

世相百态



看上去很美

程应峰

《看上去很美》这部影片，通过一系列手法平抑人的个性，让每个人从儿时就被制度规范，这些被制度化的人，然后又以同样的手法去规范别人。

影片中的小主人公方枪枪从进入幼儿园开始，就被老师剪掉小辫子。然后老师告诉他，不许说话、不许吵闹、不许尿床、要听话、要举手、要自己穿衣服、要早上拉屎晚上洗屁股，一切一切全部按制度进行，不许质疑制度的合理性。

事实上，孩子的世界不是一尘不染的，而成人世界里的一切，较之孩子的世界更是不合理喻，成人也不置可否地常常在别人制造的幻境中生存，在种种现实的桎梏中挣扎，而且在这种生存挣扎的过程中，总期望得到他人的认可和关注，希望获得一份“看起来很美”的感觉，殊不知，这种感觉隐藏着多少沉重和无奈。

在我们的现实生活中，看上去很美的事情比比皆是，但这些东西常常只限于“看上去”，一旦被深入了解了，就知道了，那就是另外一回事了。

有些人看上去很美好，在公众场合，乍看起来是如此光彩照人，然而，他们在私下的做派和模样，就像卸掉了浓妆的丑女，惨不忍睹，俗不可耐。那远远望去，可望而不可即的超凡、脱俗、清纯、精致可以在刹那之间就荡然无存。

有些食物看上去很美味，也许吃起来也很美味，但它们却是名副其实的垃圾食品，这类食物中的肉饼、肉肠常常是屠宰厂的“垃圾肉”制成，往往是将猪、牛身上可以制作猪排、牛排、烤肉的组织剔出后所剩下的杂碎肉，如脖子、蹄渣、骨头渣、筋组织、脂肪、血管等杂碎组织。这类快餐食品含热量有余而维生素不足，特别是衍生出的油炸肉块制成的食物，含油量特大，经常食用会导致人体热量过剩和营养失衡，因此被冠以不健康食品。还有一些饮料，打着健康饮品的幌子到处兜售，却是加了糖精、防腐剂、色素等制成的垃圾饮品。

有些地方在照片中看起来美不胜收，但实地察看却是大相径庭。在那些看起来如画的风景中，空气混浊、废水横流、垃圾遍地。只要去过一回，就再也没有涉足的念想和冲动。

“看上去很美”，是大千世界的一种表象。尘世间的事物，就像有些人乍看起来很美，其实是别样丑陋；有些东西乍乍看起来不好吃，而吃起来美味可口人一样，只有深入了解，才有机缘将美丑真正区分开来。

城市空间

母亲的“粽子外交”

张欣瑞

端午节，一个氤氲着粽香的节日。在我家，包粽子是母亲的保留节目。即使现在超市里的粽子花样繁多，母亲依然故我。

过去在乡下老家时，母亲总是早早就开始筹备包粽子的材料。端午前几天，母亲白天在田里劳作，晚上就开始埋头包粽子了。母亲的手艺相当娴熟，粽叶在手里翻飞，糯米拿捏得不多不少，红枣放得干净利落，包紧系实，一个个粽子就闪亮登场了。

父亲把粽子放在大铁锅里煮熟，香喷喷的粽子就新鲜出炉了。母亲包的粽子堪称一绝，不仅个个外形圆润饱满，而且细腻清香。我也顾不上烫了，捧着粽子就开始大快朵颐起来。

等粽子散了热气后，母亲就把粽子

分装在好多个袋子里，赠送给亲朋好友。近的母亲走路就送去了，远的还要骑车子去送。一趟趟奔走相赠，母亲忙得不亦乐乎。收到粽子的人家，都对母亲的精湛手艺大加赞赏，母亲也很受用。

父亲打趣说，过去中美两国“乒乓外交”，现在你妈有了“粽子外交”，你妈是咱家的“外交部长”呢！我们都被父亲的风趣逗笑了，母亲更是一脸的自豪。

去年，父母搬进了我家，帮我照料孩子。从田园牧歌到钢筋水泥，父母一时还有些不适应。端午前夕，母亲买回一大堆糯米和粽叶。我问母亲，买这么多干啥，粽子包多了吃不完。母亲告诉我，她特意要多包些粽子，然后送给左右邻居。母亲说得我很轻松，我却听得目瞪口呆。

说实在的，我住进小区好几年了，可是和一个单元的邻居从没打过交道，连人家姓甚名谁都不知道。偶尔在楼道里打个照面，也只是礼节性地点头示意。对于这样的“点头之交”，咋能以粽子相赠呢？见我惊愕不已，母亲说，这城里人都太忙了，我帮大家穿针引线吧。

母亲说到做到。端午的前一天，她居然捧着粽子，敲开了整个单元的邻居家门。母亲气喘吁吁地回来后，得意地说，他们开始都不好意思要，但是见我这么真诚，最后都收下了。

别谈，母亲的“粽子外交”见到了效果。从此以后，我们这个单元的邻居们关系更融洽了。大家见了面，开始寒暄了。谁家有事，也有人主动搭把手了。我常想，幸福有时就是这样简单。

人生感悟

麦收的记忆

韦良秀

芒种前后，田地里肥肥的麦穗逐渐膨胀起来，宛若分娩前的孕妇，充实而丰盈。放眼望去，那连成一片的金黄给整个大地涂上了一层富丽与华贵的色彩。

在我的童年记忆里，麦收就是一场战役。为了赶在天黑前把大田里的麦子收割下来并拉到农场里，全家人常常要起个大早。那时候，父亲和母亲拉着架子车，带着捆麦子的绳子，扛着杈子，我则紧跟在后面，手里拿着事先准备好的加班饭几个馒头、一包咸菜、几个咸鸡蛋和一壶开水。

割麦，就像割草。把镰刀磨得快快的，向麦子根部猛砍，麦子便轰然倒下。割麦子时通常三个人一垄，割得快的在前面打头，先割一把分成两股，把两头儿一拧，然后左手挽麦，右手挥镰，唰唰唰，一会儿就割出去老远。接着，第二个人开始跟着割，最后一个人负责捆麦子。老人和孩子则，则跟在后面忙着打捆、捡麦穗，争取做到颗粒归仓。

我不甘心做那些“零活”，也学着大人那样割麦子。母亲一边示范，一边向我讲解动作要领：“右手拿好镰刀，左手反手腕抓住小麦，一刀一刀地割。”起初，我的双手和脚步配合不协调，显得有点手忙脚乱，不仅速度慢，麦子也撒了一大半。母亲站在旁边，表情显得很紧张，再三提醒，别让镰刀割到小腿。

割过的麦子要码放整齐，等到下午天气稍微凉快一点，地面有潮气时，就要把麦子捆起来。捆麦子也是个技术活，须从成堆的麦子下面抽出一把有些软的麦子，平均地分成两组，把麦穗下面的部分用力地拧在一起，捆在散放的麦子的中间，然后将其拦腰捆起来。捆麦子也是需要力气的，如果捆得太松了很容易散架。接下来，就要把成捆的麦子用架子车拉到打麦场里去了。装车也不容易，刚开始的两层比较难装，只要把麦捆紧了放就可以。到了第三层时，父亲便会用两头箍上铁尖的杆担往麦捆中间一扎，挑起来往平板车上扔。母亲则站在平板车上，把扔上来的麦捆摆放整齐。麦子一层层码上去后，就要咬好茬口，咬不好在茬口路上遇上个坑洼或斜坡很容易翻车。在我们的共同努力下，一车麦子很快就装好了。许许多多拉麦的架子车和拖拉机从四面八方涌向麦场，尘土飞扬，人声鼎沸。打麦场里人们的叫嚷和欢笑，使麦场成了一片欢乐的海洋。

夜里，银色的月光铺满麦场，大人们在场上打麦子，我们几个小伙伴则爬上高高的麦垛，伸出手指，认真地数着天上的星星。那时候，空气中总会弥漫着一股香甜的味道，这是人们盼望已久的麦香，是实实在在沁人心脾的麦香。

麦黄的时节来了又去，去了又来，岁月如流水般一天天滑过，可麦收的记忆在我心底永远也挥之不去，成了我生命里不可或缺的回想……

万家灯火

妈妈的魔法棒

苗君甫

叫女儿起床、给她穿衣服、帮她收拾书包、喂她吃饭、风风火火送她去学校、匆匆忙忙赶着去上班……每天早上我都跟打仗一般紧张，哀叹自己什么时候才可以从容不迫、游刃有余地拥有一个明媚的早晨。

某天，跟朋友抱怨，朋友说：“你这么紧张，全是自己造成的，你本来可以不紧张的。”“全是我自己的错？我没有听错吧，为了节省时间，我替她把一切都收拾好，我不就为了让自己上班不迟到吗？”我忍不住向朋友发火。

朋友说，她也曾经像我一样，出力不落好，焦灼而紧张，直到听完早教专家的一节课之后，决定放手让孩子自己来，没想到她不仅让自己从容不迫，还让孩子学会了自理能力。现在的她，已经不需要每天心急火燎地催促孩子了。

从朋友那儿取了经回来，我开始对6岁的女儿采取了完全不同的做法，我不再事无巨细地帮她把一切都收拾好，我开始“强迫”自己对她说：“你可以自己来。”

先从收拾书包开始，晚上做完作业之后，我让她学着自己把铅笔和橡皮放

进文具盒，把书本整整齐齐地放进书包，我只负责提醒，不再动手参与。从一开始的不熟练到后来的熟能生巧，在这件小事上，她已经不再需要我操心。更美妙的体验是，她自己收拾好后，会骄傲地对我说：“妈妈，我已经全部弄好了。”这简直是培养自信的另一个法宝，一箭双雕，何乐而不为呢？

初见成效后，我开始有意让女儿学会自己听闹钟起床，我只负责把时间定好，就去厨房准备早餐，告诉她听到闹钟就自己起床。虽然刚开始，女儿还需要我提醒，慢慢地她已经适应了这样的节奏。

就这样，每一件我曾经“越俎代庖”的事儿，我都学着温柔地对女儿说：“你可以自己来，试一下，妈妈相信你。”于是，女儿学会了自己起床、穿衣、洗漱、坐在餐桌旁吃饭……我渐渐也把自己的时间调配开，不再“凶神恶煞”地让女儿“快一点”了。



本版制图 涛涛

心灵驿站

父亲的缝纫机

朱凌

家里的旧房子自从租出去后，我便很少回去，不是不想回去，而是那里面有太多的记忆，一想起，心里就泛着酸楚。只是这次租户李哥对我说，从下月起便不再租了，让我回去和他交接一下。

走进熟悉的楼道，推开曾经的家门，家里的摆设还同以往一样，只是又似乎有些不一样。见我回来，李哥对我说：“家里新房子拿到钥匙了，你这房，我不能租了，你检查一下家里的东西，如果没有问题，我把这个月的房钱给你，咱就两清了。”

冰箱、洗衣机还有电视都是完好无损的，我抬眼望去，看到了家里的那台缝纫机。记忆的闸口就一下子打开了，我的眼前浮现出父亲踩缝纫机的情形。买这台缝纫机的时候，我正读初中，由于当时家里条件差，父亲便将母亲的一些衣服，改了之后给我穿。

其实父亲也不太会改衣服，多数的时

候，都是由奶奶帮着裁剪好，父亲只是在缝纫机上将衣服缝好。那时放学之后，总能看到父亲和奶奶在一起，帮着我母亲做衣服或者是改衣服。两人边聊天，边干活，这样的情形，我永远都忘不了。

衣服做好后，我总是兴高采烈地试穿，每到这个时候，父亲就笑着说：“以后啊，等你长大了，就不会再穿我帮你改的衣服了。”对于长大，那时我是期盼着的，我是多么希望快一点长大，多么希望时间能够过得快一些。倒是父亲，他总说：“时间过得快有什么好，我倒是希望你永远是这么小。”

时光的流逝，不是人为所能改变的，孩子一天天长，大人一天天变老。直到有天，那台缝纫机已成为历史尘封在记忆中时，我才感叹到时间的无情。父亲再也不用像当年那样踩缝纫机帮我改衣服或者是缝补衣服了，而疼爱我的奶奶已离开我们多年。

长大，曾经我是多么盼望着自己能够长

大，可是当我看到父母头上的白发时，我又恨时间过得太快了，岁月的脚步总是如此匆忙。多年后，我也为人之母，偶尔孩子衣服破了的时候，父亲也会掀开盖在缝纫机上的纱布，踩上几下，帮着把衣服补好。每到这个时候，我的心总是酸酸的。

四年前的父亲因突发疾病离世，家里的那台缝纫机便再没有人动过了。由于担心母亲一个人住会触景生情，我便让母亲搬来与我同住。家里的这套老房子租了出去，我对租户说，租房子价钱可以便宜，但是前提就是不要改变家里的摆设，不要动那台缝纫机……

呆呆地看着这一切，李哥的话音打断了我的思绪，他说：“可以交接了吧？”我点了点头，与他办理了相关的手续。离开的时候，我的眼泪不听使唤地流了下来，再也回不到从前了，再也见不到父亲了，这辈子再也无法相见了。

人在途中

慢慢地念及生活

赵威

一直以来，我总认为意大利人的浪漫指数绝不输给法国人。当《罗马假日》的浪漫爱情搬上银幕后，谁也不能否认罗马是一个产生浪漫的地方。同法国人脂粉气浓厚的浪漫相比，意大利人的浪漫丝毫没有做作的成分，显得更火热、更率真、更贴近生活的本质。其实，这种浪漫是有理由的，那就是慢慢地去念及生活。

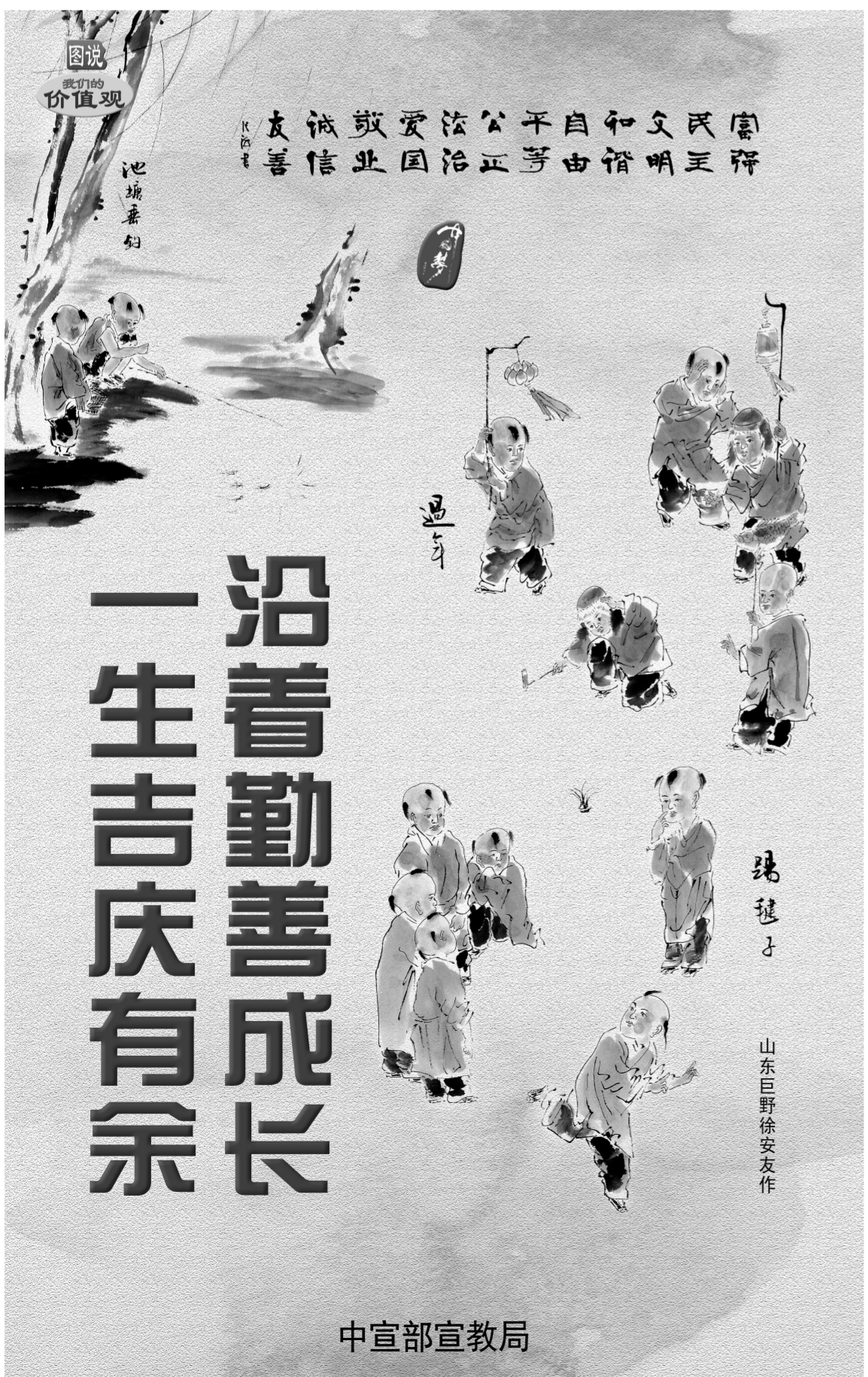
我刚到意大利的时候，住在一个边远小城，种种慢节奏的生活方式让我常常感到无所适从。我发现，自己那个之前在中国现代化大都市里穿梭的身軀，像突然从庞大的机器上掉下来落在路边草丛里的零件。起初我有些惊慌，有些不知所措，然而，过了一段时间，适应了这里慢慢的节奏时，身心有一种从未有过的舒畅。举个有意思的例子，这里的意大利人喜欢走钢丝这项极具挑战性的游戏，这种我在国内平时偶尔会在电视上看到的运动，使慢成为一种运动，一种挑战，甚至一种艺术。若急性子、暴脾气，是万万玩不了这种游戏的，连站在旁边的观众都要慢下呼吸，静静地欣赏；要是来个大笑门，打破宁静的同时也会破坏空气中弥漫的气息，破坏了这种平衡的气场，表演者也使失去平衡摔了下来。于是，慢变成了最重要的默契，似乎连现场的风都慢了下来。

提倡慢生活是从慢食开始的，而反对快餐的慢食运动也是20多年前意大利人首倡的，他们宣称“城市的快节奏生活正以生产力的名义扭曲我们的生命和环境，我们要以慢慢吃为开始，反抗快节奏的生活”。从此，慢食运动在全世界范围内变得愈加有影响力，并由此发展出一系列的慢生活方式，以提醒生活在高速发展时代的人们：请慢下来，念及我们的生活，留心身边的美好。

回到国内，正值国庆黄金周，老友都出去

旅游了，一阵无奈。看着电视里不断播报景区客流被刷新新闻，看到处处人头涌动，想起自己曾经也是他们中的一员，跟着旅行团赶路像一天连好几个景点，不禁苦笑。快餐、快速的汽车、快速的火车、快速的假期、快速的信息、越来越短的童年，甚至连电视里的娱乐节目也起名叫“快乐快女”，我们的生活被“快”所包围，好像越快就越现代化，生活中寻找一处慢角落变得越来困难。于是，我决定“漫游”，打开网络订票系统，从几十条高铁线路外找到一趟慢车，对，唯一的一趟绿皮火车，周末背起双肩包，花了四元钱坐到几十公里外的小县城。幸运的是，离这个县城火车站不远处有个小公园，我在休闲椅上坐下，翻翻随身携带的书刊，贪婪地享受着秋日暖暖的阳光。身边不时有推着婴儿车的父母走过，看到他们的孩子一双天真无邪的眼睛，我心中无比的欣喜。远处的凉亭里，有老年人带着戏匣子唧唧呀呀地唱戏。蜜蜂在秋菊丛中起舞，蝶儿在草地上戏耍……傍晚时分我赶上了回家的绿皮车，一天在此度过，心中无限满足，我惊喜自己在这里找到了慢，发现了美。

慢生活不是懒惰，不是拖延时间，而是念及生活中的美好，在闲暇时光中找到平衡。活在当下，慢品生活。



中宣部宣教局