武夷新语

何妨拥抱一棵树

□潘抒捷

最近,继吸猫、撸狗之后,“抱树”正在成为一种新潮流。“从今天开始,拥抱一棵树!”不少人走出家门,找个公园,甚至就在路边,挑一棵合眼缘的树,张开双臂稳稳抱住,闭上眼睛静静感受,疗愈自己,缓解生活中的焦虑。

美国作家理查德·洛夫著有《林间最后的小孩》一书。这本书被翻译成十余种语言,畅销于数十个国家。在书中,他明确传达了这样的信息:孩子多接触自然,将在生理和心理上获益良多,比如提高认知能力和承压能力;但由于城市规划未能留足户外空间、学校忽视自然体验教育等各种原因,他们却越来越疏离自然,以致身心健康受到不利影响,比如更少使用感官,注意力难以集中,甚至出现多动障碍。这种状态也被称为“自然缺失症”。

其实,“自然缺失症”何止存在于青少年群体,很多成年人也有生活在“钢筋水泥森林”的焦虑。特别是随着移动互联网不断发展,不少人已被电脑、手机等电子产品包围,让令人眼花缭乱的APP抢走了太多时间。更糟糕的是,声光刺激是强烈的,大家沉湎其中的时间越长,就越觉得自然界平淡无趣。当他们走进自然反而会无所适从,只想宅在“有网络和电源插头”的房子里。简而言之,成年人远离自然同样会生“病”,表现为依赖网络、社交障碍、焦虑及抑郁倾向。

无论年龄大小,适当地接近自然,总有助于调节状态。许多人都有过这样的体验:偶尔趁着周末去爬山、露营,身体虽有疲惫感,精神上却会很愉悦。抱树也是如此。心理学家艾瑞克·弗洛姆首次提出“亲生物性”的概念;此后,社会生物学奠基人爱德华·威尔逊阐释了“亲生命假说”;临床心理学家斯通·克劳沙尔则撰写了题为《拥抱疗法》的书籍。这些研究成果,归纳起来就是证实了,人类对自然天生有一种根深蒂固的爱,当有了抱树等足够贴近自然的行为时,交感神经系统中某些激素水平就会呈明显下降趋势,从而起到调节心跳、血压等积极功效。

当然,抱树之所以流行,多多少少有社交媒体以及从众效应的推波助澜。再者,抱树疗愈虽有科学研究背书,但绝不能将其当作解决身心健康问题的唯一方式,而更应该把它看作一种类似于心理按摩的辅助手段。“虽然是在抱树,但却有一种被大树拥抱的感觉,治愈了我。”“抱上大树的那一刻,在短暂的几秒钟里,心就静了下来,真的感觉很踏实。”从这些内心独白来看,尽管树不会交流,更不会有言语反馈,它温柔也好、安静也罢,实际上都是抱树者自己内心的一种投射,可抱树确实也是一个实实在在的接纳过程。在这个过程中,人们接纳了自己的“不行”“不可以”“不够好”,释放了那些原本无处安放的不良情绪,因此会感到很治愈。

儒家经典《大学》说:“知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑,虑而后能得。”抱树作为一种新近被解锁的“解压姿势”,仅在心理上远离喧嚣并且获得放松与安宁,就颇令人神往。更何况,相比于熬夜刷剧、敲电子木鱼、写“发疯文学”宣泄,年轻人用回归自然的方式,抱一棵树缓解焦虑,有何不可呢?

游目骋怀

那一片苔海

□林万春

老家有个省属楠木林保护区,在虬城西北向,大佑山南侧,方圆百里,曾被誉为福建的西双版纳和野生植物王国。高高的“楠木王”附近竟有个无名谷,迎面一片石壁入云,就像弥勒佛挺起圆鼓鼓的大肚皮,一派祥和,一片天籁——周边云海、林涛、流泉和鸟鸣铿锵交响。

还没来得及回过神来,眼前一亮,高大的崖壁绿茵茵一大片,如霓裳羽衣、芳草萋萋,十分悦目。细看,不是羽衣,不是芳草,是连片的苔藓绵延成片,像高品质的绿毡在阳光下闪耀。出手抚之,柔而平滑,如细腻的肌肤,还有一种温度,晨露中比早春的香兰还显风华。这绿色的苔藓,虽单纯得没心没肺,但嫩绿,灵动,柔和,排山倒海,流泉一般随意铺展开,又似量体裁衣,熨熨帖帖的,就像大山一件美丽的睡衣,无边无际。

“茅檐长扫净无苔,花木成畦手自栽”,王安石喜欢花草,但似乎不欣赏苔藓,在他眼里,苔藓属于晨起可除之类。而多数文人还是喜欢它的,“应怜屐齿印苍苔,小扣柴扉久不开”,叶绍翁说,尽管红杏都出墙了,主人还是爱惜满园的苔藓,闲人免进。也许有人觉得,杏花虽美,也要绿苔的背景衬托。刘禹锡的诗也一样意趣隽永,“百亩庭中半是苔”,诗人说,虽然粉红的桃花、金黄的菜花都很美,相继粉妆登场,但庭中最多的还是苔藓,一年四季绿晃晃养眼。

万物生长,眼前的苔藓似乎无叶,无根,无花,无籽,是低级植物,微乎其微。花坛选美,环肥燕瘦,有谁会倾心于一层薄薄的苔藓呢?所谓花好月圆、鸟语花香似乎都与它无关,鸟声唤不醒它,明月又奈何,即使在万紫千红的春天,它也是默默无闻的,连“笑一笑”都不会。然而我知道它在不断吸纳天地间的灵气,不断蔓延着,和伙伴们携手共进,从一块岩石攀上另一块岩石,团结得就像一个人,厉害时就像潮汐上涨,繁衍成一种亮绿而生机勃勃的语言,惊天动地,汹涌澎湃。

苔藓抗严寒、耐干旱,是植物界的拓荒先锋,而且苔藓多的地方,空气中负离子也多,小小青苔不仅点缀环境,对人体也大有裨益。我到过西双版纳,当地傣族人食苔,一种生于小溪鹅卵石上的青苔,外观草绿色丝状,飘飘袅袅,蒸后晒干叫“改英”。吃时抹上猪油在火上稍加烘烤,既可当小吃,也可用糯米团蘸食,清香爽口,比快餐还方便。

在南宋诸多诗人中,我喜欢杨万里,语言浅显活泼,擅长描写大自然和田园风光,“小荷才露尖尖角”“映日荷花别样红”“闲看儿童捉柳花”等等,富有生活情趣,仿佛一杯杯新沏的清明茶,沁人心脾,齿颊留香。但他的《戏笔》有点没来由,“野菊荒苔各铸钱,金黄铜绿两争妍。天公支予穷诗客,只买清愁不买田”。诗里说苔藓能和野菊争妍,样子就像老天特意支付给穷诗人的铜钱;但大家也别太高兴,因为这些钱只够去买一点清愁而已。可是,我却分明在这里买到了快乐,买到了惊喜,买到了风华:它不是花,却比任何花还娇艳;它不是草,却比许多草还鲜活——色彩单一,绿茵茵的,却绿得厚道醇正,铺天盖地,就像春天的注脚,大喊大叫地向世界宣示:我很微小,但不卑怯;我很平易,但不平凡。哪怕世态炎凉,冰刀雪箭,一生守护着大山,终情于大地。

“记得绿罗裙,处处怜芳草。”我喜欢苔藓,虽然它连“草民”都称不上;苔藓不开花,难得一“笑”,但一年四季开在我心里。

文艺评论

身份的印记:方言与客家乡土侠义小说

□谢建娘

练建安迄今为止共发表了300多篇以“客家乡土狭义”为主题的微型小说,在这些微型小说中,练建安以鲜明的地域文化立场进行书写与言说,依据自己熟知的语言系统,以“故乡人”的口吻,对那个“在梦里日夜流淌”的闽西客家进行了细致的描写,如此,作者的“地方性意识”以及在这种意识下强化的“地方性差异”就凸显出来了。

一方水土养一方人,一方山水孕育一方语言面貌。千姿百态的方言承载着不同地域的人对人情、社会、文化最初的印象、感受、经验,从而促使人们语言情感上的流向——偏好与认同。这种对母语方言的情感偏好与认同正向累积,必然导致一种情感及文化心理上的缔结,通常以坚守母语方言的立场外现于语言表达的诸多场域。

练建安自小就浸泡在浓郁的客家文化环境中,说客家话,做客家事,感客家情,汀江的山水深扎在其心中,“闭上眼睛,就能清晰地听闻汀江那长流不息的水声”。在这过程中,武平口语——一种贴近生活、保留古汉语特征的闽西客家方言,塑造了练建安文学语言的底色。

种种语言事实表明,母语方言是一个人童年少年时期“记忆”的符号,直抵柔软心底,它承载了一个人对世界最初的、最深远的、最熟悉的感知。对于身处异乡的练建安来说,客家方言与客家人的母亲河——汀江一起,始终矗立在其内心深处。在文学创作上,练建安对青少年时期就已形成的语言底色——客家武平口语,是十分依恋的。他在采访中谈道,无论身处多远,仍希望以语言文字去亲近故乡、记录故乡,与远方的故乡对话,与自己的人生对话。正因如此,我们能看到在练建安的文学创作上,其自然语言面貌与文学语言立场的自然契合。

在练建安的客家乡土小说中,我们似乎找到了练建安虽生活于都市,但精神漫游于故乡的答案:始终从“客家人”的立场出发,重塑和展现“小人物”的勤劳、坚忍与侠义,并试图以“闽西客家世界”中“小人物”为主体,重建客家民系的未来。

美国学者克利福·吉尔茨指出,文学作品中对地方性知识的书写“可以折射性地展现它们自身,艺术性表现千姿百态的实质源于人们对世事方式、概念理解的千姿百态,事实上,它们是契合的”。从这个角度看,练建安的客家乡土狭义小说对闽西客家的地理环境和人文生态的书写是很典型的。在对典型地理环境与人文生态的书写与言说中,客家方言地名给小说增添了几分历史神秘的氛围,出现在众多小说中,如:《传人》里的“石家寨”,《七里滩》中的“鹞婆寨”,还有诸如武婆寨、李屋寨、松屋寨等。此外“茶亭”“围屋”等具有代表性的客家地域符号亦反复出现在小说中。这些山川、村镇与练建安气息相通,尽显亲切自然。

农村的生活经历及文化是练建安创作的源泉,于是,他积极地采撷客家方言资源,借助客家方言去触摸、感知、回忆、反映闽西客家乡村生活的衣食住行、风土人情,展现闽西客家的人文生态,以此让“闽西客家世界”更鲜活、更动人。在练建安的小说中,我们会看到客家人吃着当地“温软如白玉、葱油香扑鼻的簸箕粄”“热气腾腾的正宗‘邱记鱼粄’”等特色粄类美食,喝着热乎带劲的“酿对烧”,配着喷香酥脆的“油炸桧”,端着肉嫩鲜甜的“牛肉兜汤”,嗦着爽滑入口的“粉干”,在一日三餐“食朝”“食昼”“食夜”中,做着“斫樵”“割烧”等日常农事农活,闲暇时“打话交谈”“讲古聊天”“喊客邀请客人”,时常也会“相斗打架”。一个充满烟火气的“闽西客家世界”跃然纸上。

总的来看,练建安恰如其分地采撷闽西客家方言话语,将一种沉潜在方言中的生活和生命转化为文学,在文本中建立起一种自然、质朴的文体,进而把美丽、鲜活、淳朴的闽西客家生活图景展现于读者的眼前。练建安的客家乡土侠义小说彰显了福建客家小说特有的魅力与节奏,这是作为“闽西客家之子”的练建安对“客家人”这一身份最好的回答与诠释。

诗路花语

原上雪

(外一首)

□朱慧彬

高原睡着的时候
雪会鱼般游回出生地
给梦垫出一个高度
也给山脉、草木与老屋换个睡姿

阳光也会回来
在白生生的梦境作画
青灰的部分是春天
橘黄的背景是秋天
黑色的两点或三点是牦牛
它们都低着头
守在梦境的出口

立冬到冬至
黄土地盖着雪
雪盖着朝阳
朝阳盖着轻薄的风
它们说着梦话,抱团取暖

原上冬天,只有老屋醒着
目睹雪一天天消瘦
也目睹泥巴墙长出一道道皱纹
风是它的鼻吸

一天比一天沉重响亮
到了某个日子
老屋会咳出一朵朵更大的雪
将深埋在黄土地下的春天唤醒

很久没去看你了

很久没去看你了
风呼呼吹过你门前的荒芜
一朵野菊过来迎我
像当年,你牵我手走进凛冽的冬天

冬天,有滚烫的山芋
辣出泪来的豆腐乳和坚硬的脆豆角
以及灯光下日渐枯萎的笑容

腊月的某个时辰,或者再晚些
是你离家的日子
像十六岁出嫁时般风光
漫山遍野的锣鼓只喊你的名字
方圆十里的菜畦与麦地都不说话

一辈子你做了两次美容
一次是三姑婆用石灰线帮你扯脸
一次是二姐用蚌壳油涂你皲裂的唇

村庄依旧清寂安详
浅黄的风与冰蓝的雪
将通往春天的路铺好
紫云英与百灵鸟在前方岔路口
等你归来

新人新作

静听春雨

□张 旭

“江南春雨丝如绵,一帘幽梦拂晓来。”一朝春雨,万物清明,小城的春天,总是伴着淅淅沥沥的雨声悄然而至。

一声春雷打破了冬的沉寂,还来不及褪去冷清,就猛然撞入了春风荡漾的日子里。柔软的雨丝踏着清风的节奏,轻抚过天际,打破时空的禁锢,唤醒了睡梦中的山川大地,雨朦胧了双眼,山静听着尘喧,水荡漾着流年。小城为卷,春雨似墨,翠绿的远山,墙头的迎春花,夹缝中的艾草,田埂间的芥菜、鼠曲草,只此一片青绿。

初露新芽的柳枝,和着雨丝摇曳,每一叶枝芽都贪婪地汲取春雨的温情,似乎是贪恋这一缕甘甜。从叶尖滴落的雨滴,晶莹剔透,如俏皮的精灵,在叶片间跳跃,忽高忽低的窸窸窣窣声,将美妙的音乐化作烟雨,汇进了小城早春的涟漪中。大地上每一处水洼,都化身成最优秀的乐手,诉说着小城的诗情画意。被浸湿的泥土里,蓄积了一个冬季的生机,经过岁月的沉淀和春雨的洗礼,在这一刻迸发而出,扶摇直上,宣讲着关于生命的起因。听,这便是春雨的声音,生机盎然又斑斓绚丽,是世间万物共同的话语,点点滴滴都在渲染这浓浓的春意,声声响响都在奏响这优美的旋律。

绵延的春雨,让小城更加朦胧多情。霏霏细雨,轻柔且绵长;习习微风,温婉且甜蜜;盈盈流水,澄净且灵动;茫茫远山,巍峨且嫣然。小城山水在这春的氤氲中显得愈发清透翠艳。撑一把油纸伞走进这一片浓浓的春意中,细雨淅淅沥沥敲打着伞面,划过伞沿悄然滴落,荡漾出大大小小曼妙的水花,伸手轻触飘散的雨滴,初春的凉意从指间传来,清凉的双眸仿佛也被细雨浸润,一瞬间如同走入古老的诗词里,沉浸在这春意美景之中,不慎便淋了一身诗意。偶尔有孩童跑过,嬉笑打闹声打破宁静,或许这一隅的热烈更适合描绘春雨。虽然春雨的形态不似夏雨那般滂沱,但却无声地滋润着万物。那份热烈是远山葱茏中的嫩芽,是破土而出的新笋,是潺潺奔流的小溪,是争先绽放的色彩,更是山川流水间迸发的勃勃生机……从此,小城里便没有了寂寞的角落,每一个生命都变得热烈且有意义,即使是一朵野花一株小草都不愿辜负这场生命的绚烂,在春雨的滋润下恣意生长,繁华了这一道春光无限。

遇一处轻雨飘摇,听一曲烟雨朦胧,寻着青石板,轻踏入小巷,才最能品出雨中小城的人间烟火。青石板被雨水洗刷得愈发清亮,呢喃着岁月留下的痕迹,仿佛每走一步都在追寻着小城历史的温度,石板缝隙中钻出的野草安静地享受着春雨的柔情,雨声和着锅碗瓢盆的碰撞声,在小巷中轻轻回荡。最是喜欢寻一处屋檐躲雨,靠墙而立,仰望雨滴从屋檐的间隙滑落,在脚尖前的水洼里溅起朵朵水花,如诗如画,如梦如幻,将春雨柔软的神韵,揉进春风中,藏进回忆里。

各人心里有各人的春雨,或热闹,或忧伤,或惆怅,但却又最能抚慰人心。那一场含烟带雨,醉了青山绿水,朦胧了匆匆岁月,让人总想捕捉她那旖旎的身影,想让时间走得慢一点,再慢一点,伫立在这人间四月,恬淡安逸,不负春光。

1月新人 张旭,1988年生,福建光泽人,作品散见于报刊。本文为新作之四。

陈则周/国画