

总有人腰弯得比你更深

我家小女,从小喜欢留长发,每次给她洗头就成了难题。她两岁的时候,我每次给她洗头,都需要家人的协助,一人把她抱在膝盖上平躺,让头发自然下垂,另一人抓紧时间洗。后来孩子大了,抱起来不方便,就改为她躺在沙发上,水盆搁在地上,我蹲着为她洗头,来来回回换几次水,还会弄得地上都是湿脚印,感觉很麻烦。

于是,从今年春天开始,我让女儿像大人一样站在洗脸池前洗头,这样调水温、换水都很方便。但女儿觉得不习惯,每次头发洗到一半,她就会吵吵嚷嚷,十分不耐烦地说:“我的腰好疼,坚持不住了!”有一天,我特意让家人拍下我给女儿洗头时的照片,然后指给她看:“看啊,你在洗脸池边上弯一点儿腰头发就能浸到水里,而我必须站在后面给你洗头,你看咱们两个谁的腰弯得更深?”她这



才不好意思地说:“妈妈,原来你比我更累啊!”从此,我给女儿洗头时,她再也没有抱怨过。

我想起一位老同学讲过的故事。他大学毕业那年,找工作屡屡碰壁,就算好不容易找到的工作,也总是因为种种原因做不长,收入不稳定,导致连吃饭都成了难题。他的父母都是地道的农民,能供他上大学已经不容易了,他怎么好意思还向他们开口要钱?后来,他又找到了一份新工作,上班没几天,

就因为不熟悉业务流程而误删了一份重要的资料。主管是一位比他仅年长两岁的女孩,她冷着脸对他一顿劈头盖脸的责骂。他一气之下,又辞职了。

他怀着满肚子的愤懑,收拾东西要离开时,一位同事劝他:“年轻人做事别那么冲动,这事本来就是你做错了,道个歉就行了。”他没有理会,心里却在想:“她不过比我早毕业两年罢了,臭显摆什么,我又凭什么对她弯腰?”离开公司,他漫无目的地在街上游荡,却接到姐姐打来的电话:“今天老爸过生日,你回家吗?”想到自己也好久没回去了,他毫不犹豫地上了回家的公共汽车。一个小时之后,汽车在村口停下,那天的太阳很热,他走了没几步就出了一身汗。这时,他无意中看到,路边的庄稼地里,有人正在地里拔草,背朝着路的方向,腰弯得很深。

“这样拔草,得多累啊!”他

在心里感慨着,又觉得那个背影很熟悉,仔细一看,那不正是自己的父亲吗?他快步走过去,大声问:“爸,今天你过生日,怎么不在家里歇一天?”父亲看到儿子回来很高兴,直起腰来说:“昨天刚下过雨,这草长得猛呢,早拔早干净!听你姐说,你也要回来,你妈先回去做饭了,你快回去吧!”那天吃了午饭,他跟在父亲身后,一起把那块地里的杂草拔得干干净净。晚上休息时,他腰疼得睡不着,忍不住想起白天时同事劝他不要辞职的话,再想到父亲拔草时深深把腰弯下来的姿势,他不由内心百感交集,彻夜难眠。

不久,他找到了新工作,一切从零开始,适应起来当然还是有难度,但他再也没有轻易提出辞职。因为他早已明白,这世上总有人腰弯得比自己更深,活得也更不容易,但他们却从来不会抱怨。 张军霞/文

步行上下班

十年前买车那阵儿,心烧得不行,恨不得让所有的亲朋好友都见识一下,似乎自己也成了成功人士。有了车,走路的机会就少了,结果是身体不断发福,疾病也找上门来,不知不觉就成了“三高”人群。于是,我决定步行上下班。

当我步行上下班后,眼里的世界也有了微妙的变化。以前开

车时,看到街上熙熙攘攘的人群和忙忙碌碌的商贩,会觉得他们活得很辛苦;可现在和他们走在一起,觉得他们活得很踏实,甚至是朝气蓬勃。以前开车时会有优越感,现在才意识到,把自己塞进一个狭小的空间里简直是个大傻瓜。尽管速度快一些、屁股舒服一点,但不能随意停车、拐弯,注意力高度集中在红绿灯

或者导航上,窗外景物千篇一律地滑过,只有出发和到达,更不用说体味世间的烟火气了。

便捷高效的交通工具,将我们的生活半径无限扩大,与之匹配的必然是行驶过程最大限度的封闭,这何尝不是一种疏离?比如高速公路。我的老家就在高速公路边上,但附近没有出口。我每次回家,在高速公

路上眼看着庭院里的父母却不能说话,还要多走几公里的路程再绕回来。我想,这就是“工具”的挟持吧。

说到底,人本身才是最重要的,包括健康的身体、灵敏的四肢。脚踏实地地步行走路,出出汗,能让我的身体机能得到恢复,还能让我比以前更懂得知足、感恩。 羊白/文

羞耻治病

某猎人上山打猎,遭遇猛虎,急以钢叉刺虎,虎带伤跌下山谷。猎人由于竭尽全力,高举的双臂放不下来了。有名医为他治疗,搭一高台,让众人围观。名医拔出快刀,突然将猎人外裤裤带割断,猎人身上仅剩一条内裤,观者哗然。名医又要将猎人的内裤割裂,猎人双手放下,揪紧内裤。自此,猎人的双臂恢复如初。

故事起源于清代,屡屡见诸医家笔记。羞耻之心,人皆有之,利用这种心理,激发猎人的本能,进入应激状态,这叫以情传情的治疗。原来,当人间还有羞耻感时,“羞”是可以用来治

病的。

似乎,羞耻感是动植物都具有的。轻抚一下含羞草,它的叶片就会含羞闭上。深山老林里有一种“羞死鸟”,因鸣声似“羞死了”得名,它隐居不愿见人,人若见着它,它就含羞而死。人是万物之灵长,害羞是一种心理机制,由此升华的羞耻感,是至真至纯的自然流露。

识荣辱,知羞耻,明是非,是文明人的基本准则。利用羞耻感来治病的名医技术,超越医案本身,值得当下的人思忖。

钟治德/文

月光下饭

犹记得少年时,月白风清,我所在的小小乡村,鸡栖于埘,羊牛回圈。父母从农田回到家里,父亲洗了澡,摇着蒲扇在院子里给我们讲故事,母亲焖了一锅米饭,并没有菜,每人发了一碗,我们一家人就着月光下饭。

那时候的米饭真香,每一口都能感知米饭颗粒饱满的滋味。在唇齿之间,在味蕾之上,米饭被我们一粒粒享用,舌尖上鼓噪着甜,丝丝缕缕的,有



丝绸一样的质感,回甘真的很好。

我所在的安徽省北部,是不产大米的。父亲说:“大米多半产在江南,细品,可以感知大米饭中有江南小桥流水的滋润。东北也有大米,味道就干爽劲道一些,像东北黑土地上明晃晃的大太阳。”

父亲说这些话的时候,我不知道父亲有没有去过江南或东北。往后的日子里,我吃到江南的糙米、东北的大米,月光下的我,能透过每一粒米,感知父亲所说的“气息”。这“气息”真真切切,似乎是从他乡移居到我的舌尖上的。

月光下饭,连一丝榨菜也没有,慢慢嚼着。日子就是这样,慢品就有滋味,这滋味还带给我们无尽的想象。

李丹崖/文

