

体重之外的“失控”

周春梅

晚上散步时,听到身后不远处有两位女士在谈论减肥。一位说:“你看,我比你重这么多,二十多斤!你才一百六,我有一百八十多!”

刚听见“二十多斤”的时候,我想象两人一位比另一位略胖些,是常见的那种中年发福的体型。我曾听一对走在我身后的中年夫妇惊诧于我的瘦小,丈夫说:“人家这娇小!”然后妻子感慨地说:“咱年轻时也曾这样,唉!”他们走得快,从我身旁经过时,我发现那位妻子其实仅仅是略胖而已,可能是对自己的身材要求比较高吧。

以往也有这样的经验:同事抱怨自己“胖死了”,其实还有人羡慕她身材窈窕,走路有风姿。大概女性减肥跟求知一样,永远“在路上”,永远是“未完成时”,那些夸张的表达,听者不必当真。

抱着这样松弛的心态,我原本还在心里想,那两位女士也许正好有我所羡慕的富态的温柔妩媚。直到听见后面那两个具体的数字,我觉得非常意外。我不好意思特意回头看她们,就装作停下来看手机,等她们走近。她们因为体重,走路明显有点吃力。她们超重的部分主要集中在腰腹部,所以我试着想象自己系上了重重的沙袋走路的感觉。

记得美国作家卡佛有篇小说《肥》,因为曾被用作高考模拟卷的阅读材料,因此拥有了许多读者。这篇小说写了一位超重的男士,在餐厅里点了许多食物:凯撒沙拉、汤、面包和黄油、羊排、烤土豆加酸奶油、厨师蛋糕、香草冰激凌、巧克力酱。这些东西如果每样都是一小份,加在一起也已分量惊人,更何况其中几种食物的量很大。他一直吃,似乎也为自己这样感到抱歉,并强调说“我们没有选择”。我猜想这也许是一位暴食症患者,由于某种严重的心理创伤,无法自控以食物获得满足感和安全感。而“我”——一位女性服务员,小说中唯一对这位男士尊重和同情的人物——在小说结尾,因高度共情于他还有他

所代表的那个超重人群的无奈和所受的侮辱,感觉自己也变得非常非常胖。“我”周围的人,都无法理解“我”所讲述的一切,包括“我”同居的男友、“我”要好的女友。于是出现了这样一个开放性的结尾:“我的生活将会发生改变。我感受到了。”至于是什么改变、何时以及如何发生,一向以简洁克制著称的卡佛,将此留给了读者去想象、去回答。

生活中超重到那种程度的人毕竟是少数。但为何小说中吃不胖的“我”,还有小说外的我们,都经常感受到那种“我们没有选择”的无力?我想,那是一种没有办法掌控自己,进而掌控命运的无力感和挫败感。知道自己在坠落,但停不下来,而且下方也并没有一双手接住我们。面对的问题虽然不同,但那种深深的失望甚至绝望,那种至暗时刻,我们在自己的人生中都会遇到,或早或晚而已。

比如我虽然常常调侃自己骨瘦如柴,面黄肌瘦,但其实我经历过无法自控的暴饮暴食,只是由于先天的体质,还是一直胖不起来。这样说可能会让超重人士羡慕嫉妒恨,甚至以为我是故意炫耀,但我的确亲身经历过那种痛苦。而我平时在工作上、在待人接物上,一直被朋友们认为非常自律。可能是写作时过于耗神,或者工作压力太大,或者是服用某种药物的副作用,总之,有段时间,在正常进餐之外,我只要开始吃某种富含精制糖和淀粉的高碳水食品,就停不下来。我就像梦游般,一次又一次打开冰箱,拆开包装袋,而且不知道自己什么时候能停下来。我曾经连吃了五根雪糕和两个糯米粽子、两个豆沙包,停下来是因为家里的存货被我吃完了。好在我的消化系统还好,没出大问

题。是因为精神世界的痛苦和虚空才这样完全失去理智地进食吗?关键是,我吃完后并没有满足感,只有沮丧、失望和羞耻感,痛苦和虚空非但没有减轻,反而加重了。

其实,直到现在,我也没有完全克服这个问题,有时还是会吃个不停,比如写这篇文章时,我就吃了两个冰砖——还好,没有把剩余的几个一起吃完。我也想说,我们没有选择,在那个时刻。然而我又想说:“我的生活将会发生改变。我感受到了。”比如从五个到两个。真正的改变,最终仍取决于我们自己。而不管我们是不是能改变自己,对于依然深陷各种命运泥淖的那些“他们”,我们应该理解并尊重。更重要的是,如果有能力,而对方也愿意接受,那么去做些什么帮助“他们”改变。“他们”中间,也包括我们自己,过去的、现在的或未来的。



●老树画画

秋水
老树

风微无心事,
云深隐山家。
黄叶临秋水,
照如梦中花。

无动于衷,对分针的提醒也意识不到紧迫,直到秒针“滴答滴答”地催促,才明白过来时间不等人。直到结果不可挽回,才像针头扎进肉里一样疼。

回过神来,时间已经走远,而且决绝地头也不回。

及时止损,知耻后勇,时间也没走多远。奋起直追,即使追不上,也不至于距离越拉越大。

想想一生,时间对任何人都是公平的,要说不公平,都是我们自己造成的,我们有大把的时间都在不知不觉或麻木不仁中浪费了。比如现在,我在发呆,时间却不呆,悄悄走了。再比如白兔,自恃条件得天独厚,却游戏加儿戏,自毁前程。

有些东西浪费了不足惜,可以从头再来。唯有浪费的时间,不会重新来过,会让人抱憾终生。

星期文库

“走在皖南山水间”之四

西递读古韵

张景云

从宏村到西递将近二十公里,我们到西递时,已是下午。

远远就看见伫立在村头的“胡文光刺史牌坊”,深灰色的石头上,刻有龙凤、八仙等精美纹饰,只是几百年的风吹雨淋,让它全身涂了一层斑驳的时光。见到这座西递村的标志性建筑,我猛然想起,二十多年前我曾来过这里,那时还在职场,来也匆匆,去也匆匆,没留下太深的印象。

站在牌坊下,我不禁遐想:六百多年前,这座为表彰胡文光政绩而敕建的牌坊立在村头时,族人定会为村里出了这样一位乡贤而深感骄傲。他们更不会想到,后来陆续建起的其他牌坊大多被毁,唯有它依然伫立,向后人诉说着徽州的过往,展示着当年匠人的独特构思与精湛技艺。

宏村与西递同为徽派古村落,山水相依,气质相近,却又神韵有别。如果说宏村是依水而生,灵动秀美的“画里乡村”,那西递便是藏于深巷、沉稳内敛的“明清古民居博物馆”,需要慢慢细品,才能读懂砖瓦间沉淀千年的故事……

村头有处古朴民居,低矮的围墙上沉淀着过往的岁月,隔着墙就能看见院里摆着一些古时制墨的工具。走进院子,对面门上写着“墨魁”两个字,看来这户人家祖上是做墨的。侧边白墙上题着“一两黄金,一两墨”,道尽了徽墨在人们心里的分量。古时徽州制墨,用松树烧烟,加入珍贵的中药材,做出来的墨“坚如玉,研无声”,写在纸上黑亮不晕。望着眼前这些老工具,我仿佛看见制墨人忙碌的身影,也在心底掂出了“匠人匠心”这四个字的重量。

拐进一条窄巷,看见夕阳从高墙的缝隙里漏下来,将巷子分成一明一暗。推开一扇半掩的木门,眼前忽然撞进一方别致天地:天光从天井里缓缓落下来,四水归堂的格局里,藏着世世代代徽州人刻进建筑里的生活智慧与美好期许。砖雕、木雕、石雕,点缀其间;窗棂上的松、兰、竹、梅,梁柱间的瑞兽花鸟,刀法精湛,栩栩如生。

当年徽商耗尽一生心血建起的宅院,留给后人的不只是精美的木雕、石雕,更是一种安详从容的生活哲学。它告诉后人,日子可以过得很慢很静,在一方天井里看云卷云舒,在一盏清茶里品人生沉浮。我坐在老宅的廊下,看着光影在雕花窗棂上移动,看炊烟从屋顶缓缓升起。这里没有城市的浮躁,只有岁月沉淀的安然,一砖一瓦、一石一木,都藏着徽州的温婉与厚重。

起身离开时,夕阳在山坳里露出柔和的光晕,马头墙上的剪影静默如初。我知道自己带不走西递的一草一木,便把这份旧时光妥帖装进心里。从此无论走到哪里,心中总有一片黛瓦白墙,飘着一缕悠悠的炊烟。

独坐沙发,盯着对面墙上的挂表发呆。

圆鼓鼓的表身形如星球,表盘上的刻度犹如星河里的涟漪,三支表针似螺旋桨的桨叶,搅动着涟漪腾起浪花。

粗短的时针像个纺锤,看上去纹丝不动,时间似乎静止了。这给人一种错觉,时间就是慢吞吞的蜗牛,半天都爬不了一步。白兔嘲笑它,还不如乌龟爬得快呢,等你爬到终点还不得猴年马月?等我睡一觉,再追赶你也不迟。

细长的分针像根麦秸,慢条斯理的,不盯着细看,似乎也不动。转个身、伸个懒腰的工夫,仅仅跳动了一小格。这一格是在提醒:我在动哦!白兔睁眼一看,早着呢,不着急,再睡会儿,让你爬过大半程,我再起身都能超

过你。

纤细的秒针像支针灸的银针,只有听到它的“滴答”声,你才会感觉到时间没有凝固,而是在一秒一秒地溜走。白兔睡眼惺忪,眼见蜗牛快要撞线,这才感到时间紧迫。它像被银针

时间不发呆

赵盛基

扎了一样,腾地蹿起来,去追赶蜗牛。然而晚了,蜗牛撞线了。

蜗牛一脸平静,白兔后悔莫及。时间去哪了?这得问自己。

其实,时间没走远,就在时针、分针和秒针不紧不慢、有条不紊的节奏里。只是我们常常不觉时针的运动而