

开卷有益

让平凡的生命活出精彩

——读史铁生散文集《我与地坛》

□ 李灿斌

最近，我阅读了著名作家史铁生的散文集《我与地坛》。这次阅读，我是在微信听书平台听了一遍的基础上，我再读纸质书。阅毕，心情久久难以平静。掩卷沉思，生命是用来干什么的？怎样活出生命的精彩？带着这样的问题深入阅读和思考，往日的烦恼和不开心一扫而空，冬日的暖阳下，我的心豁然开朗。

史铁生，1951年生于北京。中学毕业后，和那个年代的大多数年轻人一样，怀揣梦想去延安下乡插队。可不幸的是1972年，他因双腿瘫痪不得不回到北京。后来他又患肾病。试想一个正值青春年华的青年，日复一日困在轮椅上，在空旷的老院子望着天空发呆，望着树木发愣，那是何等的沮丧。说实在的，作者也有过彷徨，有过内心的纠结和苦楚。随着选集里《我与地坛》《我二十一岁那年》《秋天的怀念》《想念地坛》《扶轮问路》等13篇脍炙人口的散文，我走进史铁生的内心世界。

这是一本写实的散文，围绕作者自己的经历，表达了健全而丰满的思想，充满哲思。哲学家尼采说“要爱命运”，爱命运才是至爱的境界。但是如果悲剧的主人公不是你，要是命运让你碰不上不可心的事，甚至不幸，你难道不会怨恨它？难道可贵的是逆境中的史铁生在孤独中，在逆境中，独立思考，渐渐找准自己的位置。他承认命运的不公，坦然面对不幸，在文学上崭露头角。他在轮椅上度过30多年，闯出一条属于他自己的文学路。坎坷的经历，充满哲思和人生智慧的文字，让他迅速为人们所认识。他像黑暗中的一缕亮光，让人在失望时看

到希望，成为人们的榜样。

这本书充满浓浓的人间烟火味。史铁生是母亲的牵挂，特别是儿子瘫痪后，他母亲更苦了，照料儿子的生活，担心儿子的安全，让儿子开心，成为母亲的重要工作。可是，母亲还是带着遗憾和牵挂去世了，昏迷前的一句话是：“我那个有病的儿子和未成年的女儿……”儿子读懂了母亲的心，好好活着，成为史铁生报答母亲感人至深的承诺。《秋天的怀念》是入选初中语文自读课本的第一个篇目，我当教师时给学生讲过。文中北海的菊花，黄色的淡雅，白色的高洁，紫红色的热烈而深沉，还印在脑海里，让人珍爱生命之美。《黄土情》《墙下短记》，文中消逝的钟声、儿时幼儿园、老家、九层大楼，让我们感受到一个苦命的灵魂，咀嚼成长中的点点滴滴，品出的是甜甜的美好。

人生的道路在坎坷，风雨和十字路口太多的不确定性中延伸，故常言道：“人生苦短”。史铁生说：“57年我都干了些什么？扶轮问路呀！”在逆境中，他不自卑；在顺境时，也不自傲。在感受他强大的内心，高尚的灵魂和生命创造的奇迹时，一股力量在我的胸膛里涌动，这力量凝聚成一种信念：做好自己，走适合自己的路。合上此书，在碧波荡漾的洱海边，我顿觉天朗气清，暖阳宜人。是的，挺直腰板做真正的自己，直面人生，勇往直前。待到回首生命旅程，站在山顶回首来时路，让喜悦和自豪充盈着心扉，这样的人生才无怨无悔。

阅享生活

在书香中阅享春节时光

□ 李世祖

2026年春节有一个9天的超长假期，忙完了一年的工作，我们都应让疲惫的身心有一个放松休憩的时光。或去一个向往已久的景点，或奔赴一座心仪的城市，或去见一个久别的人。这些选择都不适合我自己，我觉得与家人静享一段阅读时光也是一个很不错的选择。它不需要远行，却能带心灵抵达最远的远方；它看似安静，却在沉默的文字中听见千百年的回响。

寻找一方安宁的角落，泡一壶清茶，翻开一本喜欢的书，共读一部值得回味的经典，徜徉在洒满阳光的窗前，或许正是让心灵真正舒缓下来的美好方式。纸页轻翻，时光仿佛也放慢了脚步，在热闹的节日底色上，铺开了一片沉静而深邃的天地。你也许会发现，窗外的鞭炮声、笑语声并没有远去，它们成了阅读时柔和的背景音，那种默契与安宁，比任何形式的团聚都更贴近“在一起”的本质意义。

书里的世界，常常比我们想象的更贴近心灵，也更滋养精神。合上书，再看身边团聚的亲人、满桌的年菜，孩子手中的红包，你会对“幸福”二字有更深的珍视与理解。原来平凡日子里那些被视为理所当然的温暖，在另一个时空里，可能是许多人用一生挣扎也换不来的微光。这样的阅读，让春节的“福”字不再只是门楣上的装饰，而成了心头真切的感觉。

其实，春节本身便是一场关于“时间”的庄重仪式。我们辞旧、迎新、守岁，在时光的流逝中划出一弯回旋的港湾，庆祝又一段年岁的更迭。而阅读，尤其是与经典的对话，何尝不是另一种形式的“过年”？它在个人的、当下的节日欢愉之外，为我们打开一扇通向人类共同精神家园的门。张若虚一句“人生代代无穷已，江月年年望相似”，让我们在团圆的之夜领会生命的绵延与天地之长久；孔子临川感叹“逝者如斯夫”，又唤起千百年来我们对光阴同样的思索。远方书页，我们的“年”连接着古人的感怀、远方的故事，以及无

数心灵对时间、存在与价值的共同追问。那些在除夕夜绽放的烟花，与千百年前诗人在元夜写下的“火树银花合”，在精神世界互相辉映；我们围炉夜话时对未来的期盼，与《诗经》里“民亦劳止，汙可小康”的朴素向往，本质上并无二致。阅读，让我们在“过年”中，真正实现了“跨年”——跨越的不仅是日历上的一年，更是文化与精神上的代际与疆界。

读书作为春节的选项，更有一层“调节”与“滋养”的意味。节日的热烈如酒，令人沉醉；阅读的沉静如茶，使人清醒。两者相映，方成圆满。当爆竹声暂歇，宴席人初散，于灯下展卷，白日的喧嚣渐渐沉淀为心头的安宁。此时，我们不再仅仅是节日的参与者，更成为自我精神的关照者与滋养者。当9天的长假结束，我们合上书，重新走入生活时，胸中已藏有一片由宁静与思索浇灌的绿洲，脚步也会更加踏实从容。这份从容，或许比任何物质礼物都更珍贵，它让我们在新的一年里，既能投入生活的喧嚣，又能保有心境的澄明；既能追赶时代的步伐，又不迷失自我的方向。

这9天的长假，是时光赠予我们的一份厚礼。而将其中的一段，馈赠给书籍，便是把这段时间同时交给了更辽阔的世界、更丰盛的灵魂。当我们在书香中度过几日的春节，再抬眼看向窗外那一片温暖而澎湃的中国红时，或许会觉得，那红色因为有了思想的映照，显得更加深邃、更加明亮。它不仅是民俗的、喜庆的红，更是精神的、文化的红，也是我们每个人心中对美好生活不灭的热望。在书与年味交织的时光里，春节因此获得了双重意义——既是当下的团圆，也是与人类精神传统的重逢；既是休憩的港湾，也是重新出发的充电站。

读书，让春节不只有团圆的温度，更有精神的厚度；不只有当下的欢愉，也有通往过去与未来的悠长回响。这的确是一个不错，甚至是珍贵的选择。

大理市关平社区举办

“好书伴我行 书香满社区”读书分享会

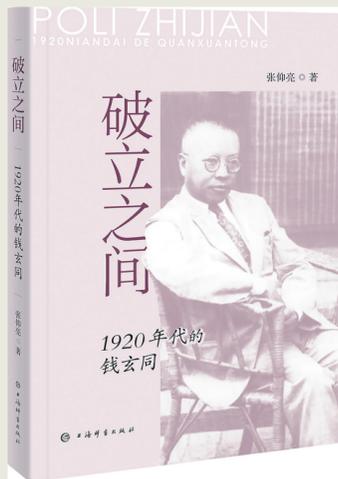
本报讯(通讯员 赵春应)为丰富社区青少年课余文化生活，培育良好阅读习惯，营造“爱读书、读好书、善读书”的社区书香氛围，2月5日，关平社区新时代文明实践站组织开展“好书伴我行 书香满社区”青少年读书分享会，30余名青少年参与活动。

社区工作人员向青少年们阐述了阅读的重要意义，鼓励大家主动分享读书心得，在交流中共同进步。分享环节中，青少年们热情高涨、踊跃发言，围绕各自喜爱的书籍展开分享。有的分享了《西游记》《水浒传》《三国演义》等经典名著，结合书中精彩情

节，讲述对勇敢、正义等品质的理解；有的同学分享了《十万个为什么》《昆虫记》等科普读物，畅谈探索自然奥秘的乐趣；还有的同学推荐成长励志类书籍，分享从中汲取的勇气与力量。每一位分享者都表达清晰、情感真挚，听众认真聆听、不时鼓掌，现场交流氛围浓厚。

分享结束后，社区工作人员鼓励大家坚持每日阅读，让书籍成为成长路上的良师益友。同时，现场发起“书香传递”倡议，呼吁青少年们带动家人共同阅读，让书香飘进每一个家庭，助力文明社区建设。

新书速递



《破立之间：1920年代的钱玄同》张仰亮 著 上海辞书出版社2025年11月第一版

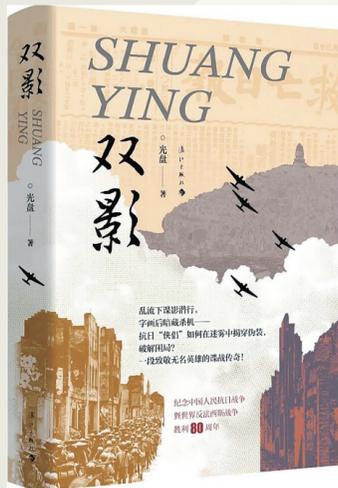
本书试图突破传统学术传记的线性叙事，将钱玄同置于多重历史网络中予以考察，展现中国现代思想转型期的碰撞与裂变。书中钩沉钱玄同日记、文集、书信等文献资料，记述其对社会变迁、人际交往、学校事务和重大活动的观察与感想。其在破立之间的激进姿态，折射出知识分子在传统与现代夹缝中的焦虑与突围。



《唐诗中的北京》王洪波 著 天津出版社2026年2月第一版

本书以唐诗为切入点，聚焦今北京地区在唐代作为幽州的独特历史地位与文化风貌，通过解读百余首经典诗作、梳理数位代表性诗人的幽州足迹，深度还原唐代幽燕大地的壮阔图景与精神内核。书中以“军事重镇”“边塞风情”“都市繁华”“侠义精神”“家国情怀”等为脉络，提炼北京专属的诗歌意象群，展现幽州的战略枢纽、如何承载唐代文人的豪情壮志与细腻情思。

桂林是抗日战争时期的大后方，因地理位置优越，成了受战乱波及而被迫漂泊的人士的中转站。《双影》是一部背景为战时桂林，有着深度命运感的谍战小说。本书塑造了一对青梅竹马的中共特工人员李香琴、胡吉恒，他们以坚忍的抗战精神和坚定的革命意志，默默地开展反谍工作，一次次粉碎了敌人的阴谋……



《双影》光盘 著 漓江出版社2025年11月第一版



《何人到白云》钱幸 著 山东文艺出版社2026年1月第一版

本书为华语青年作家钱幸的长篇小说新作。小城男女五为“刀子和灯盏”的感情纠葛，映照出一代人的渴望和迷惘。本质上此书是一本孤独之书，照见每一颗在孤独中寻找出路的心灵。孤独时若海嘞，吞噬一切；时而似星辰，将人包裹。而唯有识得这份共通的孤独，人才能跋涉至彼此内心的孤云深处。

把玲读书·《本草纲目》

龙盘山上盘龙草

□ 杨艳玲

永平龙盘山是我的家族已逝长辈们的长眠之地。盘龙草也叫伸筋草，又名宽筋草、狮子草、过山龙等，《本草纲目》称它为“石松”，盘龙草是龙盘山一种司空见惯的草药。小时候跟着长辈们上坟，父亲会随手扯来盘龙草编成帽子戴在我们头上，并对我们说：“这草性子韧，就像咱家族里的人，不管经历多少挫折，总能在永平闯出一番天地来。”后来父亲也葬在了龙盘山，每年清明和春节去看他时，总能在墓旁看到许多盘龙草，这盘龙草对于我而言，早已不是普通的草药，而是家族血脉与永平这片热土联结的“物件”。

李时珍在《本草纲目》里记载：“石松(盘龙草)，生天台山上。似松，高一二尺。此即玉柏之长者也。名山皆有之。”盘龙草为石松科多年生蕨类草本植物。匍匐茎卧地而生，细长横走，随处生根，侧枝直立，它们以根深扎大地，以根茎承接雨露，将自然的密码藏进每一寸根茎之中，等待我们去读懂那份跨越时光的温柔约定。龙盘山上的盘龙草，喜欢生长在潮湿阴暗的背阴坡上或石缝隙间，其匍匐茎蜿蜒缠绕如盘龙之姿。龙盘山是县城边缘的一座山，水源充足，湿润的岩缝为盘龙草提供了得天独厚的生长环境。今年大年初二，我们在父亲的墓地后面发现了很多盘龙草，而且比去年更茂盛了些。我们学着父亲当年的样子，采了几株韧性十足的草茎，编成一顶顶帽子，给家里的几个孩子戴上。从他们的眼中，我看到了惊喜。盘龙草其茎如游龙蜿蜒，叶似龙鳞簇拥，一圈圈编织成帽子后，像威武雄壮的狮子头，因此也被称为狮子草。看着一只只“小狮子”对着手机不停地自拍。大人们则借机讲述儿时编“狮子帽”的趣事和家族从保山迁居永平百年以来的奋斗史。看着孩子们还在不停地找盘龙草，哥哥趁机嘱咐他们要留一点根茎，这样才会在来年看到更多的盘龙草长出来。那一刻，我忽然明白，盘龙草早已不是简单的植物，它是刻在我们中医世家骨血里的“做人留一线”的精神符号，这些符号，从龙盘山的泥土里生长出来，一代一代传下去。每次下山离开时，我都会折一小段盘龙草带在身边，它的韧性仿佛能透过指尖，给我面对生活的勇气。龙盘山的风还在吹，盘龙草还在长，我们家族的故事，也会像这草一样，在永平的土地上，继续坚韧地书写下去，无论走多远，只要摸到那坚韧的草茎，就知道自己从哪里来，要往哪里去。

《本草纲目》记载：盘龙草“气味苦、辛、温，无毒。山人取根茎用。”其“无毒”的特性，为民间日常调理提供了安全依据。盘龙草是石松科植物石松的干燥全草。主产于湖北，云南有部分地区亦产。夏、秋二季茎叶茂盛时采收，除去杂质，晒干。盘龙草属于我国传统的中草药，药源丰富，历史悠久，盘龙草入药始载于《本草拾遗》，谓其：“主治久患风痹，脚膝疼冷，皮肤不仁，气力衰弱。”盘龙草具有祛风除湿，舒筋活络的功效。记得小时候，父亲劳累一天回来后腰酸腿疼，有时候抬抬手臂都酸痛不已。这个时候，父亲就会掏出小炉灶，煮一只锅煮盘龙草，晚上看电视时捞取盘龙草的根茎，用盘龙草煮出来的水泡脚和泡手臂。有时候盘龙草多的话也会趁热洗浴，能缓解劳作后的筋骨酸痛，更让那股草木清香渗入肌肤，成为刻在骨子里的疗愈记忆。而盘龙草舒筋活络、祛风除湿的效果会让父亲第二天早上神清气爽。小时候住在永平县城最热闹的新华街，新华街也是县城里最热闹的集市，以路为市的喧嚣中，民间草药摊子有很多。那时候，县城里的居民很喜欢泡药澡，每到街天，草药摊上出售的草药琳琅满目，有跌打损伤的、有常见病的，还有很多毒蛇、毒虫泡出来的药酒。家里有一个亲戚每个街天都要步行几公里来县城摆摊。他会在收摊后，把没有卖完的草药背到我家堂屋的一角寄存。每次放学回家，一进门就能听见浓浓的草药味。盘龙草就在其中，有时候一大捆，有时候一小捆，需求量很大。那时候总觉得盘龙草是再普通不过的草，直到后来离开家乡，才发现它是家乡独有的念想。而我也总会想起小时候堂屋里弥漫的草药香，想起亲戚摆摊时的吆喝声，想起龙盘山上那些缠在石头上的“小青龙”。它们不仅是缓解疼痛的草药，更是藏在记忆里的家乡记忆，是永平县城里最平常的烟火气。

正如《本草纲目》所说，盘龙草：“久服去风湿，好颜色，变白不老。”这些微小的生命，不再只是书本上简单的文字符号，而是与我们日常生活紧紧相伴的伙伴，它们用沉默和无声的力量，守护着每一个平凡日子里的安康。我居住的城市，很少能见到盘龙草，偶尔在中药铺看到相似的草药，总觉得少了龙盘山的青草气息，少了新华街的烟火气。它就像一根无形的线，一头系着龙盘山上的草木，一头系着我家乡的牵念，让那些散落在时光里的记忆，总在闻到草药香的一瞬间，重新鲜活地呈现在眼前。无论走多远，只要闻到草药的清香，就好像回到新华街的小院子里，回到了那些被草药包裹的旧时光深处。

李时珍在《本草纲目》中，对盘龙草的功效与应用进行了进一步细化。“主治久患风痹，脚膝疼冷，皮肤不仁，气力衰弱。”在民间，也流传着盘龙草治疗风湿，脚膝疼冷的故事。传说，宋代良臣李东杰，以秉性刚直，为官清廉，善待百姓而闻名。一年夏天，县里遭遇大旱，农田产量大减，乞讨难民大增。李东杰心急如焚，他一面上书朝廷减免赋税，一面开仓放粮赈济灾民。好不容易熬过了这个夏季，到了冬天又逢暴雪连天，百姓生活再次陷入困境，不断有百姓饿死、冻死。为减少悲剧发生，李东杰亲自带领各级官员把粮食和柴草送到每村每户家中。这个冬天，李东杰每日翻山越岭，踏雪涉水，最终因劳累和饥寒诱发了原有的风湿骨病。一次送粮途中，他突然双腿疼痛难忍，无法伸直行走，就在这时候，有个老药农走上前，说道：“大人的腿是为我们穷苦百姓才这样的。老夫世代在这山里采药，知道有一种药或许可治大人的腿疾，不妨一试。”说这就从背篓里拿出了一种草药出来，煎水给李大人喝。几天之后，李大人的腿果然减轻许多，膝盖能伸直了，也能下床走路了。李东杰便问这草药的名字。老药农说：“当地叫山猫儿。”李东杰觉得不好听，为了说明药性，就把它定名为“伸筋草”。后来，随着李东杰的事迹在当地流传，“伸筋草”的名字也渐渐被百姓熟知。人们发现这种草药的茎蔓细长蜿蜒，如同游龙盘绕在山石之间，又因它多生长于龙盘山的岩缝峭壁上，便又给它起了“盘龙草”的别名。直至今日，盘龙草仍是中医临床治疗风湿痹痛的常用药材，民间也常将其晒干后泡入白酒，制成药酒每日小酌，以缓解关节酸痛。这株盘龙草，从岩缝中走出，带着历代医者与百姓的智慧，成为中医药宝库中虽然不起眼，却受百姓喜爱的平价药草。

“这草性子韧，像咱永平人”，看着手里新采摘的盘龙草，我想起了父亲说的话。盘龙草年年都在长，那些被草香包裹的、带着温度的旧时光却再也不复返。每年回老家，都期待见到盘龙草，那些带着山野气息的绿色身影，混着山间的草木气息，成了龙盘山上最独特的味道，也藏在每个永平人关于家乡的细碎记忆，就像亲戚摊前，总摆在最显眼位置上的盘龙草，既是治病的良药，也是牵系着故土的根须，还是家族传承中医文化时寓教于乐的場景，每每想起来，都记忆犹新。手指轻轻抚过岩缝里的茎蔓，那细长蜿蜒的叶片上独特的纹理后面，再也看不到父亲慈祥的脸庞。如今父亲不在了，但每次摸到盘龙草粗糙的茎蔓，仿佛还能感受到他手掌的温度，听见他言简意赅的话语。龙盘山的风依旧吹着，盘龙草依旧在岩缝里倔强地生长，就像父亲留下的念想，永远扎根在我的心里，也扎根在对永平的乡愁里。

