

“人生天地间，忽如远行客。”

生命是时间长河里的行舟，途中每一段经历都自成风景。其中或有踟蹰迷茫，或也无畏决绝；或迎苦难如被风雪，或见希望如遇春光。正如永井荷风所写，“昨日之深渊，来日之浅谈”，凡此种种，方才造就今日的你我。人生这条长路上，我们走的每一步都算数。

成长，一个千百年来从未停止过被书写的话题。少年如新柳，垂首承受过长冬的风雪，才抬头见天光，吐新绿。当压力如风雪吹卷而来，我们该如何调节自己，不为它所摧折？若竭尽全力奔跑，所触的结局却仍不尽人意，直面落差带来的精神内耗，我们又该如何应对？而这披星戴月的一路上，又有哪一个“高光”的瞬间，你也曾被自己的闪耀触动过？宝剑锋自磨砺出，梅花香自苦寒来，我们所记录下的不仅是磨砺与苦寒，更有历经过这一切的“我”的光芒。

有人说，见人间是少年人最广阔的浪漫。青春的故事，不外乎是“出发”：是旅行的开始，更是人生的启程。一无所有的我们怀着热血满腔，以脚步丈量世界，在人生的旷野上恣意奔跑，去看、去听，去见证更远的远方。生命绚烂多彩，有所经历，便会有所感悟；天地浩大，风光无限，总有某处会凿入灵魂，成为青春永不离散的印记。

人是渺小的，也是伟大的。古往今来，王侯将相、英雄枭雄，那些我们叫得上名字的大人物，名垂青史，光比日月；可更多不知名甚至无名的人，如沧海之水，千万个个体汇聚成时代的巨潮。萤火虽小，愿为其芒。我们曾与无数人并肩，照亮别人，也被别人照亮。不妨执笔，以文字着色，记下那道曾点亮你生命的、人性的光辉。

虽世殊事异，所以兴怀，其致一也。后之览者，亦将有感。



心雨不怕累，读者最珍贵。



主管 中国矿业大学  
主办 大学生心理健康教育中心  
大学生心理自助中心

刊头题字 邹放鸣  
顾问 闵 涛 王 蕾  
指导教师 李芷溢 张金健  
李红娇 顾 倩  
侯德伟 李玉雪

地址 力行楼 B216 室  
电话 (0516) 83590196  
主编 张袁铭  
副主编 杨佳静 胡鹤宇  
编辑 郭 姿 周思晨  
安丽雪 蔡璐璐  
赵 凯 陈家慧  
卢晓芸 晏君茹

封面设计 戎佳妮  
统 稿 晏君茹

《心雨》投稿邮箱:  
3040075965@qq.com  
心雨 QQ: 3040075965  
心雨杂志交流群: 715563481



# CONTENTS

2025年6月（总第129期）

## 卷首语

1 人生天地间

人文与艺术学院·晏君茹

## 心灵相约

4 黄昏依旧

公共管理学院·祝铭谦

5 一抹鹅黄

公共管理学院·孟莞清

7 风

杨绛

8 如水的时光

席慕容

## 心灵鸡汤

10 等你的故乡

经济管理学院·刘伟

12 春曦画暖

信控学院·郑兴驰

14 我是一朵云

矿业工程学院·吴勇伟

15 梦生雾

安全工程学院·谭家豪

## 心雨在线

16 拨开心灵迷雾，拥抱明朗自我

环境与测绘学院·安丽雪

18 结

环境与测绘学院·王生璞

19 释怀：与青春心事温柔道别

环境与测绘学院·安丽雪

20 雨天的书（节选）

张晓风

## 心雨论坛

22 匆匆的旅人

圣埃克絮佩里

24 夜航（节选）

陀思妥耶夫斯基

26 地地下室手记（节选）

## 心之百科

- 28 苏东坡突围
- 30 旅行
- 31 人生如诗

余秋雨  
梁实秋  
林语堂

## 心之漫语

- 32 一直游到海水变蓝 余华

## 心诚相荐

- 34 电影推荐：《美丽人生》
- 36 电影推荐：《成为简·奥斯汀》
- 38 好书推荐：《冬牧场》
- 39 好书推荐：《人间草木》

## 心雨尾页

- 40 大学生心理健康教育中心欢迎你



### 《心雨》有酬征稿启事

#### · 征稿栏目 ·

**心雨论坛**无论是炙热的亲情，抑或是暖心的友情，或是心灵深处的感动，还是对这个世界的思考都等待文字的记述。  
**心雨在线**有什么烦恼来与我们倾诉；什么困惑我们会尽力帮你解答。

**心灵鸡汤**成功或是失败，这一路都是充满了泪水和汗水。

**心灵相约**心有灵犀，贵在相约。《心雨》与你分享生活的点点滴滴。

#### · 来稿要求 ·

- ◇文笔流畅，情感细腻，体裁不限；
- ◇文体字数 3000 字以内，优秀稿件可以不受此限；
- ◇严禁抄袭。

#### · 投稿方法 ·

**网上投稿**请标明“投稿”，以附件方式发送稿件至 3040075965@qq.com，在附件中注明姓名、学院、电话等详细联系方式。

#### · 奖励措施 ·

- ◇对在《心雨》上发表文章的同学，赠送当期《心雨》一本；
- ◇稿件质量优异者，有机会被校公众号选中，一旦选中将会给予素质分奖励（部分学院投稿即有素质分奖励）；
- ◇稿件质量特别优异者，聘为长期撰稿人，在适当的时候开设专栏。

注：征稿长期有效，务必在稿件的 word 版里面注明姓名、班级、联系方式。本刊所有栏目欢迎读者荐稿。请将荐稿标明栏目，发至邮箱，留下联系方式。荐稿一经采用，赠送当期《心雨》一本。



## 黄昏依旧

公共管理学院◆祝铭谦



你在从自习室走出来时偶然发现山后的灿灿晚霞，想起某个晚自习全班人挤在五楼教室窗边看到的一片绚烂。深蓝的橙红的金黄的云在交织碰撞，身边的少年们说着各种奇妙的比喻，头发被风和笑声扬起。

你在晚饭时买到这边少见的青椒炒豆腐，想起爸爸在厨房执刀切下的整整齐齐的豆腐块。这是他为数不多特别擅长的菜，你总是喜欢在落日掉进厨房时围在他身后，看他把一锅金灿灿的豆腐盛进瓷盘，再就着炒勺直接赶上一口。

你发现你越来越经常在黄昏时想起几百公里外、几个月、几年前的琐碎事情。“这不是思乡，只是日暮时正常的心理反应。”你告诉自己。在你认知里，思乡应当是圆月、归雁、芦苇荡，应当是野渡、钟声、灯前影，应当是远赴北疆的南方孩子梦里的青石板、流落南陲的北方游子心念的热炕头，而不应当是一个身处和家乡同一纬度的城市的人黄昏时偶然泛起的不明情绪。你只是在感慨高中里读诗的纯粹性、只是想起了那个温暖羊毛毯熟悉的触感、只是一直记得初中时那些日复一日的笑语、只是很久没有吃到好吃的炒豆腐……这些心绪太过细碎，指向性太过明显，与伤感而诗意的“思乡”不太相符。因此你把所有都归咎于傍晚时暧昧的光线和浪漫的天色。“只是因为现在是黄昏而已。”

但是，你又是为什么走到银杏树下，捡拾似曾相识的落叶夹进了笔记本里？又是为什么在熄灯后，把脸埋进有着熟悉味道的被子里悄悄深吸了一口气？又是为什么点开了相册，翻着曾经的合影鼻子一酸？又是为什么在和爸妈视频时，在被问到“想不想家”时不好意思地扯开话题？

其实并不是因为对“思乡”有刻板印象吧，只是不愿意承认而已。你总觉得“思乡”矫情又遥远，因此人为地把所有念头放置在黄昏，以与现实隔绝；清晰地把种种怀念界定在对学校、对某种味道、对某一群人的不舍，以与思乡区分。但其实，你心心念念的这一切，都曾经存在于那个特定的、现在被你称为“故乡”的城市里。那里有你至今所有最爱的人，有你视作第二个家的学校，有你的全部少年光影，有你见过的最摄人心魄的黄昏。

敲下这些时，又是一个黄昏，图书馆的落地窗玻璃熔进落辉。你心里想，晚上打电话时，要不要用撒娇的语言说一句“好想回家”呢？**心雨**



## 一抹鹅黄

公共管理学院◆孟莞清



人说，“山路十八弯”，摇摇晃晃的班车便颠簸在这般弯弯曲曲的盘山公路上，轰鸣的汽车发动机声中，小镇离我越来越远了，同样远去的，是我的思绪，跌入摇篮般的梦乡。梦里，叽叽喳喳的朋友围着我，是谁呢？如此熟悉的小小身影们，是了，是我在乡镇小学六年时光里的童年玩伴们，再见了，我轻声道别，不舍，却十分心安。我知道，呼啸的山风会转告给小学教学楼下那颗葱葱郁郁的老翠柏。

睁开眼，当我的意识不再神游时，我已经安然的坐在了县城一所私立初中的教室里，全然陌生的面孔，冷酷的水泥建筑，对我而言，似乎没有漫山遍野来的亲切。门框“吱呀”一声，霎时间，全班一起演奏的闲聊曲划上了休止符。一抹鹅黄踱步走上讲台，缓缓走进我们的视野：乌黑的头发，扎起利索的马尾，小小的脸蛋上挂着一副大大的黑色边框眼镜，身着淡黄色的连衣裙，温暖活力的样子，给我的感觉不是老师，而像是一个大姐姐。个子矮矮的，看起来很好欺负似的。

调皮的，处在青春期的初一孩子们在窃窃私语：“你说她能管得住我们吗？”“应该不行吧，她看着好像会太温柔。”令我们微微吃惊的是，不同于瘦小身体般洪亮清脆的声音贯穿整个教室：“同学们好，我是你们的朱老师，以后我就是你们的班主任兼语文老师。”就这样，我们的三年拉开序幕。

第一次离开家，来到一个陌生的地方上初中，两个星期放一次假的封闭寄宿制管理，让我与家相隔甚远，好在不久后，学校成了我的第二个家。说来有意思，学校的宿舍和传统宿舍布局不一样，没有长长的走廊，更不是由一个一个连着的方块房间构成，一层楼有对门左右两个大房间，好似小区里面单元楼的布局，原本是“客厅、厨房、书房……”的大小房间，没有相应的装潢，而是摆上了上下铺，一个公共卫生间，还有一个小房间留给老师们住宿。朱老师作为我们的班主任，住进了宿舍的小房间里。

不少个晚自习下后，我和几个同学一起来到这个小房间，没有手机，我们和父母联系的时间也变少了，朱老师就像我们第二个妈妈，更像我们的知心姐姐。初中的小孩子最是懵懂任性，同学之间的摩擦似乎也是家常便饭。由于性格慢热，初来乍到的我不知道该怎么和班上的男孩子打交道，渐渐地，班上有一个男孩子总是说我“假清高”、“装”，尽管火冒三丈，嘴巴跟不上脑袋的我，面对挑衅的男生，只能变成晚上辗转反侧想着怎么“反击”的“马后炮”，可谓是“哑巴吃黄连——有苦说不出”。于是，一个布满星星的夜晚，怀着一颗烦闷的心，我和好朋友来到了朱老师的小房间，朱老师坐在宿舍的小床边，我们坐在摆在地板上的小椅子上，朱老师总是微微笑着，耐心地听我们滔滔不绝抖出的青春里的小小烦恼，她也总能把我们的烦恼放在月亮下晾干，化成点点星光。

叶芝说：“教育不是注满一桶水，而是点燃一把火。”正是在这样一次次的交谈中，我明白有勇气大方沟通重要性，也变得更加开朗，这帮助我解决了包括和那个男生在内的许多矛盾。朱老师还告诉我们，她刚大学毕业就来教我们了，怪不得我们总觉得老师就像我们的姐姐一样，事实如此呀。初二升初三那年，朱老师宣布了一个让

我们热爱这个世界时，才真正活在这个世界上。——泰戈尔





全班沸腾的消息：她会带这次期末考试的前三名去市里逛逛。实际上，小镇出生的我，很少有机会能去市里。这个奖励就像一颗超级美味的蛋糕，充满了诱惑力，即使处于枯燥疲惫的期末复习里，只要一想到去市里的场景，我就会像打了鸡血般充满干劲。最终，我幸运的和其他两个好朋友一起取得了好成绩，成功获得了心中的蛋糕。

暑假，我们在朱老师的带领下来到了市里。高楼大厦，再也不和小镇一样了，曾经包围很近的大山此刻仿佛在天边。我们扑闪着眼睛，新奇地打量着一切，朱老师带我们去参观了市里最好的高中之一，襄阳五中，那时，五中刚建好新校区没多久，别提有多气派了，我才知道，学校里也可以有小桥，有像公园一样的地方，食堂和外面的餐厅装修的一样好看。一般县城里读初中的孩子们，大多也都是在县城上高中，但我却暗下心愿：真的好想以后都可以在这样的食堂里吃饭，在这样美丽的校园学习呀，一颗梦想的种子就这样埋下了。

晚上，朱老师带我们去到她家里，我和一个女孩子打地铺，另一个女孩和朱老师睡一起。原来，这是朱老师和男朋友一起租的房子，他们的婚房正在装修呢，朱老师边说，边指向窗外不远处的一栋建筑，看到朱老师眉眼间的幸福，我也不禁感到心里面甜甜的、暖暖的。凝视着窗外那栋建筑，昏黄的倒影中，仿佛又看到了初见时穿着淡黄色连衣裙的朱老师，忽然发现，她现在穿的更多的，是一些小西装啊，我发着呆，原来不断成长的，不只是自己。

第二天，我们踏上了回县城的火车。在朱老师等园丁的悉心栽培下，曾经的种子也慢慢生根发芽，我如愿考上了市里的高中。我在“哐当、哐当”的铁轨声中，一次次往返于城市和县城，接着还是颠簸的大巴车，回到家乡的小镇。青春的列车上，每个人都有自己的难忘的风景，不论它驶向了哪里，我都无法忘记最初时，三个女孩和朱老师一路的欢声笑语。

感谢朱老师，泛舟于学海为帆桨，跋涉于书山做人梯。“教育就是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂召唤另一个灵魂。”正是那一抹鹅黄深深的感染了我，让我学着她的温和、耐心，也总让我看到更大更远的世界，从此志在星辰大海，步履永不停息。





## 风

杨绛



为什么天地这般复杂地把风约束在中间？硬的东西把它挡住，软的东西把它牵住。不管它怎样猛烈地吹；吹过遮天的山峰，洒脱缭绕的树林，扫过辽阔的海洋，终逃不到天地以外去。或者为此，风一辈子不能平静，和人的感情一样。

也许最平静的风，还是拂拂的微风。果然纹风不动，不是平静，却是酝酿风暴了。蒸闷的暑天，风重重地把天压低了一半，树梢头的小叶子都沉沉垂着，风一丝不动，可是何曾平静呢？风的力量，已经可以预先觉到，好像蹲伏的猛兽，不在睡觉，正要纵身远跳。只有拂拂微风最平静，没有东西去阻挠它：树叶儿由它撩拨，杨柳顺着它弯腰，花儿草儿都随它俯仰，门里窗里任它出进，轻云附着它浮动，水面被它偎着，也柔和地让它搓揉。随着早晚的温凉、四季的寒暖，一阵微风，像那悠远轻淡的情感，使天地浮现出忧喜不同的颜色。有时候一阵风是这般轻快，这般高兴，顽皮似的一路拍打拨弄。有时候淡淡的带些清愁，有时候润润的带些温柔，有时候亢爽，有时候凄凉。谁说天地无情？它只微微地笑，轻轻地叹息，只许抑制着的风拂拂吹动。因为一放松，

天地便主持不住。

假如一股流水，嫌两岸束缚太紧，它只要流、流、流，直泻到海，便没了边界，便自由了。风呢，除非把它紧紧收束起来，却没法儿解脱它。放松些，让它吹重些吧；树枝儿便拦住不放，脚下一块石子一棵草都横着身子伸着臂膀来阻挡。窗嫌小，门嫌狭，都挤不过去。墙把它遮住，房子把它罩住。但是风顾得这些么？沙石不妨带着走，树叶儿可以卷个光，墙可以推倒，房子可以掀翻。再吹重些，树木可以拔掉，山石可以吹塌，可以卷起大浪，把大块土地吞没，可以把房屋城堡一股脑儿扫个干净。听它狂嗥狞笑怒吼哀号一般，愈是阻挡它，愈是发狂一般推撞过去。谁还能管它么？ 地下的泥沙吹在半天，天上的云压近了地，太阳没了光辉，地上没了颜色，直要把天地捣毁，恢复那不分天地的混沌。

不过风究竟不能掀翻一角青天，撞将出去。不管怎样猛烈，毕竟闷在小小一个天地中间。吹吧，只能像海底起伏鼓动着的那股力量，掀起一浪，又被压伏下去。风就是这般压在天底下，吹着吹着，只把地面吹起一片凌乱，自己照旧是不得自由。末了，像盛怒到极点，不能再怒，化成恹恹的烦闷懊恼；像悲哀到极点，转成绵绵幽恨；狂欢到极点，变为凄凉；失望到极点，成了淡漠。风尽情闹到极点，也乏了。不论是严冷的风，蒸热的风，不论是哀号的风，怒叫的风，到末来，渐渐儿微弱下去，剩几声悠长的叹气，便没了声音，好像风都吹完了。

但是风哪里就会吹完了呢。只要听平静的时候，夜晚黄昏，往往有几声低吁，像安命的老人，无可奈何的叹息。风究竟还不肯驯服。或者就为此吧，天地把风这般紧紧地约束着。**心雨**

错误经不起失败，但是真理却不怕失败。——泰戈尔





## 如水的时光

席慕蓉

时光，已然走过；岁月，几多惆怅。如水的光阴里，总会有一些心心念念，是窗前一树的花香，摇曳着风月情长，美丽了心情，温柔了时光。无论是相遇的辗转，还是别离的惆怅，都会浸润于逐渐化开的尘心里，只留下一个眼神的温馨，一朵浅浅的笑魇，在心底凝成暖暖的河流，是微风拂面的温情。

心若计较，处处都是怨言；心若放宽，时时都是春天。最好的旅行，就是在一个陌生的地方，发现一种久违的感动。在记忆里，有一些瞬间，经历时没什么特别，回想时，却胜过千言万语。

逢人不计人间事，便是世间无事人。人们很多时候会烦恼、痛苦和焦虑，正是因为心胸不够开阔，见解不够通达。对于人生中的不如意，我们要看得开，拿得起，放得下。不计人间事，便能使心灵获得释然，使人生获得快乐。把心放平，就是一泓平静的水；把心放轻，就是一朵自在的云。

山有山的高度，水有水的深度，没必要攀比，风有风的自由，云有云的温柔，没必要模仿，你认为快乐的，就去寻找；你认为值得的，就去守候；你认为幸福的，就去珍惜。

惜。没有不被评说的事，没有不被猜测的人。

不要太在乎别人的看法，不要太盲目追求一些东西，做最真实最朴实的自己，依心而行，无憾今生。

许多人想行云流水过此一生，却总是风波四起，劲浪不止。平和之人，纵是经历沧海桑田也会安然无恙；敏感之人，遭遇一点风声也会千疮百孔。命运给每个人同等的安排，而选择如何经营自己的生活，酿造自己的情感，则在于自己的心性。

最美的不一定是最可爱的，最可爱的才是最美的；最高大的不一定是最受尊敬的，最受尊敬的才是最高大的；最好的不一定是最合适的；最合适的才是最好的。

真正的美丽，不是青春的容颜，而是绽放的心灵。人生一世，总有一个追求，有一个盼望，有个让自己珍视，让自己向往，让自己护卫，愿意为之活一遭，乃至愿意为之献身的东西，这就是价值了。

成长，带走的不只是时光，还带走了当初那些不害怕失去的勇气，做自己做自己的梦，去自己想去的地方，





做自己想做的人，因为生命只有一次。没有不老的幸福，也没有不老的时光，能折腾的时候，别让自己闲着。

成熟最大的好处是：以前得不到，现在已经不想要了。一件事就算再美好，一旦没有结果，就不要再纠缠，久了你会倦，会累；一个人就算再留念，如果你抓不住，就要适时放手，久了你会神伤，会心碎。有时放弃是另一种坚持，任何事与人，都会成为过去，所以不要跟它过不去，无论多难我们都要学会抽身而退。

人生走过一段路，风景毕竟不相同。这段惠风和畅，那段雨骤风狂。人生之旅本就是风雨兼程，失去的不是永远失去，得到的不是永远拥有，一切都在发展变化，不断地向昨天告别，满怀信心地投入每一个崭新的今天。曾以为时间是解药，可以把一切都抹掉，但是它什么都没有做到。

世界再大，大不过一颗心；走得再远，远不过一场梦。人性最大的弱点，不是贪婪，不是懦弱，而是一切都想尽善尽美。前者只是让一部分人痛苦，后者几乎让所有的人痛苦。人世间的许多悲剧，正是因为一些人热衷于追求虚无缥缈的最完美的境界，而忽视平淡的生活。**心雨**



责任编辑：郭姿

只管走下去，不必逗留着，去采花朵来保存，因为这一路上，花朵还会继续绽放。——泰戈尔





# 等你的故乡

天涯倦客，山中归路，望断故园心眼。时光荏苒，岁月如梭，不知不觉间，作别亲爱的故土来到矿大的校园已三月有余，远离了那个小小的山城来到一望无际的平原，仰望夜晚的明月，远方的故乡是否还在等着我。

经济管理学院◆刘伟

三月前，那时的我载欣载欢，在火车站的人来人往中踏上了奔赴远方的列车，前方是憧憬已久的名校——矿大。坐上列车，我望着窗外，“螺丝山”坐立在远方，岩石如玉盘样一层一层的堆叠起来，越往上玉盘也越来越小，盛满了生机盎然的青葱。它那不断的环旋似是让我想起了求知之路的迂回，一次次的努力和煎熬，为的正是这一天啊，奔赴梦想的远方。每一次从高中回到村庄，坐在田埂地上，看着群山环绕，凝望冥思良久，往远处看去，高耸的群山一重又一重，一望无尽，阻断了人对于远方美好的憧憬，就好像是坚不可摧的囚笼一般，在你艰难的登上山的顶峰之后，你却失望地看见远方仍是若隐若现的山峰，尽管现实如此，但是想象的翅膀却早已飞上远方的天空，用自己的记忆和各种奇思妙想描绘着一副脱离“群山苦海”奔赴蓝天白云下书香弥漫，环境优美的大学生活蓝图。

而坐在列车上，我终于有幸可以实现自己所描绘的大学生活蓝图。

列车慢慢地开动了，家乡的山在远去，家乡的人也在远去，我望着窗外，似乎是有点厌倦了家乡一层不变的风景，还有那并不便利的交通，又或许我要去往更好的地方，远离这方小小窄窄的天地，奔向更光明的未来，心中竟有些说不出的欢喜。

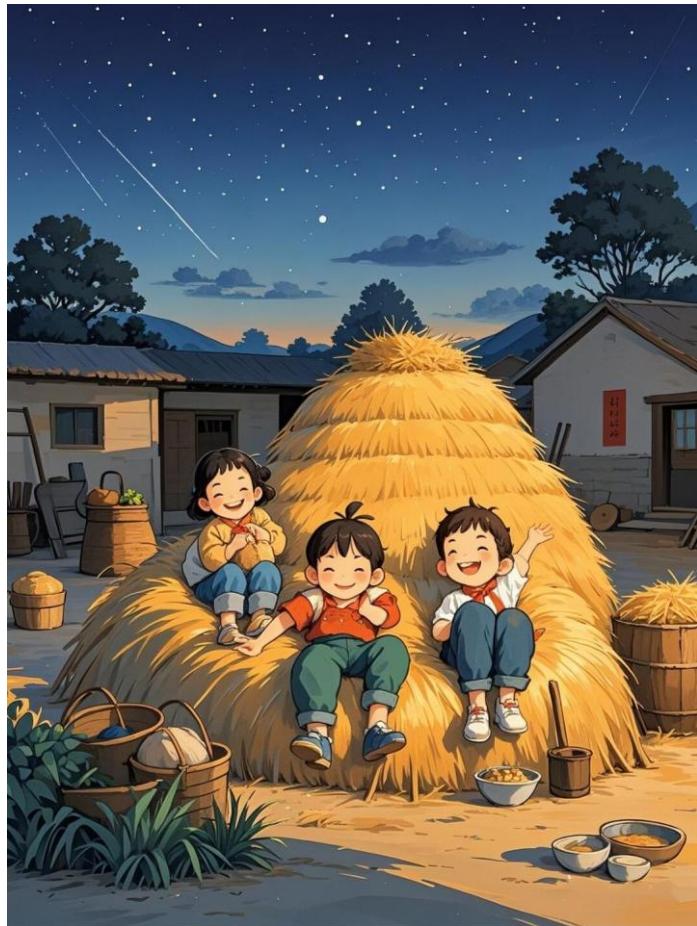
或许和“矿”这个字结下了不解之缘吧。我的家乡因矿富而兴，亦因矿竭而衰，高中就读的是“矿中”，到了大学竟也读的是“矿大”。这或许便是家乡情缘的种子在心间生根发芽于潜移默化之中所创造出来的匪夷所思的巧合吧。在坐上几天几夜的列车后，终于来到矿大，优美的风景自不必说，红艳的花海树立在路旁，争奇斗艳。怀揣着改变命运的初衷，我开始了忙碌的大学生活。在忙碌之中，我的脑海中渐渐充斥着各种目标，故乡的月亮





也随消淡的记忆渐行渐远，再难有多余的精力回望远方的家……

可不知为何，就像是平静的河面下所看不见的波涛汹涌的暗流，即便我的生活已被我安排的如此充实，理应自豪与无憾的我，心里却是空落落的，就好像是一处我曾常去欣赏的风景，现在不再去了，难免地有些不自在，不免地担心那片风景是否安好。



很多次夜深人静时我曾渴望着寻找这处风景，看着窗外投射进来清冷的灯光，意识融入寂静的黑夜，挣脱桎梏的枷锁，正如青莲“我欲因之梦吴越，一夜飞渡镜湖月”一般飘往千里之外的时光，去寻找被我遗忘的那一片风景。时间正在脑海中倒流，异乡人似乎回到了他的故乡，他的高中，他的那片小小地被遗忘在记忆角落里的山城。仍记得，临行前邻里亲切的家乡话，仍记得，那一帮陪你嬉闹的朋友与你一样，道别之后，也道别了故乡。仍记得，每次回去时，外婆的笑脸。仍记得，崎岖的山路很远很远，下雨的时候路很泥泞，哈哈，仍记得，父母说不睡觉的话月亮会下来割你的耳朵……时间过得真快啊，一切似乎都定格在了昨天，再也回不去的过往。

如果可以有再来一次的机会，三月前我踏上征途，远离故乡，是否会是依依不舍，而不是逃出囚笼的欣喜，也许我会跟家里人常联系，而不会像现在只顾着自己的生活而许久未曾

给他们一句问候，也许我会多拍几张家乡的风景，来慰藉泛滥的思念，而不是像现在图库里故乡的美景空空如也。可惜，纵便清风朗月，现在的我也只能像孤魂野鬼般寂寞地在记忆的天地里飘荡，没有目标，也没有归宿，是我遗忘故乡的眼泪，还是故乡遗忘了我的哀思……

时间正如流水在指尖流淌，握不住，无奈只能不舍地道别，让时针纪念这浓厚的思念，抬起头，睁开眼，依旧和来时的那天晚上一样，皎洁的明月在天空悬挂，秋天成为寒冬的记忆，远方的故乡是否还在等着我，一个夜深未眠，含泪的异乡人……便让奋斗来弥补这过错吧……

所恋在哪里，哪里就是我们的故乡了。——叶圣陶



# 春曦画暖

信控学院◆郑兴驰



湘妃蕊苞羞达，  
新芽之声啁哳，  
若问此赏何出，  
怎少南湖奇佳。

初阳乍现，  
春洒梨桃满枝，  
争奇斗艳。

毒疠偶至，  
镜湖内外当关，  
坚毅向前。

春露雀跃予林茂，  
微风拂作唤人警。



状元桥畔溪从流，  
镜湖沚旁鹄轻啼。

相间如若情如水，  
与待莫及半丈亲。

白衣素甲战疫云，  
不破危赤终不回。





方寸队列绘谨序，  
芸芸蓝纱描平安。

云映温阳晴非暖，  
游子师邻心未寒。

叹惜春景暂如许，  
但盼四季无此时。

此景此刻，心生私念，  
愿藏掩春景独赏，  
直至凜冬纷雪。

此景此刻，心生珍念，  
愿趁就春临苦读，  
定夺三甲之约。

此景此刻，心生惜念，  
愿另赴良辰美景，  
将与佳人相悦。

花露垂，云尚朦胧，  
期，四季无疾。

夕霞跃，月且摇曳，  
盼，故梦可人。

满怀希望就会所向披靡。





# 我是一朵云

矿业工程学院◆吴勇伟

我孤单的游走，  
在田间和溪流上晃荡，  
恍惚间我看见一片，  
美丽的油菜花迎风开放，  
在天地间，在田埂上，  
合着细雨摇摇晃晃，  
丝丝缕缕，如金黄的海洋，  
在雨丝中飘飘荡荡，  
它们顺着小溪的两旁，  
蜿蜒成无边无际的一趟  
我瞧见了其中的一朵，

金黄又有着无限的光芒，  
就像金色的巨龙，  
在乘着水花在欢心荡漾，  
我在天空中驻足观赏，  
这黄金般的宝藏。  
这想象不到的美景，  
我心神荡漾，  
那是我在这天地间，  
看到的美丽梦想，  
那是我已经好久不见，  
期待的幸福安详。





## 梦生雾

安全学院◆谭家豪



徐州，常常会碰上雾天。

清晨，雾蒙蒙的天我总要被捉弄。思绪还恋着梦里的周遭，步子却要往教室迈。倘使昨夜梦的恰是大雾天，昏沉沉的人，你说，他能辨的清真假吗？

一般，我的鼻子很灵，比脑袋灵的多。路两旁的玫瑰与草木，香味常常比色彩清晰。眼睛睁与不睁我都能顺着路往前。有时我确实闭着眼，那一刻仿似又梦了一遭。若人再迷糊些，脑袋真就沉了过去，梦中又是一梦，你说，他能辨得清里外吗？

曾听人讲，徐州这雾是天气差劲的原因，空气里弥漫的是些小颗粒和尘土，有着不小的害处，你可得注意，莫要吸多了。某次也是痴了，觉得自己定是在梦里，我就偏是吸了，还要猛猛的吸上几口。想着把花与叶也都通通吸了，然后等着种子在胸里的尘土发芽。我是让花从我嘴巴里长出来，还是让她长在我的眼睛里呢？土少了可不行，再吸几口！人若痴了，你说，他还能辨得清深浅吗？

有时免不了摔上几跤，昨日就摔了，一摔人就清醒一些了。

“同学，你怎么往树林里走？”

“摔傻了，博学楼怎么走。”

她用手指给我方向，可我在看她的手。骨节分明，比花丛里的白玫瑰还要白，我当场考证过！我的鼻子灵，她施的脂粉是栀子香。

“你怎么又发上呆了？”

我赶忙为自己的失礼道了歉，但她觉得我定是内疚耽误了她的时间。

她才走远几步，就被雾全裹住，不见了。我顺着她指的方向走，路上的车子响着平日很难听到的变奏曲，按理说，雾天的清晨应该比艳阳天更热闹，可路上所有人都比平时缄默，应是怕胸里偷偷生了花芽吧，搞不明白。

这个天，镜湖的水还是静静的流，不受鸣笛的影响。清幽的湖面上映着的，是鱼肚白般的雾下打着瞌睡的嫩柳。周围灰蒙蒙一片。只见枝动，不见风起；只见涟漪，不见叶落。

这雾天到了晚上又是另一番景致。

每一入夜，整个世界就进了朦胧。远处绵延的山最先融化，像条河，没有水流声。山腰还浮着几盏灯，如河面未熄的渔火，孤零零的。和它一样孤零零的，还有偶尔出现的几辆摩托车，应该是摩托车。脑袋吐着微弱的光晕，尾灯红的像是缺氧的腮，慢慢的游啊游，游进了浓雾里，回家了。

若能等到别人都休息了，此时就只能看见远处的天际线。青山比天更暗，灯比星星更亮，下面的比上面的更像黑夜。

远处有只野猫，叫的难听极了，或是怕黑了，抑或是抱怨这河里没有鱼。



责任编辑：周思晨

人生的旅途，前途很远，也很暗。然而不要怕，不怕的人面前才有路。——鲁迅





# 拨开心灵迷雾，拥抱明朗自我

环境与测绘学院 ◆ 安丽雪

在生活的漫漫征途中，我们都曾如迷失在雾中的行者，被困惑与烦恼紧紧缠绕。于我而言，那段在学业与社交的双重压力下挣扎的时光，至今仍历历在目。

刚步入大学时，我满心憧憬，渴望在新环境里绽放光彩。然而，现实却如一盆冷水，猝不及防地浇灭了我的热情。

在学业上，课程难度远超想象。每一堂专业课都像是一场艰难的攀登，高深的理论知识和复杂的实践操作让人应接不暇。那些专业书籍里的文字，不再是高中时能轻松理解的模样，它们像是一个个神秘的符号，隐藏着难以捉摸的含义。面对堆积如山的知识，我仿佛置身于黑暗迷宫，找不到出口。那些复杂的理论和公式，如同狰狞的怪兽，张牙舞爪地向我扑来。我早起晚睡，日夜苦读，可成绩却始终不尽如人意。我拼命追赶，却始终难以企及理想的高度，挫败感如影随形。

社交方面，融入集体对我这个性格内向的人来说，更是一道难以跨越的鸿沟。高中时，大家都埋头学习，人际交往相对简单。可到了大学，社交变得丰富多彩，同学们纷纷展示自己的才华，结交志同道合的朋友。看着同学们三两成群，欢声笑语不断，我却总是在人群中沉默寡言，像个局外人。每一次试图参与话题，却总是因紧张而语塞，那些到了嘴边的话，又被我生生咽回肚里。我害怕被忽视，更害怕被拒绝，于是，我在自己周围筑起了一道高高的墙，将自己与外界隔绝。我羡慕别人的开朗自信，却又不知如何改变自己，这种无力感让我愈发自卑。

这种双重困境，让我陷入了深深的自我怀疑。我不断质问自己：是不是我不够聪明，才学不好专业知识？是不是我太过无趣，才无法融入集体？焦虑和自卑如同藤蔓，在心底疯狂蔓延，紧紧束缚着我，让我喘不过气来。夜晚躺在床上，我常常望着天花板发呆，脑海中不断浮现出那些失败的场景，泪水不自觉地打湿了枕头。我开始变得消沉，对曾经热爱的事物也失去了兴趣，生活仿佛陷入了无尽的黑暗。

但我深知，一味地沉溺于消极情绪并不能解决问题。我开始尝试寻找破局之法。在学业上，我不再盲目死磕。我鼓起勇气，主动走进老师的办公室，向他们倾诉我的困惑。老师们耐心地为我答疑解惑，不仅帮我梳理知识点，还传授给我学习方法和技巧。我也加入了学习小组，和同学们一起探讨难题，分享学习心得。在这个过程中，我发现同学们都很友善，他们并不会嘲笑我的笨拙，反而会热心地给予帮助。渐渐地，那些曾





经让我望而生畏的知识，在交流与讨论中变得清晰起来。每解开一道难题，每掌握一个知识点，都让我感受到了进步的喜悦，也重新找回了些许自信。我不再害怕学习，而是享受这个不断探索和成长的过程。

在社交上，我鼓起勇气，从一些微小的改变做起。我强迫自己不再总是独来独往，主动参加班级活动。一开始，我只是帮忙布置场地，默默地做着一些琐碎的工作。但随着参与次数的增多，我逐渐融入了集体，也有了更多与同学交流的机会。我努力克服内心的恐惧，主动和同学打招呼、聊天。虽然一开始，对话还有些生硬和尴尬，但随着交流的增多，我慢慢找到了与他人相处的节奏。我学会了倾听，也敢于表达自己的想法和感受。我发现，当我真诚地对待他人时，也能收获同样的善意。我开始真正融入集体，感受到了友谊的温暖。我们一起聚餐、一起出游，那些美好的时光，让我不再孤单。

这段经历让我明白，人生本就是一场充满挑战的旅程，在心灵被困惑与烦恼笼罩时，我们不应逃避，而应勇敢直面。每一次困境，都是成长的契机；每一次突破，都是心灵的蜕变。当我们勇敢地拨开心灵的迷雾，就能拥抱那个更加明朗、强大的自我。如今，再回首那段灰暗的日子，我心怀感激。因为正是那些挫折，让我学会了坚强；正是那些努力，让我收获了成长。我知道，未来的道路依然会充满未知和挑战，但我已不再畏惧。我会带着这份勇气和自信，继续前行，去迎接生活中的每一个美好瞬间。心雨

### 编者的话：

生活的迷雾常悄然笼罩心灵，让我们在迷茫中迷失方向，而每个人都在寻找那束穿透阴霾的光。本文作者以细腻笔触，将大学时光里学业与社交的双重困境娓娓道来，从自我怀疑到勇敢突围的历程，触动人心。那些在深夜辗转反侧的焦虑、在尝试中逐渐积累的勇气，是成长最真实的注脚。它告诉我们，困境不是终点，而是蜕变的起点。愿每一位读者都能从文字中汲取力量，在面对人生迷雾时，拥有拨云见日的勇气，拥抱更强大、更明朗的自己。



文 雨

心 龙

追光的人，终会光芒万丈。——《人民日报》





环境与测绘学院◆王生璞

或许，那个问号，是我最后的防线了。

——题记

第一次开始话多，第一次排名下滑，第一次传小纸条，第一次动心，第一次暗恋……直到第一次彻底失去。带着高中解不开的心结，我来到了大学——一个没有他的地方，想让这场只有我自己知道的暗恋就此了结。

如果当初，选课的时候，我再坚决一点，是不是一切都一样了呢。当老师和家长一再劝我选物理的时候，

我动摇了，现在想想，这个选择并不是纯粹因为以后的路更广，而更多的是因为不舍。那时，我还没有认清自己的内心，糊里糊涂的就选上了自己并不擅长的科目，没有及时回头，而接下来的两年里，不断地相互了解，原本可以在高一就结束的暗恋，在我内心里的分量越来越重了。人们都说，十几岁就喜欢的人，往往得不到也忘不掉，的确，这场始于物理的暗恋，也终于物理。

来大学报到的前一天晚上，我把跟他全部的聊天记录删除了，连同那些记忆，我也希望立刻消失，我满怀信心的告诉自己，在大学，要开始新的生活，然而，看着越来越多的聊天记录，我承认，我做不到完全丢掉过去。直到，一个视频的出现。有时候，人的出场顺序真的很重要，那个在你情窦初开的时候出现的白月光，这一辈子都会是你的白月光。在我问他物理题的时候，收到的只会是一张图片，最多只是一条语音，而他整整录了接近五分钟的视频来给他的白月光讲一道物理题，他的偏爱，也只会在她身上出现吧，而我，只是一个过路人，或者一个普通朋友。我不明白他为什么给我发这个视频，也许是想跟我分享脱单的快乐，只是他不知道，也许永远也不会知道，我那时的失落。而我，仅仅用一个问号掩饰了。

这场暗恋就此了结了，我和他止步于朋友，比起可怜巴巴的强求跟他在一起，我更喜欢像从前那样，做回无话不谈的好朋友。小说里暗恋的那些美好的结局，在现实中，恐怕很难发生。作为一个女孩子，只有被偏爱的才会有恃无恐，而在找到那个偏爱你的人之前，能做的，就是努力让自己变得更好、更强大，因为只有这样，即使不被偏爱，你也会拥有属于自己的星辰大海。

内心强大了，一切的事情都不会打倒你，那些不切实际的镜花水月，该了结时就要放手，潇洒的转身，迎接你的依旧是美好的明天。**心雨**





# 释怀：

## 与青春心事温柔道别

环境与测绘学院◆安丽雪

青春的信笺上，总有些字迹被时光晕染成朦胧的雾。那些在心底反复描摹却从未寄出的话语，那些藏在眼角余光里的心动，如同缠绕指尖的丝线，看似轻柔，却在某个时刻突然收紧。当决定放下这份隐秘的情愫时，我们终于学会以温柔的姿态，与过往的自己完成一场和解。

不再执着于清晨图书馆里刻意制造的“偶遇”，不再对着手机屏幕上的头像反复编辑又删除对话框。我们开始明白，真正的释怀不是将回忆彻底抹去，而是能在某个阳光明媚的午后，坦然想起那些悸动的瞬间，嘴角不自觉扬起微笑。就像收拾旧物时翻出泛黄的书签，虽已不再使用，却依然珍视它承载的时光温度。

把关注他人的目光收回自身，生活便展开新的画卷。在实验室里专注调试精密仪器，在辩论赛场上据理力争，在社团活动中与伙伴们并肩奋斗。当我们全身心投入成长的旅程，那些曾经以为跨不过的坎，都变成了身后渐远的风景。而生命中出现的新朋友，就像春日新抽的嫩芽，带着蓬勃的生机，让我们看见更辽阔的世界。



告别不是遗忘，而是成长的勋章。那些在暗恋中学会的细腻与温柔，终将成为照亮前路的星光。当某天我们能笑着讲述这段故事，便会懂得：有些美好之所以珍贵，恰恰在于它停留在最纯粹的时刻。而放下，正是对这份美好最庄重的致敬。**心雨**

一穿烟火以谋生，一穿诗意以谋爱。——《人民日报》



## 雨天的书（节选）

张晓风

我不知道，天为什么无端落起雨来了。薄薄的水雾把山和树隔到更远的地方去，我的窗外遂只剩下一片辽阔的空茫了。

想你那里必是很冷了吧？另芳。青色的屋顶上滚动着水珠子，滴沥的声音单调而沉闷，你会不会觉得很寂寥呢？

你的信仍放在我的梳妆台上，折得方方正正的，依然是当日的手痕。我以前没见你；以后也找不着你，我所能有的，也不过就是这一片模模糊糊的痕迹罢了。另芳，而你呢？你没有我的只字片语，等到我提起笔，却又没有人能为我传递了。

冬天里，南馨拿着你的信来。细细斜斜的笔迹，优雅温婉的话语。我很高兴看你的信，我把它和另外一些信件并放着。它们总是给我鼓励和自信，让我知道，当我在灯下执笔的时候，实际上并不孤独。

另芳，我没有即时回你的信，人大了，忙的事也就多了。后悔有什么用呢？早知道你是在病榻上写那封信，我就去和你谈谈，陪你出去散散步，一同看看黄昏时候的落霞。但我又怎么想象得到呢？十七岁，怎么能和死亡联想在一起呢？死亡，那样冰冷阴森的字眼，无论如何也不该和你发生关系的。这出戏结束得太早，迟到的观众只好望着合拢黑绒幕黯然了。

雨仍在落着，频频叩打我的玻璃窗。雨水把世界布置得幽冥昏黯，我不由幻想你打着一把外伞，从芳草没胫的小路上走来，走过生，走过死，走过永恒。

那时候，放了寒假。另芳，我心里其实一直是惦着你的。只是找不着南馨，没有可以传信的人。等开了学，找着了南馨，一问及你，她就哭了。另芳，我从来没有这样恨自己。另芳，如今我向哪一条街寄信给你呢？有谁知道你的新地址呢？

南馨寄来你留给她的最后字条，捧着它，使我泫然。另芳，我算什么呢？我和你一样，是被送来这世界观光的客人。我带着惊奇和喜悦着青山和绿水，看生命和知识。另芳，我有什么特别值得一顾的呢？只是我看这些东西的时候比别人多了一份冲动，便不由得把它记录下来了。

我究竟有什么值得结识的呢？那些美得叫人痴狂的东西没有一样是我创造的，也没有一件是我经营的，而我那些仅有的记录，也是破碎支离，几乎完全走样的，另芳，聪慧的你，为什么念念要得到我的信呢？

“她死的时候没有遗憾，”南馨说，“除了想你的信。你能写一封信给她吗？……我是信耶稣的，我想耶稣一定会拿给她的。”

她是那样天真，我是要写给你的，我一直想着要写的，我把我的信交给她，但是，我想你已经不需要它了。你此刻在做什么呢？正在和鼓翼的小天使嬉戏吧？或是拿软软的白云捏人像吧？（你可曾塑过我的？）再不然就一定是在茂美的林园里倾听金琴的轻拨了。

另芳，想象中，你是一个纤柔多愁的影子，皮肤是细致的浅黄，眉很浓，眼很深，嘴唇很薄（但不爱说话），是吗？常常穿着淡蓝色的衣裙，喜欢望帘外的落雨而出神，是吗？另芳，或许我们真不该见面的，好让我



想象中的你更为真切。

另芳，雨仍下着，淡淡的哀愁在雨里飘零。遥想墓地上的草早该绿透了，但今年春天你却没有看见。想象中有一朵白色的小花开在你的坟头，透明而苍白，在雨中幽幽地抽泣。

而在天上，在那灿烂的灵境上，是不是也正落着阳光的雨、落花的雨和音乐的雨呢？另芳，请俯下你的脸来，看我们，以及你生长过的地方。或许你会觉得好笑，便立刻把头转开了。你会惊讶地自语：“那些年，我怎么那么痴呢？其实，那些事不是都显得很滑稽吗？”

另芳，你看，我写了这样多，是的，其实写这些信也很滑稽，在永恒里你已不需要这些了。但我还是要写，我许诺过要写的。

或者，明天早晨，小天使会在你的窗前放一朵白色的小花，上面滚动着无数银亮的小雨珠。

“这是什么？”

“这是我们在地上发现的，有一个人，写了一封信给你，我们不愿把那样拙劣的文字带进来，只好把它化成一朵小白花了——你去念吧，她写的都在里面了。”

那细碎质朴的小白花遂在你的手里轻颤着。另芳，那时候，你怎样想呢？它把什么都说了，而同时，它什么也没有说，那一片白，乱簌簌地摇着，模模糊糊地摇着你生前曾喜爱过的颜色。

那时候，我愿看到你的微笑，隐约而又浅淡，映在花丛的水珠里——那是我从来没有看见，并且也没有想象过的。

细致的湘帘外响起潺潺的声音，雨丝和帘子垂直地交织着，遂织出这样一个朦胧黯淡而又多愁绪的下午。

山径上两个顶着书包的孩子在跑着、跳着、互相追逐着。她们不像是雨中的行人，倒像是在过泼水节了。一会儿，她们消逝在树丛后面，我的面前重新现出湿湿的绿野，低低的天空。

手里握着笔，满纸画的都是人头，上次念心理系的王说，人所画的，多半是自己的写照。而我的人像都是沉思的，嘴角有一些悲悯的笑意。那么，难道这些都是我吗？难道这些身上穿着曳地长裙，右手握着檀香折扇，左手擎着小花阳伞的都是我吗？咦，我竟是那个样子吗？

一张信笺摊在玻璃板上，白而又薄。信债欠得太多了，究竟今天先还谁的呢？黄昏的雨落得这样忧愁，那千万只柔柔的纤指抚弄着一束看不见的弦索，轻挑慢捻，触着的总是一片凄凉悲怆。

那么，今日的信寄给谁呢？谁愿意看一带灰白的烟雨呢？但是，我的眼前又没有万里晴岚，这封信却怎么写呢？

这样吧，寄给自己，那个逝去的自己。寄给那个听小舅讲灰姑娘的女孩子，寄给那个跟父亲念《新丰折臂翁》的中学生。寄给那个在水边静坐的织梦者，寄给那个在窗前扶头沉思者。

但是，她在哪里呢？就像刚才那两个在山径上嬉玩的孩童，倏忽之间，便无法追寻了。而那个“我”呢？隐藏到哪一处树丛后面去了呢？

你听，雨落得这样温柔，这不是你所盼的雨吗？记得那一次，你站在后庭里，抬起头，让雨水落在你张开的口时，那真是好笑的。你又喜欢一大早爬起来，到小树叶下去找雨珠儿。很小心地放在写算术用的化学垫板上，高兴得像是得了一满盘珠宝。你真是很富有的孩子，真的。

什么时候你又走进中学的校园了，在遮天的古木下，听隆然的雷声，看松鼠在枝间乱跳，你忽然欢悦起来。你的欣喜有一种原始的单纯和热烈，使你生起一种欲舞的意念。但当天空陡然变黑，暴风夹雨而至的时候，你就突然静穆下来，带着一种虔诚的敬畏。你是喜欢雨，你一向如此。

心雨

责任编辑：安丽雪

文 龙

心 龙

莫以尘雾之微，补益山海；荧烛末光，增辉日月。——曹植



## 匆匆的旅人

二〇二一年春，李乐去了一趟北方。家里的雨还在下，他收拾好行囊，准备好跟同学一起出发。这一次是海军飞行员的初试，他很重视。为了看看审核是否通过，他天天晚上都要刷新几遍网页，放学时、路上、到家后。

到家后李乐的父亲要么躺在沙发上打盹，要么在房间里睡觉，鼾声如雷。当他把自行车推进来后，父亲会突然惊醒：“你回来了？！”然后便倒头睡去。母亲总是在他躺下后到家，这时候他已经将房门反锁住了。

他懒得起身，上了高中之后，这门闩不会被损坏了。

李乐决定趁选拔的机会好好放松放松，在所有的假期玩他总是有一种负罪感。有老师布置的任务，和同学们假期补课的“弯道超车”。他最终完成不了作业，也没有新学习任何东西。他知道他永远都会这样，但他永远都希望着他会觉醒。最终他还是会选择煎熬地玩下去。

他选择坐动车二等座，虽然机票比它便宜，但他不确定机票可不可以报销。李乐直勾勾地盯着窗外，这条路线上的景色总是千篇一律的，在一片片的麦苗中，一些人把自己包裹得严严实实的，低头看着什么。他觉得挺好的，在远方，也有人陪伴着他。三年前的夏天，第一次去济南，他一个人坐了三十三个小时的硬座，两年前的夏天，他独自坐了三十三个小时的硬卧。从山区走到平原，仅仅是外面的云倒退得快了一点，他也觉得没有再有那样的孤独了。

报道后他们被告知，测试期间不能外出，他们的活动范围基本上只在酒店的房间里。这一天他睡得格外的早，第二天测视力的时候眼睛可不能疲劳。他强迫自己在九点的时候入睡。要知道，在他九岁之后，这个时间他没有不清醒过。他其实有点紧张，知道自己可能会失败，但是他决定尽量能多做几项测试，以后还方便吹嘘一点，这些测试的流程是些什么，也是一些谈资。窗外，货车的刹车声不断，鸣笛的声音轻而易举地跳到了十二楼。这个时候李乐应该开始做梦了，车流与旁人嘈杂，或许伪装成了他梦中翩翩起舞的音符……

李乐脱光了衣服，和组员一起站成队列，医生们对他们进行了初步的检查。他被这些目光审视得不自在，他们毫不掩饰地开着玩笑，他此刻就萌生了退意。不过他心一横，反正他们看都看了，再想这些也没有意义了。完毕后，他们匆匆忙忙地穿上裤子，拿着衣服跟着军官走到另一个房间里。

医生将李乐喊进来，示意他把门关上。李乐心一沉，心说不妙。果然，医生开口询问了一些家族的精神状况。接着是关于自己的详细状况。

“睡眠质量怎么样？有失眠吗？”

“还行，有失眠。”

“为什么？”

“头疼。”

“疼多久？”

“一直疼。”

.....



果不其然，回答了一系列的问题后，李乐的选拔之旅结束了这一环节。在回答的时候，他是纠结的、绝望的。回答地越多，气氛越凝重。他不是没有想过用谎言来结束这些，但他不想欺骗国家，而且，他的就诊记录或许也会被查到，他也没有这个胆子欺骗国家。军官说，可能所有的军校都不会要他了。他点了点头，转身离开了。



李乐收下了报销的路费，独自在街上漫无目的地走着。他订下了去往济南的车票，姐姐说让他来玩一天再走。还有富裕的时间，他想着，就不吃烩面了，奖励自己吃顿好的。李乐点了一份炸蘑菇，他第一次吃到这个东西，感觉很不错。直到现在，他都不知道自己当时在想些什么，他在这里会有什么值得纪念的东西？

晚上，姐姐带着外甥女来接他。他们都找不到什么话说，找了一家店吃饭。吃到一半班主任打电话来了，他慌慌张张按下电梯，去到了停车场接下电话。

“怎么样了？”

“嗯，失败了，可能后天就回来了。” “好，注意安全。”

今天他上了床不想玩手机，也早早的睡下了。

月亮散发的光芒被堆积的云一点一点地蚕食着，直到大地被黑夜吞没。

二〇二二年夏，李乐意识到，他第一年的大学生活马上要完结了。从毫无头绪到熟悉成绩的规则，每天规划怎么好好地划水，他算是有些进步。第一年他什么也没做，什么职务也没有，与班里的同学不熟悉。

说是游戏，其实他只是喜欢和人一起玩。从前的朋友喜欢玩游戏，那么他就等着朋友叫他上号，没有人叫他，那么他就不玩。他宁愿刷刷视频，看看小说。偶尔有些时候奖励自己通宵写作业。虽然这大概率要归功于他那可笑的睡眠质量。

李乐是想找个医生给自己开一点好睡觉的药的，可是他吃了那些药都会头疼。褪黑素、谷维素，这些都会让他第二天过的很痛苦。甚至，布洛芬也会让他头疼。

除了寝室的团建，李乐与一切的活动都无缘。除了室友，他新交到的朋友一只手就能数的过来，甚至以前的一些朋友也因为某些原因而断了联系，有些是越来越生疏。他也不明白，他是一个为别人而活的人。他对自己的人生毫无兴趣，他只想让身边的人能够多一点快乐。他为了他们的希望而活，他不知道自己除了生存，还需要什么。即使这样，他也不愿意再主动寻找交往的机会了。他不明白自己想做什么。

夏天，李乐给朋友们说了志愿填报的重要因素。除了自己最关心的住宿和饮食之外，最值得关心的应该就是学校的政策了。例如说保研的指标，绩点的计算，这些基础的东西其实是应该好好了解的，如果有一个清晰的目标，可以更好地安排自己的时间。

不过这些李乐都不关心了，因为学校害怕疫情扩散，提前放假了。

他带着室友们去成都玩了一圈，在路上的这几天做了很多次核酸检测。路过了郑州，他们换乘的时间不够多，只得花了八十块钱在车站搭了个车，走了十多公里到高铁站。他们本打算路上吃完烩面再走的，可惜没有任何的时间了。一路上司机都在说着自己多么多么不容易。李乐看向窗外，说：

“我来过这里。”

太阳很大，大熊猫都没有出来玩的。不过李乐在这个地方待了这么久，第一次看到刚出生的大熊猫，算是不虚此行了。提前回家了，他也很高兴。他也觉得很虚幻，一次说走就走的旅行，给人一种特别新鲜的体验。他每次睡觉都不敢睡的太死，害怕这是一场梦。

室友回家了，李乐也回家了。躺下后，听见了熟悉的吵闹声，他又想回学校了。他想起了为什么这个学校为什么这么适合他。

他回了老家。晚上他看着闪闪的飞机，长叹了一口气。

突然有什么东西划过他的脸颊，应该又开始下雨了。 心雨

生命有如铁砧，愈被敲打，愈能发出火花。——伽利略。





## 夜航（节选）

圣埃克絮佩里

里维埃离开了办公室，走到大街上呼吸新鲜空气。他企图借助散步来抛开重新占据他全部思绪的，某种难以形容的焦虑不安。像他这样一个为行动而生的人，这一刻仿佛感到，工作中各种充满戏剧性的悲欢离合，其实也一样充斥着日常生活。他想起生活在城镇里的布尔乔亚们，他们的生活看起来平静无波，但实际上爱、恨、生、死这些生命之痛，也一样压在他们的肩头上。他自己的痛苦教会他不少的东西，“也许这些经验能让我打开新的窗户”。

将近晚上十一点左右，他觉得平静了不少，于是重新往办公楼方向走去。他慢慢地穿过拥挤在电影院出口处的人群，抬起头仰望天上的星星。星星照耀着他脚下狭窄的小路，却又在招贴画下显得有些黯淡。里维埃心想，“今天晚上有两架航班在飞行中，我就要对这一整片的天空负责。这些星星其实是在人群中寻找我，召唤我。这或许也就是为什么，即使被人群包围着，我还是依然觉得孤单。”

他耳边回响起某段旋律，那是他昨天和一群朋友一起听的音乐。朋友们对这段曲子完全不欣赏：“这东西实在很无聊。您也一定觉得很无聊，只是您不愿意承认而已。”

“也许。”

和今天晚上一样，他当时觉得有点寂寞。可是，他很快就体会到了这种寂寞本身的富有与魅力。音乐中滚动的信息向他流淌而来，好像一个温柔的秘密，在那么多的普通人中，它唯独选中了向他倾诉。就像此刻闪耀在空中的星星，它们照耀着人世间那么多的肩膀，却只有他能听懂它们的语言。

人行道上的人群不时地推挤着他。他跟自己说：“我是不会生气的。我就像一个孩子生了病的父亲，在人群中一小步一小步地前进着。他将家里的沉默与寂静都背负在身上。”

他望着人行道上的人们，寻找着和他一样，因为某种爱或者创造，漫步前行的人。他想起点灯人们的孤单与寂寞。



办公楼里的寂静是他喜欢的东西。他慢步穿过一间间的办公室，只听见自己的脚步声。一排排的打字机在

各自的罩子下睡着觉。摆着所有按类别归类材料的大橱也全部关闭着。那是他十年的工作与经验。他觉得似乎是在参观某家银行的地下室，那里储存着所有的财富。而对他来说，所有这些材料的积累比银行的金子更有价值，因为它们拥有某种活的力量。

他在某间办公室里遇见了当天唯一的值班秘书。这个男人在深夜的工作，令生命与意志在黑夜中无限延续。从图鲁兹到布宜诺斯艾利斯的航线，也为此永远不会中断。



“他不知道自己的伟大之处。”

飞行员们在天上的某个角落战斗着。夜间航班就像是某种顽症，你必须时刻监视着它，协助这些从头到脚都在和夜色战斗的飞行员。他们身陷漆黑的阴影中，什么都看不见，只有用自己盲目的双臂把自己从大海般的深渊中拔起来。有的时候你会听见那些让人害怕的告白：“我当时不得不用手电筒照着自己的手，我连手都看不见。”红色灯光下，如同冲印室一般的机舱里，唯一看得清楚形状的，就是飞行员的手。那是他们的世界里唯一剩下的，也是必须拯救的。

里维埃推开办公室的门。墙角书桌上的台灯打开着，像是一片被照亮的沙滩。打字机敲打键盘的声音含蓄地赋予着寂静某种意义。电话铃声时不时响着，值班秘书于是站起来，朝着悲伤的、不断重复着的倔强的铃声走去。他拿起听筒，脸上隐约可见的忧虑渐渐地平复了：那是一通温和的对话。接着他又平静地重新走回办公桌，脸孔因为寂寞和疲倦而显得毫无表情。此时天空中正有两架飞机在翱翔着，黑夜中的电话铃声究竟会带给他们些什么危险？里维埃想起那些在灯光下读着电报的飞行员的家人们，那隐藏在父亲们脸上的短短几秒却又是永恒的悲伤。每一次电话铃响起时，他仿佛都能听见他对它的回应。而那行走于他的书桌和电话之间的秘书，就好像一个潜水员，一次又一次地将他投入神秘的海洋。

“我来接吧。”

里维埃拿起电话听筒，对面传来嗡嗡的声音。

“是里维埃。”

一阵轻微的杂音后，对方说：“我给您转通讯员。”

又一阵杂音，接着传来另一个噪音：“这里是通讯员，我们向您报告各个站点的情况。”

里维埃边听边点头：“好的，嗯。”除了常规信息，没有什么特别重要的情况。里约热内卢站索取相关情况，蒙得维地亚[插图]站汇报天气，门多萨站谈论他们的飞行器问题……所有的这些都是航空公司的常规话题。

“飞行员们如何？”

“这里有暴风雨，暂时无法联络到飞机。”

“好的。”

里维埃想，这里的天空如此晴朗，群星闪耀，而电报员却已经检测到远方风暴的气息。

“一会儿见。”

里维埃站起来准备离开。值班秘书走到他跟前：“请您在记录上签个字，主任。”

“好的。”

里维埃发觉，他正不由自主地对秘书产生一种深厚的友谊，承载着夜晚的沉重。“这是个和我一起战斗的战友，”里维埃想，“他也许永远也不会知道，这个夜是用何种方式将我们连在了一起。”

心雨

我们的人生随着我们花费多少努力而具有多少价值。——莫利亚克





## 地下室手记（节选）

陀思妥耶夫斯基

不过我又算老几？——这一切人人在做，连疾病也有人在吹嘘，而我说不定比他们有过之而无不及。我们无意争论；我的反驳是荒唐的。但是我依旧深信，不仅过多的意识，甚至任何意识都是一种病态。我坚持这种看法。我们先暂时撇开这一话题不谈。请你们先告诉我：为什么在那时候，是的，在那时候，即在我最能意识到像我们从前所说的一切“美与崇高”[插图]的所有微妙之处的时候，偏偏会发生这样的情况，即我已经不是去意识、而是去做这样一些不登大雅之堂的事了呢？……是啊，一句话说完，也许，这些事大家都在做，但是为什么偏偏在我最清醒地意识到根本不应该做这种事的时候，我却偏要去做这种事呢？我越是认识到善和这一切“美与崇高”，我就会越深地陷入我的泥淖以致完全不能自拔。但是关键在于我身上的这一切似乎并非出于偶然，而是好像理应如此。似乎这倒是我最正常的状态，而绝对不是一种病，也不是中了邪，因此到后来我也懒得再跟这种邪门的事作斗争了。最后，我差点要相信了（也许，还真相信了），这正是我的正常状态也说不定。然而起先，开始的时候，在这斗争中，我吃过多少苦，受到多少罪啊！我不相信别人也会这样，因此一直把这当作一件秘密隐藏于心，隐藏了一辈子。我感到羞愧（也许，甚至现在也感到羞愧）；以致发展到这样一种状态：常常，在某个极其恶劣的彼得堡之夜，回到自己的栖身之地，强烈地，意识到，瞧，我今天又干了一件卑劣的事，而且既然做了，也就无法挽回了——这时候我竟会感到一种隐蔽的、不正常的、卑鄙的、莫大的乐趣，然而内心里，秘密地，又会用牙齿为此而咬自己，拼命地咬，用锯锯，慢慢折磨自己，以致这痛苦终于变成一种可耻而又可诅咒的甜蜜，最后又变成一种显而易见的极大乐趣！是的，变成乐趣，变成乐趣！我坚持这一看法。我之所以要说这事，是因为我想弄清楚：别人是否也常有这样的乐趣？我要向你们说明的是：这乐趣正是出于对

自己堕落的十分明确的意识：是由于你自己也感到你走到了最后一堵墙；这很恶劣，但是舍此又别无他途；你已经没有了出路，你也永远成不了另一种人；即使还剩下点时间和剩下点信心可以改造成另一种人，大概你自己也不愿意去改造：即使愿意，大概也一事无成，因为实际上，说不定也改造不了任何东西。而主要和归根结底的一点是，这一切是按照强烈的意识的正常而又基本的规律，以及由这些规律直接产生的惯性发生的，因此在这里你不会改弦易辙，而且简直一筹莫展。结果是，比如说，由于强烈的意识：不错，他是个卑鄙小人，既然他自己也感到他当真是个卑鄙小人，好像这对卑鄙小人倒成了一种慰藉似的。但是够了……唉，废话说了一大堆，可是我又说明了什么呢……能用什么来说明这种强烈的快感呢？但是我偏要说明！一不做二不休，干脆把话到底！因此我才拿起了笔……

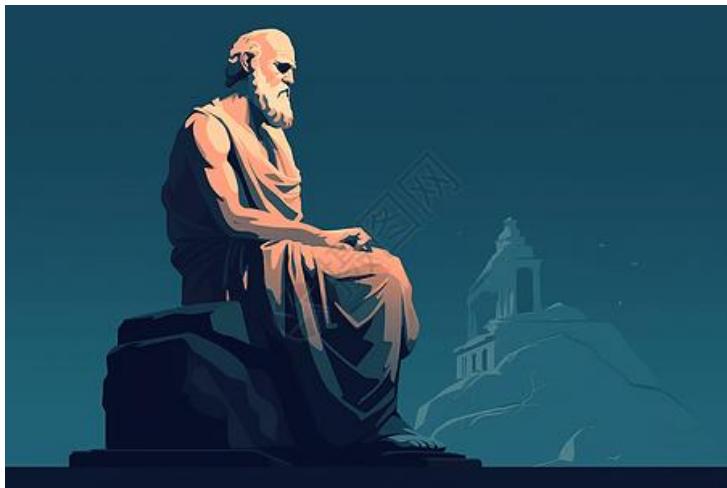
.....

我想继续心平气和地谈谈那些对某种微妙的快感一窍不通的神经坚强的人，在某种特殊情况下，比方说，这些先生虽然可以像公牛般大声吼叫，而且我们姑且假定，这还可能给他们带来极大的荣誉，但是我已经说过，因为不可能，他们也只好立刻偃旗息鼓。这“不可能”是否意味着遇到一堵石墙呢？这石墙究竟又是什么呢？唔，不用说，这就是自然规律，是自然科学的结论，是数学。比如说，他们会向你证明，你是猴子变的，于是你也只好接受这一事实，大可不必因此皱眉头。他们还会向你证明，实际上，你身上的一滴脂肪，在你看来，势必比别人身上的与你同样的东西贵重十万倍，由于这一结果，一切所谓美德和义务，以及其他的梦想和偏见，最终必将迎刃而解，你就老老实实地接受这一事实吧，没有办法，因为二二得四是数学。是驳不倒的。

“对不起，”他们会向您嚷嚷，“反对是办不到的：这是二二得四！自然界是不会向您请示的；它才不管您的什么愿望，它才不管您是不是喜欢它的什么规律呢。您必须接受它，因此它引起的一切结果，您也必须如实接受。既然是墙，那它就是墙……以及等等、等等。”主啊上帝，要是我由于某种原因根本就不喜欢这些自然规



律和二二得四，这些自然规律和算术跟我又有什么关系呢？自然，我用脑门是撞不穿这样的墙的，即使我当真无力撞穿它，但是我也绝不与它善罢甘休，其原因无非是因为我碰上了一堵石墙，而我又势单力薄无能为力。



似乎这样一座石墙还当真成了我的一种安慰，其中还当真包含着某种刀枪入库，马放南山的和好之意，而其唯一的理由无非是二二得四。噢，真是荒唐已极！如果把一切都弄个明白，如果把一切，把一切不可能和石墙都认识清楚，那就完全不同啦；你们厌恶容忍、迁就，那你们就同这些石墙斗到底，一个也不迁就好啦；如果利用不可避免的最符合逻辑的推断居然得出令人最厌恶的结论，似乎说来说去，甚至连碰到石墙也是你自己不对，虽然显而易见，而且一清二楚，你根本没有任何不对之处，因此你只能默默地、无能为力地咬牙切齿，在惰性中变得麻木不仁而又自得其乐，想到甚至你想迁怒于人，结果却无人可以迁怒；甚至连对象也找不到，也许永远也找不到，这里出现了偷天换日，出现了掉包捣鬼，总之，这里简直乱成了一锅粥——既不知道是什么是什么，也不知道谁是谁，可是尽管你们什么也不知道和出现了掉包捣鬼，你们还是会感到痛苦，你们不知道的事情越多，你们心里就越痛苦！

.....

当然，愤恨足以战胜一切，足以战胜我的所有疑虑，可见，正因为愤恨并不是原因，所以它能够顺顺当当地完全取代那个始初的原因。但是，如果我连愤恨都没有，那怎么办呢（要知道，方才我就是从这点开始谈起的）。我心中的愤恨，又由于意识的这些可恶的规律遭到了化学分解。睁开眼睛一看——对象挥发掉了，理由蒸發了，找不到有罪的人，侮辱也就变成了不是侮辱，变成了命该如此，这在某方面颇像牙疼，谁也没有错，因此剩下的只有同样的出路——狠狠地捶墙。你只好挥挥手，因为你找不到始初的原因。你不妨盲目地听从自己感情的驱使，不要发议论，不要寻找始初的原因，驱散你的意识，哪怕就赶走这一小会儿也行啊；恨或者爱，只要不无所事事地坐着就成。后天，这已经是最后期限了，你一定会开始自己都瞧不起自己，因为你在明明白白地自欺欺人。结果是：肥皂泡和惰性。噢，诸位，要知道，我之所以自认为是聪明人，大概是因为我毕生什么事也不做，既无所谓开始，也无所谓结束。就算，就算我是个清谈家吧，但是我跟我们大家一样，是个无害的、令人遗憾的清谈家。但是，如果任何一个聪明人的直接的、唯一的使命就是清谈，也就是说蓄意地空对空，又有办法呢？**火雨**

责任编辑：蔡璐璐

生命有如铁砧，愈被敲打，愈能发出火花。——伽利略。





## 苏东坡突围

余秋雨

苏东坡到黄州来之前正陷于一个被文学史家称为“乌台诗狱”的案件中，之后，他从监狱里走来，被人押着，远离自己的家眷，没有资格选择黄州之外的任何一个地方，朝着这个当时还很荒凉的小镇走来。他不知道，此时此刻，他完成了一次永载史册的文化突围，他写于黄州的那些杰作，既宣告着黄州进入了一个新的美学等级，也宣告着苏东坡进入了一个新的人生阶段。

我非常喜欢读林语堂先生的《苏东坡传》，但每次总觉得语堂先生把苏东坡在黄州的境遇和心态写得太理想了。语堂先生酷爱苏东坡的黄州诗文，因此由诗文渲染开去，由酷爱渲染开去，渲染得通体风雅、圣洁。其实，就我所知，苏东坡在黄州还是很凄苦的，优美的诗文，是对凄苦的挣扎和超越。

苏东坡在黄州的生活状态，已被他自己写给李端叔的一封信描述得非常清楚。信中说：

得罪以来，深自闭塞，扁舟草履，放浪山水间，与樵渔杂处，往往为醉人所推骂，辄自喜渐不为人识。平生亲友，无一字见及，有书与之亦不答，自幸庶几免矣。

我初读这段话时十分震动，因为谁都知道苏东坡这个乐呵呵的大名人是有很多很多朋友的。日复一日的应酬，连篇累牍的唱和，几乎成了他生活的基本内容，他一半是为朋友们活着。但是，一旦出事，朋友们不仅不来信，而且也不回信了。他们都知道苏东坡是被冤屈的，现在事情大体已经过去，却仍然不愿意写一两句哪怕是问候起居的安慰话。苏东坡那一封用美妙绝伦、光照中国书法史的笔墨写成的信，千辛万苦地从黄州带出去，却换不回一丁点儿友谊的信息。我相信这些朋友都不是坏人，但正因为不是坏人，更让我深长地叹息。总而言之，原来的世界已在身边轰然消失，于是一代名人也就混迹于樵夫漁民间不被人认识。本来这很可能换来轻松，但他又觉得远处仍有无数双眼睛注视着自己，他暂时还感觉不到这个世界对自己的诗文仍有极温暖的回应，只能在寂寞中惶恐。即便这封无关宏旨的信，他也特别注明不要给别人看。日常生活，在家人接来之前，大多是白天睡觉，晚上一个人出去溜达，见到淡淡的土酒也喝一杯，但绝不喝多，怕醉后失言。

他真的害怕了吗？也是也不是。他怕的是麻烦，而绝不怕大义凛然地为道义、为百姓，甚至为朝廷、为皇帝捐躯。他经过“乌台诗案”已经明白，一个人蒙受了诬陷即便是死也死不出一个道理来，你找不到慷慨陈词的目标，你抓不住从容赴死的理由。你想做个义无反顾的英雄，不知怎么一来把你打扮成了小丑；你想做个坚贞不屈的烈士，闹来闹去却成了一个深深忏悔的俘虏。无法洗刷，无处辩解，更不知如何来提出自己的抗议，发表自己的宣言。这确实很接近有的学者提出的“酱缸文化”，一旦跳在里边，怎么也抹不干净。苏东坡怕的是这





个，没有哪个高品位的文化人会不怕。

这是一种真正精神上的孤独无告，对于一个文化人，没有比这更痛苦的了。那阙著名的《卜算子》，用极美的意境道尽了这种精神遭遇：

缺月挂疏桐，漏断人初静。谁见幽人独往来？缥渺孤鸿影。惊起却回头，有恨无人省。拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷。

正是这种难言的孤独，使他彻底洗去了人生的喧闹，去寻找无言的山水，去寻找远逝的古人。在无法对话的地方寻找对话，于是对话也一定会变得异乎寻常。像苏东坡这样的灵魂竟然寂然无声，那么，迟早总会突然冒出一种宏大的奇迹，让这个世界大吃一惊。

然而，现在他即便写诗作文，也不会追求社会轰动了。他在寂寞中反省过去，觉得自己以前最大的毛病是才华外露，缺少自知之明。一段树木靠着瘦瘤取悦于人，一块石头靠着晕纹取悦于人，其实能拿来取悦于人的地方恰恰正是它们的毛病所在，它们的正当用途绝不在这里。我苏东坡三十余年来想博得别人叫好的地方也大多是我的弱项所在。

苏东坡的这种自省，不是一种走向乖巧的心理调整，而是一种极其诚恳的自我剖析，目的是想找回一个真正的自己。在这一过程中，佛教帮了他大忙，使他习惯于淡泊和静定。艰苦的物质生活，又使他不得不亲自垦荒种地，体味着自然和生命的原始意味。

这一切，使苏东坡经历了一次整体意义上的脱胎换骨，也使他的艺术才情获得了一次蒸馏和升华，他，真正地成熟了，与古往今来许多大家一样，成熟于一场灾难之后，成熟于灭寂后的再生，成熟于穷乡僻壤，成熟于几乎没有人在他身边的时刻。幸好，他还不年老，他在黄州期间，是四十四岁至四十八岁，对一个男人来说，正是最重要的年月，今后还大有可为。中国历史上，许多人觉悟在过于苍老的暮年，换言之，成熟在过了季节的年岁，刚要享用成熟所带来的恩惠，脚步却已踉跄蹒跚；与他们相比，苏东坡真是好命。

成熟是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而不腻耳的音响，一种不再需要对别人察颜观色的从容，一种终于停止向周围申诉求告的大气，一种无须声张的厚实，一种并不陡峭的高度。勃郁的豪情发过了酵，尖利的山风收住了劲，湍急的细流汇成了湖，结果引导千古杰作的前奏已经鸣响，一道神秘的天光射向黄州，《念奴娇赤壁怀古》和前后《赤壁赋》马上就要产生。**心雨**

记忆的风，是一滴晶莹剔透薄如蝉翼的泪，轻轻一碰，便会渗入如兰的情怀。——余秋雨



# 旅行

梁实秋

我们中国人是最怕旅行的一个民族。闹饥荒的时候都不肯轻易逃荒，宁愿在家乡吃青草啃树皮吞观音土，生怕离乡背井之后，在旅行中流为饿莩，失掉最后的权益——寿终正寝。至于席丰履厚的人更不愿轻举妄动，墙上挂一张图画，看看就可以当“卧游”，所谓“一动不如一静”。说穿了“太阳下没有新鲜事物”。号称山川形胜，还不是几堆石头一汪子水？我记得做小学生的时候，郊外踏青，是一桩心跳的事，多早就筹备，起个大早，排成队伍，擎着校旗，鼓乐前导，事后下星期还得作一篇《远足记》，才算功德圆满。旅行一次是如此的庄严！我的外祖母，一生住在杭州城内，八十多岁，没有逛过一次西湖，最后总算去了一次，但是自己不能行走，抬到了西湖，就没有再回来——葬在湖边山上。

古人云，“一生能着几雨屐？”这是劝人及时行乐，莫怕多费几双鞋。但是旅行果然是一桩乐事吗？其中是否含着有多少苦恼的成分呢？

出门要带行李，那一个几十斤重的五花大绑的铺盖卷儿便是旅行者的第一道难关。要捆得紧，要捆得俏，要四四方方，要见棱见角，与稀松露馅的大包袱要迥异其趣，这已经就不是一个手无缚鸡之力的人所能胜任的了。关卡上偏有好奇人要打开看看，看完之后便很难得再复原。“乘兴而来，兴尽而返。”很多人在打完铺盖卷儿之后就觉得游兴已尽了。

原始的交通工具，并不足为旅客之苦。我觉得“滑竿”“架子车”都比飞机有趣。“御风而行，泠然善也，”那是神仙生涯。在尘世旅行，还是以脚能着地为原则。我们要看朵朵的白云，但并不想在云隙里钻出钻进；我们要“横看成岭侧成峰，远近高低各不同，”但并不想把世界缩小成假山石一般玩物似的来欣赏。我惋惜米尔顿所称述的中土有“挂帆之车”尚不曾坐过。交通工具之原始不是病，病在于舟车之不易得，车夫舟子之不易缠，“衣帽自看”固不待言，还要提防青纱帐起。刘伶“死便埋我”，也不是准备横死。

旅行虽然夹杂着苦恼，究竟有很大的乐趣在。旅行是一种逃避，——逃避人间的丑恶。“大隐藏人海，”我们不是大隐，在人海里藏不住。岂但人海里安不得身？在家园也不容易遁迹。成年的圈在四合房里，不必仰屋就要兴叹；成年的看着家里的那一张脸，不必牛衣也要对泣。家里面所能看见的那一块青天，只有那么一大块。取之不尽用之不竭的清风明月，在家里都不能充分享用，要放风筝需要举着竹竿爬上房脊，要看日升月落需要左右邻居没有遮拦。走在街上，熙熙攘攘，磕头碰脑的不是人面兽，就是可怜虫。在这种情形之下，我们虽无勇气披发入山，至少为什么不带着一把牙刷捆起铺盖出去旅行几天呢？在旅行中，少不了风吹雨打，然后倦飞知还，觉得“在家千日好，出门一时难”，这样便可以把那不可容忍的家变成为暂时可以容忍的了。下次忍耐不住的时候，再出去旅行一次。如此的折腾几回，这一生也就差不多了。

旅行中没有不感觉枯寂的，枯寂也是一种趣味。哈兹利特 Hazlitt 主张在旅行时不要伴侣，因为：“如果说路那边的一片豆田有股香味，你的伴侣也许闻不见。如果你指着远处的一件东西，你的伴侣也许是近视的，还得戴上眼镜看。”一个不合意的伴侣，当然是累赘。但是人是个奇怪的动物，人太多了嫌闹，没人陪着嫌闷。耳边嘈杂怕吵，整天咕嘟着嘴又怕口臭。旅行是享受清福的时候，但是也还想拉上个伴。只有神仙和野兽才受得住孤独。在社会里我们觉得面目可憎语言无味的人居多，避之唯恐或晚，在大自然里又觉得人与人之间是亲切的。到美国落矶山上旅行过的人告诉我，在山上若是遇见另一个旅客，不分男女老幼，一律脱帽招呼，寒暄一两句。还是很有意味的一个习惯。大概只有在旷野里我们才容易感觉到人与人是属于一门一类的动物，平常我们太注意人与人的差别了。

真正理想的伴侣是不易得的，客厅里的好朋友不见得即是旅行的好伴侣，理想的伴侣须具备许多条件，不



能太脏，如嵇叔夜“头面常一月十五日不洗，不太闷痒不能沐”，也不能有洁癖，什么东西都要用火酒揩，不能如泥塑木雕，如死鱼之不张嘴，也不能终日喋喋不休，整夜鼾声不已，不能油头滑脑，也不能蠢头呆脑，要有说有笑，有动有静，静时能一声不响的陪着你看行云，听夜雨，动时能在草地上打滚像一条活鱼！这样的伴侣哪里去找？**心雨**

## 人生如诗

林语堂

我以为，从生物学角度看，人的一生恰如诗歌。人生自有其韵律和节奏，自有内在的成长与衰亡。

人生始于无邪的童年，经过少年的青涩，带着激情与无知、理想与雄心，笨拙而努力地走向成熟。后来人到壮年，经历渐广，阅人渐多。涉世渐深，收益也渐大。及至中年。人生的紧张得以舒缓，人的性格日渐成熟，如劳馥之果实，如醇美之佳酿。更具容忍之心。此时处世虽不似先前那么乐观，但对人生的态度趋于和善。再后来就是人生迟暮。内分泌系统活动减少。若此时吾辈已经悟得老年真谛。并据此安排残年，那生活将和谐、宁静，安详而知足。终于，生命之烛摇曳而终熄灭，人开始永恒的长眠，不再醒来。

人们当学会感受生命韵律之美，像听交响乐一样，欣赏其主旋律、激昂的高潮和舒缓的尾声。

这些反复的乐章对于我们的生命都大同小异，但个人的乐曲却要自己去谱写。在某些人心中。不和谐音会越来越刺耳，最终竟然能掩盖主曲；有时不和谐音会积蓄巨大的能量，令乐曲不能继续，这时人们或举枪自杀或投河自尽。这是他最初的主题被无望地遮蔽。只因他缺少自我教育。否则，常人将以体面的运动和进程走向既定的终点。在我们多数人胸中常常会有太多的断奏或强音，那是因为节奏错了，生命的乐曲因此而不再悦耳。我们应该如恒河，学她气势恢弘而豪迈地缓缓流向大海。

人生有童年、少年和老年，谁也不能否认这是一种美好的安排。一天要有清晨、正午和日落，一年要有四季之分。如此才好。人生本无好坏之分，只是各个季节有各自的好处。如若我们持此种生物学的观点，并循着季节去生活。

除了狂妄自大的傻瓜和无可救药的理想主义者，谁能说人生不能像诗一般度过呢？莎翁在他的一段话中形象地阐述了人生分七个阶段的观点，很多中国作家也说过类似的话。奇怪的是，莎士比亚并不是虔诚的宗教徒，也不怎么关心宗教。我想这正是他的伟大之处，他对人生秉着顺其自然的态度。他对生活之事的干涉和改动很少。正如他对戏剧人物那样。莎翁就像自然一样，这是我们能给作家或思想家的最高褒奖。对人生，他只是一路经历着、观察着离我们远去了。**心雨**



31

责任编辑：赵凯

记忆的风，是一滴晶莹剔透薄如蝉翼的泪，轻轻一碰，便会渗入如兰的情怀。——余秋雨





# 一直游到海水变蓝

余华

一直游到海水变蓝的愿望，是我上初中时产生的。那时我有个疑问，为什么课文里描述的海水是蓝色的，我们这里的海水是黄色的？很多问题会在成长过程中消失，但这个问题没有，它陪伴我从童年来到少年。有一次，应该是夏天的傍晚，堤岸上有人在走动，有人在说话，我站在那里，看着茫茫大海，落日的余晖将远处的海水映照出光芒闪耀的波涛，一个想法因此产生，我觉得那里的海水应该是蓝色的。

我决定一直游到海水变蓝，是上高中的时候。夏季的一天傍晚，大海正在退潮，我把背心脱下来，找一个空地放下，并把拖鞋压在上面，避免背心被海风吹走。我走下石阶，走过涨潮时就会被淹没的水泥防护道，在人声喧哗里走进海水。

我一直向前游，身旁没有人了，后面的声音也轻了，海水仍然是黄色的。我继续向前游，感觉自己是在游向大海的心脏。

我往回看了看，犹豫起来，堤岸和人群遥远得让我有点心虚。这时候我注意到海水不再是黄色的，已经变绿了。这对我是巨大的鼓励，决定继续游，我觉得马上就会游到海水变蓝的地方。

接下来我进入了海流。我有一阵子惊慌失措，使劲向前游去，想游出海流。我奋力划水蹬腿，感觉自己一直在原处打转，海流很急，我的所有努力都是徒劳的。那一刻我很害怕，觉得可能回不去了，甚至想到明天武原镇上就会传开有关我的消息——人民医院华医师的小儿子被海浪卷走了我心慌害怕，无力抵抗，只得顺着海流漂去。我被海水打湿的眼睛时不时看向越来越远的堤岸，堤岸是我仅剩的勇气，是我的救命稻草。后来看不见堤岸，仅剩的勇气没有了，救命稻草也没有了。

海流越来越急，我不知道它会把我带往何处，只知道它会把我带到越来越远的地方，一个让我此生无法回家的地方。在我被恐惧快速吞没的时候，一根真正的救命稻草及时出现。我想起来之前在海里游泳时有人说过，遇上海流不要想着游出去，谁都游不出去，随着海流漂过去就行，海流最后会把人带到一个岸边，因为这里不是太平洋，这里是杭州湾，是海湾。

我转悲为喜，心里一下子安定下来，恐惧离我而去，力气回到我身上。我看了看四周，只有海水，便用仰泳的姿态躺在海水上，以便保存体力。我有心情看天空了，身体随海流漂去时，我欣赏起天空的变化。

夕阳正在下沉，晚霞映红了天空。落日下到海面上，离我既远又近。落日掉入海中，晚霞暗淡下来。月亮出现了，一轮圆月。星星出现了，点点滴滴。月亮越来越亮，星星越来越多。一片片白云在天空中缓慢移动，它们向着同一个方向飘去。移动的白云让天空看上去不再空虚。突然，我看到月亮进入一层薄纱似的白云，这时候光晕出现了一——两个闪闪发亮的圆圈，与月亮一样圆，里面一个，外面一个，光晕是金色的。

我不知道看过多少次月亮，有时候躺在草地上看，有时候躺在藤榻里看，可是从来没有见过月亮的光晕。我叫出声来：“月亮的光芒是金色的，不是银色的。”

很长时间过去了，我感到天空中有些异样，似乎亮光有些变化。我改成蛙泳的姿势，看到远处有星星点点的



光亮，我知道那是什么，激动地叫道：“灯光！”我体会到从未有过的激动，海流把我带向了正确的地方。

就这样，我一会儿以仰泳的姿势躺在波浪上休息，一会儿翻身用蛙泳的姿势游向远处的灯光。看到灯光越来越多，越来越亮，我的激动变成了感动——海流正在送我回家。我忍不住泪流而出，泪水模糊了我的眼睛，让我看不清灯光。

灯光可是我的生命之光，我赶紧从海水里抽出手来，去擦眼泪，我想用眼睛去记录这灯光越来越近的时刻。可是手上又咸又涩的海水进入我的眼睛，眼睛出现灼热的疼痛，我不能再用手去擦，我闭上眼睛，让身体感受海流的速度。我看不见灯光，但我知道自己离灯光越来越近。

我上岸的地方是平湖乍浦，离我们武原镇有10公里左右。在月光下，我赤脚向着海盐方向走去。我走得精神抖擞，虽然饥肠辘辘、筋疲力尽，却依然劲头十足。死里逃生的幸福感觉支持着我不停地向前走。我终于走到下海的地方，那个地方叫救海庙。我不知道时间，抬头看看，月亮就在头顶。

堤岸在月光和星光下显得空空荡荡，我的背心和拖鞋还在那里，没人动过。我穿上背心和拖鞋，走下堤岸，走上回家的路，不同的是我不再赤脚，我听到拖鞋“吧嗒吧嗒”的响声，熟悉又亲切的响声。

月亮进入一片厚厚的白云的时候，我回到家中，父母和哥哥在梦乡里已有一段时间。因为我没有回家，门没有上锁。我摸黑进去，摸到放着给我留下的饭菜的桌子旁坐下。我在黑暗里吃完饭，在黑暗里上床躺下。

2008年，全长36公里的杭州湾跨海大桥建成通车后，我回到海盐，让哥哥开车带我到大桥中部的海上平台“海天一洲”。这是大桥的休息服务区，在这里可以走下大桥，近距离看清杭州湾附近海水的颜色。

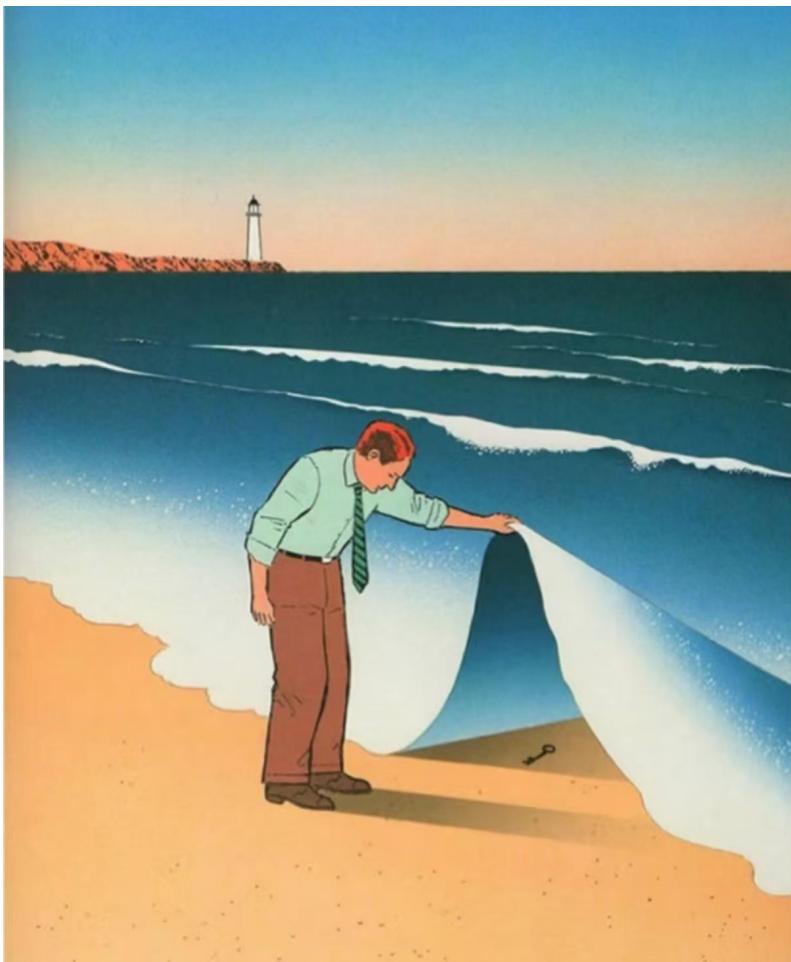
我走下去之前，站在大桥上看了看10多公里外的远处，因为有雾，我看不见海盐。高中时的我是游不到这里的，这里应该就是我曾经认为的大海的心脏。

我沿着钢结构阶梯走下去，去看距离海盐堤岸10多公里的海水是不是蓝色的。我看不见海水，而是绿色，就是当年我在海水里见到的绿色，鼓励过我的绿色。**心雨**

责任编辑 陈家慧



知命不惧，日日自新

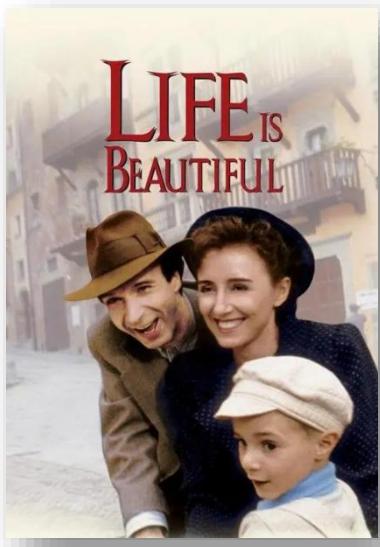




# 《美丽人生》

## 爱与希望的绝美奏鸣曲：推荐电影《美丽人生》

“没有谁的人生是完美的，但生命的每一刻都是美丽的”《美丽人生》是一部1997年由意大利导演罗伯托·贝尼尼自编自导自演的经典电影，讲述了犹太父亲圭多在纳粹集中营中用谎言保护儿子童心的感人故事。



### ◆ 故事梗概

电影中的主角圭多（罗伯托·贝尼尼 饰）以幽默和智慧追求贵族女教师多拉（尼可莱塔·布拉斯基 饰），通过一系列精心设计的偶遇（如“早安，公主”的问候、雨中红毯等）赢得她的芳心，最终两人结婚并育有儿子乔舒亚（乔治·坎塔里尼 饰）。二战爆发后，圭多与儿子被送入纳粹集中营。为保护儿子，圭多谎称这是一场“积分游戏”，获胜者可赢得坦克。他利用广播向妻子传递平安，并以滑稽表演掩盖集中营的残酷，最终在解放前夕为保护家人牺牲。

### ◆ 影片特色

电影《美丽人生》在摄影、音乐和场景设计上展现了高水准的艺术表现。在摄影方面，摄影师托尼诺·达里奥(Tonino Delli Colli)精湛的镜头运用，将战争年代的阴暗与主人公的幽默相得益彰，给观众带来强烈的视觉冲击和情感共鸣。音乐方面，尤其是乌戈·贝拉米(Ugo Betti)作曲的配乐，充分体现了影片的情感和戏剧张力，通过旋律的悠扬和节奏的变化，与剧情相得益彰，增强了观影体验的感染力和观赏性。此外，影片的场景设计也非常精致，无论是集中营内部的荒凉与恐惧，还是圭多创造出的童话般的幻境，都展现出导演对细节的精雕细琢和对情感的深刻把握。这些美学元素的完美结合，使得《美丽人生》不仅是一部感人至深的故事，更是一幅富有艺术魅力和观赏价值的画卷，让观众在美学的魅力中得到心灵的触动和启发。

### ◆ 情感深度

电影《美丽人生》深刻传达了多重主题，包括爱、希望、毅力和人性的美好，尤其是在极端困境下的生命与幸福的诠释。首先，影片展现了爱的力量。主人公Guido无条件地爱着他的妻子Dora和儿子Giosuè，为了保护他们，他不惜一切代价，甚至把自己置身于极端危险的境地。他的爱是无私的，是坚定的，是超越一切的。这种爱不仅体现在对家人的关怀和保护，更体现在他对生活的乐观态度和幽默的表现方式。



其次，影片强调了希望的重要性。即使在集中营这种绝望的环境中，Guido 仍然通过编造童话故事和游戏，给儿子带来了希望和信心。他用自己的幽默和想象力，让儿子相信这是一场游戏，胜利的奖品是一辆坦克。这种虚构的希望不仅给了儿子力量，也成为了 Guido 继续生存和抵抗的动力。

最后，影片对生命和幸福的诠释也十分深刻。在极端困境下，Guido 展现了对生命的珍视和对幸福的追求。他用自己的方式创造快乐和美好，让儿子在残酷的现实中找到了一丝温暖和欢乐。

### ◆ 演员表现

罗伯托·贝尼尼本人扮演的 Guido 展现了非凡的演技和魅力。他通过精湛的表演，将 Guido 塑造得生动而富有灵性，既幽默又感人。贝尼尼在演绎 Guido 时展现了丰富的情感层次，从幽默风趣到无私奉献，每一个细节都让人感受到他对角色的真挚与投入。

此外，其他演员也都表现出色，特别是主要演员尼可莱塔·布拉斯基（Nicoletta Braschi）饰演的 Dora 和小演员朱塞佩·西尔维奥（Giorgio Cantarini）饰演的 Giosuè。他们通过真实的表演，与贝尼尼的 Guido 形成了和谐的共鸣，共同展现了一幕幕真挚感人的家庭场景和情感碰撞。

### ◆ 结语

《美丽人生》不仅是一部战争题材电影，更是一首关于爱与希望的绝美奏鸣曲，永远留存在观众心中，鼓舞人们勇敢面对生活的挑战，坚信爱的力量和希望的美好。人生的美丽不在于外在的繁华，而在于内心的勇敢与对爱的坚持。我们不妨停下匆匆的步伐，在这部影片中体会爱的温暖。

### ◆ 影片金句

35

- 为了记住你的微笑，我拼命地按下心中的快门。
- 你要得到一千分，谁得到一千分，谁就有坦克。
- 爱上一个人需要多少理由，我觉得他好，便是全部。
- 当人生被拉上黑幕，乐观便是自我救赎。 心雨



一个拥有真正美的心灵总是有所作为的，并且是一个实实在在的人。——黑格尔



# 《成为简·奥斯汀》

*Becoming Jane*

爱与尊严的抉择之路：电影推荐《成为简·奥斯汀》



有这样一部电影，它讲述了一位女性的成长故事。在那个被世俗枷锁禁锢的时代里，简·奥斯汀犹如一束穿透阴霾的晨光，用文字撕裂虚伪的面具。简选择以独立灵魂对抗世俗压力，终身未嫁却成就文学事业。她的清醒与坚守成为现代女性精神独立的典范。

## ◆ 故事梗概

影片聚焦 1796 年 20 岁的简·奥斯汀（安妮·海瑟薇饰）与汤姆·勒弗罗伊（詹姆斯·麦卡沃伊饰）的相遇。两人初因性格差异互相排斥，后因才华吸引而相爱，但汤姆的经济困境（需抚养贫困的家人）和简的家庭压力（母亲希望她嫁给富有的卫斯理）迫使两人分离。私奔途中，简发现汤姆的家书，意识到爱情将拖垮他的家庭，最终选择放手。

## ◆ 思想内涵

《成为简·奥斯汀》不仅是一部关于文学和爱情的电影，更是一部对女性命运的深刻思考。影片通过简·奥斯汀的生平，展现了女性在传统社会中的困境与挣扎。简虽然才华横溢，但仍无法摆脱社会对女性的偏见和限制。她的爱情虽然美好，却最终因为社会的压力而夭折。电影通过展现简的困境，让观众感受到女性在追求自我实现和情感追求过程中所面临的巨大挑战。然而，简·奥斯汀的故事也告诉我们，女性不应该被社会的偏见和限制所束缚，而应该勇敢地追求自己的梦想和爱情。简·奥斯汀的一生，是对女性命运的深刻反思，也是对女性自我实现的有力呼吁。



## ◆演员表现

《成为简·奥斯汀》这部电影中的演员表现广受好评，特别是主演安妮·海瑟薇的表演更是得到了高度评价。她饰演的简·奥斯汀生动地展现了角色的思想独立与意志坚定，将一位不屈服于当时社会婚姻观念的女性形象刻画得淋漓尽致。

此外，詹姆斯·麦卡沃伊在影片中扮演汤姆·勒弗罗伊，他的演出同样令人印象深刻，成功地捕捉到了角色的复杂性以及他与简之间的情感纠葛。

其他配角如朱莉·沃尔特斯（Julie Walters）和詹姆斯·克伦威尔（James Cromwell）也为电影增色不少，他们的精湛演技帮助构建了一个真实而富有情感深度的世界，使得观众能够更好地沉浸在18世纪末期英国的社会氛围之中。



## ◆心灵启示

当爱情与尊严相遇时，选择何方，是每个人心中的一道难题。而影片中的简给出了她的答案。“开始，很糟，后来，更糟糕。”尽管简的生活没有获得圆满的结局，但她却以自己的方式完成了自我救赎。她著作中每个角色都有着各自的幸福，而她自己却一生未嫁，也再未与汤姆重逢。

电影的最后一幕，简提着裙子奔跑的身影，不仅是对自由的渴望，更是在叩问每个渴望成为自己的灵魂：在全世界都在计算得失时，是否敢于为“成为自己”押上全部的人生？

## ◆结语

《成为简·奥斯汀》这部电影带给我们的不仅仅是一段关于爱情和文学的故事，更让我们对生活、爱情、梦想和自我有了新的认识和思考。我们应该像简·奥斯汀一样，拥有不屈服的精神，承载着精彩的生命，勇敢地成为我们自己。正如电影中那句经典台词：“Nothing destroys spirit（没有什么可以让精神屈服）”任何介绍都无法代替观看原片，让我们一起走进简·奥斯汀的世界吧！

37

## ◆影片金句

- 有时爱情是朵含蓄的花，需要时间才会怒放。
- 讽刺就是带着笑脸侮辱。
- 不在任何东西面前失去自我，哪怕是教条，哪怕是别人的目光，哪怕是爱情。
- 爱情和理智在任何年龄都是矛盾的。

文 雕

生活总是这样，不能叫人处处都满意。但我们还要热情地活下去。——路遥《平凡的世界》





# 书香弥漫 好书推荐

## —《冬牧场》

作者：李娟

关键词：游牧生活 温暖平和 坚韧顽强

**推荐理由：**《冬牧场》是当代作家李娟创作的长篇纪实散文，首次出版于2012年6月。该书记录了李娟2010年冬季跟随新疆哈萨克牧民居麻一家深入冬牧场生活的经历，以细腻的笔触展现了游牧文化的艰辛与诗意，被誉为“最后的游牧景观”的见证式留影。



### 好句摘抄

“人之所以能够感受到幸福，不是因为生活得舒适，而是因为生活得有希望。”

“太阳未出时，全世界都像一个梦，唯有月亮是真实的；太阳出来后，全世界都真实了，唯有月亮像一个梦。”

“他们宁静了下来，怀念他们的心也渐渐归于宁静。天空下最大的静不是空旷的静，不是岁月的静，而是人的静啊。人终究是孤独又无法泯灭希望的……”

“生活本来就够局促了，如果再潦草的应付，那就是‘破罐破摔’了。再窘迫的生命也需要‘尊严’这个东西。而‘尊严’需要从最小的细节上去呵护。” **心雨**

责任编辑：卢晓芸

## 大学生心理健康教育中心欢迎你

大学生是一个特殊的社会群体，大学阶段正是人生处于生理变化、智力发展的黄金时期；是人生观、世界观、价值观形成的关键时期；又是一个人学习、恋爱和择业的交汇点。在这一时期，我们每位同学都不可避免地会在不同程度上出现一些心理困惑和矛盾冲突。

我校大学生心理健康教育中心将本着真诚与热情、保密与尊重的原则与大家一起解决成长中的困惑。

### 心理咨询

心理咨询是透过一种特定的人际关系，应用心理方法，协助当事人认识自己、接纳自己、进而欣赏自己，克服成长中的障碍充分发挥个人的潜能的过程。

#### · 发展类咨询

学业上的定位，学习、工作关系的处理，兴趣、爱好的选择与发展，学习方法的指导等。

#### · 调适类咨询

人际冲突(恋爱心理)的调适，考试焦虑的缓解，大学生活的适应等。

#### · 疏导类咨询

不良情绪的排解，各种心理问题的疏导。

#### · 其他类咨询

### 校内心理咨询预约方式

1. 通过线上预约网址 <http://xgfw.cumt.edu.cn/> 进行线上预约；
2. 通过“今日校园”APP——“我的服务”——“心理咨询”模块进行心理咨询预约。

### 江苏省、全国心理援助热线

1. 江苏省24小时大学生心理援助热线(苏心):025-58255200。
2. 全国统一心理援助热线：12356。

## 自助、互助、助人

——大学生心理自助中心

《心雨》和你一同感受青春历程，成就健康人生。