

## 声声叹 当我老了

米肖



鼓荡,当下的身体何以如此滞重?那种有心无力感,时时令人崩溃。

冬日,一有太阳,便抛下一切出去晒晒。小区许多老人集中于小广场,有些老人可以自理,悠悠闲活着。有些老人需要轮椅辅助,他们静如雕塑,活在独自世界里。我望着他们,深深悲哀,并非为苍老的身体,并非为了不能自由行走……而是为造物的残忍。

人类何等渺小,甚至我们活不过一株树。短短四十年以后,躯体零部件一个接一个老化,慢慢迎击来与疾病共处的日子。老病老病,老与病之间没有缓冲区,两者是一起来到的。

你看,冬去春来,每一株树每一棵草都在自新,年年都是新天新地,风雷不拘。到处茸茸新绿,晚霞每一次将天边铺满,星月永恒,自然界中一切亘在。而我们小小人类,老了一茬又一茬。

四十岁之后,时间一如急鼓繁弦,仿佛被神调快几档,日子总归不经过,一忽儿又是一年。

五十岁时,眼睛这个零部件正式退化。在散光严重之前,不曾觉出双眼的珍贵。如今读书,超过一小时,则难以为继。任何高科技眼镜的介入,也无济于事。是一个凛冬,仅仅读书半小时,字迹便模糊不清,侥幸以为用眼过度导致的暂时不适,岂知日后成为常态。不得不去居所附近眼镜店陈述病况,店员拿过一副100度老花镜让试戴,我看着她递过来的一张报纸,字迹依然模糊。店员云淡风轻建议,看不了书,不看就是,反正也不是什么大不了的事。自眼镜店出来,异常痛苦的我在冷风中久久游荡。有几人理解不能持续读书的空虚茫然?

刚开始,难以接受双眼老花这件事。时间久了,渐被命运所驯服。如今去图书馆借回五本书,时限一月,总是不能如期读完,必须去网上APP续借一次。并非时间不够,是老花的眼睛拖了后腿,不比年轻时可以自由连续阅读三四小时。听书呢,总入不了心。读书,才是与作者的一次次心灵感应。

一次,要缝一粒纽扣,穿针引线,花去数时。前阵,买回一样厨房用品,说明书字号太小,只有求助小孩。正学习中的他被打断,颇不耐烦。我平心静气规劝,孩子啊,妈妈老了嘛。过后,非常非常悲哀。

有一年,我外婆穿针总是穿不过去,我拿过来,飞一样,长线徐徐引过来了。我外婆接过去,也是悲哀地感念几句……这一晃,隔了多少冬往春来。转眼又是清明,我还总抽不开身,去乡下给她上坟。

常常回到2017年春天。彼时,我的身体可真轻盈。一早,买好菜,总去放门口,转身去居所附近的荒坡甬道慢跑,回家还可以在电脑前静坐两三个小时,末了还能吃

上自己做的午餐。短短一个上午,我可以飞速做好三件事。

那个春天,当关闭电脑,飞奔户外,春阳朗照,世界为之一新。门前李树上,千万颗橄榄大小李子叮叮咚咚闪烁于阳光下,世界从我眼前次第铺开……

多年以后,我尚能回忆起2017年春天的珍贵。我在2017年春天里依然年轻,心力充沛地完成一部书稿,还跑了步。

永远不在了。如今更多的,是对未来的无可把握以及无以自控的恐惧。

这个春天,身体屡屡不适,拖了又拖,不得不去医院,借助医学科技手段,查遍身体所有脏器零部件,总是找不出病因。医生建言,你这么焦虑,要学会放轻松,去跳跳广场舞啊,多跟朋友交流交流……

精神层面的焦虑、抑郁,也是人到了一定的年龄,需要直面的吗?

人有称心的日子吗?作为一个拥有低生命力的人,一贯活得艰难。而读书写作,成为唯一宗教,无论过去现在,它给予了我无穷光照,让我成为了我,也让我与无数同类区别开来。

每日午后,小区紫藤花架下,总有一群上了年纪的女性在打牌。春风透迤,枝蔓蔓皆在萌发。一路感念,人类的心如此闲静,莫非曹丕所言的“策我良马,被我轻裘。载驰载驱,聊以忘忧”?而我,总是深陷“今我不乐,岁月如驰”的低落中,纵然也懂得“人生如寄,多忧何为”,不过是活在了命运的深渊之中。

每一生命个体,皆有不同维度深度。当右肩开始疼痛,还当回事前去推拿理疗,随之右胳膊举不过头顶,真沮丧不已。殊不知疼痛是长着脚的,如今又走去了左肩左胳膊……我的精神意志锻造出坚韧,确乎习惯了疼痛,连推拿也不去了,偶尔舒展双臂,甩一甩,也就尚可,一切不在话下。不就是与疾病共生吗?

生命来到另一层,与痛共生之境。右膝疼痛,阻止了持续慢跑,可以去练习乒乓球、羽毛球啊。

至此,躯体自上而下:双眼、双肩、右膝、脚趾甲,无一例外难逃自然规律。

造物利用肉体衰残疼痛,在教我们学习生老病死这四门功课。它也让我额外珍惜每一个春天每一次花开。

当伫立荒坡眺望晚霞,当漫步春夜仰望明月,每一阵微风徐徐,我都想抓住,甚至想将湖水的波纹一并镌刻于心。2025年春天几欲消逝,人世一如白云苍狗,岁月不过白驹过隙,短若朝露,渺如烟云,什么又是恒久的呢?自然界的花开草绿鸟飞虫吟,永远在四季流转中永恒不灭。

春天里,与草木邂逅,是赏心悦目的事。

访草木,是一种避世。平日,言不由心的话说多了,难免身心俱疲。避开聒噪,卸下面具独自一人来到草木前,心中一下丰富起来。风吹草木,叶片婆娑,那也是一种语言。这样的语言,种在心上,长出宁静。

访草木,也是一种消愁解闷之道。草木生而具美德,花开以悦目,绿叶可怡情,氧气以利人呼吸。面对一棵草木,俗世琐事,顿时被抛到九霄云外。草木清幽,人心宁定。

面对草木,该读什么书呢?《诗经》,无疑是最合适的。《诗经》中,草木诗句比比皆是。如今,从草木的角度,对于《诗经》进行解读的学者,也不乏其人。草木本就是一种诗意,《诗经》是将这种诗意发挥得淋漓尽致。

《论语》中,提到《诗经》时,曾言“一言以蔽之”,“思无邪”。一首首诗,归根到底三个字:思无邪。人心安宁,自然也“思无邪”。要做到这一点,访草木,读《诗经》,都是挺有用的。

诗意与草木,亦是殊途同归。草木有诗性,所缺的,仅仅是一个身怀诗心的人。人有诗心,草木入眼,便不再仅仅是草木,而是有了千般诗意,万种风情。落到纸上,也就成了一首首脍炙人口的诗。

《诗经》之美,留传千古。这样的美,正得益于与大自然的相通。有了草木的浸润,诗情如草木一般,率性而明澈。对着草木读《诗经》,这大概也是古人们常说的,天人合一的境界。诗即草木,草木亦如诗,不分彼此,交融合一。

多看看草木,少琢磨人心。草木润性,人多乱心。要想超然物外,摆脱羁绊,还得心怀草木,养眼润心。

## 一点表里

## 草木润心

郭华悦



本版配图 / 溥儒