

桂苑

刊头书法 瑞丽

■ 守望(摄影) 孙逸



吃药还有经验？有，非但有，还有些讲头。阿姨爷叔在公园里闲逛，在小区凉亭里闲坐，相互之间聊起来往往会介绍吃药经验！尤其是得了同一类疾病，同“药”相怜，听听——

老阿哥老林，听说依胆上长了一米粒大小的石头，右上腹隐隐作痛，胃口也不大好？我觉得用不着开刀，建议你吃“肝胆宁”就可以了，中成药，效果不错的。什么成分？无非是大黄、虎杖、青皮和陈皮之类，吃不坏的。吃一个阶段，看看“一粒米”大出来了还是缩小了？

王阿姨，你的血脂有点高，快到临界状态，但不是很高，对不对？没关系的，可以吃“他汀片”，你不要吃一片，可以吃半片。半片怎么吃？咬开了吃？不不，咬湿了，现在药房里有卖药片研磨器，带有切割功能，可以把小小药片一切为二。

刘家爷叔，我看你关节不大好，走路有点不大利索。我说得没错吧？你可以到医院配一点氨糖，就是盐酸氨基葡萄糖片，简称氨糖，配不到就到药房里去

我写过一篇文章：《繁复之美》。其中有这样的句子：“如果说简约之美是用一朵花代表整个春天，那么繁复之美则是用整个春天铺陈一朵花的渴望。”我以为，简约与繁复各有其美。如今我想说的是清简之美，在我看来，清简比简约多了随意洒脱的意思，就是清清爽爽、简简单单。简约有点刻意为之，而清简是自然抵达。清简之美，需要有一定年龄和阅历才能体会，是人生抵达某种境界之后的自然领悟。

搬了新家之后，我留了一间书房给自己。书房的风格极为清简，除了雪白的墙壁和一张原木色的书桌，就是书橱里满架的书。我曾经喜欢在书桌上放一些小饰品，如今我的书桌上只剩一

清简之美

□ 马亚伟

支笔筒。我在书房里，与书籍倾心交流，与文字相濡以沫，美好畅快的感觉在缓缓流淌。我想起美国著名作家斯蒂芬·金在写作的时候，只需要一张小桌子，一盏台灯，一些稿纸或一台电脑，别的都不需要了。这种方式，让他文思泉涌，很是受益。我现在很能理解这种清简之美带给心灵的舒适与自由，屏蔽掉一切造成干扰的因素，舍弃了一切无关紧要的装点，清清爽爽，简简单单，如此便可以更好地投入到你想要的氛围中。

清简的境界，是一个自然抵

达的过程。就像一棵树，必然要到了秋天，才会叶尽一身轻。繁复之后是清简，豪华落尽见真淳，经历过繁华，才能体验到返朴归真的妙处。比如在衣饰方面，我曾经特别喜欢华丽之美。喜欢色彩鲜明、装饰奇特的衣服，也喜欢项链、戒指、耳环之类的首饰。如今我更喜欢颜色浅淡、毫无装饰的衣服，至于首饰，也早已把它们束之高阁，很少拿出来戴。清简的生活，让我感到无比舒适，仿佛解除了一身镣铐一般自由。

清简之美，绝不仅仅是形式上的简约，更是心灵的清简灵性。美国作家、哲学家梭罗隐居瓦尔登湖期间，陪伴他的是月光、清风、湖水、草木、鸟鸣。简朴的生活方式是他的追求，一张床、一张木桌、三只凳子，就是他的全部财富。他说，多余的财富只能换取奢靡的生活，而心灵的必需品无需用钱购买。他在这样的生活中，静静思考，默默沉淀。结束隐居生活之后，他依然保持着简朴的生活。我想到了孔子的学生颜回，“一簞

食，一瓢饮”足矣，“回也不改其乐”。还有北宋文学家欧阳修，他晚年号“六一居士”。六一为：藏书一万卷，集录三代以来金石遗文一千卷，有琴一张，有棋一局，而常置酒一壶，再加上他一老翁。欧阳修到了晚年，大彻大悟，回归简单。生活简单，心灵清简，未尝不是人生的大境界。

清简之美，人生至境。“一棹春风一叶舟，一纶茧缕一轻钩”是清简，“采菊东篱下，悠然见南山”是清简，“清水出芙蓉，天然去雕饰”是清简……清简之美，就像淡墨写意画，用最俭省的笔墨，营造出最悠远淡然的境界。清简之美，并非只属于智者贤人。只要你保持一颗素心，一样可以体验到。

如果可以，你也可以选择一屋、一院、一园、两人、三餐、四季的清简生活，尽享生活中那些被忽略的妙趣。人生到了一定阶段，是应该摒弃繁复和奢华，摒弃虚荣和浮躁了。为生命做减法，功名利禄如烟云，心灵自由是最真。顺应自然，顺应心灵，抵达清简之境。

顾村公园的樱花节如期而至，园内人声鼎沸；公园之大，超乎想象，430公顷的广阔，让人一眼望不到边。王大爷，一位精神矍铄的老人，带着他的孙子大宝、二宝以及老伴，一行人浩浩荡荡地进了园。七岁大的二宝突然甩开奶奶攥着零食袋的手，冲进粉色花雾里，后脑勺翘起的呆毛活像“天线”。

八零后的女导游小崔购票归来，将导游旗递给王大爷，王大爷转手将旗子递给了十岁的大宝。大宝高举杏黄旗，得意洋洋，二宝心生嫉妒，百般央求，大宝却不为所动。“旗子给我！”二宝边叫边跺脚去够，被哥哥用旗杆戳了个屁股墩。

当小崔第三次举起喇叭时，她发现自己的杏黄旗正在樱花雨中翻飞。大宝把它舞得像金箍棒一般，扫落的花瓣扑了二宝满脸。弟弟正要哭闹，忽然望见小卖部飘来的棉花糖云朵，瞬间被吸引，才算消弭了又一场“兄弟战争”。

随后，一只天蓝色的塑料桶成为新的争夺焦点。这原是两个孩子共用的樱花收集桶，此刻却被大宝独占。二宝灵机一动，模仿短视频中的桥段，跑到爷爷身边，殷勤地为爷爷敲起背来。三分钟后，一个粉红的桶递到了二宝手里，他得偿所愿。谁知这时，大宝突然大方起来，一脚将蓝桶踢到二宝脚边：“赏你了！”二宝也不示弱，飞起一脚，蓝桶“咣当”一声撞上五米开外的樱花树，惊得一旁的老摄影家手一抖，镜头里精心

构图的花影碎成了光斑。

闹腾过后，两个“小魔王”早忘了恩怨，追着翻飞的花瓣疯成了陀螺。奶奶举着手机边追边喊：“慢点儿！”突然，奶奶的珍珠项链断了线，圆润的珠子滚进草丛，被蹦跳的童鞋碾成了碎玉。她顾不得捡，只顾着追着两个蹿上石阶的孙儿。新烫的卷发沾满了花瓣，倒比园丁修剪的造型更多了几分生机与活力。

夕阳染红了云絮，王大爷摸出口袋里租借轮椅的宣传单，忽然笑出了满脸皱纹。他庆幸入园时未借轮椅——早晨还怕这老腰撑不住，眼下二宝呼出的热气正暖着他的后颈——哪里还需要什么铁架子代步？这沉甸甸的甜蜜负担，比任何代步工具都来得实在、温馨。

地铁玻璃映出四个歪斜的身影。大宝依偎在奶奶怀里，睡得香甜；二宝则枕着爷爷的胳膊，梦里还在嘟囔着“哥哥坏”。窗外樱花掠过成片光斑，像老式电影院里跳动的胶片齿孔，把童年与暮年串在了同一卷胶片上。

樱花年年开，岁月匆匆逝。童车总会换成轮椅，但那份隔代亲的情谊，却如同樱花雨般永不凋零。爷爷奶奶辈的宠溺与惯着，似乎是世间的通例。那些在樱花雨中摇摆的宠溺，何尝不是白发人对时光的撒娇？只是当孩子把杏黄旗当成金箍棒时，总该有人轻声提醒一下：大圣当年，也是戴着紧箍儿的；在孩子成长的路上，也需要帮助他们学会责任与担当。

吃药经验

□ 童孟侯

买，这种药还是有药效的，我就吃。但是我提醒你，吃一个月氨糖，要停一个礼拜，然后继续吃。我也不晓得这是谁提醒的……

久病成良医，这句话有道理，你生过那个病，尤其是还没有痊愈，你对那个病往往滚瓜烂熟：怎么得来的，怎么发展的，怎么找医生的，怎么配的药，怎么正确服用……

我个人的体会：吃药如同和敌人打仗，有时候要采用迂回包抄，有时候要集中兵力打歼灭战，比方说嗓子突然发痒，第二天就开始剧烈咳嗽，估计是扁桃体炎，或者是口腔感染，或者是支气管炎，那么，可以服用盐酸克林霉素棕榈酸酯分散片，或者复方甘草口服溶液，一上来千万不要羞答答，打开药盒立刻就是一日4次，一次4片；打开瓶盖就是四分之一瓶咕噜咕噜喝下去，压制式，强迫式，压下去再说，然后再慢慢调理。当然了，是药三分毒。

如果身体没什么大碍，不吃药总比吃药好（这个话不是医生说的，也不是药房说的）；如果身体没什么大碍却有那么一点点“小碍”呢？你让它去？你随它去？你跟着它混？到辰光再讲。有的人觉得这样混毛病的办法不妥当（尽管很多人都这样混），俗话说：小病不治，大病吃苦。小病也要重视一点，找一点对症的药早早服用就是了。当然，小毛病不要大惊小怪，也不要小病大治。

刘家爷叔，我跟你讲，是药三分毒还不算，有的药还毒对毒，比方讲乙酰氨基酚不能和复方感冒颗粒同时服用，布洛芬不能和含有咖啡因的东西一道吃，吃了头孢就不能喝含有酒精的东西……

这个刘家爷叔、王阿姨、老阿哥老林虽然说得比医生还医生，但他们都不是医生，如上的一个一个段子只是它们闲谈随聊，不足为训。吃药的度和药物的选择，还是请大夫帮我们定夺，还是根据药盒上药瓶上提示的剂量来服用。

樱花雨里的隔代亲

□ 虞金伟