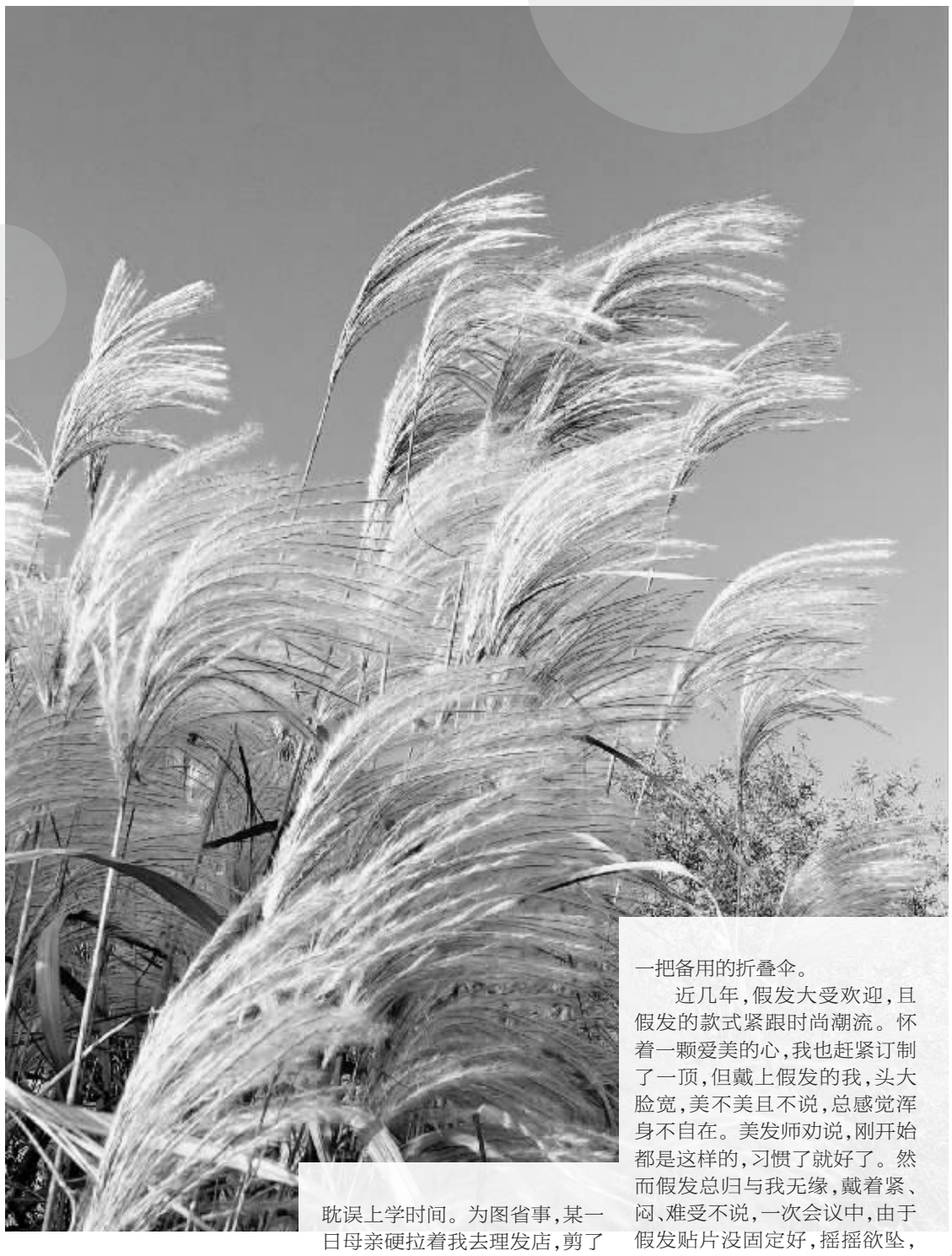
责编/李菁 审读/胡红亚 美编/雷林燕 照排/余佳维



发有所思

□沈红

从去年开始，眼睛发生了变化，看书看报感觉不舒服，非得把书移远些才看清。初始，总认为是眼睛疲劳干涩所致，配了眼药水、补了明目护眼的药食，均无效果。先生笑着对我说：“年纪大了，眼睛花了，服老吧。”经他这么一说，才恍然大悟，真是岁月不饶人啊，不免感叹时光匆匆。

除了眼睛老花，还有最明显的变化就是头发日益稀少。

每次去美发店，洗头小妹说得最多的一句就是：“你头发很会掉的，帮你洗得轻些。”但即使动作再轻柔，头发还是不听使唤地往下掉，让我心疼不已。双休日，婆婆招待我们几家聚餐，小姑看我低头吃菜的瞬间，直呼道：“嫂子，你头顶头发又少了。”她这一说，旋即迎来整张桌上追随的目光，窘得我连吃菜的心情都没了，遂用手胡乱在头上抓了几下，无奈头上薄薄一层发，遮了东露了西。

那日回家心情不爽的我，翻看书柜上摆放的几本影集。少时的我，有着一头浓密的头发，每次洗发，为洗得干净清爽些，母亲总要多洗几遍。而梳头扎辫子则常常会耽误上学时间。为图省事，某一日母亲硬拉着我去理发店，剪了个当时流行的叔叔阿姨头，害得我在学校被一群男生追着喊“假小子”，委屈的我回家对着母亲一把鼻涕一把眼泪大哭了一场。

工作后自己挣了钱，我的变化也就是从“折磨”那头黑发开始的，或短发反翘，或长发离子烫，或烟花爆竹烫……好好的头发被我搞得疲惫不堪。结婚怀孕后倒是安稳了一阵，给头发自由生长的空间。生下孩子后，或许是年轻时对头发的“虐恋”，或许是带孩子劳累所致，骤然之间发现自己开始掉头发，从初起的一小把到一大把，每次在卫生间里做清洁时，望着那一撮撮的头发不禁长吁短叹。那天在食堂里就餐，单位里负责后勤的老钟师傅，盯着我的头发看了几眼后说：“你这头发，再过个五六年，肯定变成秃子。”焦虑感渐深的我走上了求医之路，医生建议调整心态、保证充足睡眠、多运动，还有就是合理安排饮食，对脱发均有一定的治疗作用。当然，也有过来人介绍，食补黑色食物对头发非常好，于是黑芝麻、黑米、黑豆等一切补发的东西都买来补，持续坚持一段时间没有效果后，心里有点儿绷不住了。经同学介绍，七拐八弯去小胡同买“一搽就灵”防脱发药水，去百度上搜索各种祖传秘方等，以富婆重金求子般的虔诚，把能试用的都给试了个遍。

最后，“无可奈何花落去”，该掉的头发照样掉，头顶的发量是看着一点一点稀少。为保持形象，外出聚餐或开会，关注头等大事大过其他事，下雨怕淋湿，刮风怕吹乱，包里随时放着一把备用的折叠伞。

近几年，假发大受欢迎，且假发的款式紧跟时尚潮流。怀着一颗爱美的心，我也赶紧订制了一顶，但戴上假发的我，头大脸宽，美不美且不说，总感觉浑身不自在。美发师劝说，刚开始都是这样的，习惯了就好了。然而假发总归与我无缘，戴着紧、闷、难受不说，一次会议中，由于假发贴片没固定好，摇摇欲坠，险些出洋相。至此，心有抵触的我，就将那三千块大洋订制的假发束之高阁了。

闺蜜拉着我去美发店烫发，说是烫过后，发型蓬松发量会显多。经不住她的鼓动，多年不烫发的我，在店长的一番折腾后，头顶发量看上去是多了，但感觉老气了不少。特别麻烦的是，烫了头发，自己吹不好，每次洗头都得去理发店让发型师打理。

前不久，和先生一道去看望出院回家的表妹，做过几次化疗的她虽略施粉黛，但整张脸毫无血色，因为化疗，原先一头浓密的长发不见了。聊天的过程中，一开始她还算平静，但说到还在读高中的儿子时，忍不住抽泣掉泪：“姐，现在的我掉了头发、眉毛都不在乎，只要养好身体就行了，儿子在，我必须要坚强活下去。”我除了安慰，只能紧紧握住她那双瘦弱苍白的手。

回家的路上，我和先生感慨万千。一场疾病竟把原先那么爱美的表妹摧残到这般境地。每次同学或同事聚会，身边总会不时传来某某生病、某某走了的消息。有时自己会突然冒出冷汗，这般年纪，和死亡似乎不远了。这样看来，头发固然重要，但是若没有了健康，一切也都没有了。

“活的是心情”，一位作者如是说过。是的，生活很简单，有许多在意你的家人、朋友和同事，总在日常给予你温暖、惊喜和感动。活在当下，过好今天，做一个知足常乐之人。一瞬间，我的心境豁然开朗。

头顶一缕发，走在大街上，天很蓝，阳光很灿烂，心情很坦然。

雀事

□钟穗

于个人的记忆里，麻雀这种貌不惊人、色不诱人、声不迷人，曾伴随了我成长的小精灵，可称是鸟类在世上的第一体现者。

早年的乡间，屋后的高树上、宅前的草垛间、路边的电线杆、河滩的芦苇荡……都是它们欢度时光的好去处。

阳光明媚万里晴的春日，麻雀最早从寒冬中苏醒。它们或在腊梅枝头嬉闹，或于屋檐下的瓦缝间追逐。闲暇时，再用尖尖的小嘴，梳理一下柔软的羽毛。读小学时的我，常被那传来的叽喳声分神，目光追随于窗外打闹的麻雀，为此可没少挨老师丢来的粉笔头。

暮春之际，配成了对，进入繁殖旺季的麻雀，纷纷开始在墙眼洞里、茅草屋檐、草堆上筑巢搭窝生儿育女。记得那会刚踏上工作岗位不久的我，住在单位宿舍里。某次出差10多天回来，一开门就发现有一对麻雀，正在窗台外耳鬓厮磨，窃窃私语。见我进屋，两个小东西侧起身子，歪着脑袋，小眼睛一动不动地紧盯着我的动向。眼瞧着我即将走到窗前，它们“扑棱棱”翅膀一拍，斜冲向蓝天，于空中转了一个美丽的倒抛物线后，飘然落到远处的树枝上。此时我才发现，麻雀夫妻竟在窗台能挡风避雨之处，用羽毛、芦花、草叶之类的杂物搭了个巢。

这对新邻居很守时，每天醒在太阳前面。而对于当时刚进单位，正深陷于紧张、寂寞和沉闷的工作压力之中的我来说，那窗口叽叽喳喳的鸟叫声，似乎成了一副精神调节剂。

转眼到了夏天。某日，我隐约便听到窗外传来一声声“唧唧”的稚嫩雀叫声。透过窗户一瞧，巢里赫然多了4只肉乎乎、闭着眼睛张开嫩黄嘴角嗷嗷待哺的雏雀。

自从有了小麻雀，我便很少再到窗口张望，生怕惊动了它们一家子。而有了幼崽的麻雀夫妻更忙了，每天清晨都会见到它们“嗖嗖”地飞出去觅食，之后又归心似箭地打老远飞回，轮流叼着虫子嘴对嘴地给小雀喂食。看它们那忙进忙出的小小身影，真有一股莫名的感动。

然好景不长。那日我公干回来，刚进宿舍，就急忙凑到窗前，想打探一下麻雀一家的近况。孰知，麻雀不见了。再看鸟巢，破损得不成样子，巢外还留有几尾雀羽。显然，麻雀被食堂师傅养的橘猫当美餐了。为此，我伤心了好一阵子，也恨死了那只猫。橘猫似乎也知道闯了祸，好几天没敢露面。

兴许是麻雀最依恋乡村，朝夕与农人相依相存的缘故，自然沾染了不少他们的秉性。譬如话多，爱凑热闹。无论春夏秋冬还是风霜雨雪，常常东方的天际才见一缕曙色，麻雀已耐不住寂寞，纷纷钻出窝来三个一群、五个一党，开锅了似的啾啾喳喳闹个不停。即便到了傍晚，成群结队、收工归巢的它们，仍是不断在那刷着存在感。

我想，麻雀大抵是没有歌的。它们叽叽喳喳闲话家常的习性，或是类似于我们这些于时间深处平淡生活的凡夫俗子与家人间的互诉衷肠，只想着踏踏实实、平平安安地把小日子过好。

时光在守候中静静流逝。如今的我，仍常会念起当年清晨麻雀一家在窗台前，将贪睡的我闹醒的那份嘈杂。于是，便试着在窗外的花架旁放些米粒、馒头屑什么的。慢慢地，也有麻雀前来光顾，于花盆间飞翔跳跃、嬉闹鸣叫。看着它们那副憨态可掬的聒噪模样，领略一番物外趣味之余，一股久违而又亲切的暖流，重新涌向心头。

总第7037期 配图 李海波 投稿邮箱：essay@cnnb.com.cn