

◇心灵点击

人生的好多事都会渐渐淡忘的,哪怕是最难过的事。也有好几个瞬间是不能忘怀的,过去了好多年,每个细节都记得那么清晰。这些瞬间,都成了我独一无二的营养土。

那年我高一,第一次数学测试。负责监考的老师在教室里巡视。大约过了半节课,我快速做完了试卷。我没有手表,不知道何时能够交卷。那时的同学们都没有手表,但又不能看其他的书,只好坐在位置上等待老师宣布交卷。想不到数学老师巡视到我这里了,我赶紧假表演算。数学老师停在了我的位置,一只手按在我的试卷上。过了一会,数学老师走开了。我觉得有点奇怪,就去看数学老师按住的地方,老师按

◇生活空间

有一天一大早,快递小哥抱着个大盒子按响了门铃。我和丈夫面面相觑,异口同声:“我没买。”

拆开包装,冷气扑面而来——四盒冷冻玛格丽特比萨,包装精致,连冰袋都码放得整整齐齐。

难道真是我买的吗?我心虚地点开淘宝,订单赫然在目:两天前,零点二十七分。可我半点印象都没有。

丈夫投来意味深长的一瞥,我心里直打鼓:阿尔茨海默病已经提前抓到了我吗?于是,

住的那道题目,我真的算错了。我连忙改了过来,再看数学老师,数学老师笑眯眯的,我觉得是特别对我笑的,就像菩提祖师给了孙悟空三巴掌之后的神秘之笑,从那之后,我的数学成绩一直处于开挂的状态。

现在,那所高中也不在了,但那次数学测试的满分,还有笑眯眯的李老师,依旧像我们教室后面的大叶子杨一样,一直在我心头哗啦啦地响个不停。

另一个瞬间是做小先生的事了。上课时间快到了,我跟着有课的老师一起走出了语文组的办公室。我被一位瘦高的老教师叫住了。我以为自己拿错了教科书,或者是忘记了备课笔记,其实都没有。瘦高老师伸

手帮我扣起了所有的衬衫纽扣。那时的我,总是喜欢不扣纽扣。敞开的衬衫加上白背心,自以为时尚。瘦高老师给我扣完了纽扣,又在我的耳边轻声说:“小庞,做先生了。”

瘦高老师姓翟,他的美术空心字写得特别好,我也悄悄模仿过他的美术字,但还是没有学好。

工作的第三年,21岁的我终于学会了骑自行车。彼时,任教的地方大大小小的河流太多了,而桥又太少,多数是简易版的水泥板桥,由一张水泥板架起来,大约只有40厘米宽。我刚学会骑车,心头得意,不肯下车推行,总是直接从桥上骑过去,像一名自行车技演员那样。

有一次,骑到一半,不知怎

么的,突然一慌,车把一歪,连人带车掉下桥去了。

我是会游泳的,河水也不深。我拖着自行车往岸上爬的时候,对岸山芋地里突然冒出了一个除草的大妈,她指着狼狈的我,毫不客气地说:

“甩呢!”

“甩”是我们家乡的贬义词,有得意忘形的意思,有自作自受的意思,也有浪子或者二流子的意思。

我承认,我是自作自受。

再后来,每当有“得意”附身,我就命令自己重温21岁的那个骑车落河的瞬间,只要掉进了想象中的河里之后,我就会警醒过来,知道自己本不是膨胀起来得意忘形的那个虚空的货色。

[靖江]庞余亮

◇七彩人生

自在如风

[河南]乔凯凯

姥姥这辈子,活得像株自由生长的藤萝,从来不受旁人的拘束,只遵循自己的心意舒展。

听母亲说,她们小的时候,姥姥就和别家的长辈不一样。别的妈妈们总把最好的留给孩子,自己省吃俭用,姥姥却不这样。做饭时,她会先给自己盛上满满一碗热饭,吃得心满意足,才擦擦嘴,拿起勺子给孩子们喂饭。母亲那时候总觉得姥姥“贪吃”,长大了才懂,自己都顾不好,哪有精力顾别人呢?如今姥姥年过八旬,这份“我行我素”还是一点没减。逢年过节,一大家子围坐在餐桌旁,子孙们总想给她夹菜,她却摆摆手,声音依旧洪亮:“你们只管吃自己的,我手脚利索着呢,想吃什么自己夹,不用你们操心。”说着就伸长筷子,精准夹起远处的清蒸鱼块,吃得津津有味。

带孩子出去玩,姥姥先说自己的念想:“我想去公园看蜡梅花,咱们先去那儿,你们想去哪,再慢慢商量。”她从不会因为“长辈该让着晚辈”就放弃自己想做的事,也不会用“为你好”去勉强谁。每次出门,大家都吃得开心、玩得自在,没人觉得被迁就,也没人觉得受委屈。

没人觉得姥姥“自私”,反倒觉得这样的她特别可爱。姥姥用一辈子,活出了最松弛的模样,自在如风,逍遥于世间。

好几个瞬间

玛格丽特比萨

我听见自己用欢快的声音应道:“对哦!我想吃这个牌子的比萨好久了,总算送到了!”

自从去年去过意大利,我就对这款简单又经典的比萨念念不忘。大数据比我更懂我,只要浏览过,它就死死记住,一遍遍推送,直到我终于招架不住、接招下单。

后来听到尹焯和脱不花的《长谈》节目,发现“深夜订单”这件事有理性的科学解释,原来我不必惊慌。

尹焯是基因组学领域的科学家与知名科普博主,他说:睡

前,是一个人意志力最薄弱、最容易冲动消费的时刻。一天下来,意志力早已耗尽,深夜刷手机、随手下单,都是多巴胺在掌控你的大脑。

原来,玛格丽特比萨,是我深夜向多巴胺缴械的结果。

尹焯的这个说法,就解释了为什么很多电商直播都会安排在深夜。后来,看到朋友圈有人发问:有没有人像我一样,深夜购物,第二天全然忘记?我看到后,终于放下下心来、畅快大笑,吾道不孤啊。人性使然,我慌个啥?

[南京]戎华

尹焯也建议:睡前最好要背诗、冥想、写感恩日记,用内啡肽替代多巴胺。道理我都懂,大家也都懂;只是,真的很少有人能做到。



扫描二维码,敬请关注本报副刊公众微信号“B座西窗”。投稿邮箱:yzwbfanxing@163.com



和谐·共生