

手温度 龚静

过去七年左右了,还能切肤感受到那只手的温度,轻握,带着温柔,让洁治过程中我紧张的身心放松许多,虽隔着口罩、护目镜,但还是能感受到女医师明澈关心的眼神:“勤紧张哦,还有下面一排,我们中间停一停,放松一下。”滋滋滋的机械声暂歇,她握住我交叉于胃腕间的手,一双明显因紧张而绷紧的手,此时感受到了温柔的安抚,紧绷渐渐松弛,接下来的过程似乎就变得柔软不少,注意力转而能体会洁治过程的一些细节。

附近的这家 DDS 齿科诊所,前年搬走了,问徐医生那年为我洁治的女医师还在吗?哦,她早就不在这边了,后去了我们浦东诊所,前几年身体不好,暂时不做了。我长远不去这家诊所了,也没有看到过脱下口罩的女医师面容,但这么多年过去了,她的手温度,她的手温度带来的安慰,至今牵念。

一双手的温度,就这么神奇,给人安慰,让人心里一动,若水波轻而持续



不知道跟去年冬天的雨水和气温有什么关系,今春的花开得零零碎碎,这个品种的花开到七八天,逐渐凋谢了,另一种花才慢慢腾腾登场,仿佛故意要把春天拉长。孟郊所谓“一日看尽长安花”,表达登科后心花怒放、扬眉吐气的心情,却从一个侧面看出,孟郊四十六岁进士及第那年,长安城内的花儿像事先约好了一样,单等皇榜发放,一夜之间,便开满了长安的大街小巷。

我喜欢这个季节,喜欢这个季节的花儿,是这些花儿提醒人们春天的存在,也是这些花儿装扮了春天的色彩。

我所在的小城属于亚热带湿润气候,四季分明,每一个季节都有令人赏心悦目的绿色和花朵。相对于其他三个季节,我更钟情于春天。东南风是春天的使者,从黄海和东海上吹来,从长江上吹来,带着丰沛湿润的水汽,吹动着万物复苏,带来了千树万花的盛景。因为绵延的绿和次第开放的花,小城的春天更多一分生机和美丽。在晴朗的天空下,那些花儿、那些树、那些带着新绿的草,一同构成一幅绚烂而美丽的画卷。

因了这份陆续出场、次第开放,今年春天的花儿仿佛是戏台上的演员,你方唱罢我登场。

春天开放的花朵,排第一的,当数迎春花,它是春天的使者。称它为“使者”,不仅是因为它开得早,还因为它开的时间长,几乎整个春天都能看到明黄色的迎春花。它的名字就非常生动形象。在酷寒未消的墙根下、围墙边,或者花圃的补白处、道路两边,冒着极冷的风,静静地绽放,仿佛特意迎接春天似的,花朵非常漂亮,大都是黄色花朵,看起来明媚而温暖。但它也是最容易忽视的花朵,“黄花翠蔓无人顾,浪得迎春世上名。”北宋刘敞的诗句说得最是明白,迎春花既不能像桃李那样一棵一棵种植,又不能像其他名贵花草那样,单独种在显眼的位置。它的出现,在于宣示春天重回人间,在于点缀人们的视线。

紧随其后的,是玉兰和辛夷。这是两种极其相近的花,有红、有粉、有白,除了荷花玉兰是带叶开放的外,大多数人很难区分哪一树是玉兰,哪一树是辛

夷的感动。

去年11月中旬,去同仁医院就诊,顺便看了口腔科。N95口罩遮去了大半面容,我凭眼睛和神态猜测女医生大概是70年代初人,因她不像年轻医生那样说话快态度不怎么耐烦,她定神看你,给你检查,说是有问题,但药物其实解决不了什么,可能和身体整体状态和年龄都有关系,是蛮难受的,但西医没太大办法。助理按钮,椅子慢慢起身,女医生说请双手拍拍我的手:“人到了”一定时候,也是没办法的,只好自己调整好心态。”听言,感觉彼此不是医患,而是感同身受的女性交流。“是啊是啊,张医生你说得对的,我也晓得的,只是日常生活受到影响,非常难过,想想不能好好吃东西,人生乐趣又少了一大块啊。”“那也要接受,举个例子,我前几年吃大闸蟹好咬蟹脚,后来只好吃蟹肉,现在能吃的只有蟹腿了,你讲哪能办?自己还是牙科医生呢。”对一对眼神,彼此笑一笑,苦笑、无奈,还有一点释怀之感。

自己也记住了看似轻轻的一拍,是安慰的重量,女医生的体恤暖意,也是从人出发的彼此理解,而

忘记了是谁说的,我们看到的東西都是我們想看到的,或者還可以说,我們看到的東西就是我們自己。

记得很多年前第一次去台北故宫博物院游览,但因为行程安排的原因,只有两个小时的参观时间,当地的朋友就告诉我,故宫的宝物太多,这么短的时间也看不了什么东西,不过,最重要的是要把“故宫三宝”看一下,这样也算是不虚此行了。我之前还从未听说过这种说法,就向朋友请教,朋友脱口而出,就是一口锅,一块肉,一棵菜。我再问到底是什么,他笑笑说我去过故宫到最多的地方看看就知道了。果然,当我到了故宫博物院后,不仅马上知道了这三宝就是毛公鼎、肉形石和翠玉白菜的简称,而且这三宝前的人确实是最多的,那时还没有手机拍照,大家都拿着照相机对着这三宝拍个不停。我也跟着凑了下热闹拿着相机挤进人群逐一拍了一遍。

虽然看了这三宝,但我多少还是感到有点错愕,尽管肉形石几乎可以乱真,翠玉白菜和上面的蝗虫蝻蝻也栩栩如生,但还不至于可以成为与毛公鼎这种国之重器并列的珍宝。还好我那天有幸看到了仰慕已久的

不仅仅职业角色。同样,我从未见过张医生的容貌,我只看到她的身形,她的眼睛,那是一双人到中年的眼睛,眼皮松弛了,略肿,见出疲惫,见出温和亲切,还有历练明白的大方。

其实医患之间,从人出发的彼此交流沟通,常常因此带来一种彼此的暖意。你尊重医生,医生也会体恤患者。还是很多年前了,擅长心脏疾患的老中医,彼时七十多的袁医生诊脉后总是笑眯眯地说:还好还好,药再吃吃。

只要好看,大多数人也不会去区分。两种花的花期不一样,辛夷花在每年二、三月开花,到了七、八、九三个月,又会开第二次花;而玉兰一年只有一次花期,每年十二月到来年一月开花,其他时候都在长树干。正因为长树干的时间多,玉兰的树干纹理直,结构细,常用作木材,是加工家具的上好材料。

之后便乱花入眼,除了前面提到的花儿,还有杏花海棠郁金香、梨花杜鹃和山茶,各美其美,且美美与共。今年的春花别有一番意蕴,它们绽放在人间重新自由畅行的第一个春天。在这样的春天,花前树下,是不缺游人的。虽然开得并不齐整,但对于赏花的人来说,错过的,只是春花烂漫葳蕤一齐开放的气势和阵容,却没有错过每一树繁花、每一丛草花的花期。

“人间四月芳菲尽,山寺桃花始盛开”,讲的是海拔不同,花期不一。在山区,每年春天,桃花总是从山脚到山顶次第绽放,往往是山下桃花已谢,山上桃花正苞怒放。切莫说此种花与彼种花,因花期不一,制造出的错落美;只一种桃花,就因海拔的不同,而展示了大自然的神秘和梦幻。

身处长江入海口的大平原,这样的错落美,是既不可遇、也不可求的。

春天最后出场的花,是谁家无意种植、成长于杂乱之间、花开之后舍不得清除的茶藦。茶藦不是名花,却频频出现在古人的诗词中,比如苏轼的“茶藦不争春,寂寞开最晚”,任拙斋的“一年春事到茶藦”,王琪的“一从梅粉褪残妆,涂抹新红上海棠。开到荼藦花事了,丝丝天棘出莓墙”,说的都是一个意思:茶藦是春天最后出场的花儿。茶藦开花,意味着那些把春天装扮得花枝招展、色彩斑斓的各类花儿,都纷纷退场了,季节正把接力棒交给如火的夏天。

春天,是一个让世界鲜活起来的季节。东风悄悄地来到,给一切注入了生机与活力,开启了这一年最美好的时光。多少花儿,开过之后,便凋落风中;多少花儿,却在凋落处,萌生细小的青果。对于春天和花朵来说,也许就在于尽情绽放吧。只有尽情绽放,才无愧于春天的诸般美好。

范宽的《溪山行旅图》和郭熙的《早春图》,这才感到真正的不虚此行。

又过了几年,我跟着旅行团去卢浮宫参观,也是只有几个小时的时间。导游是个中国人,他是一进卢浮宫就告诉大家,卢浮宫的东西太多,真要是想看一遍,就是一个星期也看不完,所以最好是利用宝贵的时间,

台北故宫和卢浮宫的三宝

张生

先把卢浮宫三宝看一下。他倒是没有卖关子,直接告诉我们这三宝就是达·芬奇的《蒙娜丽莎》、断臂维纳斯和胜利女神像。这三宝确实名不虚传,尤其是蒙娜丽莎像专门有个房间,在加了玻璃框的画前面,几乎挤满了举着照相机拍照的人。只是我略感奇怪的是断臂的维纳斯和胜利女神像只是随便摆在外面的楼梯口,除了我们这些中国人外,也没有那么多人围观。但我并没有多想,因为这三件宝贝确实当之无愧。直到很多年后,有一次我碰见一个巴黎姑娘,聊天时我与她谈到对卢浮宫三宝的印象,她惊讶地睁大了眼睛,坦率地告诉我,她从小到大去了卢浮宫

气,医生也会正反馈给你体恤,病人不多时还会多说几句,交流交流,恰好比“总是安慰”。换个角度,不止医患,其实人与人之间,有时也需要一种恰到好处的“手温度”,当然并不一定是触碰,这里不免会触及“身体骚扰”的边界,或许是一种语言的善意,或许是边界适当的安慰。非机器的人其实总在寻求某种安慰,触觉亦其中之一途径。《人类的触觉感知》是触觉研究领域的经典作品,作者格伦瓦尔德表述说孩子如果出生没有皮肤接触,就无法健康成长。肌肤接触能促使身体成长,缓解压力,促进海马体的生长,影响到记忆力和身体的发育。而现代人似乎越来越依赖触碰手机释放压力和焦虑,家人间亦如此。人需要有生命的皮肤,在合理合法情境中的触碰,有益身心,避免恐惧和焦虑。“自己的身体中就有一个药房,触摸能够动员起整个身体药房”(格伦瓦尔德语)。

想起很多很多年前珍妮在跑者中。我跑在人群中,C28010,是我参赛的证明。5分钟后,我通过了计时器。过了一会儿,提示的声音传来,第一公里过去了,配速511(每公里5分11秒),心率153,相当于有氧跑,体感很轻松。

跑了不到两公里,听到后面一个声音似乎是在叫我。回头一看,刘旭萍,之前的老同事。

想起很多很多年前珍妮在跑者中。

我跑在人群中,C28010,是我参赛的证明。5分钟后,我通过了计时器。过了一会儿,提示的声音传来,第一公里过去了,配速511(每公里5分11秒),心率153,相当于有氧跑,体感很轻松。

跑了不到两公里,听到后面一个声音似乎是在叫我。回头一看,刘旭萍,之前的老同事。

跑进春天

杨玉成

三年前,正是在这个赛道,我作为pacer(陪跑者),陪她跑进了BQ(波士顿马拉松报名资格)门槛,获得了波士顿马拉松的参赛资格。她退休多年了,却还在跑着。现在,我们又遇到了一起。我陪你跑,我说。

18公里处,是江南大学。这是荣毅仁家族等创办的高等学府,奉行“笃学尚行,止于至善”的办学精神。这校训,应该是深入学生的心里了。赛道上,到处是穿着樱花红冲锋衣的江南大学志愿者;校园内,3公里长的赛道两旁,是密密匝匝、加油助威的同学。那一张张笑脸下纷纷响起的击掌的声音,犹如一串串音符,飘扬在浩瀚的天际。

很多次,可好像从来没有听说过卢浮宫三宝这个奇怪的说法。我这才忽然意识到这原来是我们中国人的说法。

这让我觉得很有意思,作为中国人,我们对于几乎可以代表欧洲甚至西方文明的卢浮宫三宝的概括让人觉得意味深长,因为蒙娜丽莎,维纳斯和胜利女神都是女性,可以说与色有关;而我们对于代表自己文化的台北故宫博物院藏品的三宝的概括同样发人深省,因为鼎也好,肉形石和翠玉白菜也好,都与食有关。或许,在我们眼里,我们的文化更注重食,是饮食的文化,这可能是千百年来我们的生存并不是那么容易导致的,所以我们有“民以食为天”的说法;同样,也是在我们眼里,西方的文化更注重色,是性的文化,生存对于他们来说似乎并不是那么艰难,因此才可能把女性作为自己膜拜的对象。当然,这也许只是我们的看法,不同的文化之间,总有把对方欲望化的做法。

也许,虽然我们无法直接看到自己,但我们却真的可以通过自己看到的東西看到自己的那张模糊的面孔。而从台北故宫的三宝和卢浮宫三宝里,我们惊鸿一瞥的东西可能比我们从书本里看到的更多吧。



阿姨来探望弥留之际的外婆,走到床前,一下握住外婆的手,摩挲安慰,从此这个场景总不能忘怀,因为那时的我有些无措,只晓得买所需物品,不知轻轻的抚摸或是此时外婆最需要的安宁关怀。

于人如是。于物亦如是。很多年前时常在绸布店滑过一匹匹绸缎的手感恍然如昨,细腻如脂并不能全然表述,和网购目及之感全然不同。现今虽各种方便,诸事数码化,眼耳鼻舌身意也虚拟化

了,是否人的感知细胞也在钝化?

人渴望接触,又希望得到保护,不被伤害。于是现代人在肥皂泡沫中自我拥抱。伊丽莎白·冯·塔登所著《自我决定的孤独:难以建立亲密感的社会》从生理学、历史和文化、法律和政策的视角,试图解读现代普遍的孤独感。“自我决定的孤独”一语中的,不过,窃以为还需补充“以及触摸的渴望”。

也许,手温度很难,或许可以先从言温度开始。

这一串串的音符,从头至尾,陪伴了跑者42.195公里。无锡马拉松,市民参与度非常高。

一路过去,眼前的春景,任意变幻,都春意盎然;亮丽的天空,云开云合,都透着光景;漫飞的小虫,颠颠扑扑,都恐后争先;身边的跑友,心无旁骛,都精神抖擞。田野里的油菜花,则晃着金黄的脑袋,纷纷点头称许。

我陪着旭萍,巡航跑着,轻轻松松,满心欢喜。而旭萍,却时不时地说,我跑不动了。这于她而言,确乎已不太容易。可谁让我们是跑在春天里?

顾城说:“草在结它的种子,风在摇它的叶子。我们站着,不说话,就十分美好。”

我说:“脚在大踏着步子,心在想着PB。我们跑着,互相鼓励,便十分美丽。”

欧阳修的词,不自觉地在脑海想起:“南园春半踏青时,风和闻马嘶。青梅如豆柳如眉,日长蝴蝶飞。”就这样,我们以341/旭萍再次达标BQ的成绩,跑在春风里,跑进了春天里。

十日谈

奔跑吧,向着光

责编:郭影

我又退赛了。这一次,是在中国香港的100公里越野(港百)。