

新民晚报 | 星期天夜光杯 / 夜光杯

堆积幸福

达西

体检的时候,查出了胆固醇有些超标,最糟糕的是低密度脂蛋白胆固醇,也就是坏胆固醇也被打上小箭头。

并非所有的新发现都是充满希望的。那些带有警告意味的箭头,戳中了一个健康的、普通的人的胆怯与惊慌。我们身边总有几个认识的人,或者是朋友的朋友,可以直接、间接地成为任何负面案例拼图中的一块。此时,这一块块平日很少想起的拼图,像一个个小地雷。每一次回忆,每一个联想,都是一次爆破——四溅的泥石、灰色的硝烟。于是,脑海中不自觉地串联起了自己可能发生的“灾难”,倒下了,破碎了,无望了……深陷其中不能自拔,情绪的“自救”还得仰仗网络。汪洋中的一叶扁舟,是如今更多被当作搜索引擎使用的一本“红色小书”。原来,那么多人有同样的问题;原来,那么多人有自己的食疗菜单;原来,还有那么多药物,那么多剂型……

在上看上专家号的之前两天,日日“钻研”的我也俨然是半个高胆固醇血症“专家”了。所有的忐忑在听到笑眯眯的老医生一句“问题不大”时得到了片刻的纾解。于是我开始了连珠炮式的“专家型提问”。“你不要紧张,数字要看,但更重要的是结合其他指标一起来评估风险,风险比数据更要紧。你没有其他问题,风险不高的。”他开了一种很温和的药物,让我两个月后去复查。人们为什么信任权威,此刻找到答案了。更妙的是,当我提起那些寡淡的、无聊的但极端健康的饮食时,老医生居然说:“你这个情况,饮食稍微注意一下就行了。食物也是很重要的一种快乐,不然生活还有什么乐趣?”

我一直相信很少有人能够真正洒脱地面对生死,惧怕于肉体的病痛折磨,失措于一切终止的未知。极致的虚无是难以捉摸的,难以模拟的,难以准备的,那是需要多少坚强、透悟才能坦荡地迎上前去。所以也许我们在用一生绝大部分的时光去堆积快乐,堆积那些从身边小事、身边爱人中获得的雀跃。这些堆得高高、实实、密密的幸福,或可抵挡最后一刻生命的决堤。

所以,更重要的是夯实幸福啊!人类终究是聪明的。想吃甜的,但受制于糖尿病,可以用代糖;想喝咖啡,但怕睡不着觉,可以点一杯低因美式;想与友小酌,但来时自驾,可以找代驾。与其囿于对未来某种可能性的恐惧,不如放开怀抱立刻走出家门去吹吹风,晒晒太阳,见自己喜欢的人,吃让自己开心的食物——每一天都是余生最年轻的一天。好了,今晚,必须刷一顿火锅了。

退休的。对于艺术家来说,没有退休就意味着没有终点。

91岁高龄去世的李顺载为我们所有人留下了一个榜样,正如他孜孜追求艺术的完成一样,普通人也可以追求世间的另一种完成。无需要求结果,因为追求完成的过程本身已足以令人感到幸福。

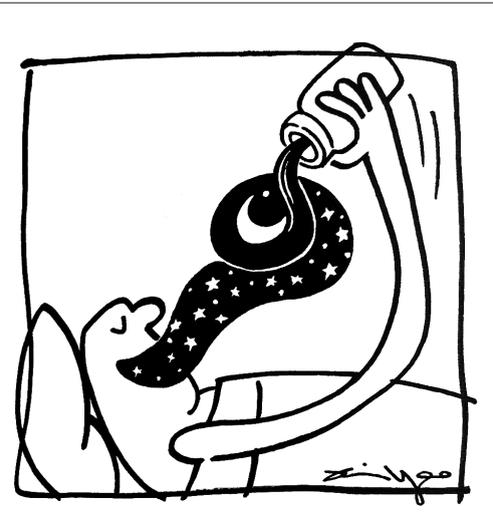
璀璨的星空啊,这是一部浩瀚的书。星星用奇妙的文字,书写着各自的风采。有准确的位置,有特定的亮度,有闪光的美名,有浪漫的情节……

仰望星空知我心

那秋生

明的是人心,创造一切奇迹的也是人心。西方哲学家康德在《实践理性批判》中写道:“有两种东西,我们愈是时常愈加反复地思索,它们就愈是给人的心灵灌注了时时翻新,有加无已的赞叹和敬畏,这就是头上的星空和心中的道德定律。”

为了与星光同俦、与日月同辉、与天地同在,有多少人将自己的思想道德燃烧成那一颗颗发光的星空之灵。诚然,人的美德亦如日月星光一般,是不求回报而修成的道行。美德愈亮,则道光高照。人与星的呼应,使得思想、道德、生命、智慧能进入天机与玄关。星有大道,人有大德,天人合一,能让人类与宇宙永远共存!正如王阳明所说:“此心光明,亦复何言?”



智慧快餐

郑辛遥
冬令进补:三分食补,七分睡补。

“未生” 91岁,人生未完成

沈坤或

原本是一个围棋术语,形容在棋盘上面临险情,但仍有存活可能的棋子。和它对立的是“完生”,也就是有两个眼的活棋。“未生”不是终结,还有翻盘的可能,只要咬牙坚持,也可以走向“完生”。

在韩国文化中,人们习惯用“未生”来形容一种人生未完成的状态。这也是去年年底去世的韩国“国民爷爷”李顺载生前常用来形容自己的词语,他说:“艺术是没有完成式的,一个演员的终极幸福,就是在舞台上表演时倒下。”

借用眼下时髦的说法,李顺载就是我平行世界里的爷爷。从《澡堂老板家的男人们》开始,我认识他时他已经是老人了。那些以老人的面貌进入你认知里的人都有一个特点,那就是他们好像永

耐干旱,像一群身着蓝紫袈裟的苦行僧,在海拔四千米之苦寒里修行。

在日喀则通往拉孜的漫长河谷中,连绵起伏的砂生槐群落,常让人恍惚以为闯入了普罗旺斯的薰衣草田。砂生槐并非为装点游子的乡愁而生,更非为浪漫想象而开,它会用尖锐的刺,戳破所有田园诗的幻梦。你若贸然伸手采摘,它便回敬以带血的告诫。

这才是荒野的真实脾性:美,但不容狎近。当地藏族群众把砂生槐称为“吉瓦”。这个名字里贯穿着人与土地之间最本真的连接:六月嫩叶是牛羊的零嘴,九月枝条是炒制青稞的燃料,种子还可入药,有消炎解毒之效。它不像那些仅供观赏的娇贵花卉,更似糌粑、似酥油、似甜茶,深深嵌入藏族聚居区生活的肌理。

车子继续向卡若拉冰川方向爬升,窗外的砂生槐渐次稀少。眼前浮现的是一幅完整的生存图景:砂生槐的刺对应着冰川的凛冽,花的明艳对应着雪山的孤绝,它的药用价值对应着高原民族的生存智慧。同行的藏族朋友说,砂生槐的种子能沉睡多年,只要一场像样的雨水就能醒来。这多像生活在这里的人们,在看似严苛的命运里,始终深埋着希望的基因。

手机的高度智能化,使男女老少深陷其间。有人忧虑这将导致信息传播和知识获取的碎片化。

我从不承担这类碎片化,因为生活从来不是一种模式。碎片并非简单的破碎,而是一种状态,我将其喻之为瓷器的开片。细碎网状的开片如冰裂之纹,视之可见,抚之无痕。甚美。这原本属于烧制工艺上的一个缺陷,却因图案灵动繁复,反而成为一种装饰技法。从此,窑口工匠有意为之并不懈追求,每一窑的开片都各不相同,蕴藏着一片新的天地。

展望人生都很丰富多彩,反观时大都枯燥无味。人生也因此是碎片化的,但又充满了期待。我小时候最魔幻的玩具万花筒,一个硬纸筒,前面两片毛玻璃夹几片碎纸屑,后边一个窥视孔,对着太阳一转,五光十色,千变万化。小碎片达到了趣味无穷的巅峰。

我记忆犹新的是上世纪八十年代初,有一本书和一篇文章影响了我的一生。一本书是秦牧的散文集《艺海拾贝》,开篇一个古今中外的奇闻逸事领头,组成一篇文章。那

远不可能变得更老,因为你没有在他们身上见证过从年轻到衰老的过程。

就像我现实世界里的爷爷一样,我出生时他也是个老人了。爷爷是大家庭里唯一的权威,我从未和他亲近。现在记忆里残存的和他之间唯一的对话,发生在外公的追悼会后。爷爷玩笑般对着面色平静的我说了一句:“我死时你大概也不会哭的。”我试图安慰他“不会的,我会哭的”,但因为内心畏惧,最终嗫嚅嘴唇只得一句“不会的……”

爷爷去世不久,国内引进了李顺载主演的《搞笑一家人》。他在这部剧里饰演一个毫无威严的家长,虽经营着一家韩医院,自己却是如假包换的庸医;和初恋在咖啡

馆中工作。”

这种不倚老卖老的觉悟,在后来罗英锡导演的获奖综艺《花样爷爷》里得到了最淋漓尽致体现。这档节目真实记录了老艺人们赴世界各地进行背包旅行的过程,同时也会有一个后辈担任旅行中的“挑夫”,为爷爷们解决后顾之忧。

在西班牙的这一季中,节目组特意安排“挑夫”李瑞镇晚到一天。他要求经纪人大声朗读剧本给自己听,因为只能靠听来记住台词。

“我还没想过:等一下,我已经那么老了吗?哎呀,也没剩多少时间了。”他曾说,“我看到剧本时还是会想,啊,这应该怎么办,应该怎么处理。因为我还有这种野心,这就是我的生命力,会自然而然地产生动力。”

对李顺载而言,演员就应该是一步步朝着“完成”而前进的存在。“所谓艺术没有完成一说,只是一个时代有一个时代的杰出作品和名人罢了。贝多芬、莫扎特这些大师的音乐并不意味着结束或完成,也就是说我们是没有

几十个碎片般的故事,开阔了我的眼界,惊叹文章能够写得这样兴趣盎然。一文是指在《天津师范大学学报》上连载的王梓坤写的《科学发现纵横谈》,此文将枯燥的科学堂奥演绎成气象万千的趣谈,读毕解渴又过瘾。由于这本杂志小众化,书

报亭买不到,我转乘四部公交车从杨浦公园赶到华漕上海农科院图书馆阅读,因为我一个同学在那里工作,方便借阅。

我后来从事的工作也是一个需要杂家而非专家的职业。抢新闻写评论,与三教九流往来。以文人的雅兴,学人的博识及闲人的雍容,沉醉于知堂的短笺、达夫的残酒、语堂的烟丝。时常文人相争,甲说百合花隶属于洋葱类,乙说洋葱归类于百合科。没有对错,皆为趣言。碎片未屑,尽呈雅谑。

有一次,我编发一篇名家专访,

有一次,我编发一篇名家专访,

有一次,我编发一篇名家专访,

偷偷见面、在家用儿子电脑看色情片却被亲友撞破……但他

和家人的关系却是很亲近的。我常常在捧腹之余想到自己的爷爷,他应该很孤独。

很多年后看纪录片才得知,当年《搞笑一家人》一周五天都在通宵拍摄中。李顺载那时已年过七十,却比任何人都更有热情。他总是提前一小时到片场,到处找搭戏的演员对台词。自己当天的戏份拍完也不回家,留在片场看其他演员拍摄。

在拍摄现场,导演们常有关照老前辈的情况,把他们的镜头提前拍掉。但李顺载拒绝“插队”。“尽管很感激,但这样后辈们就会因为我而不得不熬夜,那是说不通的。毕竟是我自己年纪大了,这和我对手演员或者其他年轻人没有关系。大家应该在同等的条件下,同等的

氛围中工作。”

掉。要把人生想得积极点,向前走就可以了。到了我们这个年纪,碰到什么解决什么,明天我还有要做的事。做着那些事,自然而然会有要结束的那天,那时再结束就可以了。”

现在想来,这真是他70年演艺生涯的写照。在2024年主演人生中最后一部电视剧《狗话》时,李顺载的左眼已彻底失明,右眼的视力也不佳。他要求经纪人大声朗读剧本给自己听,因为只能靠听来记住台词。

面对节目组的称赞,爷爷却说了这番话:“因为年纪大了就坐在那儿装大人,想被服侍的话就会老

退体的。对于艺术家来说,没有退休就意味着没有终点。”

91岁高龄去世的李顺载为我们所有人留下了一个榜样,正如他孜孜追求艺术的完成一样,普通人也可以追求世间的另一种完成。无需要求结果,因为追求完成的过程本身已足以令人感到幸福。

璀璨的星空啊,这是一部浩瀚的书。星星用奇妙的文字,书写着各自的风采。有准确的位置,有特定的亮度,有闪光的美名,有浪漫的情节……

仰望星空知我心

那秋生

明的是人心,创造一切奇迹的也是人心。西方哲学家康德在《实践理性批判》中写道:“有两种东西,我们愈是时常愈加反复地思索,它们就愈是给人的心灵灌注了时时翻新,有加无已的赞叹和敬畏,这就是头上的星空和心中的道德定律。”

为了与星光同俦、与日月同辉、与天地同在,有多少人将自己的思想道德燃烧成那一颗颗发光的星空之灵。诚然,人的美德亦如日月星光一般,是不求回报而修成的道行。美德愈亮,则道光高照。人与星的呼应,使得思想、道德、生命、智慧能进入天机与玄关。星有大道,人有大德,天人合一,能让人类与宇宙永远共存!正如王阳明所说:“此心光明,亦复何言?”

砂生槐 高原魂

王琳



夜光杯



雅玩