

吵闹世界里的沉潜

■ 王德



时代的浪潮确实越来越急了。我们每天一睁眼，信息就像海浪一样拍过来，选择多到让人眼花。到处都在喊着“未来”和“机遇”，声音大得吓人，但听多了，心里反而空落落的，好像踩不着地，只剩下烦和累。大家都追求快，最好立刻就有结果，慢慢来、静下心做点事，反倒显得有点“傻”，甚至不合群了。

可是，你有没有发现，越是在这种让人心浮气躁的时候，那种能“沉下去”的力量，越是珍贵和有力？它不是什么新鲜玩意儿，而是咱们老祖宗早就明白的道理。

想想看，以前那些真正留下点东西的人，哪个不是下了慢功夫、苦功夫？孔子整理《春秋》，一个字一个字地斟酌；苏格拉底在街角跟人辩论，问题一个比一个钻牛角尖；文艺复兴的大师们对着画布和石头一琢磨就是几十年；咱们东方的匠人，讲究“技进乎道”，手工艺练到极致就成了修行……他们都在用“慢”和“深”跟时间对抗，跟浮浅较劲。真正的创造和深刻的理解，急不来，它需要时间“养”，也需要心神“凝”。

推雪

李阳

这种“急”体现在我们每个人身上，就变成了对“快速成功”的迷信，等不了，也忍不了。手机里的信息永远刷不完，算法拼命猜你喜欢什么，我们的注意力被切得七零八碎。朋友圈里，好像每个人都展示了“完美”的生活和立刻的成果，“做事”本身的味道变了，成了求关注、要点赞。于是，有人拼命“卷”，卷到筋疲力尽；有人干脆“躺平”，说不出的无奈。根子上，其实也是觉得没劲了，找不到那种扎实的、长远的意义。沉不下心，不全是咱们意志力不行，而是整个环境都在说：“快！慢了就没了！”那些需要深度、需要耐得住寂寞的事情，看起来“不值钱”了，也没人喝彩了。

但有意思的是，这股追求“快”的劲头里，自己就长出了矛盾。技术走到今天，想再往前突破，往往得靠那些能“坐冷板凳”的人，去研究最基础、可能很久都看不到用处的东西。咱们国家要产业升级，要解决那些“卡脖子”的技术难题，靠的也正是无数人甘心躲在一角，深深地钻进去。真正的厉害，慢慢不再只是比谁块头大、速度快，而是比谁更有创造力

力，更能扛得住事儿。光有“量”不够了，更要有“质”的飞跃，而这个“质”，恰恰来自千千万万个能沉下、保持专注、不断创造的普通人。

所以，对年轻人来说，“沉下心做事”早就不单单是一种个人修养了，它变成了一种很聪明的活法，一种在这么晃荡的世界里给自己找个安稳地方的主动选择。

首先，它是一种精神的“复位”。在这个容易把人变成数据、变成流量零件的时代，能全心全意扑在一件事上，体验那种忘我的“心流”，其实是在把自己的内心世界夺回来。就像哲学家说的，人在专注创造的时候，才能最真切地感受到“我”的存在和力量。

其次，它是在变化中给自己造一座“靠山”。世界越是不确定，那些靠时间慢慢积累起来的东西——比如批判性思维、解决复杂问题的本事、扎实的专业功底——就越值钱，谁也抢不走。沉潜，就是在一片闹哄哄里，认出这些真正宝贵的东西，然后把自己的时间和精力投进去。不管是攻克一个技术难点，还是学好一门传统手艺，或者搞明白一个理论问题，

都是在时间里，给自己建起一道别人很难逾越的“护城河”。

最后，它关乎我们想过一种什么样的生活，以及创造一个什么样的社会。如果越来越多的年轻人，能因为好奇去探索，因为热爱而坚持，因为相信长远的价值而忍受眼前的寂寞，那么整个社会的创新源泉才会活水不断，文化的底子才会厚实。这光靠我们自己觉悟还不够，需要周围的环境也跟着变：教育能不能少点标准答案，多保护孩子的好奇心？社会评价能不能给那些“十年磨一剑”的人多一点空间和尊重？我们的文化氛围，能在重新爱上那种“不问为什么，就是觉得值”的单纯和浪漫？

“沉潜”不是躲起来，恰恰是用一种更扎实的方式参与这个时代。它像深海里的暗流，海面上看风平浪静，底下却蕴藏着决定方向的力量。当越来越多的年轻人，选择把生命的重心放在专注、深度和看得远的事情上，他们不仅仅是在打磨一个更好的自己，更是在一起，悄悄调整着这个时代的心，给这个吵闹喧闹的世界，带去一些不可或缺的沉静和辽阔。

以血为炬照和平

■ 甘锋

当银幕上李晓望着父兄的牺牲名泪如雨下，当林月明用碎石在停机坪拼出带血的和平鸽，《志愿军：浴血和平》用最质朴的影像语言，完成了一次跨越时空的精神对话。这部聚焦抗美援朝停战谈判阶段的影片，没有沉溺于战争场面的渲染，而是通过“谈”与“打”的双线叙事，深刻诠释了“和平是用鲜血换来的”这一真理，更让当下观众在和平光影中，重新理解爱国之情的丰富内涵。

影片中，英雄群像的塑造打破了符号化的叙事窠臼。军事警察姚庆祥为坚守中立区“不开第一枪”的承诺，在敌人的枪口前倒下成了和平的路标；翻译队长林月明强忍丧夫之痛，用毕加索和平鸽的故事为队员点亮信念；黄继光用胸膛堵住枪眼的壮举，在“边谈边打”的背景下更显沉重。他们不是天生的英雄，而是怀揣着“拍张照片寄给母亲”“练好字写家书”等朴素愿望的普通人。这些细节让我们读懂，战争年代的爱国，是“以命护家国”的决绝，是将个人悲欢融入民族存亡的勇气。正如张伯苓“爱国三问”的叩问，在战火纷飞中，答案是用鲜血书写的。

而当影片镜头从战场切换到当下，老年李晓见证志愿军烈士遗骸归国的场景，让历史与现实完成了深情相拥。这一幕恰恰揭示，和平环境下的爱国之情，早已从“浴血奋战”的悲壮，转化为“守护传承”的自觉。影片中林月明“和平就像小孩子，总归是要跑到你面前的”的隐喻，在今天有了生动注解——我们不必再用生命践行承诺，答案是用鲜血书写的。

和平年代的爱国，是对历史记忆的敬畏。当年轻观众为影片中战士的牺牲热泪盈眶时，本质上是对民族精神年轮的触碰。那些在枫川里争夺战中捐躯的战士、在“绞杀战”中牺牲的运输司机，他们的名字或许不为人知，但正是无数这样的无名英雄，构筑起了民族的精神丰碑。如今，我们通过红色观影、革命圣地寻访等方式传承记忆，正是爱国情操的具象表达：铭记历史不是延续仇恨，而是让和平的信念扎根心底。

和平年代的爱国，是对责任担当的践行。影片中谈判代表在最前线据理力争，与战士在战场浴血奋战同样伟大。这启示我们，当代的爱国情怀，体现在科研人员攻克技术壁垒的坚守中，体现在文化工作者传承民族根脉的创新中，更体现在每个普通人的岗位坚守中。正如影片结尾那些真实老兵的面孔所昭示的，爱国从来不是宏大的口号，而是“把平凡的事做到极致”的坚守，是戍边军人的风雪巡逻，是社区志愿者的默默值守，是建筑工地上的汗水流淌。

走出影院，城市的灯火璀璨依旧。那些在银幕上逝去的英雄，终究没能等到他们用生命守护的和平盛世，但他们的精神已然化作照亮前路的火炬。当硝烟散尽，和平成为常态，我们更需要明白，爱国情操在和平年代从未褪色，只是换了一种表达形式。它是李晓的成长与传承，是林月明们的坚守与期盼，更是我们每个普通人心中“愿家国安宁”的朴素信念。

赤诚之爱，照见尘世的光

■ 绿涵瀛

合上书页，巴黎圣母院的巍峨塔尖仍在脑海中矗立，卡西莫多敲钟的声音还回荡在耳畔。雨果笔下的这座中世纪教堂，不仅是巴黎城的地标，更是一面映照人性善恶美丑的镜子。

《巴黎圣母院》中最鲜明的对比，莫过于外貌与灵魂的错位。敲钟人卡西莫多生来怪异，畸形、独眼、驼背、跛足，是世人眼中的“怪物”，内心却纯净如纸。在被众人百般凌辱时，吉卜赛少女爱斯梅拉达递上的水透过刑场的太阳，用微不足道的光照亮了他的世界。为了保护所爱之人，他可以独自守在冰冷的圣母院塔楼对抗全世界，用残缺的身躯筑起一道屏障，这份纯粹的爱与忠诚，弥足珍贵。

卡西莫多的“丑”与克洛德的“美”，爱斯梅拉达的“善”与弗比斯的“恶”，都在告诉我们，评判一个人的标准，从来不是外在的标签，而是内心的底色。

在当下社会，我们不难发现，这样的对比依然存在。物质丰盈的时代让许多人在爱的表达上变得功利：爱情里掺杂着房车与门第的考量，友情里暗藏着人脉与利益的算计，甚至亲情也会被世俗的纷争裹挟。有人将“等价交换”奉为人际

交往的准则，却忘了真诚才是情感的基石；有人沉迷于浮于表面的“人设”，却忽略了内心的纯粹与善良。于是，我们常常看到，网络上的“深情”可以被批量复制，社交场的“友善”可能只是逢场作戏，那些不带功利的真诚、不计得失的爱意，反而成了稀缺品。

《巴黎圣母院》告诉我们，真正的爱与真诚，从来都不会被外在的标签所定义，也不会被世俗的规则所束缚。卡西莫多的残缺皮囊，挡不住他灵魂的高贵；爱斯梅拉达的卑微身份，掩不住她内心的喜爱。这些超越了美丑、阶层与生死的赤诚，在任何时代都有着撼动人心的力量。在当下，我们或许无法像卡西莫多一样用生命去守护一份爱，但我们可以守住内心的纯粹：对朋友多一份真心，少一份算计；对爱人多一份坦诚，少一份伪装；对陌生人多一份善意，少一份冷漠。

巴黎圣母院的钟声早已消散在历史的风里，但书中那些关于真诚与爱的吟唱，却始终在岁月长河中回响。它提醒着我们，无论时代如何变迁，赤诚的爱意与纯粹的真心，永远是照亮尘世的光，也是我们对抗世俗功利的最好武器。

不依附的爱最美

■ 霍金楠



向来偏爱冰心、席慕蓉文字里的细腻可感，对《简·爱》这类厚重名著，我曾怀着敬畏迟疑不敢触碰。直到看到银幕上简·爱面对罗切斯特时，那份即便身份悬殊却不肯低头的倔强，终于让我鼓起勇气翻开书页。读罢才恍然，她与舒婷《致橡树》中木棉与橡树并肩而立的姿态，早已在字里行间重叠成关于独立与平等的生命箴言。

简·爱的人生底色是坎坷，寄人篱下的屈辱、寄宿学校的磨难，却从未磨灭她对人格尊严的坚守。面对罗切斯特的财富与地位，她始终保持精神的独立，那句振聋发聩的呐喊——“你以为我贫穷、低微、不美、矮小，我就没有灵魂 没有心吗？”——不仅是对封建等级偏见的驳斥，更像一粒种子，在我心中生根发芽。这让我想起《致橡树》中“不做攀援的凌霄花”的清醒，爱情里的平等，从来不是依附与盲从，而是互不依附的自持。

简·爱与木棉给了我最好的答案：爱不是仰望，而是追赶。我的爱人是优秀的高材生，那些为了与他并肩而挑灯夜读的日子，那些在自我提升路上的坚持，最终都化作了“每一阵风过，我们都互相致意”的默契。就像木棉不会因橡树的高大而自卑，它努力生长，开出自己的红花；简·爱不会因罗切斯特的财富而依附，她保持清醒，坚守自己的价值。

最令人震撼的是简·爱的两次选择：得知罗切斯特有疯妻时毅然离去，纵使身无分文也绝不妥协；当他残疾破产时又坚定回归，因为爱的是他的灵魂而非光环。这恰如《致橡树》“不仅爱你伟岸的身躯，也爱你坚持的位置，足下的土地”。爱完整的人，包括他的辉煌与残缺，但前提——我必须先成为完整的自己。

《简·爱》打破了我对名著的“敬畏滤镜”，原来经典之所以不朽，在于它能照见每个人的人生。两百年过去，简·爱的呐喊依然回响，与《致橡树》共同教会我：爱情的真谛在于灵魂对等，人生的价值在于坚守自我。这份力量让我在感情与生活中始终保持清醒，明白唯有自尊自重，方能收获真正的尊重与爱意；唯有以独立之姿扎根大地，方能与爱人并肩抵御风雨，活出生命应有的厚度与光彩。

