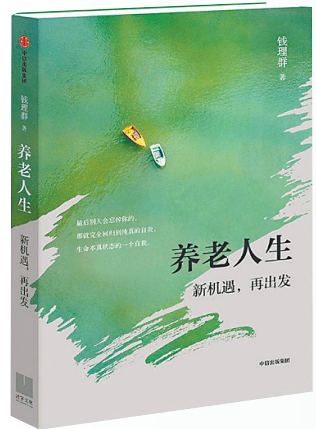


# 寻找生命里永不凋零的春天

## 读《养老人生》

□刘振清



《养老人生》/钱理群/  
中信出版社/2025年3月

### 我与阅读缘分

是从哪里开始的呢?很多人爱上读书、爱上写作,或许是因为一段优美的散文,或许是一次与作者的深度共情,进而开始在书香世界里自由遨游。但回想我近三十年的人生,我与阅读、与文字结缘的那些瞬间,其实都有点莫名其妙。

小学时我并不爱看书,更喜欢闻书。每年寒暑假,我都会按照学校发的假期必读书清单,去书店把书一本本买回来。拿到书的第一件事就是把书翻到中间,使劲闻书中淡淡的、臭臭的油墨味。书不一定每本都能完整看完,但每一本,我都认真闻过。在这个过程中,我也读了不少书:《鲁滨逊漂流记》《伊索寓言》《汤姆叔叔的小屋》《狼王梦》等等。

不爱读书,却总是和故事里的人物共情;不爱写作文,但为了能被老师评为“优秀作文”,总会绞尽脑汁想亮点、积累成语,用各种华丽词句修饰作文。就在这种带有功利心的目标驱动下,我慢慢获得了一些荣誉。这时候别人问我梦想,我会说想当作家。但只有我自己清楚,我根本不喜欢读书,也不喜欢写作,只是喜欢表演“爱读书”。可偏偏就是这个莫名其妙的原因,让我与阅读、与写作的缘分,越走越深。

初中时,言情小说特别流行,但我更喜欢悬疑小说。我经常看巴掌大小的《故事会》,只读里面离奇、刺激的小故事。每次看完,睡前我都会按照自己的想法脑补出新剧情。高中有了智能手机后,我常常在豆瓣、知乎看各类短篇小说,很多小说因我不舍得开会员都看不到结尾。这时候我还是像初中一样,按照自己的想法和逻辑,给故事补上结局。这个阶段每一次脑补,我都会写下来,一遍遍打磨,直到我认为没有任何漏洞为止。

也是在初中这个阶段,我发现,自己有着超出同龄人的共情能力和心理敏感度。这份敏感也带给我很多烦恼,青春期的心事越来越多,却没人可以诉说。于是,我开始在知乎写想法、在豆瓣建小组,一篇篇帖子就这样诞生在了我的账号中,每篇帖子的讨论量也都不少,在慢慢积累中,我的粉丝越来越多,我也因越来越多的粉丝莫名其妙地将账号做了下去。

高考选专业的时候,我再一次体会到了这种莫名其妙。我高中读的理科,当初不选文科,是觉得学理科更有优势。但我高考填报志愿时却莫名其妙地将新闻学放在了第一志愿上,想学新闻不是因为热爱写作,只是那时候喜欢追星,想近距离接触明星。这个想法最后因分数不够而不了了之。

但命运的齿轮开始转动后不会轻易停下。我贪玩,大学前三年几乎没怎么认真学习,也很少读经典文学,日常大多看网络小说。那时候,我也从没想过,以后会从事文字相关的工作。

大三准备考研,身边同学陆续确定目标专业和院校,我却一直很迷茫,没有方向、没有规划。只能跟风最好的朋友,暂时照搬她的目标,可不是自己真心选择的路,根本没有学习的动力和坚持下去的决心,迷茫成了我那段时间的常态。

就在这时,命运又推了我一把。一位多年没联系的老朋友重新和我有了交集。久别重逢,我们聊了很多,聊学生时代的趣事,也聊各自的烦恼。他告诉我,自己去年考研失利,我随口问起他的专业,才知道他是跨专业考研。

那一刻,我的心里有说不出的感觉,就像鼻塞很久之后,突然呼吸到了新鲜空气一样。“他可以跨专业考研,我为什么不行?”这个念头一下子点醒了我。兜兜转转,新闻学再一次成为了我的第一志愿,我也又一次和读书、写作绑在了一起。

读研三年,我参加过多次实习,在出版社做过编辑,去报社做过记者,跑过文化、财经、医药战线。当时为了写好财经报道,我自学经济学知识去分析财报,也曾因分析不明白财报,在深夜三点崩溃大哭。每次哭的时候都决定第二天去提离职,但每次都没有实施。在学期末提交实习成果时,看着一沓沓打印出来的稿件,看着一个个亲手敲下的文字,心里又会生出满满的成就感。

为了留住这份成就感,我又开始主动阅读,《国富论》《小岛经济学》《冷血》等不同领域的书籍我都有所涉猎。走到现在,我已经分不清,自己是真的爱上了阅读和写作,还是单纯贪恋写出的文字给自己带来的成就感。

但是现在都不重要了,一路走来命运推着我去,让我去拥抱阅读和写作,我喜欢这种莫名其妙。在这种莫名其妙中,我也从事了相关的行业,虽然没能实现成为记者的理想,但也始终与文字相伴。有人常说读千行恨一行,但无论怎样我总能在文字与阅读里,找到能唤醒自我、驱动前行的力量,守住那份发自心底、自带欲望的热爱。

立夏,暖风拂过长堤,草木悄然含青,天地万物都在萌发新生。反观人生四季,却难岁月染霜,年华向晚。人至暮年,我们该以何种心态面对?捧读钱理群的《养老人生》,于平实文字中照见生命本真之光,令人心潮起伏,思绪悠远。

钱理群这位以研究鲁迅而闻名于世的知识分子,耄耋之年并未偃旗息鼓,而是开拓出“养老学”研究新领域。这不是退隐,也不是沉寂,而是以生命为底稿、以岁月为笔墨,写下一部关于生命晚年的精神启示录。对于身处老年教育一线的我而言,这本书不仅是作者本人的生命独白,更像是一面镜子,映照出当今时代老年人精神世界的广阔与丰富。

读着读着,我想起了伏尔泰笔下的“种我们的园地”。钱理群正是在生命的黄昏里,种出了属于自己的精神园地。他挣脱“北大教授”的身份束缚,卖掉房产入住燕园,甘愿做养老院里一位普通的“钱老头儿”。在他看来,我们这一辈子活得“太苦太累,太虚太假”,老年恰恰是卸下枷锁、回归本心的最好时机。养老的目标就是要恢复人的本性、人的真心和人的真性情,取得与自然关系的和谐、与他人关系的和谐,更重要的是自己内心世界的和谐,以获得心灵的宁静安详,这是养老的核心和关键。

作者以“宽松、宽容、宽厚”的“三宽”心境安顿晚年,闭门写作、庭

院漫步、简化人际关系,践行回归日常生活、回归大自然、回归童年、回归家庭、回归内心的“五大回归”。这一切,看似是一种退守,实则是一场极其勇敢的前行——剥离了所有外在光环,直面灵魂,在极贫的物质与丰盈的精神之间,找到了独一无二的自我。

书中最令人动容的,是他与夫人崔可忻直面生死的从容与决绝。崔可忻在确诊胰腺癌晚期后,毅然选择了“消极治疗,积极做事”,从容地整理文集、举办沙龙、安排后事,将死亡变成了一场有尊严的“告别演出”。钱理群将此概括为“赖活不如好死”——这话听上去决绝,背后却是一份极致的清醒与温柔。在讳莫如深的世俗观念里,这份坦荡如一束光,照亮了生命归途中最珍贵的底色。它告诉我们:真正的体面,不仅是登场时的光鲜,更是退场时的从容。

2023年的意外摔倒,成为作者晚年的一个转折点。面对衰老,他没有陷入哀伤与自怜,反而以孩童般的好奇心,将衰老与死亡视作全新的探险领域。他更提出了一个引人深思的判断:长寿时代改变了老龄人生的既定道路与命运。在传统的“学习—工作—养老”的线性逻辑里,养老就是“等死”;而如今,从六十岁退休到九十岁,还有整整三十年的光阴——这不是生命的尾声,而是可以重新学习、重新创造的全新阶段。作者以自身为证:退休二十年写下大量的著作。他自信发

问:那些浸透生命体验的研究,机器人岂能替代?这份蓬勃的气象,全无垂暮之态。

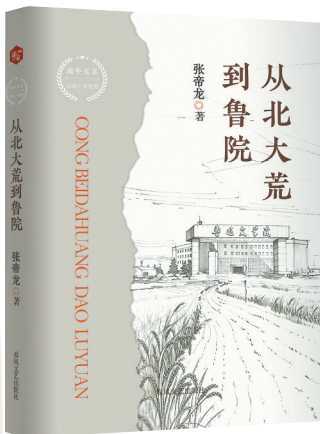
读到卷末,作者自嘲是“可爱可笑的老头儿”。这是阅尽千帆后的返璞归真,是看透生命本质后的幽默与豁达。与做不可逾越的高山相比,他只想做草地上那个与童心相拥的老人,在卸去一切重负之后,活出最本真、最松弛的生命模样。

作为一名老年教育工作者,掩卷沉思,我感慨良多。老年教育,不只是教老年学员识几个字、唱几首歌、画几幅画,更深层的使命,或许正在帮助他们完成作者所说的“自我重构”。《养老人生》如一盏明灯,提醒我们:最好的养老,不仅是物质上的周全照料,更是唤醒内心沉睡的春天。老年教育的终极意义,不止于知识与技能的传递,而在于营造“宽心、宽容、宽厚”的精神场域,守护老年人回归本真的勇气,帮助他们在艺术中遇见温暖,在思考中照见自我,在交流中友爱他人,最终走向内心的宁静与充盈。这正是教育为生命暮年所能献上的最崇高的礼赞。

衰老并不可怕,可怕的是精神的早衰。作者用亲身经历证明:老年不是终点,而是新起点。愿每一位老年人都能如钱理群一般,卸下岁月的面具,回归生命的本真,便是在人生的傍晚时分,依然能听见生命拔节的声音,拥有属于自己的、永不凋零的春天。

## 不屈的生命 以文字镌刻

□赵国春



《从北大荒到鲁院》/  
张帝龙/春风文艺出版社/  
2026年3月

丰富多彩的世界。

“我幼时因一场医疗事故,导致双臂落下终身残疾,只有左手勉强可以握笔,但随着年龄的增长,肌肉也逐渐萎缩,到如今只有一只食指尚可一用。即便如此,我也从不怨天尤人,从小就向张海迪的励志故事为榜样,积极乐观地面对生活。”在第一辑《散文让我心灵自由翱翔》中,读者能深切地感受到散文对于张帝龙而言,是让心挣脱束缚、自由翱翔的翅膀。在北大荒的艰苦环境中,他凭借对散文创作的热爱,在文字的世界里找到了一片属于自己的天地。在那些静谧的夜晚,他借着微弱灯光捕捉内心的细腻情感,让我们看到了文字赋予他超越身体局限、实现心灵自由的强大力量。

第二辑《亲情无价 三代农人》,则如同一首深情的家族史诗。张帝龙以质朴的语言,讲述了祖孙三代在北大荒的垦荒故事。“祖父那一代人,心里装的是国家、是集体,眼里看到的都是工作,他们似乎从不吝惜自己的身体,付出再多都觉得远远不够。”

第三辑《节日记忆 师恩永怀》,宛如一幅温馨的生活画卷。节日的热闹场景,唤起了作者对往昔的珍贵记忆,而师恩则如温暖的阳光,始终照耀着他的成长之路。在艰苦的学习环境中,老师们的悉心教导与殷切期望,成为他坚持文学梦想的不竭动力,充分展现了师恩在他生命中的重要地位和深远影响。“我最喜欢她的书房,一个不大的房间里井然有序地摆满了书籍。在此之前,我除了课本基本没看过什么书。进入她的书房,我仿佛置身于知识的海洋,一眼望去,满眼全是书,脑海中蹦出的第一个念头就是读完它们得多长时间?”

第四辑《冷热酸甜北大荒》,如同一场味蕾与心灵的双重旅行。作者用敏

锐的笔触,将北大荒生活的多元滋味描绘得淋漓尽致。“北大荒的冷是真的冷,不含糊、不矫情,是干巴巴的冷、刺骨的冷,是劈头盖脸‘削死你’的冷,是让你终生难忘的冷。到了冬天,不管你再穿多厚的衣服,只要站在外面,保准不出十分钟就冻得透心凉。”

第五辑《奥运英雄谱写生命赞歌》,聚焦于奥运英雄,特别是与残奥冠军结缘的故事,让我们看到了生命的顽强与伟大。张帝龙通过挖掘奥运英雄背后的故事,为他们谱写了一曲震撼人心的生命赞歌。“残疾人,并不像人们想象的那样弱不禁风、敏感脆弱,你若用坦诚的心灵与他们交流,用尊重的态度与他们沟通,他们便视你为朋友,敞开心扉、无话不谈,他们要的并不多,仅仅是一份尊重而已。”

第六辑《顽强拼搏活出精彩人生》,是作者对自己人生经历的深刻总结,更是对顽强拼搏精神的有力弘扬。他生动讲述了自己在身体残疾的巨大困境下,如何凭借顽强的毅力和对生活的热爱,在文学创作与生活的道路上披荆斩棘。“可是有一天,我在马路上遇到了一个不平凡的男子——有些生理缺陷的男孩。那天与他擦肩而过,回头望去,总觉得有些不放心的,但从他的表情里我看到了自信。天下事就是这么巧,两天后他竟成了我的同班同学。”

第七辑《榜样的力量》中,作者分享了在成长中遇到的来自不同领域的榜样故事。这些优秀品质和力量,如同同一座座灯塔,为作者指引着前行的方向。

散文,作为文学体裁中的瑰宝,以其独特魅力在文坛独树一帜。《从北大荒到鲁院》不仅是一本散文集,更是一部人生的启示录。它让我们看到了张帝龙如何在困境中坚守梦想,如何用文字书写生命的华章。

## 在斑斓的花草中返璞归真

读《斑斓》

□曾军



《斑斓》/塞壬/湖南文艺出版社/2025年12月

让她关注到自我之外的生命。花草草在她笔下是诗的意象,是寄托了情感且不可辜负的生命。太阳花匍匐在地,向四面八方伸展,开成斑斓的花布。“浇水,捉虫,俯下身去跟它们说话”,看见“花蕊含着朝露,盈盈点头”,花草生长、鸟儿鸣叫的晨曦,唤醒她积极的生命状态。

如今的她,理解了牵挂的含义。心系一棵植物的生死,为花草除草、施肥,能够感知到它们的喜悦、感知阳光、雨水和风暴,晨曦、薄暮与星辰。她的世界、身心,都托付给了斑斓的花草和与花草有关的人和事,生命原来可以如此澄明。“一朵花可以陪伴一个人几十年甚至一生,相依相伴长大的,是有故事的。”塞壬在《唯独没有遗憾》里,写出了老花农与他的花草之间的灵魂契合。养花,于他是一种创造性的生活,为彼此注入了生命的激情。老花农拒绝花木寄养业务,拒绝的原因是别人只看到了商机,而他守护的是爱花惜花的赤子之心。

在园艺中安放身心,不只是对于花色的审美和花香的享受,而是在花草中看见情感的依托和生命的滋养。“时光飞逝,物是人非,唯有这蜡梅依旧”,对于故乡、亲人,寄托了作者太多情意。家里有说笑的声音,有缭绕的兰花香气,母亲给予她的,是一种稳健有力的情感支撑。沈从文先生说过:“一个人生命之火虽有时必熄灭,然而情感所注在有生命处却可以永不熄灭。”

塞壬以率真性情和灵动文字写花事,养花、惜花,于花草中发现自我,看见众生。花开花

落,生命有情,因而值得尊重、珍惜。因为脸部烫伤而面目丑陋的花友,在园艺中投入热情,种养花草,收获丰富而充实的内心世界。花工刘生和妻子,“他们的性格都有一股强烈的韧劲,在谋生这件事上见缝插针,拼尽全力,都是努力活着的人啊。”说到底,人间值得珍惜,还是因为生命中的温情。

从日常的生活感知到人间生命中的温情和坚韧,塞壬的《斑斓》倾注了动人的深情以及她对生命的思索。《唯独没有遗憾》中有个细节让人深受触动。熟识植物习性的老花农发现,三角梅在因干旱而濒临死亡时,它的应激反应是分化花芽、繁衍后代。老花农的养花故事,动人的不是他的经验,而是他对于花草有生命的切身感知。

在《斑斓》活泼的文字里,我们看到塞壬在花草世界中的修行,修葺自己的精神世界,身心得以舒展,生命返璞归真。更为重要的是,《斑斓》表达了她对于生命的领悟。这些散文,展示了可以共情的人生悲喜。一个女人,一生未婚,在退休的年纪,在花草的世界中,活出了亮堂堂的人生。如塞壬所言,“人们都在寻找各自的栖息地,把自己整个地安放进去,完成一个独立的、可以治愈的空间。”从塞壬在《斑斓》里倾注的情意与思悟可以看出,投身园艺只是我们安放身心的一种方式。保持生命的活力,不在于单纯地奉献或者索取,而在于为生活投入身心,体验生命的斑斓与惬意。生命之间的彼此感应、相互滋养,也是一段奇妙的旅程。

