

# 一个人旅行的样子真的很酷

音乐水果

从捷克进入瑞士时,我和同伴因为意见不合分道扬镳,说好一起走的行程,变成了我一人独行。

说不郁闷是假的,明明出行前,两人共同制定了行程计划,将每一座城市的景点细细罗列,怎么到了目的地后,对方突然就翻脸,不想按照行程计划走呢?我百思不得其解,只得带着沮丧的心情,来到了瑞士的因特拉肯。

因特拉肯是个因旅游而兴起的小镇,它的拉丁文原意为“两湖之间”,即因恩湖与布里恩茨湖。我来到因特拉肯,是因为这里是滑翔伞的圣地,我可以享受在空中飞翔的自由感。

距离预约的时间还有很久,我来到滑翔伞的降落地——因特拉肯小镇中心的大草坪,在草坪边缘找了把木椅坐下。夏日阳光热烈,远处的少女峰还有隐隐白雪的痕迹,在蓝天之下更显其秀丽;再看近处,五颜六色的滑翔伞从天而降,它们在空中划出了完美的弧线,大草坪的绿意与周边的树木无不富有郁郁葱葱的生机。

眼前的景色开阔,多少舒缓了我的郁闷情绪,就在我感觉心情好了些时,耳边响起了一个声音:“你好,请问你旁边有人吗?”我扭头,是一位年过花甲的大爷,他刚把头盔摘下来,露出了满是汗意的脑袋,全身上下也都是专业的骑行装备,自行车早就被他“放倒”在路边。

哦,原来是位热爱骑行的老年人,可能是骑累了要休息。我摇摇头:“没有人,请坐。”大爷坐在木椅的另一端,一边喝水,一边和我聊天:“来旅行?一个人?”这问题正

好戳中了我的心事,我沉重地点头:“本来是两个人,现在变成一个人了,我感觉自己有点惨。”

大爷把瓶盖“啪”地合上,反问我:“你看我有同伴吗?”我摇了摇头,大爷呵呵一笑:“估计你猜不到我是从哪儿骑过来的,洛桑!”我挑眉,莱茵湖畔的洛桑?这可是伯尔尼州的因特拉肯啊,两座城市之间坐火车还得小半天呢,这骑行得需要多久!

“我周围的朋友喜欢徒步,或者定向越野,只有我喜欢骑行。”大爷把水瓶抛起又接住,“就算一个人骑行,我也总能找到许多乐趣。”接下来,我听到了他讲了许多骑行时的故事,比如在山路骑行时,遇到了受伤的小松鼠,他还为小家伙进行伤口包扎等等。

“你不孤独吗?一个人骑行?”我提出了自己的疑惑。

“人哪里有不孤独的?就算有爱人、有朋友,但绝大部分时间,你都是和自己在独处,”大爷说这话时,也不玩水瓶了,他的眼神看向了远处的少女峰,声音也变得幽远,“每个人都孤独,你要适应孤独,甚至爱上它。”

看了看手机屏幕上的时间,距离预约时间很近了,我向大爷道了别,往预约地点走去,那里会有小巴车载我去山顶。走出五步远时,大爷喊住我:“中国姑娘,你一个



人旅行的样子真的很酷!”我冲他竖起大拇指,也喊回去:“你一个人骑行也很酷!”

“祝你飞得开心!”大爷冲我招招手,让我赶紧去“飞翔”。

等我来到山顶,一切准备就绪后,我往前跑了几步,纵身一跃,整个人像一只鸟一样飞了起来。滑翔伞教练在我身后操控着方向,我尽情享受在空中飘来飘去的自由感:风从耳边过,阳光从头顶洒下,远处的山峰清晰,蔚蓝的天际无垠……我大喊了几声,宣泄出心中的郁结——好像从起飞的一刻,那种郁闷感就消散了,连孤独都变得特别:我一个人来玩滑翔伞,虽然有些恐高,但我飞了下来,这真的很酷!

后来,在接下来的旅行中,我不再刻意地寻求同伴,如果能遇见,那就是我的幸运;如果遇不到,独自旅行也是件孤独又美丽的事。至今,我也没有爱上孤独,却学会了独处,陪伴自己的时光变得格外有意义。我想,这也是我对孤独的释怀吧。

## 人生五味

## 身体不是一匹哑马

毕淑敏

人们对于自己的身体常常是麻木不仁。只有当生病时,才察觉到它的存在。你见过朝阳的升起,可你觉察过自己身体升起的潮汐吗?

忽视自己的身体,是现代人的通病。身体真是好脾气,倘有一分气力,就苟延残喘地担当着,实在担当不了了,才轰然倒下,并无怨言。人们给这情形起了一个名字,叫作“积劳成疾”。

可是,不能欺负老实人啊!身体是我们最好的朋友,你不能把身体当成一匹哑马,无尽地驱使它做力所不及的苦役。你要学会和自己的马儿喃喃细语,你会听到这匹老马有多少真知灼见,引导你生命的苦旅。

我们要学会轻松省力地使用身体,快捷向前。轻松省力地使用身体的诀窍就是:将

身心统一,让身体和思想在同一个水平线上。当我们高兴的时候,身体就微笑。当我们沮丧的时候,身体有权利哀伤。

最要不得的就是,明明你不喜欢这个人,却让身体奴颜婢膝,强颜欢笑。明明你喜欢这个人,却让身体冷若冰霜,拒之千里。这不单是做人辛苦,而且让身体早生华发,未老先衰。

善待你的躯体吧,它是你在漫漫征途上仅有的依靠。如果连它都背叛了你,你真要好好检讨自己的人生,要记住,身体是我们可以移动的世界。

## 民间语文

# 《诗经》永流传的秘密所在

康戈

“经”是文明的纲领。《诗经》之所以是五经之首,必然有它的道理。

假设文字也能像电影那么任性,我好想看看两千多年前的西周末年。那里王室衰微,诸侯兼并,夷狄交侵,百姓流离。可是,我并不想看这些。我更感兴趣的是,那个时候,中华土地上秀丽的山川,了不起的大咖,和普通人身边那些能治愈千年文化伤痕的爱情。

孔子这位大咖,是必要拜谒的,没有之一。因为他与《诗》有关,因为他手里攥着三千多个普通人的故事,要拍电影的话,能养活好莱坞十年。可是孔子要的不是虚假繁荣,他要的,是把中华文化的精神给养,用简单却最有力的方式留存下来。

他看着这三千多首四方民歌,看了又看,终于狠下心来,一刀砍到桃花开,剩下305首,变成诗三百。没错,《三百首》就是诗经最初的名字,“经”是汉儒给它加的冠。

一刀砍到桃花开,这可不是我即兴的修辞。“桃花开”或许就是孔子所要秉持的价值底色:万物生长,桃花要开,人要恋爱

结婚,要组建家庭,传宗接代,而人类要生存发展,走向未来,起点还得回到男欢女爱上。

于是,作为图书策划编辑的孔子主意拿定,做了中国人书刊编辑史上最大胆的一次决定:我编的书,第一篇就是要讲男女约会。一切男女不能好好约会的文明,都是虚假繁荣。儒、释、道、兵、法、墨,你们几个先等会儿,让我先谈个恋爱(后来我考证了下,孔子的《诗》《书》《礼》《乐》《春秋》,开篇讲的也都是男女。此谓“吾道一以贯之”。

书编完了,同样作为图书编辑的孔子,有着超乎寻常的市场意识和政治敏锐度。他知道,这种专讲自由和恋爱的著作,迟早会被某些人看不惯。于是,老夫子苦心孤诣,创造了“春秋笔法”等一系列规避的办法,才使得后人把一些历史真相,抽丝剥茧,剥离出来。

《诗经》的传播策略,大不同于孔子的

九月,是秋意阑珊的时节。行走在乡间小路上,最美的是树上金黄的柿子,小路边星星点点红色的酸枣,还有已经变成暗红色的花椒。到处是收获的香气,到处是人们喜悦的面容。人们呼朋唤友地去打枣,那枣子“噼里啪啦”如雨点般地落下来,滚得哪里都是。人们嘻嘻哈哈地笑着,忙着弯腰去捡枣。

如果你到了西部山区,那层层叠叠的民居上,更有“晒秋”之美。你家的房顶就是我的平台。平台上晒满了各种各样的、五颜六色的收获。九月里,我们一起拾花生,摘酸枣,剪花椒,大自然,提供了我们最新鲜的美味。

九月是新生开学的日子。在暑假里玩疯了“熊孩子”们,重新背上书包,返回校园。孩子打好行囊,整理好书籍,又开始了新的一个学期的奋斗。前几日还在家耍赖的孩子,一踏入校门,就成了有规有矩,激情向上的少年。他们可以站笔挺军姿,自己能叠标准方块被子。九月,到处传来琅琅的读书声,一切都是崭新的开始,只要努力,一切都充满了希望。梦想,也终将在努力中,慢慢地实现。我告诉孩子:青春,是用来奋斗的。努力的日子,你是最美的!

九月,即将迎来教师节。回想人生之路上,曾有那么多谆谆教导。在我失望的时候,给我鼓励,在我取得一丁点成绩时,给我祝贺。那些老师,用殷切的目光陪伴着我们成长。我的一位大学老师,来自美国,一直陪伴了我们三年时光,结下了深厚的友谊。在我们毕业二十多年后,老师已经八十多岁了,却依然从美国飞回中国,只为了来看他的学生。每每想到这些从事着阳光下最幸福职业的人们,就感觉心中充满了温暖。

九月,有我喜欢的中秋节。中秋意味着团圆。亲人,朋友团聚在一起,品着月饼,和着茶香,欢声笑语,陪伴是最亲情的告白。岁月匆匆,可以彼此陪伴的时光,就是最美的时光。喜欢在月圆之时,凝望着如水的月光,体味着“海上生明月,天涯共此时”的情愫。

挚爱九月,还因为我出生在这个美丽的秋天。妈妈说,那一晚,月亮格外美,清朗朗的月光,透着窗棂洒到屋里的每个角落。我就出生在一片朗朗的月光中。妈妈打趣说,你是专门赶着吃中秋美食而来的。果然如此,每年生日之时,家里都会有各种各样的吃食,为了庆祝生日,也为了迎接中秋。

九月之美,九月是深邃的天,是叮咚流淌的泉,是肥美的虾蟹,更是一缕温暖的阳光。是山野里的一朵昂扬向上的野菊,是孩子们整齐的步伐,是丰满的花生和人们的笑脸,是叶子缓缓飘零,更是一种祝福,一份感恩。

## 人生边上



其他著作。除了把诗经的部分史实穿凿在《左传》等著作里,《诗经》的流传,主要还赖于诗本身的特点,比如押韵,比如歌唱。还比如,孔子的教

学。孔子这个人,之所以让我觉得亲近,在于至少在受教育这个层面上,他眼里没有三六九等。不管是穷人的孩子,富人的孩子,只要你提三斤腊肉来表诚意,我就教你读书。

教什么?教《诗》。弟子三千,贤者七十二人,是孔子教育成果的一个量化统计。这个结果确保了在印刷业极不发达的西周,重要的文明,能够赖口传心授得以保留。后来,暴君秦始皇焚书坑儒。一时间,《诗》被毁绝。然而暴政过后,那些藏在小孩脑壳里的《诗》,那些藏在厕所墙缝里的《诗》,又如春草一般,长了出来。

先哲的智慧以及诗歌本身强大的生命力,使得我们今天还能看到这些鲜活的,带着赤诚和野性的《诗经》,真心不易。

## 生活空间

## 找到“对”的自己

刘荒田

在网上读到一段妙文,作者的名字并不显赫,但意义值得细思:“我们常说没有碰到的人,会不会是没碰到自己。你还没碰到对的自己,我还没有碰到对的我,所以,碰到对的人还是不能融洽相处。”这一段议论所针对的,恐怕是人寻找伴侣时的困惑。但我早已是不必另行寻觅另一半的老头子,且将思路放开,从人的一生着眼,看有没有找“对的自己”的问题。

什么是“对”的自己?我以为,就事论事,是指生命的进程与初志大抵相合;就爱情论,是指与伴侣相处大体融洽;就心境论,自身和外部环境大体和谐。

且观察一个社会现象——退休群体的生存状态。但凡找到“对”的自己,(或者没找到,但懂得“要成为什么人”,无力践行却活得明白的老人),有爱好,有宽容,有悲悯,有充实的精神生活;而浑浑噩噩地活过来的那些,失去目标,不甘寂寞,愈来愈难以和自己相处,而向外求助又碍着面子,于是郁闷、小气、记仇,动辄骂人。这种人的灵魂被一个“不对”的自己绑架了。

“对”的自己,只有极少数幸运者自然而然地得到,如一见钟情的配偶白头偕老。多数人需要自行寻觅。以起步论,在个性得以自由发展的社会,你发现自己“喜欢什么”,又通过自己或者外力证明能够干好所喜欢的;下一步,你将之立为终身事业,而环境又允许你,鼓励你,成全你这个“对”的自我,你就是灵肉统一的幸运儿。因为“对”意味着强大的免疫。

寻觅“对”的自己的另一半,爱情的滋润,是奉献的双方的人格在太阳下“正确”地笔直地长大,而不必扭曲;他或她有让自己骄傲的事业,一路走来,不可能每一步都没有瑕疵,而是以曲折、坎坷排出“对”的人生;他或她的朋友,其中必有肝胆相照的知己,不管彼此相隔多远,心灵总能呼应。

一旦找到“对”的自己,自我内部的斗争便具备理性,叛逆青春对秩序的反抗,负重中年对陈旧人生的厌腻,衰颓晚年对老病的忧惧,都可以不假外力,关起门来让灵与肉和平地对话,取得和解。

不说终其一生,从一个“顿悟”的拐点,你觅得“对”的自己开始,你的生命逐渐变得圆融,你的内心丰富而整饬,你的人生近于完美。

## 札记