

有事说事,无事不扰

乔叶

微信里常会有一些莫名其妙的人,不知道是什么场合什么情况下加的,就这样存在了。其中有一位不熟的作者,文章写得一般。对这样的人我其实也没什么成见,爱写作不是什么坏事,只是请不要来打扰我。

可不知道怎么了,他忽然就开始跟我频频联系起来。上来就直呼名字,似乎跟我很熟络的样子。这倒也没什么,他或许就是自来熟,如果因为这个我也能容忍他的无礼,可他派给我的事情却是让我深为抗拒的:发给我作品,要我点评。

实在是没话可说,我就沉默。这种事情太多了。点评倒是容易,但太多经验告诉我,这是出力不落好的事。既说不来假话,说真话又得罪人,可不就是出力不落好?所以就沉默。况且,人家先是想听你点评,后续肯定还有别的。

果然,不久后他又要我推荐其文章发表,我也只好继续沉默。又过了些日子,他说出了书,要寄给我,我便客气回复:谢谢。那边却又突然发来一段话,很愤怒的口气,大意是说,他很清楚,他就是寄给我我也不会看的。我就是在敷衍他,根本就看不起他之类,以感叹号结束。

我先是讶异。这段话大概是他最有自知之明的活了,他之前应该也是在忍我。既然忍了这么久,那怎么就这么爆发了呢?随即便释然。人家不想忍了,那就不忍了呗。接着我便不厚道地开心起来。他文章写得不敢恭维,行事还如此不知分寸,还挺作,且终于作到了让我也不能忍的程度,能毫无心理负担和道德愧疚地把他拉黑了。

还有一些人逢年过节必来私信打卡,用转发的图片文字。有的是二十四节气也来打卡。还有的是天天打卡,写意的玫瑰天天发一朵,红彤彤的小心心天天来一颗,冒着热气的茶天天献一杯。好像也没有什么目的,只是问候,显得十分单纯友好。但也有不少图穷匕见的,让我积攒下了一些警惕。于是对于这些,我就保持沉默。在他们来说应该就是无效社交吧,可我确实是没有闲情逸致给他们以同等回复。我只想要开门见山的节奏:有事说事,无事不扰。

就是这样。在这些沉默的时刻,内心的某些部分由此变得坚硬、冷酷和无趣,但也有一些部分会变得更为湿润和柔软。有时看到夕阳也会掉泪,在幼儿园门口看到孩子大哭着喊妈妈,也会不由得湿了眼睛。地铁上,不止一次想到遥远故乡的亲人,难过得不能自己。

这些时刻,都只是独自。我称之为剖心自食。孤独前行,旁无余赘,却似也能自洽。往前看去,时间着实有限,只能不断做减法。减着减着,人生的面貌便山高月小、水落石出。

七夕会

我的小区旁边有一个不错的公园,清晨散步时,总是能看到比实际年龄年轻的老人在那里比画太极,有时候看到几个打得确实好的,如行云流水般的动作配合独有的太极服装舒缓而优雅,尽显东方神韵。

很久没有参与太极活动了,但我一直认为自己是有一定的基础的,所以当有朋友邀请我参加比赛时,我便毫不犹豫地答应了下来。或许间断练过几年太极还是有一点作用,让我和太极小伙伴在这次武术博览会“太极拳专场”中取得不错的成绩。这次的活动参与也让我对于太极有了更加深入的理解,当我站在太极比赛的赛场上,如同接受考试的学生一般面对数十位太极高手担任的裁判员时,会有一点儿小紧张,不过很快便默默沉下心来,从“起势”开始,肩膀沉下去,后背自然就展开……想起自己最初跟着辅导员老师练“起势”时,我总忍不住绷紧手臂,想把动作做得“有力度”,老师和我说:“太极里的劲,是‘松’出来的,不是‘绷’出来的。”膝盖微屈时不用硬撑,胯的根部要尽量放松,重心才能够更稳;调整好呼吸,注意节奏,双手画圆时不刻意用力,让腋下和腰腹的肌肉悄悄带动身体……这个时候我好像又一次真正明白太极从不是“对抗身体”的锻炼,而是“顺应身体”的舒展,在这样的过程中才可以慢慢找到身体的平衡。

比赛场馆里看到从全国各地来的太极高手,扎着羊角辫的小姑娘、追打嬉戏的小男孩,原本在嬉闹,突然静下

来认真打拳的孩子们一上手打起太极那种动作流畅、舒展利落让人印象深刻,比标准的招式更动人的我想应该就是太极本真的鲜活;我们属于中年战队,不论是脱下职业装换上太极服的上班族还是热爱锻炼的“宝妈”,都能够将“野马分鬃”或“弓步射剑”动作舒展得恰到好处,每一招都藏着对身体的掌控,眼神里没有急躁,只有沉浸其中的平和,这大概就是太极沉淀出的从容,仿佛能够把生活里的奔波和劳累揉进岁月的慢节奏里。而老年人展现太极更是如同古松一般悠然,各种极具中国传统元素的太极服装穿在银发族的老年人身上,再配合那份气定神闲的太极独有的气质,每一个招式都好像在诉说岁月的故事,这大概就是太极滋养出的温润吧。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

比赛场馆里看到从全国各地来的太极高手,扎着羊角辫的小姑娘、追打嬉戏的小男孩,原本在嬉闹,突然静下

来认真打拳的孩子们一上手打起太极那种动作流畅、舒展利落让人印象深刻,比标准的招式更动人的我想应该就是太极本真的鲜活;我们属于中年战队,不论是脱下职业装换上太极服的上班族还是热爱锻炼的“宝妈”,都能够将“野马分鬃”或“弓步射剑”动作舒展得恰到好处,每一招都藏着对身体的掌控,眼神里没有急躁,只有沉浸其中的平和,这大概就是太极沉淀出的从容,仿佛能够把生活里的奔波和劳累揉进岁月的慢节奏里。而老年人展现太极更是如同古松一般悠然,各种极具中国传统元素的太极服装穿在银发族的老年人身上,再配合那份气定神闲的太极独有的气质,每一个招式都好像在诉说岁月的故事,这大概就是太极滋养出的温润吧。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

老祖宗的智慧讲究“道法自然”“中庸平和”,或许太极中的“慢”能够呼应这份快乐,太极之美,从不仅仅只是外在形态的柔和,刚柔相济,也藏在《道德经》里“致虚极,守静笃”的通透中。慢下脚步,像太极闲坐肘肘,赶走“时间匆忙”的偏执。闲暇时煮茶,静看茶叶在沸水中上下翻滚,回味茶中回甘;下班散步,亦可跟着晚霞的脚步走,欣赏夕阳美景;这“慢”里藏着智慧,太极的美就像太极图里的阴阳鱼,看似静止,实则则在永恒地旋转,藏着无尽的生机。“慢”练太极时才会到的舒展,好像真的把日子过出了温润的滋味。也许这便是“慢”给生活的留白,也是最踏实的快乐。

十年,足够让一部曾被贴上“小众”“沉闷”标签的电影,在时光的褶皱里悄然褪去最初的争议外壳,显露出内里如琥珀般凝固的普遍情感。2015年,贾樟柯将镜头对准1999、2014和那个似乎还很遥远的2025年时,我们或许只当是一场关于他人的叙事。如今,电影《山河故人》中的“未来”已成为触手可及的当下,而银幕上那些告别、疏离与坚守,却比任何时候都更像一面镜子,映照出我们自己的面容。

初看时,或许只觉得这是一个山西县城女子的半生际遇。再看时,才惊觉那是一代人在时代激流中的集体漂流记。片中沈涛(赵涛饰演)在汾阳文峰塔前雪地里的那场苍老独舞,连同那句“每个人只能陪你走一段路”,经由短视频的淬炼与传播,竟成了穿透圈层、引发亿万点击与共鸣的文化符号。这迟来的、浩大的感动,究竟为何而生?那场雪地独舞,又何以撬动了如此普遍的心弦?

我们每天都在告别。电影的英文片名“Mountains May Depart”早已道破天机:连青山也会分离,何况是人。影片始于一场看似寻常的三角恋情抉择,却

拉开了这一生告别的序幕:沈涛选择了张晋生,梁子愤然将钥匙抛向屋顶,转身远去。此后,告别如雪片般纷至沓来:父亲在车站候车室悄然离世,婚姻在金钱与野心中心中消解,儿子随着绿皮火车驶

向了越来越远的彼岸。最深的告别往往发生在最平常的时刻。没有隆重的仪式,只是在某个转身、某句寻常的对话后,一些人、一些事就永远留在了昨天。一条再没有回复的微信,一列渐行渐远的列车,一副渐渐老去的躯体,一双开始陌生的眼睛。十年后,当我们环顾四周,才发现人生更像是一场温柔的减法,那些曾经以为永恒的陪伴,都在时间的流淌中悄然退场。

孤独是人生的常态。“每个人都要陪你走一段路,迟早是要分开的。”沈涛在火车上对儿子说的这句话,是全片最温柔的注脚,也是最残酷的真相。电影中,每个人都活成了一座孤岛。张晋生如愿移民澳大利亚,拥有

了财富和枪支,却对着儿子怒吼:“自由算个屁!在澳大利亚我可以买枪了,但我连个敌人都没有!”他的敌人是空虚,是与故土文化彻底断裂后的巨大迷失。而他的儿子张到乐,忘记中

告别与永恒的孤独底色之上,电影悄然点亮了一盏温暖的灯:对“当下”的珍视。它体现在沈涛执意要坐慢车送儿子回上海,这是对即将逝去的相聚时光,最朴素也最深情的挽留。当沈涛在雪中独舞,她不是在祭奠逝去的一切,而是在用舞姿与当下拥抱,与脚下的山河共存。

影片中那些看似“土到掉渣”的影像,在贾樟柯的镜头下,却散发出一种诗意的光芒。这种质朴背后,是一种深沉的优雅:它不回避生活的粗粝,却依然能在其中发现美;它承认失去的必然,却依然珍视曾经拥有的温度。在一切还未成为“故”之前,深深地去经历,去珍惜。

十年过去了,我们终于读懂了那场雪地独舞。它舞出的不仅是一个女人的山河与故人,更是一个时代集体情感迁徙的孤独与尊严。电影最后,沈涛在雪中微笑。那微笑里,有岁月的沟壑,也有穿越沟壑后,与命运达成的、悲欣交集的谅解。这或许,是时间能给我们的,最珍贵的礼物。

时间给了我们最珍贵的礼物

程媛媛

文,与父亲靠翻译软件交流,将对母爱的渴望投射在年长的中文老师身上,这种情感的错位,是更深层次的文化与身份孤独。沈涛的孤独最为绵长。从青春的热闹到中年的疏离,再到老年的沉寂,她几乎失去了所有亲密的关系。然而影片结尾,2025年的雪落在文峰塔下,她牵着狗,在漫天飞雪中再次跳起年轻时跳过的舞。那一刻,没有悲感,只有一种历经所有失去后,与孤独坦然共处的平静。贾樟柯用近乎残忍的诚实告诉我们:人生就像一列火车,有人上车,有人下车,看似拥挤的车厢,终究要一个人面对终点的风景。

今天最好的一天。贾樟柯并非只渲染悲情。在无情的

孤独是人生的常态。“每个人都要陪你走一段路,迟早是要分开的。”沈涛在火车上对儿子说的这句话,是全片最温柔的注脚,也是最残酷的真相。电影中,每个人都活成了一座孤岛。张晋生如愿移民澳大利亚,拥有

了财富和枪支,却对着儿子怒吼:“自由算个屁!在澳大利亚我可以买枪了,但我连个敌人都没有!”他的敌人是空虚,是与故土文化彻底断裂后的巨大迷失。而他的儿子张到乐,忘记中

告别与永恒的孤独底色之上,电影悄然点亮了一盏温暖的灯:对“当下”的珍视。它体现在沈涛执意要坐慢车送儿子回上海,这是对即将逝去的相聚时光,最朴素也最深情的挽留。当沈涛在雪中独舞,她不是在祭奠逝去的一切,而是在用舞姿与当下拥抱,与脚下的山河共存。

影片中那些看似“土到掉渣”的影像,在贾樟柯的镜头下,却散发出一种诗意的光芒。这种质朴背后,是一种深沉的优雅:它不回避生活的粗粝,却依然能在其中发现美;它承认失去的必然,却依然珍视曾经拥有的温度。在一切还未成为“故”之前,深深地去经历,去珍惜。

十年过去了,我们终于读懂了那场雪地独舞。它舞出的不仅是一个女人的山河与故人,更是一个时代集体情感迁徙的孤独与尊严。电影最后,沈涛在雪中微笑。那微笑里,有岁月的沟壑,也有穿越沟壑后,与命运达成的、悲欣交集的谅解。这或许,是时间能给我们的,最珍贵的礼物。

岁寒之甘

王萌萌

口。一个挽着元宝髻、穿深蓝大襟袄的老奶奶,臂弯里总拎一只盖白布的柳条筐。白布掀开便有自制的零嘴儿:糖渍麦粒用报纸卷成三角筒装着;各种糖琳琅满目,当时我们都统称“糖瓜”。有圆滚滚如大个栗子的,有拧成麻花状的,或拉作纤细空心“管子”等等。一律麦芽糖做成,只是火候、拉伸的功夫不同,显出或深或浅的琥珀色,外面薄薄扑一层防粘的熟粉,如深冬洁白的晨霜。

有一回期末考试,将攒的零花钱全掏出来,一股脑儿递给了卖糖的老奶奶,指着她的柳条筐“点单”。满满两纸包“糖瓜”到手,三四十颗。穷人乍富,彻底肥了胆子,不回家吃午饭,找个晒得到太阳的地方报复性饕餮。微有焦香的甜充斥口腔,从未品尝过如此甜的我,陷入一种忘乎所以的狂喜。可吃到十来颗后,甜开始滞重,喉咙开始发紧,舌尖也开始发干发麻,但心里有股胶糊,就要用尽一切力气去对抗来外界的管束,于是不懈地咀嚼、机械地吞咽。当两只纸袋空空如也,觉得是完成了一项“伟大”的壮举。然而回家路上,胃里却有微微灼烧的不适,唇齿间回荡的不再是甘甜,而是焦苦与黏

腻,还有心间无以名状的懊恼与空虚。说来也怪,经了那一回,心底那条对糖馋涎的小蛇仿佛被彻底喂饱,竟自此遁走,再没回来过。后来才知道,老家胶东的糖瓜是以生好的麦芽碾碎,与炒熟的玉米面按照一定比例混合、发酵而成的,是纯天然食品,营养比蔗糖高,甜度比蔗糖低,富含多种氨基酸、维生素、蛋白质和消化酶,在寒冷的腊月能快速为身体补充能量,在物资匮乏的过去,当真是稀罕的营养品。难怪腊月二十三祭灶的时候,也要拿糖瓜作为供品,粘住灶王爷的嘴,寓意“上天言好事”。如今回想,我那日的饱胀与臃足,不单是孩童的调皮与叛逆,倒像是上天指引我通过身体最直接的感受去领会一个最朴素的道理:甘甜也好,鲜美也罢,都是要与其他味道,比如苦和淡的对比,才能真正品味出其妙处,不仅饮食上如此,生活上亦如此。

寒冬养生,重在温补。《黄帝内经》有云:“冬不藏精,春必病温”,此时进补甘厚之物,恰合时宜。牛羊的腩肉,加几片

倒超出我的经验。说起吃肉,不得不提奉化溪口那家蒋永峰牛肉面,这家店藏在小巷内。我们去得早,就是早饭刚过、午餐未到的那个时间,老板在里面准备骨头汤。等了他好久,终于出来烧面,他的牛肉都是吊龙现切。这位蒋老板佝偻着背,专心致志切牛肉的样子,简直是把牛肉当宝贝一样伺候的。他先是用刀锋把筋膜割去,而后切成薄片。等干干脆煮熟时,才放入牛肉,变色,出锅,撒上葱花香菜,整个动作一气呵成。牛肉又香、又嫩,汤头又鲜,滋味又足。我问他,怎么做得这么好吃?他说,只要肉够新鲜,哪能不好吃。

说起吃肉,不得不提奉化溪口那家蒋永峰牛肉面,这家店藏在小巷内。我们去得早,就是早饭刚过、午餐未到的那个时间,老板在里面准备骨头汤。等了他好久,终于出来烧面,他的牛肉都是吊龙现切。这位蒋老板佝偻着背,专心致志切牛肉的样子,简直是把牛肉当宝贝一样伺候的。他先是用刀锋把筋膜割去,而后切成薄片。等干干脆煮熟时,才放入牛肉,变色,出锅,撒上葱花香菜,整个动作一气呵成。牛肉又香、又嫩,汤头又鲜,滋味又足。我问他,怎么做得这么好吃?他说,只要肉够新鲜,哪能不好吃。

说起吃肉,不得不提奉化溪口那家蒋永峰牛肉面,这家店藏在小巷内。我们去得早,就是早饭刚过、午餐未到的那个时间,老板在里面准备骨头汤。等了他好久,终于出来烧面,他的牛肉都是吊龙现切。这位蒋老板佝偻着背,专心致志切牛肉的样子,简直是把牛肉当宝贝一样伺候的。他先是用刀锋把筋膜割去,而后切成薄片。等干干脆煮熟时,才放入牛肉,变色,出锅,撒上葱花香菜,整个动作一气呵成。牛肉又香、又嫩,汤头又鲜,滋味又足。我问他,怎么做得这么好吃?他说,只要肉够新鲜,哪能不好吃。