# 从困惑到顿悟

# —读《一个人的朝圣》

## 姓名：张渴望 班级：19瑶湖一班 学号：2019100017

《一个人的朝圣》故事主角：一位退休的老人哈罗德，用 87 天行走了 627 英里，独自穿越英格兰看望身患癌症的奎妮，一段精神修复的旅行就此开始。长达87 天的旅行中，哈罗德抛开身上的枷锁，完成了一次自我的精神再成长；他虽然平凡、已不再青春，但他很勇敢，努力冲破精神世界的藩篱使自己的精神世界得到了一次纯洁的净化。

对于主人公哈德罗，从出生到退休，人生价值、社会认可、尊重在他三分之二的生命时光中似乎总是缺席的。小时候因为父亲讨厌吃东西时发出声响，哈罗德就努力练习如何一声不响地吃完整顿饭，“有时他什么都不会说，只是捂起耳朵，闭上双眼，仿佛孩子是他的眼中钉；其他时候他会直接说哈罗德是个肮脏的小乞丐”。步入社会的哈罗德依然没有被认可，作为啤酒厂的销售代表，为公司卖力四十五年，直到退休，换来的仅仅只是无声的离开，连个像样的告别会也无人为他举行。小说描绘的主人公哈德罗，更像是当下社会一群人的影子。作者乔伊斯用简单的三个字“我是谁”拷问哈罗德，却得不到回答；同样“我是谁”在很多人的心理也依然得不到一个准确的回答。文中用故事告诉了我们其最终的结果：要么像哈罗德继续麻木地生活下去，有或者像他的儿子戴维，用死亡结束自己快消失殆尽的价值。他们一直使自己处于沉默、绝望的精神空虚之中，不断否定自我价值，让精神世界持续真空。

经验学家阿奎拉说过：我们精神活着的唯一目的就是为了超越精神。我们的任何所做所为是为了摆脱这平庸的工作和生活，因此我们想改变一些什么，想寻找一种超越的方式。类似于吸毒，自杀就是一种超越，但这种做法本身是错误的。文中的哈德罗，选择走路方式来对抗这平庸的生活，在这个过程中：在群山脚下，在大海岸边，面对万千新奇事，他也渐渐地找回了属于自己的人生价值——看望并用实际行动鼓励身患癌症的奎妮。

人类很渺小。尽管整个世界的经济在一路攀升，物质生活水平不断提高，地球成为了地球村。但我们依然面临很多的问题，其中之一就是个体外部发展与内部心灵之间的矛盾。我们更多体会到的是这个社会中人的空虚、迷茫、冷漠。也正因此，寻找精神家园、摆脱包裹在钢筋混凝土铸就的大楼是当下特别是大城市中人们的心声，繁忙与压力带来的精神危机催化了人类精神世界的崩塌。空虚感意味着生活没有意义没有目标，从社会文化的角度上看，空虚的实质是生活的理想、信念、生活的意义同时消逝。物质时代已不能满足人类精神上的需求，人类需要更加美好的、高尚的、和谐的精神满足。

总结诺贝尔文学奖获得者的作品：从我们所熟悉的作品《老人与海》再到中国作家莫言的《红高粱》、哥伦比亚马尔克斯魔幻与现实主义代表《百年孤独》，这一部部作品的背后都是给人提出一个问题：“我是谁？从哪里来？又要到哪里去？”，而这也是一切哲学的最终问题。《一个人的朝圣》在内容表达上也有着这样的影子，它在告诉我们：人要对自己的精神系统有正确的理解，并在此基础上能自觉地维护和更新其和谐的与健康的水准。畅广元先生也说：“人应具有高尚的精神生态意识，并把人与自然、人与人之间的生态和谐与健康视为最高道德准则”，我们要学会用审美的眼光辨别什么是美，发现美，运用美，从自身的角度提升主体的精神意识，营造向好的精神生活。 读完这本书给我最大的现实感受与安慰是：钢琴一直以来是我纾解感情的一种方式，对于我来说也是最重要的一种方式。人不是机器，在情绪低落、困顿、迷茫时更需要的是情感的释放，就像大坝需要的是不停的开闸而不至于溃坝。因此，一门技艺可以在一定程度上缓解负能量的情绪，可以让你在一定时间上忘记它、降低它所带来伤害的程度，同时带给自己的是自信、开朗（对自己的肯定）。那么，让我们向更加幸福、健康的生活前进吧！