责编/李菁 审读/胡红亚 美编/徐哨 照排/余佳维

庭院小睡

□王太生

布谷鸟在天空啼鸣，飘渺而清晰，一阵远了，一阵近了，它在麦田上空、城池的上空，绕了一圈又飞回来。

夏天是农忙季节，身体困顿，也很劳累，中午吃完饭，往往眯一会儿，解解乏，这样的午休，称为小睡。

小睡，是可以用悠扬旷远的布谷啼鸣做背景音乐的。那时候，老城里虽然看不见麦子，但闻得到城外麦子成熟的清香，一波一波，涌入城内，在窄窄的街道和深巷飘荡。寂静的午后，总有一只大鸟，在城池的上空“播谷、播谷”地飞过，粉墙黛瓦，绿树蓊蓊，风吹枝叶，老宅寂寂。

午后的庭院真静，清风轻叩铜绿门环，木门是虚掩的，有人进入，蹑手蹑脚。

还是好多年前，一个少年，他精力正旺，午后不睡，去邻家找小伙伴玩。小伙伴住在外婆的老院里，少年推开木门，穿过门堂，看到一个人睡在老藤椅上。

小睡是一种人生状态，比起酣睡适度、适可，浅尝辄止，有节制，解一阵午乏，头脑清醒。

小睡的人，刚开始会听到巷子里一个小贩的叫卖声：“卖栀子、白兰花耶……”这个午后，卖花人想趁着空闲要把一篮子的幽香推销出去。让人联想起临安城里，“小楼一夜听春雨，深巷明朝卖杏花”。在江南，卖花的少女，是在空气如薄荷般清甜的早晨，是踩着唐诗宋词的一段平平仄仄、仄仄平平的雅韵。

小睡，是半天行程的中途加油。一辆车，上午跑了半天，把那些琐事暂搁置一边，也该伸直腿脚睡一会儿了。

王安石诗云，“细书妨老眼，长簟愜昏眠。依簟且一息，抛书还少年。”有过这样的体会，午后躺着看书，眼皮渐渐发涩，眼睛也睁不开，还不如把书抛到一边，暂且小睡一会儿，醒来还是一个精气神十足的翩翩少年。

半睡半醒，气定神闲，有容乃大。我常把目光投向路边那几个老者，在闹市的大树下，坐小马扎倚树身，沉沉睡去，诸事与他无关，拿得起，放得下。或者，摆出一副天下本没有什么大不了的事的态度，且容我先小睡一会儿。

小睡，其实也是洞察市井、大智若愚的人在装睡。张岱《夜航船》序中讲了这样一个故事：昔日有一僧人与一士子同宿夜航船。士子高谈阔论，僧畏惧，蜷缩着小睡。僧人听其语有破绽，乃曰：“请问相公，澹台灭明是一个人、两个人？”士子曰：“是两个人。”僧曰：“这等尧舜是一个、两个人？”士子曰：“自然是一个人！”僧乃笑曰：“这等说来，且待小僧伸伸脚。”

小睡有小妙趣，一箪食，一瓢饮，一小睡，人生乐趣莫不过如此。所以，朱自清说，“酣眠固不可少，小睡也别有风味。”

难忘梵高油画《午睡》，那浓稠的金黄、沉沉的倦态，风吹不去。一对农民夫妇在成熟的麦田劳作了一上午，午饭后躺在麦垛边休息。梵高的油彩，将乡间盛夏的热情、午后的宁静和生命的张弛，充分表达出来，画布除了一小块蓝色天空外，其他部分全部被金黄的麦田、麦垛所覆盖。男人旁边放着脱下来的鞋子和两把镰刀，用草帽遮住脸，头枕双手，似乎并没有睡着，而他边上的妻子，似乎好累好累，依偎在丈夫的胸前，沉沉睡着了——在金黄的麦田小睡，他们的梦中，或许会有麦子摇曳的影子和干爽的草香。

一个人的小睡，是否需要纯粹背景音乐？答案似乎是肯定的。

日本作家村上春树喜欢小睡时听室内乐或者巴洛克音乐，“演奏家们在尽心尽力地演奏，我却拿来做午睡的背景音乐。”村上春树说，假如人世间没了午睡这种东西，我的人生和作品说不定会显得比现在暗淡，更难亲近。他甚至觉得，年轻时越是四处碰壁，被社会打击得遍体鳞伤，等到上了年纪，就越快活自在。假如遇上烦心事，就盖好被子呼呼大睡。

每年夏天，城外微黄的麦子在微微呼吸，那只催促播种的鸟就来了，从城池上空划过，午后的阳光明晃晃的，移游过老城那片鱼鳞细瓦。一个中年人，把童年丢了。他的乡愁，是再也回不到从前那个布谷啼鸣、庭院小睡的午后。

无事此静坐

□耿艳菊

琦君的《读书琐忆》里讲到几处她少年时读书的地方。

一处是远离正屋的谷仓后面。此处人迹罕到，风和日丽，有阳光又有风。

一处是厢房楼上走马廊的一角。阿荣伯为她用旧木板就墙角隔出一间小屋，屋内一桌一椅。小屋一面临栏杆，坐在里面，可以放眼看蓝天白云，绿野平畴。

还有一处是花厅背面廊下长年摆着的一顶轿子。轿子原是琦君父亲进城时坐的，后来有了小火轮，轿子就没用了，一直放在花厅走廊角落里，成了琦君的世外桃源。轿子三面是绿呢遮盖，前面是可卷放的绿竹帘。她捧着书静静地坐在里面看，若听到脚步声，就把竹帘放下，有一份与世隔绝的安全感。

汪曾祺年少时有一处读书的地方也让我印象深刻。那是他外祖父家的几间空房，檐外有几棵梧桐，室内木榻、漆桌、藤椅。这几间房子是朝北的，夏天很凉快。南墙挂着一条横幅，写着五个正楷大字：“无事此静坐。”这是待客的地方，但是客人很少，难得有人来。外祖父也很少到这里来。汪曾祺常常拿了一本闲书，悄悄走进去，坐下来一看半天。

细思琦君汪曾祺他们少时静心读书的地方，发现有相似之处，那就是随意，并没有多讲究。少年人爱玩是本性，却心思简净，一旦喜欢上书本，便可以把一个平淡无奇甚至孤寂的角落变成丰富多彩的世界。

我年少时常读书的地方是东屋窗下，那里放着母亲的缝纫机，窗外有一棵茂盛的柿子树。只要不去学校上课，我总是喜欢坐在缝纫机前，把缝纫机当书桌，安安静静地看书，累了就看看外面柿子树青绿的叶子在风里摇曳。四大名著等一些经典小说，我都是在那里看的。那时，堂屋里放着电视剧，偶尔会听到家人讨论电视剧的人物情节，还有他们的笑声。但我并不心动，我沉醉于书中，觉得自己的这个小世界很美。

然而，长大之后，很难再有这份简净的心境，安安静静坐下来读一些书。有时候，常常希望自己能有一间幽静的书房，屏蔽掉外界的热闹喧嚣，可以容我静坐发呆，可以让我放下生活的烦乱芜杂，静心沉浸在书中的精彩。先生笑我：心静不在于外而在于心，给你一片森林，你也不觉得安静。

是的，静在于心，而不是外界的因素。汪曾祺说，世界是喧闹的。我们现在无法逃到深山里去，唯一的办法是闹中取静。

汪曾祺晚年养成了静坐的习惯，静坐的地方是他家的一对旧沙发，有几十年了。他每天早上泡一杯茶，点一支烟，坐在沙发里，坐一个多小时。汪曾祺晚年写出了很多优秀的散文小说，他说常得之于清晨静坐之中。

不久前认识一位朋友，他和我一样也在大城市过着快节奏的生活，挤早晚高峰的地铁上下班，他并不以挤地铁上下班为苦，反而这段时间是他静心的时候。早上他起得早，一般都幸运地有座位可坐，他便坐在那里，不玩手机，不戴耳机听歌，静静地放空自己，然后再安排一天的工作。晚上下班没座位，他就静静地站着，梳理好这一天发生的事，及时反思。因而，每次见他，总是从容舒缓的样子，令人羡慕他的好心态。

无事此静坐，一日似两日。静坐片刻并不是浪费时光，而是让自己慢下来，心境明朗，从容悠然地生活。

总第6974期 配图 李昊天 投稿邮箱：essay@cnnb.com.cn

社址/宁波市宁东路901号 广告部电话/87348429 发行咨询电话/87685669 87682340 定价/每月30元 零售/每份1元 邮发代号/31—84
印刷/宁波报业印刷发展有限公司 法律顾问/素豪律师事务所罗杰律师、胡力明律师 地址/光华路299弄研发园区C12四楼 电话/87298700 宁报集团职业道德投诉/87654321