

1 现实幸福握在手里，何必寄望身后热闹去证明什么

7月29日的午后，武汉一处社区党群服务中心，一块玻璃隔出两种人间。

大厅外是鲜活的现世：暑气蒸腾下，孩子们围着大学生志愿者，指尖摆弄着实验器材，发出阵阵清脆的笑声。热闹近在咫尺，玻璃这一头的空气却安静下来。80岁的关梅静静坐在椅子上，目光望向门外嬉闹的身影，缓缓谈起死亡、告别与身后事。

“谁都有年轻热闹的时候，这些鲜活热闹，我也都经历过。”老人语气平和，没有半分避讳，“尝过世间百味，反倒看得淡了，人走之后，一切从简，不必铺张。”

作为一名“40后”，关梅的一生，横跨过物质极度匮乏与物质丰裕的两个时代。苦日子刻在记忆深处：衣裳缝了又补，肉食只属于年节，过日子每一分都要掂量。熬过大半生风霜，到了晚年，生活骤然松弛下来。老两口独居，老伴86岁，两次脑梗后，记忆日渐消退。每月7000多元退休金，足够日常衣食。儿孙各有归宿，孙子博士毕业，孙女孝顺，如今居住的房子，便是孙女购置的。社区网格员时常上门问候，烟火安稳，现世圆满。

恰恰是这份现世的富足，让她对身后的“风光”生出疏离。在世俗的惯性里，一场隆重盛大的葬礼，被赋予太多附加含义：是脸面，是孝心的证明，是留给街坊邻里的交代。“大摆宴席、讲求排场，很多时候，并非为了逝去的人，而是活人的表演。”关梅看得通透，“逝者已经感知不到高档烟酒与酒席，三五年过去，世间便会淡忘那场喧闹。活着时潇潇洒洒，走了就什么都不需要。”

闲暇爱刷短视频的关梅，常常将生态安葬、丧事简办的内容划过屏幕，无数普通人的想法，与她暗暗共振。她格外向往树葬，骨灰归于泥土，滋养一棵草木，不占土地，不留烦冗碑冢。于她而言，这才是最体面的归宿。

周遭也不乏劝诫的声音：后事办得冷清，会引来闲话，旁人会说儿女不孝。关梅并不被这套世俗评价裹挟。她常对邻居们说：“真正的孝心是平日里的陪伴照料，病痛时的尽心看护，年节时的记挂于心，而非死后的仪式。那些身后锣鼓喧天、宾客满堂，不过是演给旁人看的浮华。”历经大半辈子坎坷，如今儿孙和睦，晚年安稳，她早已放下对身后虚名的执念。“现实的幸福握在手里，又何必寄望一场死后的热闹，来证明什么。”



社区网格员上门看望关梅，为她讲解高龄津贴政策。（湖北日报通讯员 刘丽莎 提供）

2 一份体谅：不给至亲徒增世俗重负

如果说看透世俗虚名，坦然与生死和解，是选择丧事简办的精神底色，那么体恤亲人、心疼晚辈，便是多数人选择极简告别的温情初衷。

73岁的韩竹，退休前是军工厂的设计工程师，一辈子思想通达、开阔。把身后事办得简单素净，不搞盛大葬礼，是她掂量过自家现实处境，心疼女儿，早早定下的心愿。

老两口每月退休金加起来接近一万元，可病魔悄悄耗掉家中大半积蓄。韩竹查出癌症，老伴也常年被心脏病等多种慢性病纠缠。每个月，单单韩竹的药费就要五六千元，老伴也离不开各类长期服用的药品。一笔名医药费摊开，日子便过得紧巴巴。

看着独生女儿一家生活的沉重压力，韩竹心里打定主意，自己离开之后，万万不能再把经济和精神的重担，压到孩子身上。

韩竹见过普通家庭为一场白事付出的代价。几年前妹妹离世，即便选了位置偏僻、价位不高的墓地，再算上追悼仪式、酒席等开销，7万块钱就这样花了出去。一想到往后自己的身后事，终究要女儿一家来扛，她于心不忍。

女儿夫妻俩都是教师，工作安稳，肩上却扛着两个孩子的生活开销，一个在读高中，一个还在上小学。2013年，韩竹突发中风，抢救之后半边身体瘫痪，全靠女儿贴身照料。那些难熬的日夜，她看着女儿疲惫不堪，那份心疼，深深烙在了心底。

见过新旧不同的丧葬习俗，韩竹对死后厚葬的“体面”看得很淡。她祖辈生活在农村，寻一处荒地安葬，没有多余开销。在她看来，宴席、人情处处都要花钱，普通工薪家庭很难扛住。她已和老伴私下商定好后事：老伴希望离世后直接火化，骨灰撒入长江；她则全权交由女儿做主，唯一要求就是取消所有铺张环节，优先选择花坛葬、树葬这类花销较少的生态安葬方式。

对于家族传统里“做七”祭拜、焚烧纸钱等流程，韩竹也不认同。20年前她母亲离世，思想传统的哥哥坚持按照“做七”习俗，每到祭日全家上山祭拜、焚烧纸钱，来回奔波既费钱又耗费精力。反观公过世时，家中仅至亲小聚一餐，简单追思故人，心意同样传达到位，不必来回折腾。

“人活着的时候平平安安，少拖累儿女，才是最要紧的，身后再风光，又有什么用。”中风过后的十几年，韩竹恢复得不错，虽行走仍有不便，却能够照料自己的日常。她闲时参加社区活动，和老姐妹闲话家常。女儿住得不远，常常过来照看，看着两个外孙一点点长大，她内心十分满足。

“人生走到最后一程，不给本就负重前行的女儿再添人情与经济的包袱，把省下来的每一分钱用在刀刃上，留给在世的家人，这才是最理智的选择。”韩竹说。

8月14日清晨，黄石市殡仪馆内，一场简约庄重的告别仪式举行。现场布置素雅，全程安静肃穆，费用仅500元。随后的安葬仪式在马鞍山公墓举行，全程零费用。

“真正的体面从来不是办给外人看的，把日子踏踏实实过下去，才是对逝者最好的告慰。”逝者家属王松说。

曾经被排场、礼金、喧闹等裹挟的身后事，渐渐卸下沉重的世俗枷锁。越来越多普通人用质朴庄重的方式送别至亲，让哀思回归纯粹，让生命归途归于淡然本心。

当生命归于草木：越来越多人选择『一切从简』

湖北日报全媒体记者 李光正
实习生 周若晨
通讯员 刘丽莎 熊伟



武汉龙泉山孝恩园每年举办公益生态环保葬，绿色惠民，温情寄哀思。（湖北日报通讯员 郝利红 提供）

3 村规吹散攀比风，孝心回归烟火日常

在广袤乡间，曾有些家庭被丧葬攀比的风气裹挟，为争一份旁人眼中的脸面，硬生生被拖入困境。

“村里就有人为父亲办丧事，欠下好几万元外债，过了许多年才还清。”8月4日，在鄂州市华容区段店镇孔关村，70岁的何晓连缓缓说起乡里的旧事。

何晓连做过中小学校长，退休后回到老家生活。日日扎根乡土，邻里之间红白喜事的种种模样，他见过不少。“大概20世纪90年代往后，大家办丧事就开始讲排场。早些年办一场白事就要六七万元，等到我退休那阵子，有些家庭一场丧事花出去十几万元。那时候乡亲们心里想不通透，仿佛丧事花得越多，儿女就越孝顺，逝去的老人才算有脸面。”

宴席一开就是二三十桌，丧事最少要办满3天，高寿老人离去，有的人家硬生生要撑够5天。守灵酒、出殡早酒，顿顿大鱼大肉。吊唁的宾客随礼，普通乡亲三五百元，至亲动辄上千元；丧家还要给每一位来客备好毛巾、香皂、香烟这类伴手礼，单单置办礼品就要上万元。再请来乐队、哭灵班子，人工加上吃喝，又是一笔不小的开销。

说起这些往事，何晓连满心感慨。看着乡亲们被人情枷锁压得喘不过气，他总想做些什么，吹散这股攀比的风气。

2019年村里成立红白理事会，何晓连主动站出来，联合村干部、村民代表反复商议，把“厚养礼葬”写进村规民约，定下丧事“三不超”：宴席不超10桌、礼金不超300元、办丧时长不超3天。白纸黑字的规矩立起来，可刻在人心里面的旧观念，还得挨家挨户慢慢疏导。

2023年初，村里一户姓熊的村民家中老人离世。理事会和村干部上门劝导，对方却有顾虑：“我们在武汉做生意，高档烟酒已经买好了，酒席也想办得体面。以前湾子里老人走了，家家户户都要给来客发礼品，唯独我家不办，背后难免要被人说小气，何况这笔钱我们也负担得起。”

“你们在外做生意，家境宽裕，多花些钱或许不算什么。可咱们湾子里大多是普通农户，不少人打零工，起早贪黑一天挣几十块。攀比的口子一旦撕开，受害的，终究是乡里乡亲。你们条件好，更该做出样子给大家看。”何晓连推心置腹和他交谈。一番恳切沟通之后，熊某慢慢想通，把已经采买的高档烟酒全部更换，遵从村规办理丧事。

在何晓连看来，怀念故人，从来不靠吹吹打打的喧嚣。如今村子摒弃旧俗，改用简约庄重的追悼仪式，整场流程40分钟左右：全体鞠躬默哀，缓缓播放哀乐，诵读悼词，亲属诉说心底的思念，之后一同送葬上山。悼词由何晓连亲手写下，记录老人一生的善行善事，诉说代代相传的家风，用平实文字安放哀思，替代花哨的表演。

村里的志愿服务队，走家串户宣讲；文

化广场的宣传栏、线上的传播渠道一同发声，把“在世孝顺才是真孝”的道理送到家家户户。村里还举办集体祝寿、金婚庆典、出嫁女回娘家、公祭追思等活动，让老人们活着的时候，就收获足够的敬重与暖意。

在何晓连和理事会成员的奔走推动下，孔关村先后劝导60余起丧事简办，帮村民省下的开支累计超过260万元。村民徐某的父亲过世，原先预估要花七万元，最后实际只支出一万元。“过去办丧事，最怕邻里背后说闲话。现在有理理事会帮忙协调，仪式庄重肃穆，花钱不多，我们打心底愿意接受。”徐某说。

“身后再风光，逝者也感受不到。真正的孝心，要放在生前。”这是何晓连时常挂在嘴边的话。“厚养礼葬”，就这样一点点沉淀，成为众人默许的共识。



孔关村举行首届金婚庆典活动。（湖北日报通讯员 李芳 提供）

4 生命化作草木，换一种方式继续陪伴爱着的人

个体对生死的通透感悟，亲情之间互相体谅的柔软，乡村移风易俗的转变，种种人心的变迁，让简约自然的文明殡葬，慢慢成为更多人的选择，也让告别的方式，完成一场安静的迭代。

“以前中国人最讲究死者为大，哪怕平时日子过得再紧巴，到了亲人送终的时候，多少也要撑个排场。可如今务实和精简成了最心照不宣的选择。”在白事行当了多年的许柏感慨道，在面对生命的最后离别时，家属眼里的悲痛依然真切，可理智战胜了面子，他们不再为了虚无缥缈的“风光”去举债，也不会为世俗的眼光去打肿脸充胖子。

已经在陵园工作15年的沈兰也发现，近些年主动为长辈选择生态葬的家庭越来越多。

“谈及死亡、葬礼等，很多人都会刻意避讳。”沈兰回忆，刚入行时还有一段小插曲。当初她看到招聘岗位写的是“地产广告设计”，到了现场面试，才知道实际岗位在陵园。“当时一同面试的有3个人，其中一名年轻姑娘心里发怵，还特意叫男朋友过来陪同。”

工作久了，沈兰反倒越来越热爱这份职业。“这份工作关乎生命，我觉得很有意义。”

日复一日对接家属，聆听一个个普通人的

人生故事，她也读懂了生死背后的人情冷暖。陵园很早就开始推广壁葬、树葬、花坛葬、草坪葬等生态安葬模式，还将入口处条件最好的一片平地辟为生态葬区，地面不做硬化处理，保留土地原生样貌。“对陵园而言，生态葬区域维护成本会高出不少，但群众选择这类安葬方式花销很低，费用仅几百到上千元，还有部分公益名额完全免费。”沈兰介绍。

早些年，大众对生态葬带着不少偏见。“不少人觉得，只有家境窘迫的人才会选择生态葬。就拿壁葬来说，骨灰安放在小小的格子当中，有人便觉得寒酸，指责子女对老人不尽孝。”沈兰感慨道，那时候大家内心抵触，选择生态葬的家庭寥寥无几。

改变，是近些年慢慢发生的。“70后”、“80后”、“90后”渐渐成为丧葬事宜的主要决策者，主动为长辈挑选生态安葬方式的家庭越来越多。以她所在的陵园为例，近两年，每年大约300人选择生态安葬，占到全年安葬总人数的四分之一。

沈兰见过许许多多动人的故事。有的老人一辈子投身园林建设，弥留之际叮嘱家人，要把自己归还大地；还有老人一生钟爱花草，子女便遵从遗愿，选择生态葬。有一

对大学教师夫妻，家中4位长辈，全部选择树葬，安葬在同一棵大树之下。夫妻俩告诉沈兰，等到自己百年之后，也想要归于树下。他们00后的孩子十分理解支持，每一年清明都随父母前来祭扫，看着树木岁岁抽枝生长，仿佛能够触摸到生生不息的力量。

沈兰也察觉到，如今家庭的告别仪式，也愈发简约。从前送别逝者，常常一二十位亲友到场；现在不少家庭，仅仅一家三口前来送行。“流程开销可以简化，但亲情的纽带不能淡去，孝老的家风，值得好好传承。”沈兰由衷地说。

据统计，我省累计已有6万余名逝者选择生态安葬模式。各地经常举办公益生态葬集体安葬仪式，不少家庭遵从逝者遗愿，让生命归于绿水青山。其中有老党员、老军人，生前便嘱托家人，身后不留骨灰；也有普通普通的市民，受家中长辈观念熏陶，接纳生态安葬，不去追逐豪华墓穴，更看重发自内心的思念。

厚养礼葬，从来不是简单把丧事流程缩减。越来越多的人懂得，真正的孝心，是在世之时好好善待亲人；当生命走到终点时，不妨顺随自然，让生命化作草木，换一种方式，继续陪伴爱着的人。

（文中人物除何晓连外，均为化名）