



# 与书为伴,可以养心

□ 本报评论员 洪盛勇

### 核心观点

与书为伴,能让你的心灵得到好的养护,从而“遇见最好的自己”。

在缙云县双溪口乡周扎村,有一间只有15㎡左右的屋子。家徒四壁,却有2000多本书一摞摞摆放着,从地面伸展向屋顶。这些书的主人虞永亮今年46岁,从小身患残疾,甚至曾被命运宣判“死刑”。读书,让他冲破命运的枷锁,活成了精神世界的“富翁”。

一些人说读书没用,是急功近利的表现。读书不能一下子换来钱,换来吃穿,于是得出结论,读书无用。实际上,就从物质角度看,读书也有用。举个最简单的例子,不读书,就考不上大学,考不上大学,就很难有好工作,没有好工作,一般来说,就很难过上物质富裕的生活。

我不想就此论证下去。我更关心的是,书的另一种功用:养护心灵。

必须看到,内心的富足对一个人的极端重要性。所以,心灵需要养护。如何养护?与书为伴就是一种很有用的

途径。人总是有各种各样的欲望。欲望在,人就不得安宁:想满足欲望,就得思考解决各种各样的问题,一旦满足不了,又会陷入各种各样的胡思乱想。不管如何,内心都是受煎熬的。怎么办?就得依靠书籍。因为书籍实际上是对世界认识的记录。不管是对宏观世界的探索,还是对微观世界的细究,它都可以在我们被欲望纠缠的过程中提供帮助,不至于让自己的内心太受伤。与书为伴,能让你的心灵得到好的养护,从而“遇见最好的自己”。

虞永亮内心快乐吗?一出生,他就患有先天性唇腭裂,到了四五岁的时候,他又染上一种怪病,双脚脚蹼常年溃烂,还会发出恶臭,大家看到他都绕着走。初中时,虞永亮又被查出患有强直性脊柱炎,并且病情逐步加重。医生甚至断言,他可能活不到30岁。但他有自己的梦想,他也想活得像个正常人,他也想有所贡献,回报社会。丰满的理想遇上骨感的现实,对他内心造成

的苦痛是一般人无法理解的。于是他把目光转向书籍,他需要从书籍中寻找解脱的良药。他的书是靠省下的低保金买的,内容包罗万象。“只要拿起书本,我的内心就很平静,忘掉了一切烦恼。”“也许,我的梦想已经遥不可及了。但只要打开书本,我就觉得自己仍然走在通往梦想的路上。”显然,与书为伴,虞永亮的内心少了孤苦,渐渐富足。

与书为伴,关键是要真正识得书的好处。对书,有些人总是存有偏见,以为书没什么用。实际上,辩证地看,书虽不是仙丹,不能治百病,但养心效果不错,还常常可以给你带来物质的改善。“立德立功立言三不朽,为师为将为相一完人”的曾国藩曾说:“人之气质,由于天生,本难改变,唯读书则可变化气质。”可见,在曾国藩看来,读书是有神奇功效的。于是,他一生爱读书,封侯拜相也苦读不止,直到临终前一天,仍在读书。

不妨学学曾国藩。

# 让每位老人都有幸福的金色晚年

□ 松阳 胡琳玉

### 核心观点

丽水20年的快速发展推动了人民生活品质的持续改善,也促使了老人晚年生活的更多保障,安全感、幸福感不断增加。

我的爷爷80岁了,在丽水出生,在丽水生活,在丽水变老,无疑是这座城市最真实的见证者之一。晚辈们喜欢绕其膝下,听他讲述一段又一段关于丽水的前尘旧事,在今昔对比中感受丽水20年沧桑巨变带来的心灵震撼。对于这位耄耋之年的老人而言,最让他欣喜的还是这些年来日渐完善的养老保障体系。

小时候,听得最多的是“养儿防老”,人一旦变老,意味着健康丧失、角色丧失、收入丧失、亲人丧失和理想丧失,只能靠孩子的赡养以度过晚年。长大了,听得最多的是“自助而助”,自养为主,互助为辅,老了要靠自己,尽量不去麻烦子女。工作了,我听得最多的是“智慧养老”,它是兼具日间照料、全托服务、康复护理、家庭支持、心理咨询等服务功能的现代养老模式。尤其是近几年来,我市不断完善以“居家养老为基础、社区服务为依托、机构养老为支撑、社会广泛参与”的养老服务体系,推动了养老保障体系从夕阳产业到朝阳事业的重大转变。

每位老人都有一个幸福的金色晚年,是这几年来丽水政府致力奋斗的目标。以前,说起“养老院”,大家首先想到的就是儿女的无奈之举和不孝之过,但是现在却完全不同。全市城乡社区居家养老服务照料



中心实现了从零突破到全覆盖的转变,许许多多的老人能够在老年食堂吃上热菜热饭,家家户户的老人能够领取养老保障津贴,还有一些老人在老年大学兴趣盎然地学起了画画、乐器和舞蹈。这是20年前的老人们想都不敢想的事情,而如今却成为了司空见惯的日常。丽水20年的快速发展推动了人民生活品质的持续改善,从贫困走向小康,获得感、成就感不断增强;同时,丽水20年的社会建设促使了老人晚年生活的更多保障,从短缺走向殷实,安全感、幸福感不断增加。

在历史的长河中,20年短而又短,可是这20年却给丽水带来了巨大的变化。从培养适合自己晚年生活的择居观念,到选择适合自己欢度余生的养老机构,再到主动出发寻找生活乐趣的生活方式,完善的养老保障体系给所有的老人带来了希望,让他们的晚年生活有了更为强烈的尊严感。

# 爱孩有道



□ 缙云 施星

一个健康的家庭,需要家长和孩子共同成长。每个家庭有不同的生活方式,但亲子关系的建立殊途同归,那就是要爱自己的孩子。

爱孩子,首先要相信孩子。孩子不是完美的,我们要善于看到孩子的优点。一位家长说,她的儿子考试总考满分,但偶尔也会考砸了,以前她一直吹毛求疵,会抱怨、责备、呵斥。后来她知道了相信、尊重孩子的重要性,现在她对孩子充满鼓励,对孩子保持阳光心态,孩子自然更加灿烂。

爱孩子,要尽量满足孩子的正当物质需求。现在的孩子也不容易,他们面临激烈的学业竞争,家长要当孩子的坚强后盾。身为教师的一位家长说,自己以前不擅长烧菜做饭,自从孩子念初中后,她就通过电视、网络视频学习烹饪,经常给儿子以美食惊喜,同时还为儿子购置了手机。“投之以桃,报之以李”,在她的细心呵护下,儿子如愿以偿考入了当地的重点高中。

爱孩子,就放手让孩子自由飞。孩子不是父母的私有财产,孩子有自己的个性。闭上你我唠叨的嘴,给孩子一个空间,家长为孩子树立一个良好的榜样就够了,别把自己的想法强加给孩子。

每一个和谐的小家庭,都有各自的爱孩秘诀,集家庭智慧和人生经验体会于一身。总而言之,爱孩子没有刻板的模式,适合的就是最好的,而重点就在于“真爱”二字。

声明:本报《念白勺·杂谈》版倡导百家争鸣,所有言论皆为一家之言,不代表本报立场。