

行动的力量

——电影《热辣滚烫》观后感

□高亚丽 文/图

从南阳出差回来已经很累了,我感觉自己的身体近乎虚脱,它好像在报警说:“我需要休息,实在抗不住了。”但是,第二天儿子就要回上海工作,我想再和他多待一会儿。于是,我们去电影院看了《热辣滚烫》。

这部影片是贾玲执导自演的。几年前,我和儿子在春节期间,看过贾玲导演的第一部影片——《你好,李焕英》,当时给我留下了很深的印象。和孩子一起看这样的影片,非常有利于增进彼此的感情。

看电影的人很多,我们找了好几家影院,才买到电影票。电影开始了,当影片中出现在家“躺平”十年的乐莹时,我感到这是一部接地气的影片,因为在现实中,不乏这种无奈、无助的“躺平者”。

其实,在乐莹的“躺平”中,不仅蕴含着正向力量,还有无比善良的底色。不管妹妹用怎样恶毒的语言和拳脚对待自己,乐莹还是把属于自己的房子过户

给妹妹。

由于对外形自卑(过度肥胖),也可能是童年时期缺乏父母的关爱,乐莹有着和外貌反差很大的胆怯性格,她对吴坤的爱,让人感觉卑微到了尘埃里。

乐莹和吴坤说话的语气,有一种捏着鼻子、小心翼翼的“假装”感。在这种“假装”感里,藏着她对美好生活的向往。当我听到吴坤说:“人,得有梦想,并且为了自己的梦想努力。”我为乐莹找对了人而感到欣慰,因为不想看到她再遭受挫折。

但是,现实如此残酷,吴坤说:“我打了那么多年拳击,都没见过3万块钱。这么多钱,我退役后总要生活吧!”有人说,吴坤很坏,我并不认同。他有梦想,只是经不起眼前的既得利益,3万块钱买走了他的“脊梁”。影片中,吴坤被对手一拳就打趴下了,付钱方还觉得不值。吴坤认为,如果两人搏击一番再假输,不如一拳输了比赛来得痛快。

乐莹虽然“躺平”十年,体重严重超标,但是母亲晚上还给她炖排骨,这份无条件地接纳和包容,是她能够坚持下来的巨大动力。

一个年轻人如果敢在社会上毫无顾忌地闯荡,父母的爱就是底气。在影片中,有一个细节令我很感动。乐莹拉着行李箱走出家门,想靠自己的能力立足,她想向母亲要钱,却看见母亲给她发了鼓励的信息,她一时有些迟疑,不好意思再向母亲要钱。但是,不用乐莹开口,母亲就把钱转了过来,这是一个家长对孩子的支持。不管父母在乐莹的童年中如何缺位,但在乐莹“躺平”的这十年里,他们的行为是正确的。

作为一名心理治疗师,我接待过许多“躺平”的父母,他们常常焦急地问:“我该怎么办,才能让孩子回到正常轨道上来呢?”其实,父母正确的做法是改变自己,真正地包容和接纳孩子。如果自己的改变只在表面,比如将

种子埋在土里,没过几天就想扒开看看有没有发芽;或对孩子的变化视而不见,或感觉远远达不到自己的期待,这些都是急功近利,会适得其反。

当乐莹练出了马甲线,穿着拳击服走向赛场,她穿过走廊时,看到了过去的自己,那个肥胖的、自卑的、胆怯的、隐忍的自己,那个女孩向她竖起了拇指。这一幕,用心理学的名词叫“跨时空对话”。感谢过去那个勇于抗争的自己,正是你的不放弃,才让我坚持到了现在。祝福现在的自己,你很棒!你是我的希望,为了你,我才坚持往前走。

我在工作中,经常应用“跨时空对话”的方式,让患者从过去的砥砺前行中找到力量和勇气,看到希望,建立信心。

比赛结束,乐莹被打得面目全非,但她第一次有勇气在朋友圈发信息:打了一场比赛,我赢了。她赢了?看到这里我有些懵。儿子回答我说:“她能上赛场就是赢了,她赢了自己的人

生。”我感觉,“赢了自己的人生”有些抽象,应该说她为自己的梦想努力了。

当我们为梦想而努力前行时,我们会遇到很多人、很多机会,也许最后会失败,但路上经历的一切都是收获。

影片放映结束后,荧幕上出现贾玲减肥时的体重记录。这时,我观察到大部分观众都没有离开放映厅,而是在一行行地阅读这些内容。这些枯燥的数字,是一个女孩涅槃重生的记录,是一步步将梦想化为现实的坚实脚步,是超强的行动力,这才是影片带给人们最震撼的部分。

当我和儿子走出电影院时,已是深夜。由于打不到出租车,我们骑着共享电动车回家。在回家的路上,我的疲惫感早已消散,我们相互激励,要在新的一年里拿出贾玲减肥般的毅力,在各自的工作岗位中努力进取!

(作者供职于河南省永煤集团总医院)

心灵絮语

宋代词人李清照,擅诗词,通书画,晓金石,有“千古第一才女”之称。她的词作流传至今,深受人们的喜爱。今天,我不谈李清照在文学上的成就,只浅谈她与命运多舛的抗争、与封建礼教的抗争。

李清照生于书香门第,从小就受到良好的教育,早年生活无忧无虑。她18岁与金石家赵明诚结婚,家庭生活极为幸福。用现在的话说,就是当时的李清照,获得感、幸福感、安全感十足。

李清照命运的转折点,是在她结婚7年之后,其父亲因政治斗争受牵连被罢官,随之,赵明诚也被罢官。李清照随丈夫到青州居住,命运多舛接踵而来。1127年,也就是靖康二年,金兵南进,北宋灭亡。随着国破家亡,李清照与赵明诚不得不从青州南渡建康,说是南渡,其实是逃难。纵然是逃难,他们也难以割舍以前积攒的书画、文物,虽然价值不高的丢弃了不少,但是余下的“尚载书十五车”。

现在,东西再多,也不用怕,可快递、寄存、托运……而在当时,一个弱女子和丈夫在逃难中,雇用的不管是一牛、一马,还是船只,那种仓皇、愁苦,是何等的无奈和无助。

“屋漏偏逢连夜雨,船迟又遇顶头风。”1129年,赵明诚不幸去世。这样的打击,如果是普通人,可能早就被击垮了。李清照没有被打倒,她一心想着丈夫的嘱托:舍命也要保存好这些书画、文物。同时,她也想尽快把这些书画、文物捐给国家。因此,李清照孤身一人,辗转多地,途中颇多文物被焚、被盗或丢失,最终也未能见到有担当的朝廷官员。

这个时期,可以说是李清照与命运多舛顽强抗争的艰难时期,她不向苦难下跪,不向命运低头,敢于向命运说“不”。这是一个人在大灾大难中所迸发出来的坚强意志力。历史告诉我们,从古至今,不管面对何种天灾人祸,一个人如果没有坚强的意志力,没有精神支柱,就会被瞬间击垮,甚至失去生命。李清照真是一个“奇女子”!

与封建礼教的抗争,主要体现在李清照再嫁张汝舟的这件事上。虽然宋代法律没有明文禁止妇女改嫁,但是在封建社会,普遍存在“好女不嫁二夫”“从一而终”的观念。

或许是心力交瘁,或许是独木难支,或许是孤苦无依,1132年9月,49岁的李清照毅然冲破狭隘的封建观念,带着对幸福生活的憧憬,嫁给了进士出身的张汝舟。

谁知,张汝舟并不是仰慕李清照的才华,而是想霸占她的书画、文物。结婚后,张汝舟原形毕露,时不时对李清照大打出手。李清照忍无可忍,毅然决然地把张汝舟科举考试作弊的事告到了官府。

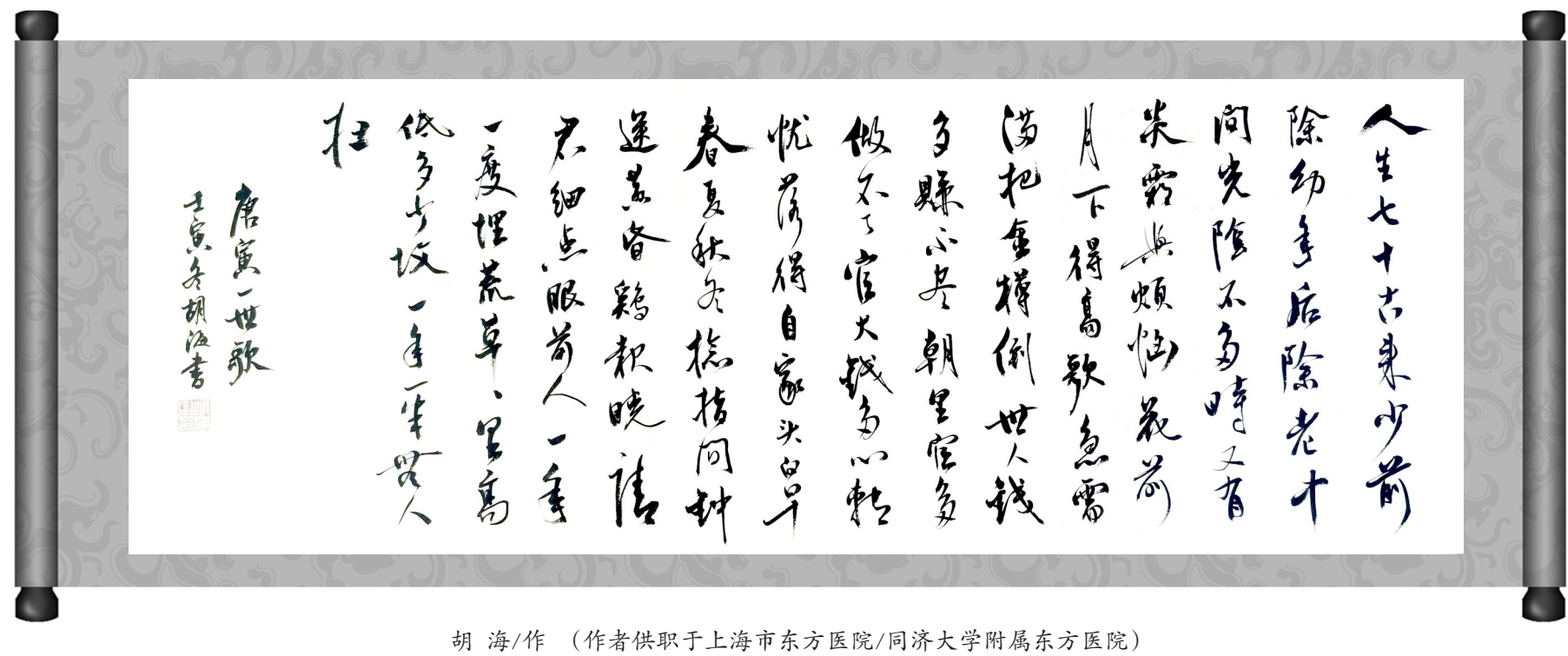
宋代法律规定:妻告夫,虽属实,仍须徒刑二年。也就是说,不管什么原因,妻子告丈夫,无论对错,都要坐两年牢。李清照宁愿坐牢,也要告张汝舟,可见其受害之深,心灰意冷到何种程度,也可见张汝舟心如蛇蝎、手段卑鄙、道德败坏到何种程度。好在当时官府为李清照主持公道,张汝舟被撤职查办,发配到柳州。后来,李清照在翰林学士蔡崇礼等亲朋好友的帮助下,仅坐牢9天,就重获自由了。

第二次婚姻不满100天,李清照就勇敢地冲破失败婚姻的“牢笼”。从这儿可以看出,李清照是一个敢爱敢恨的人!

(作者供职于河南省濮阳县卫生健康委)



书画作品



胡 海/作 (作者供职于上海市东方医院/同济大学附属东方医院)

人生感悟

家,是心灵的港湾。家虽无声无形,但是像空气一样无处不在,浸润着每一个家庭成员的心灵,并一代一代地传承下去,成为我们人生路上的精神导航。

时至今日,儿时风吹麦浪的场景仍跃然在脑海中。一望无际的麦田,在微风的照拂下,显现出金黄色的端倪。年过六旬的外公一手挥着磨得锃亮的镰刀,弯着腰划着整齐的弧线,脸颊布满了晶莹的汗珠。有时,外公会起身休息,面带微笑地看着希望的田野。外公经常一边教我割麦子,一边语重心长地告诉我:“小云,一粥一饭,当思来之不易,‘谁知盘中餐,粒粒皆辛苦’的道理你要牢记在心呀!”

将良好家风传递下去

□郑 云

随着时间的推移,收麦子已成为美好的回忆,但外公传递给我的精神财富,却一直伴我成长。我的母亲虽然平凡,但是她尊老爱幼、与人为善、待人真诚。不管遇到什么困难,母亲总能不急不躁地迎难而上,成为我和弟弟心中的勇者。母亲一直鼓励我和弟弟要多读书,经常说:“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉”。在家境并不宽裕的情况下,父母尽力为我和弟弟能接受更好的教育创造条件。母亲经常教育我,

做人要学会取舍,有所为有所不为,要拿得起、放得下,明白自己内心深处真正想要的是什么。母亲的话深深影响着我。在工作中,我经常思考,作为助产士,该如何帮助产妇顺利分娩。我想,她们需要的是爱和陪伴。助产士的安慰和鼓励,对产妇来说就像一剂“镇痛药”,使分娩不再是痛苦的呻吟、嘶喊,而是力量、勇气的传递。

现在,我也做了母亲,更能体会到父母的良苦用心。记得女儿

上小学一年级时,因为学拼音容易混淆,所以她学得很吃力。我问她:“你是不是很想学好拼音?”看见女儿露难色地点了点头,我抱着她说:“妈妈和你一起学!”

当我准备带着女儿学拼音时,新冠疫情暴发,作为一名医务人员,我第一时间提出前往一线工作的申请。丈夫非常支持我,让我安心在前线抗疫,家和孩子就交给他了。离家60天后,说不想家,那是假的,7岁的女儿、年迈的母亲,都是我内心的牵挂。

在抗疫期间,恰好遇上女儿7岁生日,当我与女儿视频时,忍不住流下了思念、愧疚的眼泪。女儿隔着屏幕想为我擦眼泪,她说:“妈妈,你不要哭,我长大了,会照顾好自己。我的拼音学得越来越好了。我和爸爸会一直支持你。”听了女儿的话,我充满了力量,这是爱和信心的传递!让我坚信,不管遇到什么困难,只要心中有爱,世界就会变成温暖的人间!

如今,我已接近不惑之年,母亲也不再年轻,但母亲对于生活和工作的拼劲儿却深深地影响着我。在工作和生活中,我努力践行着良好的家风,并传递给我的女儿。希望女儿做一个有梦想、能吃苦、敢拼搏、有担当的人!

(作者供职于河南省中医院)

喜欢游山玩水的人都听过“九寨沟不看水”这句话,意思是九寨沟景区有最美的水景,看过九寨沟的水,就不必再看其他水了。

这是真的吗?最近,我去九寨沟游玩,心里有了肯定的答案,原来自然界的水还可以这么美。在九寨沟,灵动、秀美的水韵,会让你乐而忘返。

九寨沟位于川西高原,景区面积720平方千米。其景点主要集中在树正沟,则查洼沟、日则沟,因为多年隐藏在崇山峻岭中,与世隔绝,所以保持了原始、神秘的自然景观。

在这里,水是主角,由充沛水源而形成的“海”“湖”“池”“瀑布”等景点星罗棋布。长海、箭竹海、熊猫海、五花海、镜海、犀牛海、天鹅湖、五彩池、珍珠滩瀑布、诺日朗瀑布……数都数不过来,且各具特色,令人震撼。

我们最先游览的是长海。

透过树枝的间隙,那湖水只是一瞥,便磁铁般地吸引了我。我走近看,湖面辽阔而平静,温柔得波澜不惊。水色碧绿,一尘不染,就像天上银河掉落的一块晶莹剔透的翡翠。岸边的青山绿树,弯弯的栈道,绚烂的野花,和湖水交相辉映,构成了一幅恬静且层次分明的画面,给人强烈的视觉冲击感。身临此境,所有的烦恼都会被洗濯干净。我差点惊呼起来,真怕打扰了这份和谐。

接着,我们来到了五彩池。五彩池是藏在森林深处的一块“蓝宝石”。从近处看,让人有“乱花渐欲迷人眼”之感。池水色彩缤纷,有的蔚蓝,有的浅绿,有的粉红,有的绛黄,就像一块天然的调色板,令人眼界大开。池水清澈,池底岩石的石纹赫然可见。

据导游介绍,由于沉淀物的色差及池畔植物的映照,所以湖

面色彩斑斓。在山风吹拂或以石击水时,湖面能溅开一圈圈火红、金黄和雪青的涟漪,变化无穷,分外娇艳。

九寨沟有很多瀑布。其中,有两处瀑布给我印象最深。一是箭竹海瀑布,这是一处由湖水流出森林、漫过堤坝而形成的宽约150多米的珠帘般瀑布。瀑布呈弧形排列,虽然落差较小,但是水波粼粼,曾因容量大而哗哗作响。

漫步瀑布周围,丛林深处的水像精灵般上蹿下跳,并动中有静、静中有动,构成“树在水中生,水在林间流,人在画中游”的奇特景观。

二是诺日朗瀑布。诺日朗瀑布宽约270米,宛如一幅巨大的白色银幕悬挂在山崖边,飞流直下,激起山崩地裂般的声响。水花像散落的珍珠四溅开来,腾起一团团云雾,亲吻着游人的衣裳。我忽然感觉面前的景色有

点儿眼熟,原来这是电视剧《西游记》开头的画面。

最后,我们在熊猫海前驻足欣赏。熊猫海因熊猫曾在此活动而命名,为冰川堰塞湖。与长海相比,这里湖水澄澈,游人和植物的倒影清晰可见。在风和日丽下,碧波荡漾。岸边群峰静立、层林相间,有一种迷离之美。水下自然形成的黑色花纹白石,酷似熊猫。湖里有一种不认识的鱼儿在嬉戏,后来村民告诉我,这是珍贵的嘉陵裸裂尻鱼。

水是滋润万物的自然精灵,“无水不成景”。古往今来,无数画家用笔墨丹青渲染江河奔腾,无数诗人以珠玑之语赞扬水韵丽景。九寨沟博大、纯净、柔顺、无私的力量深深感动了我,激励我用水的力量来书写无悔的人生。

(作者供职于河南省辉县市中医院)

征 稿

本版征稿栏目:《悦读》《医者手记》《人生感悟》《心灵絮语》《从医随想》《摄影作品》《书画作品》等。

征稿要求:文章主题突出,形式灵活多变,语言生动活泼。

投稿邮箱:258504310@qq.com

联系人:李歌

邮编:450046

地址:郑州市金水东路与

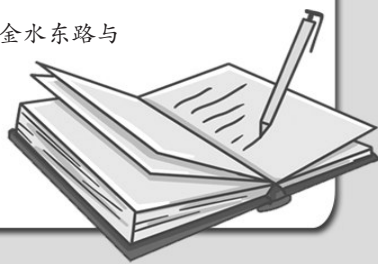
博学路交叉口

东南角河南省

卫生健康委8楼

医药卫生报社

编辑部



九寨沟水韵

□尚学瑞



制图:李歌