



凡尘晓遇  
专栏

## 松弛感

□李 晓

松弛感，被一家机构评选为2024年度十大流行词语之一。

我是一个紧张型人格的人，莫名的焦虑与慌张俨如天气之变，随时风起云涌，所以我对松弛感特别渴望。

缓解我动荡不安情绪的方式，近年来一直在探索之路上，随便说说几种愿共享。

古书之美。古书承载着时间的重量，流淌着历史的时光。

明朝一个叫张岱的人，是我神交已久的古人。他的那本《夜航船》，是伴我多年反反复复读的枕边书。这本出版于20世纪90年代的古书，是我有天晚上在一个县城旧书摊上淘来的，旧书摊上的中年男人生着浓黑的长眉毛，当我把那本发黄起皱的书以5个馒头的价格买回后，有一种占了便宜的窃喜。《夜航船》，这是一部涉及大千世界天文地理的百科全书，里面有道教九流到神仙鬼怪，有政治人事到典章沿革等20大类125个小类4000多个条目的学科全科知识读本，当然它也不故弄玄虚高深莫测，它用浅白的文言讲了4000多个文化段子。在夜里，我于枕边阅读《夜航船》，它读起来不如平常文字那样一马平川沃野千里，有时脑子里还会突然短路停滞，对书中某些描述也一愣一愣的，但镇静下来之后细细琢磨，不禁为张岱先生渊博深厚的学识而叹服。依床榻灯下读此书，在月黑风高的半夜，恍见一白衣古人飘然而至窗前，开启一瓶窖藏了几百年的古酒，瓶子一打开，老酒香透了半条大街。我就在那样的夜里，与面目慈悲如大地的古人饮酒品茗，推心置腹。我由此发现人类情感的共鸣，数千年来其实差不了多少，因为基本的人性，是没啥突破改变的。

前年冬天的一个夜晚，我于床头灯下慢读《夜航船》，读到第126页，台灯灯泡里的钨丝突然一闪一灭中熄灭了，由此也宣告了这盏灯泡的寿终正寝。这盏台灯灯泡发出的暖光，陪了我3年夜读时光，其中就有诸如对《夜航船》《道德经》《庄子》《墨子》《周易》《论衡》《唐诗宋词》等古书的阅读。在对这些古书的阅读里，或许有时我是囫圇吞枣地吞咽了。让我由衷感叹的是古人的文字，惜墨如金，深刻凝练，宛如雕刻。古人们心无旁骛，神游天地，思考是那么广博，表达是那么传神。邓康延先生对汉字发出这样的感叹，汉字好像是能吃的，还能吃出气质——腹有诗书气自华。人类世界上，很少有其他哪个民族的文字，能够一口气穿越数千年，让后人能够在前人叠起的层层履印里，找到集体情感的深深共鸣。在对古书的阅读里，让我荒芜的心野注入源头活水后有了青翠生机，更让我在现世的焦虑焦灼里，得到古文光芒的深切抚慰。

树木之愈。树木，是人类的故乡。每到一城市，我对大街上、公园里的树木，都有一种亲人般的依恋。

人心贪婪时，在大自然那里或许可以得到补偿。凝视一棵树，它粗壮的枝干里涌流着汁液水分，树也在俯首向心，默默致意养育自己的根，根上有水，供养着一棵树。这些年来，我去深山老林里探望了1600年树龄的古银杏树、700年的古杉树、300年的黄葛树。去年深秋，我漫游齐鲁大地，在曲阜孔庙，我看到了一棵桧柏树，据传是孔子亲手栽植，它成了一棵

树的生死传奇。在《陶庵梦忆》里，有关于这棵2500年古树的记载：它经千年后，至晋代枯死；300年后，至隋代复生；50多年后，至唐代再度枯死；370多年后，至宋代又复生；宋金战争中桧柏枝叶俱焚，仅存其干；至元代再度复生，长得枝叶蓊郁，生机勃勃，直至这棵古树仙翁，与孔子开创的儒家思想一样，历尽劫难，延绵不绝，光耀历史。在这些如老祖宗的古树面前，我会感叹人一棵树面前的谦卑温柔，人一棵树面前的低眉颌首。在苍茫时间的过客里，有很多树，高耸在云天之下，饱含慈悲打量着人世的纷扰与退场。在这些树木面前，我得到了心灵的治愈，人生进入了松弛状态。

良友之光。“鸟择良木而栖，人择君子而处，心择善良而交”，这是古人的交友原则。这些年来，与我交往的人去来去来，而今在灯火阑珊处，还有几个老友如老酒存贮于僻静山野处。想当年，车马喧嚷处，多少信誓旦旦的友谊都被雨打风吹去了。人大多是精致利己的动物，最大限度摒弃对自己不利的东西。与我来往的人，大多数只是精神利益上的相互输送，乃至突然照亮了黯淡之中的人生。我不高攀，也尽量不委屈自己的心。比如我与一个商人交往，他有钱，每次吃饭都事先声称他买单，但后来看到了他隐藏内心的高傲，他对我的不屑，以及廉价的同情，不知是在哪个季节，我淡了与他的往来，他再请我吃饭，我推托说到山中看树去了、去看一只孔雀开屏了、去看一条河流涨水了……他其实是明白的，我与他的交往，一旦精神上发生了倾斜，我选择离开与散去。还有一个作家，在他面前，他总是带着炫耀的心情夸口说与文坛上一些著名作家称兄道弟，去了北京他们请吃饭请喝茶这些应酬根本忙不过来。那天，与他喝了一顿酒后，我再也不愿意见到他了，让我们去各自的人生江湖悲喜自度吧。所以我认为，好朋友之间，在天空，就如茫茫天宇里的两颗星星，不一定是挨得最近，只是彼此之间，能够接收到对方发出闪烁的那一缕星光。

在一条大河里畅游，耳畔水声潺潺，那也是时间的流水；徒步山野，与一老翁相遇闲聊，他把神秘的家世放心地告诉我；与一家乡场上的老馆子相逢，吃上一顿乡野小菜；黄昏看日落远山、夜里凝望星空，看青瓦房顶上落满的鸟粪、看植物上凝结的霜、老烟筒里升腾的炊烟……这些都是让我的人生得到松弛感的事物。

感谢人间，让我相遇与享受这些美好安稳时刻。

(作者单位：重庆市万州区五桥街道办事处)

## 金刚鹦鹉

□秋 凡

一般地讲起春燕的过去。

春燕原是偏远山村的穷苦女孩，在她十三四岁时发生了一场意外事故，左手手掌被绞断了。父母无力医治，经人介绍，就把春燕许配给了深山外的老武，条件是好好医治她。老武和我老公是同村人，家境并不富裕，且比春燕大十岁。因为医治不及时，县里医疗条件又有限，春燕的左手算是废了。这些年，春燕和老武在工地上拼命干活，努力挣钱，一是因为家中孩子上学要用钱，二是想回家盖个三层两开间的农村别墅房。

听到这里，我的心蓦地柔软起来，脑海里忽然浮现出一幅画面：一只受伤的不知名的小鸟被路人捡到，扑腾着扑腾着，不知什么时候，就变成了一只百毒不侵的金刚鹦鹉。

我因为假期迟迟未去，去医院检查，被告知已妊娠两个多月。走出医院大门，我碰见了春燕和老武两口子。一问，春燕也怀孕了，比我还早一个月。春燕苦笑道，这都能怀孕！老武笑呵呵地说，观音菩萨送子来了。他看着报告单，眼角的褶子叠在一起，怎么也舒展不开。传言是个男孩，老武干活的时候，也哼唱着小曲。

春燕照旧上班干活，只是不再高空作业。地面上修二手砖头，她还是一把好手。她身体里永远有一种钢筋一样坚硬的东西，支撑着她粗枝大叶地活着。这时老武却回老家盖房子去了，让春燕生前几天给他打个电话，他马上就回来。

春燕粗门大嗓地说，慌啥子，预产期还要半个月呢，再说他回来有屁用。话虽这样说，她还是偷偷做好了产前准备。我看见她去小市场上买了产妇产要用的洗漱用品，还有几套新生儿衣物。在一个晴好的天，她将它们洗好、叠好，装进“待产包”里，脸上挂着云淡风轻的微笑，一改平日在工地上的沧桑模样。

突然有天早晨，我发现春燕家的门紧闭着，门口的电瓶车也不见了。我给春燕打电话，问她在哪儿？她说在医院，孩子生了，七斤八两，母子平安。昨天夜里两点多，她突感阵痛，赶紧拿了“待产包”，骑着电瓶车去了医院。

我说，你挺着大肚子骑电瓶车，太危险了，为什么不叫我们帮忙。

她朗声说，多大点事啊，我才没那么娇气！再说半夜三更的，怎好意思去打搅你们。

中午，我熬了一锅浓浓的鱼汤，带去探望春燕。她对我的到来表示感谢，说挺着大肚子还来医院看望她，太辛苦了，让我后面不用去了，老武已经在赶回来的路上了。她眼里没有一丝疲态，长满妊娠斑的脸上，有一种如释重负的轻松和喜悦。她眉飞色舞地向我谈起宝宝刚出生时的情景：护士一脸惊讶地说，第一次见顶着节育环出生的小孩。

我笑着回应她，好“霸气”的宝宝，这小子将来必有大成。

春燕温柔地看了一眼熟睡的宝宝，笑着说，看样子，我这辈子有抡不完的榔头，甩不完的劲儿了。

待她喝完鱼汤，我收拾保温饭盒时，无意中瞥见了床头储物柜上的身份证，吃惊道，居然跟我同年同月出生，你大女儿都十二岁了！

她强颜欢笑道，同年同月不同命啊，我看上去，是不是比你老很多？

我讪笑道，看上去也差不多！你像只金刚鹦鹉，拥有惊人的啄劲！她嘴角上扬，若有所思地说，我是金刚……不是鹦鹉……

走出医院，轻微的风声细腻而柔和，仿佛有人在我耳畔低语。我望着高远的天空，想起春燕适才说的话，好想从天上扯一缕云下来，捻成画笔，画一画春燕十二三岁的模样，那就是一只美丽的鹦鹉啊！

(作者系重庆市作协会员)

屋顶上的玫瑰红琉璃瓦经风吹日晒后，颜色不再光亮如新，风雨逗留的痕迹赫然在目。经工人粗糙的手一番忙活，陈年的玫瑰红被平铺着、码放着，它们又有了新去处。

被几个男人催促着，春燕像台不停运转的机器一样，把自己不断地投喂给一团沉沉的红色。男人们戏谑她女流之辈，只能在口舌上逞强。春燕在心里将他们的母亲挨个问候了遍，手里的琉璃瓦由两片变成了三片，那只缺了手掌的左手也越发感觉吃力。

老武心疼地说道，没脑子，跟他们斗啥子嘛！

男人们也被春燕虎虎的气质唬住了，对老武哈哈笑道，你这辈子享福，讨了个既年轻又能干的婆娘！老武嘿嘿笑着，到家后，自觉承包了所有的家务活。

老武干家务活的时候，春燕也没闲着，忙着绣袜垫、钩织拖鞋。我有次路过春燕家门口，见她正埋头绣袜垫，袜垫上栩栩如生的“鹦鹉”，从她耷拉下来的头发缝隙里飞入我眼，惹得我好生羡慕。一只被繁重粗活磨砺出老茧的手，一只没了手掌的残肢，居然能做出这样精细的针线活。对比之下，我真像个废物。

这只鹦鹉绣得好漂亮，我赞道。她说，是金刚鹦鹉，上次带女儿去野生动物园里见过，它的嘴壳子很厉害，像镰刀。

你的嘴壳子也很厉害，不过这双巧手更厉害，我说。

听见我夸她心灵手巧，她朗声笑道，我送你一双，绣得不好，你别嫌弃！

我笑着婉拒。春燕从针线筐里挑出一双绣有“幸福”字样的鞋垫，对我说，祝你幸福。

我听了，有些感动，便收下了这份祝福，对春燕也多了几分信任。

挖机将需要快速拆除的房屋推倒后，工地上的活路又出来了。日暮时分，晚霞在天空徐徐升起，宛若天神的羽翼拂过这片工地，工人们拖着疲惫的身体下班了。

春燕拖着一板车废旧钢筋，到我这里来过秤。

老板娘，又要辛苦你给我们称一下。春燕满身是灰，嘴里说出的话却是蜜一样甜。

称好了，拉走吧。见她一脸的真挚和热情，我不疑有诈，没有仔细检查，就把分量称得足足的。

他们前脚走，老公后脚到。他去堆场转了一圈，回来气呼呼地说，你没看一眼，钢筋里面这么多的混凝土？

听到老公的责备，我才意识到自己的失职。打这以后，我再也不愿跟这帮人亲近了。即便不得不打交道，也是冷着脸，有一说一地论事。

他们下班，我上班。“斗智斗勇”的游戏又开始了。

春燕狡黠地笑着说，你不干苦力活，不晓得我们打榔头的苦，累死人啊！她一句接着一句，像连珠炮似的噼里啪啦说个不停。

我说不过她，讪笑着让老武把废旧钢筋上的水泥敲干净了，我再来过秤。春燕似乎拿住了我心软的毛病，别有深意地觑了老武一眼。老武立即心领神会地潦草处理了一下，又将那捆钢筋废铁放上台秤了。

我蹙眉道，工钱已经开得很高了，你们这样搞下去，我们一分钱也赚不到。

春燕伸出那只没有手掌的手，佯装可怜地说，我挣点辛苦钱，好造孽嘛！旁边一群人跟着起哄，说我五指不沾阳春水，不知他们的辛酸苦辣。我红着脸，忍不住地跟他们争辩起来。

见我做事优柔寡断的样子，老公很恼火，说以后过秤这事他来。这天以后，我在办公室记账，时常听见春燕跟老公大声争吵：“老鼠牙细，抠得出屁。”我在屋里，有点厌烦，又有点想笑，庆幸自己躲了个耳根清净。

晚上吃饭时，老公喝着酒，笑话

