

世间万物,人皆喜爱美好,但虽美好却又短暂,会更令人倍加唏嘘,譬如去日苦多的朝露、华芳馥馥的夕颜。每个人的朋友圈,估计都有日益壮大的趋势,就连近乎“零社交”的我,几年时间竟也积累了众多的联系人,只不过其中已有了多位故去者,回想起来,不禁心生慨叹。

第一位是王医生,他青春洋溢、笑容灿烂,微信头像是一簇质朴、清新的鸡蛋花。他一个人背井离乡,来到城市求学,凭着优异成绩留在了医疗界打拼。2015年,刚刚和心上人拍了婚纱照,便被查出罹患恶性肿瘤。转年的1月,朋友圈晒出了他坐在病床上,被同事们簇拥着过生日的照片,并配有这样的文字:“感谢大家,太让我感动了,感谢放疗科全体医护人员,谢谢你们的帮助与惊喜,我会努力,成为强者的。”

可惜,不是所有的医学奇迹都会降临,病痛对于生命极为残忍。经过一段艰辛而痛苦的抗癌历程,2016年5月,病魔夺走了这个年仅二十多岁的年轻生命。他的父母从老家赶来,为儿子料理后事。在他离开后的第七天,父母用他的微信在朋友圈发出信息,替他向亲朋好友道谢、告别,并对治病期间给予帮助和捐助的老师、同学、朋友及单位,表示衷心的感谢,明确表示斯人已逝,不再接受任何馈赠。

## 朝露·夕颜

□刘薇

有人说,鸡蛋花的花语是孕育希望、复活、新生。也许这就是他的微信想要留给大家的讯息,生命虽美好短促,但请相信,一定会以其他的方式获得重生。

第二位已故者年逾六旬,姓万,是一位刚直不阿、性情耿直的医学专家。他明明有很多头衔,却在微信朋友圈里标注为“万大夫”,足见这才是他最引以为傲、最在乎的称谓。他的微信头像,就是自己坐在沙发上的半身照,一如本人,坦荡直率。

他患病时间不长,经历过开刀手术与若干次放疗化疗。然而,即便在此期间,他依旧没有放下肩上的责任、停下手中的工作。在他身后培养出博士生11人、硕士生37人,足见其教书育人之勤奋。而在生前的采访中,他说:“我为病人服务的时间不多了,就更应该抓紧每一分、每一秒,尽量为病人多做点事。”就像他的微信封面,在一望无际的峡谷上,有数不清的热气球,满载着梦想在随风飘荡。

可能他给所有人的感觉,都是教学严格、作风严厉、治学严谨,甚至是工作严苛,而事实上,在他的微信朋友圈里,却能感受到他温情、活泼,偶尔孩子气,乃至顽皮的一面。比如,他最喜欢晒的爱犬和最爱的孙伙计。温馨的图片配上简短的文字,不苟言笑的老人的朋友圈,那一刻,也变得有了温度。

他的朋友圈于2018年8月28日不再更新,因为那时的他已经病势沉重,最终在10月10日病逝,享年65岁。他的同事为他写下“救死扶伤德懿长存,攻坚克难风范永驻”的挽联,沉痛哀悼。万医生用一生践行了自己所遵循的医学之道。

第三位已故者是我的亲戚,论起来,我要尊称他叔叔。叔叔其实不怎么用微信,所以他的微信朋友圈,只有屈指可数的几条记录。

第一条是2014年6月21日18:16,只写了四个阿拉伯数字“1”,我觉得那应该是叔叔初次发朋友圈的试验。第二条是2018年5月7日中午,那是一段驱车行驶在公路上的短暂视频,展示的是乏善可陈的景色,标注的文字则是“蒙古高原”。紧接着的第三条,是四天后凌晨5点11分发的图片,那是一片无垠的沙漠。

为什么我会这么在意他发的朋友圈?以世俗的评判,叔叔是优秀而成功的,是“别人家的孩子”。他的优秀不仅表现在学习上,他是那个年代少见的全国统招硕士研究生,更表现在工作上的出类拔萃——南辕北辙,不得志去做临时工,哪怕只是洗刷瓶子,他都会做到最好,尽己所能完成好每一件“活计”;实现梦想,成为人民教师时,绝对是倾尽心血,全心全意教书育人;时来运转,被命运推到管理岗位时,依旧脚踏实地,精益求精做好工作。也正因如此,他才能以布衣之身,获得常人难以企及的事业上的成功。

然而,命运总会在不经意间发生逆转。2013年,在长时间的辗转求医后,叔叔被确诊为胰腺癌。应该说,叔叔的手术做得相当成功。术后,身体重创的他消瘦了几十斤,卧榻期间,他阅读了大量书籍,下决心再次更改人生坐标。他不仅主动申请从原来的位置上退了下来,而且开始着手计划陪着婶婶外出旅行,想借此补偿之前因为忙于其他,而浪费掉的本应属于家人的时光,那三条朋友圈的信息,便是这段时间留下的印记。

2019年,叔叔的情况再度恶化,当秋风刚刚开始带走枝头的黄叶时,他安静地离开了。叔叔的微信封面,是一片薰衣草的海洋,在遥远花丛中,掩映着一栋红顶白墙的小房子,与他朋友圈显示的风景真是天差地别,而他的微信昵称,则是自由自在。尽管亲人的去世会令活着的人饱受思念之苦、怅惘之愁,但摆脱了病痛折磨的叔叔,大概就像终于打破了荒芜沙漠禁锢的远行者,自由自在地奔向了能让他向往的充满了薰衣草芬芳的天堂。

年岁朝露,浮生过隙。生老病死,似乎应该是自然规律。人这一生,不管是不是基于爱的孕育,生命总会以懵懂的方式起始;不管是不是盼着健康长寿,衰老与疾病一定会如影随形;不管是不是惧怕离去,死亡总会以终结者的姿态降临。据说,夕颜的花语是“暮光中永不散去的容颜,生命中永不丢失的温暖”,那么就让我们——笑对生命,乐而不淫;静待死亡,哀而不伤;珍惜拥有,哪怕只是朝露之清沏、夕颜之绮丽。

## 大家V微语

## 不多说

□马德

●一般来说,不苟言笑的人,更容易呈现出深沉的力量。

●如果这种不苟言笑是始终如一的,深沉就会变得神秘。因为久看不透,故近之必恭肃庄严,尊重也就产生了。

●相反,若一天到晚嘞里啪啦说个不休,首先消失的是神秘感,继而消失的是庄重感。话痨只会让人变得肤浅,别人觉得你没什么,也就不会把你当一回事。

●在生活中,你不能不说话,也不能多说话。说,是为了告诉别人你在;不说,是为了告诉别人你的每一句话都很珍贵。前者让人看到力量,后者让人感受到魅力。

●片刻的沉默是没有意义的。长久的沉默,又太过暗哑黯淡。合适的话,总是在最需要的时候说出来。合适,就是不突兀、不多余、不应景;需要,就是听起来贴心、可心、入心。这时候的人,是一种被肯定被欣赏的状态,格局在里面,趣味也在里面。

●“此中有真意,欲辨已忘言。”陶渊明的这句话放在此刻,再恰当不过。

我是个粗心大意的主妇,每隔一段时间,家里都有食品过期。也自责,但吃一堑不长一智。也懊恼,出外点餐都有光盘意识,为什么在家就放任呢?

8月,我看到节约粮食的相关新闻,痛下决心不再浪费。马上在家翻找食品,果然搜出许多存货,有的买了自己都忘了,很可能又放到过期。各种零食、调料包、茶叶、黄豆、黑豆、花生、玉米面、方便面、红枣等,应有尽有。找出即将过期的,抓紧时间消化掉。每天定时用红枣泡水、吃核桃,闲置的保健品也按时服用,甚至还拿出久置不用的豆浆机,自制营养早餐。

做饭更是细心计划,控制好分量,再也不敢浪费。以前炒一大盘五花肉,现在减量,再配上少量的豆角、干竹笋,做了一小碗红烧肉。再用一块炒菜剩下的羊肉,做一锅碎肉抓饭。还把吃剩的芹菜叶捋下来当青菜扔到汤锅里,将以前不要的莴笋叶烫了凉拌吃……这些变化,不止让家里的餐桌多了新的创意菜式,还将以前老是吃剩菜、倒剩菜的习惯改掉了,现在做的分量刚刚好,饮食健康还不浪费,家人也认可了我的节俭食谱。

## 城市笔记

## 向浪费说“不”

□李小芬



此后,我的节俭兴致更高了:茶叶罐摆在暖水瓶旁,每天不忘泡茶;水果保鲜,争取不放坏;一盘拌面吃到蒜末一粒都不剩;剩米饭和燕麦煮在一起,晚上又是一锅新鲜的粥;以前熬小米稀饭、玉米糊糊,

我都是拎着锅接净化水,水多水少没标准。现在我用碗当量杯,每次一人一碗,绝不多余。总之就是家里的每一项食材都用上,估算恰好的量,不浪费,也不用吃剩菜,还保证了餐桌有新菜品与营养餐。

某天,我煮茶叶蛋,还发面蒸了两笼韭菜鸡蛋包子。爱人惊异道:“你要做巧妇了?”我笑了,确实平时懒得做。让他更惊奇的是,我摊煎饼,将买的杂粮米和黑米掺进白米里,说是有益于控制血糖,其实是让闲置的食材都有了用武之地。把所有存放在家的食品,全部拯救;把所有闲置的食材,都拿来烹饪,这成了我近期的一大爱好。

节约粮食,从现在做起。但也要保证一家人的三餐饮食健康,就得改变原来固有的思维,多花点心思了。都知道浪费可耻,很多人在外用餐,能做到光盘,但在自己的小家里,一些浪费的习惯还未能杜绝。也许因为是隐秘的角落,觉得浪费了也没人看见。殊不知无数个小家组成国家这个大家,所以在家里也要用实际行动,全方位多层次地向浪费说“不”!

## 高山上的草本植物

□万伯翱

过去我都是写最熟悉的植物,我高中后曾经在河南西华县农场园艺场里当了整整十年农工。老树像我的父辈,小树就是我的孩子,上上下下打药、修剪、浇水、施肥等等,朝夕为伴相依为命。人类不过几百万年历史,植物则有30亿年的沧桑,一本植物字典扉页上写得好好:如果把地球的46亿年浓缩为一天,植物大约在晚9点出现,人类在最后3分钟才登场呢!

今天我要高声称赞还没机会谋面幸会的高山雪莲,因为她的精神常在脑海浮现。

她生长在祖国的新疆天山和青藏高原等地,邻居的俄罗斯和哈萨克斯坦也有分布。我在彩色录像上,看到了她顽强不屈地在海拔三四千米的高山积雪旁、在堆积的石块中、在岩石缝、在冰碛砾石的缺氧环境中生长着。在最后的生长季节,她绽裂开了大朵的雪莲花(花头直径可达三十厘米),含苞待放时犹如一棵棵包心菜,盛开时有点像荷花独茎的样子。颜色是浅红紫红或淡黄色等。她在迎风斗雪中生长孕育着后代的种子,六到八年后,才能在最后长成的一年中的七、八月开花结果。经风散布后的种子找到适合的地方就能在零度发芽,零下三至五度就能缓缓生长。降生到山上的稚嫩幼苗竟能抵御零下二十多度的严寒不屈不挠地成长起来,当登山探险的旅游者低头看着这些裸露无依无靠却充满生机的雪莲花时,能不敬畏她艰苦

奋斗的精神和超人的生命能量吗?当地少数民族把她奉为“百草神花”。

雪莲不靠花容月貌取悦人间,这种属双子叶菊科的多年生草本植物已被清代《本草纲目拾遗》所补载,显然明朝的大医学家李时珍未能登上雪山拜访过她:“大寒之地积雪,春夏不散,雪间有草,类荷花独茎,婷婷雪间可爱。”此花草:“性味微苦温;功能主治清热解暑、祛风湿、消肿止痛。”制成的膏药能祛雀斑、黑斑、黄褐斑、冻疮,还能使疤痕复原等等,因此被医学家赞誉“百草之王”、“药中极品”。

上世纪六十年代我在艰苦的务农后最大的娱乐就是在露天影院看电影,其中一部我们先后看过三遍,是根据一部小说改编成的黑白电影《昆仑山上一棵草》。故事大意是:地质学校毕业的中专生、一位年轻姑娘分配到荒凉严寒的高原时,经受不住狂风暴雨和几天几夜的卡车长途颠簸,加上高山反应和强烈紫外线,使她的理想抱负受到了现实生活的严峻考验;“还不如打道回府,到内地找个普通的工作呢!”来迎接她的司机小刘,看上去大大咧咧,而实际上特别能吃苦耐劳,边开车边讽刺中又鼓励:“嗨!您真娇气,还不如我们昆仑山上的一棵草,您怎么一点奉献精神也没有呢!”后来经招待站同样热情豪爽、又安心服务边疆的惠嫂现身说法,深深教育打动了她。这些长期工作在边疆的无名英雄使这位新来的姑娘看到了他们的平凡和伟

大,决心向高山上的疾风劲草学习,支边扎根于高原之上。

故事片中所指的草本植物应该叫昆仑草,也叫青箱子,是一种耐干旱、耐严寒、傲风霜的多年生草本植物,大有“野火烧不尽,春风吹又生”的顽强不屈的生存劲头。昆仑草不但可以食用,也全草皆可入药主治人的发热和恶疮,镇肝田而明目,祛伤寒湿痹……

真的,我们尊贵而又万能无比的人类,有时竟不如雪山上的一枝花、高原上的一棵草呢……



## 版权所有 违者必究

总值班:杨军  
一版编辑:赫巍利  
一版美编:颜威

零售  
专供报

