



扫码关注,快捷投稿

在病隙中仰望:于苦难共处里得到救赎

——重读史铁生《病隙碎笔》

□ 何志坚

当我蜷缩在病榻之上,被病魔折磨得死去活来时,我时常想起史铁生笔下的那句话:“看见苦难的永恒,实在是神的垂怜。”这并非宗教意义上的神明,而是对生命本质的深刻洞察。在《病隙碎笔》中,史铁生不是通过否认痛苦来超越痛苦,而是通过全然接受痛苦,将病榻变成了精神的瞭望台。

当我尝试着他的视角,不再将疾病视为需要驱逐的敌人,而是生命不可分割的一部分时,某种奇妙的转变发生了。疼痛和难受仍在,但它不再主宰我的全部意识。我看见苦难的永恒性——不是消极地认命,而是认识到苦难是必然存在且不可消灭的。这种看见,确实是一种“垂怜”,因为它将我对抗的消耗中解放出来。

史铁生所说的“爱”,在病痛语境下显得尤为深刻。这不是世俗意义上的爱,不是简单的友善或慈悲,而是一种延绵不绝的福报。在最疼痛的时刻,我尝试实践这种爱——不是爱病痛本身,而是爱尽管有病痛依然存在的生命,爱这个正在经历病痛的自己,爱那些伸出援手的人们。这种爱不是居高临下的施舍,而是谦恭地仰望:承认自己的脆弱,接受他人的帮助,在彼此的互依共存中找到了力量。

《病隙碎笔》中最震撼我的,是史铁生将病

榻变为书桌的勇气。身体被限制在方寸之间,精神却可以漫游宇宙。受他启发,我开始在病隙中寻找自己的精神领地。疼痛稍歇的片刻,我阅读;无法执笔的时候,我口述记录思绪;无法远行的时候,我通过窗户观察一片天空的变化。这些微小的实践,正是对“接受苦难,从而走向精神的超越”的具体诠释。病魔可以禁锢身体,却无法囚禁精神的选择自由。

在对抗内耗的战争中,史铁生的智慧尤为珍贵。疾病带来的不仅是身体痛苦,还有无尽的精神内耗——对过去的悔恨,对未来的恐惧,对现状的不满。他说:“相信爱才是人类唯一的救助。”我逐渐明白,这种爱首先是对自己的慈悲。当我停止与自己的战斗,当我不再因“无法康复”而怨天尤人,内耗的能量反而转化为生存的养分。

如今,我仍在病痛中前行,但不再是盲目挣扎。史铁生的思想使我得到开悟,让我理解并接纳所遭遇的一切,不再内耗。我看见苦难的永恒,却不被它吞噬;我接受帮助,却不感到羞耻;我在破碎的身体中,努力追求精神的完整。这或许就是史铁生留给所有病者最珍贵的礼物:不是治愈的承诺,而是如何带着无法治愈的疾病,依然活出自己的尊严与光辉。

病隙之间,我仿佛看见了自己,也看见了众生。这种看见,本身就是一种超越。

好书推荐

《跑外卖:一个女骑手的世界》

王晚著

广西师范大学出版社



作者以自己外卖骑手的经历为主线,记录从业中面临的收入压力、顾客纠纷等职业困境,以及作为女性骑手遇到的各种挑战。通过北京城中村与山东老家的双线叙事,展现外卖骑手群体的生存状态,以及离乡务工者悬浮于城乡之间的归属困境。

本书是一本全面介绍长江流域自然与人文历史的图书,由《环球人文地理》杂志总编辑李海洲主编,从自然风貌、历史、文化、美食四个方面,对长江流域的各个地区进行深入解读,旨在展示长江在中华文明中的重要地位,既是对长江流域丰富的自然景观和文化遗产的一次精彩呈现,也是对其未来可持续发展的深刻探寻。

《只有一条长江》

李海洲著

重庆出版社



躲进书里过夏天

□ 房小铃

立夏之后,天气愈发地热了。太阳照例每日里从东边爬上来,白花花地晒着,晒得人头脑发昏。柏油马路软塌塌的,踩上去还有些粘鞋底。树上的蝉声也嘶哑了,一声长一声短地叫着,更添了几分烦躁。

我向来是不怕热的,但今年的暑气却格外难熬。大约是年纪渐长的缘故,身体也不如从前耐受了。每每午后,便觉得头昏脑胀,四肢无力,只好躲进空调房,但待久了只觉身上水分被抽走一样。

听说书向来是最能消暑的,不必说书中自有清凉境,便是那翻书时手指与纸页摩擦的沙声,也自有一种消暑的妙处。

我最先看的是李娟的《遥远的向日葵地》。这书先前读过一遍,如今再读,又觉新鲜。李娟笔下那片贫瘠土地上的葵花,在烈日下顽强生长,倒与这酷暑天气颇为相称。她写母亲在戈壁滩上劳作,“汗水从额头流到眼睛里,又从眼睛里流出来”,奇怪的是,读着这些描写炎热的文字,心里反而不那么热了。大概是知道在远方,有人无论严寒酷暑都在保家卫国。

美国自然学家缪尔笔下的《夏日走过山间》自带消暑效果,书中内华达山脉里有清凉的溪水,有挺拔的冷杉,有高耸的雪峰。读着他的文字,仿佛自己也置身于那山间小径,听着溪水潺潺,感受着树荫下的凉意。“群星渐隐,东方泛白,第一缕阳光拂过峰顶,给岩石镀上一层金色。”读到他描述黎明时分的山景,便觉得晨风拂面,暑气全消。

金爱烂的小说集《你的夏天还好吗?》放在枕边已有数日。这位韩国女作家笔下的夏天,不是自然界的炎热,而是人生的困顿与挣扎。书中那些三十岁上下的女性,在爱情、婚姻、工作中的种种不如意,构成了另一种意义上的“酷暑”。读着她们的故事,窗外的高温是再正常不过的景象了。

最有趣的当数《夏之虫,夏之花》。这书原是给孩子看的,但我读来也觉得新鲜。书中描绘的那些夏日里活跃的小生命——蝉、蜻蜓、萤火虫,在画家的笔下栩栩如生。尤其是那幅“雨后池塘”的画面,青蛙蹲在荷叶上,水珠在叶片上滚动,远处还有一道淡淡的彩虹。看着这幅画,耳边似乎响起了蛙鸣,鼻尖仿佛闻到了湿润的泥土气息,周身的暑气顿时消散了大半。朱自清先生在《扬州的夏日》中写道:“最称心的是茶馆,可以泡一壶茶,从早坐到晚”。这让我想起小时候,爷爷带我去镇上的茶馆,花一角钱买一碗大碗茶,坐在竹椅上听老人们谈天说地。那时的夏天似乎没有现在这么热,或者是因为记忆总是会过滤掉那些不愉快的部分。朱自清笔下那个悠闲的扬州夏日,如今怕是再也寻不着了。

《尝夏·二十四节气好味道》将夏天的六个节气与饮食联系起来,读着读着,嘴里便有了味道。立夏的樱桃、小满的苦菜、芒种的梅子、夏至的面条、小暑的莲藕、大暑的绿豆汤,这些都是消暑的佳品。书中那些稚拙的插画,更勾起了我对儿时夏天的回忆——井水里冰镇的西瓜,奶奶熬的绿豆汤,还有傍晚时分在院子里乘凉时吃的盐水毛豆。

说来也怪,这些描写夏天的书,读得越多,越觉得夏天不那么难熬了。或许是文字本身就有降温的功效,又或许是通过阅读,我的注意力已经从身体的感受转移到了精神的愉悦上。

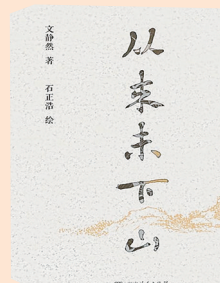
黄昏时分,暑气稍退。我合上书本,走到阳台上。西边的天空染着一抹橘红,远处的树梢上,几只归巢的鸟儿在叽叽喳喳地叫着。风还是热的,但已经带上了一丝凉意。

明天依然会很热吧。不过没关系,我还有那么多书可以读。在这个热得让人发昏的夏天,能够躲进书里,实在是一种福气。

《从来未下山》

文静著

湖南人民出版社



本书以四季为经,以对食物的认识和态度为纬,是一本讲述资深“吃货”吃透人生的随笔集。全书分为春、夏、秋、冬四个篇章,由论及自己日常生活中做过的、吃过的食物出发,融入自己对生活的态度与人生的思考,由古及今,由此及彼,在与食物的一次又一次相遇中逐渐找到自己的归属。

本书是高瑞梓编著的沉浸式历史人文读物,以唐代长安城为时空背景,构建涵盖住宿饮食、购物赏花、名人宅邸探访等九大主题的旅行指南,通过气候预警、坊市规则、节庆活动等细节还原盛唐长安城市图景。作者不仅详尽标注许多热门景点,还揭秘了冷门坊巷中的宝藏小店,更安排了现代游客与白居易、裴度等唐代名人的久别重逢。

《今日向长安》

高瑞梓著

北京科学技术出版社

