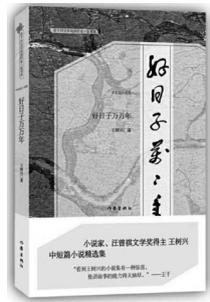


# 《一个人的西部·致青春》： 有梦想的人不会老

好书推介

《好日子万万年》

作者：王树兴

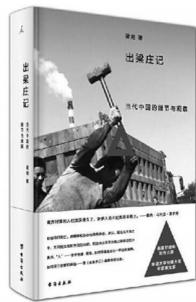


本书是小说家、汪曾祺文学奖得主王树兴的中短篇小说精选集。书中的每个生命都有来处，每个生命也自有归途，他们让平凡的日子富有暖意。

《那年夏天》通过“过大运河”讲述了一场令人难忘的成人礼；《沐浴》在儿时洗澡堂子的温暖记忆里，拆除父子间厚重的壁垒，展开了一场郑重其事的对话；《重归苏莲托》揭示了北漂生命被遮蔽的部分，呈现了地下室生活中披沙拣金的向上的能量；《移风易俗》中的一句“火化不幸”极富人生哲理，隐含着些许“凤凰涅槃”般的意味……

《出梁庄记》

作者：梁鸿



城市的任何一个角落里，都有农民工的身影。而这本书的作者，以老家梁庄为根，记录下了400多位外出务工的老乡的生活。

聚居在西安的梁庄人，多数是三轮车夫，除了身体的劳累，他们也承受着巨大的精神痛苦。比如客人的不尊重，城管的刁难，甚至还有中间商赚差价——城管扣了车夫的车，让中间人来谈赎车价，等车夫花钱取了车，城管和中间人就能分掉车夫赚的血汗钱。

每个农民工，都像这些车夫，沉默地穿梭在大街小巷，而这本像盆冷水，浇醒了活在舒适圈的人们，让人不得不正视这个沉默的人群。

《175封遗书》

作者：田浩



真实世界到底能残酷到什么程度？对于这个问题，每天命悬一线的缉毒警最有权利回答。这本书的作者田浩，曾经就是缉毒警，他用厚实的文字，把真实经历写得拳拳到肉，直击心灵。

为了抓住毒贩，他们几天几夜不合眼，和毒贩较量枪法、斗智斗勇，作者的牙齿和手指，都是被毒贩用枪背砸断的。因为危险度太高，每当遇到大案，大家都会给家人留下一封遗书，然后抱着必死的决心，参与行动。

看这本书，你可能会感觉自己全程都在心底涌动着热血。在一场场惊险万分的搏斗与抓捕中，看见了硬汉最真实的写照。

本版稿件均由辽沈晚报、聊沈客户端记者李爽采写



觉得舒适的生活也很好，不用再努力了，努力多累啊，再享受，人就老了。

“很多读过《一个人的西部》的朋友都对我说：你的青春太苦了，也太无趣了。其实，我也在享受，而我最大的享受，就是珍惜每一分每一秒，让自己无悔。无悔的青春、无悔的人生，才是安宁的。除了这个，我不在乎其他东西。我也不在乎别人眼中的精彩，我有自己的精彩。”

在雪漠眼中，有梦想的人，是不会老的，当然，他的躯体仍然会老，但是，只要他的梦想没有死，他的心就不会老，他始终会有一种青春的热情和纯真，他会享受他生命中的一切，因

采访

## 雪漠：梦想是一盏灯 它决定着人的生命价值

1963年生于腾格里沙漠边缘小村，成长于农民家庭的雪漠，他的青春岁月里有着这一代人共同的饥饿、贫困记忆，也有着属于他自己的精彩：在难以想象的物质与精神双重贫瘠的艰苦环境下，他以超出常人的毅力、勇气和智慧，矢志不渝地追寻从小确立的作家梦，终于由农民之子成为教师，又由教师成为作家。2000年，雪漠成名作《大漠祭》出版时，评论家李星说他完成了一个“从小学教师到著名作家的神话”。为了完成这个神话，雪漠付出的是一段洒满汗水、布满辛酸青春岁月，那些用尽全力去追梦的日子，便定格在了《一个人的西部·致青春》中。这本书被誉为梦想励志书，一本“60后”的青春志，堪称青年人成长的灯塔。

言及这本书的创作缘起，雪漠回忆：“童年的时候，我和别的孩子还是有点不一样，我的大脑中总有一种当代人认为高大上的东西。我的日记中充满着一种梦想，里面没有那种小的东西，总是想追求一种大的东西，让自己活得有点意义。这是我的特点。这种特点一直贯穿到今天，还是这样。前段时间我去欧洲游学，就是想看看中国文化‘走出去’的时候，有什么样的可能性。《一个人的西部》也是这样，童年的时候就想走出去看一看，看看远方的世界。除了生存的环境之外，我最想去的地方就是远方，看看远方到底有什么，这是我生命中一直在寻找的东西。交朋友也是这样，我总是想着怎么帮助他。朋友到我家的时候，我总想着有什么东西可以送给他。读了好书也是这样，总

想把好书分享出去。遇到了好的文化也是这样，总想分享给世界。在我的生命中，这已经成为了一种习惯。”

“所以，当《一个人的西部》受到读者的欢迎之后，我就想，如何把书中一些精要的东西分享给孩子们，让每个孩子也有自己的梦想。这个梦想甚至是一种救世梦想，因为救世梦想是中华民族的文化基因。‘天下兴亡，匹夫有责’‘风声雨声读书声声入耳，家事国事天下事事事关心’，这是中华民族知识分子的特点，就是一种担当。如果一个孩子有了对文化的担当、对时代的担当、对民族的担当，其实他已经非常了不起了，他已经超越了他的生存环境。”

“现在教育孩子，父母只要做到两个字就够了——梦想，让孩子拥有一个梦想。这个梦想要大于自己的生存环境，要给这个时代带来什么东西，有了这样一种念想的时候，他的格局就不一样了。他活着不是为了房子，为了炒股，或者为了什么工作，他的人生格局就很大很广了。”

梦想，其实是一个人心中的一盏灯。这盏灯照亮的程度决定着他的生命价值。如果他照亮身边的人，他就是很好的人。如果照亮家人，就是很好的孩子或家长。如果照亮社会，就是对社会有贡献的人。所以，如何让自己心中的这盏灯照亮自己，这是这本书中一个非常重要的话题。”

“我没有任何背景，也没有任何资源，我走到今天成为作家，靠的就是心中的那盏灯。很多人到我的家乡去，就会看到我曾经出生过的地方。半年之前，我的家是危房，

为一切，都已经融入了他的快乐，融入了他的梦想，变成了他的生命本身。

“我还要告诉大家，让我成长为今天的雪漠的，确实是本书中记载的这条路，但这条路上还有更多的、大海般壮阔广博的风景，是这本十余万字的小书无法囊括的，甚至是我百万余字的大书也很难囊括的。我在几十年的创作中，一直试图将那个世界完整地展示出来，但无论我如何努力、如何笔耕不辍，也还有很多东西没有写。我展示了的，只是冰山的一角。”

“让我成长为今天的雪漠的，绝非一些简单的方法和道理，而是一个巨大的智慧宝库，也是中国传统文化中的精髓。所以，我们要认真地学习中国传统文化，唯有这样，我们的心才能承载我们想要的那个未来。真正的成长无疑是艰辛的，但这种苦，我们值得吃。而且，从真正意义上看，它也不是苦，反而是一种乐。这是我的亲身体会。”

《一个人的西部·致青春》说的就是一个追梦者如何寻找和确定梦想，如何追求梦想，最终如何实现梦想的过程。其中谈到了这个追梦者如何做出诸多的选择和取舍，如何走出成长的陷阱和误区，最终成为自己想要成为的那种人。如果你能认真地读完这本书，人生中的很多迷惑，可能都会解开，对自己将来要如何面对人生，如何面对一个庞大的、未知的世界，也会有所准备。

当我们修房子的时候，将一个大衣柜挪开，墙突然塌了下来。每当下雨刮风的时候，我的母亲会跑到邻居家，她怕我们的房子会倒，后来我们发现，她的担心真是这样。我的父母没有文化，都是农民，没有任何背景，我就是这样一个家庭中出来的孩子，没有任何人教我做事，有的只是那个在别人看来根本无法实现的梦想。但是我相信，只要一个人有梦想的时候，他的命运就会改变。因为一旦有了梦想，他会寻找达成这个梦想的所有机会，他的生命就有了一种激情，他会从身边寻找有益于自己梦想的文化和滋养。身边一有好的文化，他就会像海绵吸水一样，把所有的营养汲取进去，一天一天，他就会成长。他肯定会成长的，为什么？因为拥有梦想的时候，他的世界就变了。他只要朝着那个方向走，不停地走，中途不要夭折，肯定会成功。”

“《一个人的西部·致青春》告诉孩子的就是这样一个道理，你想成为什么样的人，只要锲而不舍地努力，你就能成为什么样的人。当然，这需要有一个过程。同时告诉你，你选择的高度，决定着你的未来的人生价值。你必须自己选择，并承担因选择做出的行为后果。如果读上半辈子书，还在纠结一份工作的话，这种人不会有出息。我们国家如果培养出这样一批人，那么对于民族来说，这是一种悲哀。中华民族的希望之灯是，无论在什么样的情况下，都要有一份担当，有一份救世梦想。当然，救世梦想最主要的还是拯救自己的心。只有拯救了自己的心，你才能去拯救世界。”

## 《简单冥想术：激活你的潜在创作力》：教你接纳负面情绪



这辈年轻人，到了晚上就喜欢胡思乱想，觉得白天又虚度了，于是被焦虑、失落、疲惫等各种负面情绪，掀翻在地。如果你也是这样，你可以试试学习冥想。

冥想也许跟你想象的不一样，在你练习冥想时，不需要诵经，也不需要盘腿打坐，更不需要信仰什么。这是一种简单易学的技巧，一天只要10分钟的时间，却能给生活带来新的变化。

首先，书中提出了一个让人觉得很有趣的观点：不要抵抗负面情绪，而是在冥想中，主动去观察和知觉它们，当你接纳了负面情绪，它们反而会自然而然消解。就像当众演讲时，能主动坦白说自己紧张，反而更容易放松下来。

接下来，书中提出了各种简单好操作的冥想方法，非常适合入门，跟着这本书练习冥想，在你脑子里吵架的各种情绪，会渐渐平静下来。