

不苛责自己，学会发现美好

济南天桥区有一条街，街上有一座铁路桥，桥洞有三个孔，这条街就叫三孔桥街。名字取得浑然天成，当地人都习惯叫它“三孔桥”。三孔桥是济南著名的纺织市场、灯具市场，我刚来济南，就时常听人提起“去三孔桥买布”。

我的一位大姐，家住城东，有一栋漂亮的二层带院子的小洋楼，每次去她家做客，都很喜欢她家田园牧歌式的家居风格。她家的窗帘、被套、沙发套、桌布都是她买布订做的，是看一眼就非常治愈人心的清新小花布，一问，都是大姐一趟一趟跑三孔桥买的布。我那时就跃跃欲试，哪天一定要去逛三孔桥。

但家里东西一多半都是在网上买的，网购对我这样的资深宅女来说，实在太方便、

太实惠。直到这两年，孩子大了，我和朋友薇薇某次无意结伴逛了三孔桥，就成了三孔桥的老顾客了。三孔桥并没有我想象中好，带给我想象最多的，是金庸《鹿鼎记》里韦小宝第一次见阿珂，惊艳大叫“花布美人”，三孔桥的花布花色远远不如网上的惊艳，但奇怪得很，在那些家常布店走走逛逛，就很容易一头扎进去，每次都会大包小包买一堆花布。

去三孔桥去得多了，认识了一位纺织店的老板。60多岁了，头顶秃了一半，每次见他都穿得灰不溜秋，但他家的布是真好，手感好，花色尤其好，满满当当堆了一店铺，我买过他家的一套花布，干净的白底，上面是素雅的紫藤花和紫藤叶，又文艺又清新，推荐给薇薇，薇薇也喜欢，毫不犹豫

也买了一套。前几天去逛，老板说，这一系列花布以后不生产了，我一听，又买了一套备用，也是“布痴”了。

以往去，人总是很多，这次去逛，却冷冷清清。店老板自己一个人坐在入口桌边，全神贯注地拉二胡，那二胡很有些年头，和拉琴的人一样灰不溜秋，琴声却拉得悠扬缠绵、如泣如诉。我们听了都夸好，老板一脸云淡风轻，说生意不好，闲来无事，拉拉二胡自娱自乐。我听了肃然起敬：是人才啊！和老板攀谈起来，老板家有自己的纺织厂，做外贸生意，三孔桥的店以尾单为主，他年纪大了，就退下来帮忙看看店，多数生意都交给了子女打理。老板说：“不想那么多啦，日子过得去就行。”

平平常常的一句话，透着

小人物的乐天知命。我想，我和薇薇喜欢逛三孔桥，大抵也是一种小人物的乐天知命吧！在寻常的、普通的日子里，去三孔桥逛逛，感受日常的烟火气息，花不多的钱，从那些色彩缤纷、大俗大雅的花布里，挑选几块喜爱的花布，做一床新被套，换一张新桌布或换一扇新窗帘，装扮我们平淡的生活，也治愈我们小人物的日常焦虑和失落。

加缪在《局外人》中写了这样一句话：“最后我只能跟自己说，最通情达理的方式就是不要勉强自己。”每个普通的小人物都一样，已经很努力了，就不要再勉强自己、苛责自己，接受命运的起起落落，不拧巴，不怨天尤人，然后，力所能及地改变可以改变的，让平常的生活鲜活起来。

## 被治愈的日常

□舒平

“山水温柔，九月启程。”电影《隐入烟尘》关于小人物的故事，打动了许多人。“没有说苦，却苦出了天际；没有说爱，却爱进了骨髓”，在朋友圈刷屏。我们大多是小人物、普通人，关注小人物的故事，也是给我们的人生提供更多的思考和答案。在这个社会中，普通人也会成为了不起的人，就如重庆山火扑救中戴红蝴蝶结头盔的“摩托骑士”吴朴慧，而更多的人，可能只是在默默地给予这个世界以善意，却也足以打动人心，换来另一份朴素的敬意和爱意。而我们也因此在平淡琐碎的日常中，在孤单、焦躁、烦恼的磨砺中，一次次被治愈。

未来可期，美好的故事正在发生

北方的秋来得早，一场秋雨过后，清晨已微凉。经十路上永远车水马龙，喧嚣热闹。正是上班早高峰，车子走一分钟，停三分钟，时不时有加塞乱变道的，让人火冒三丈。我要赶时间去参加一个文学采风活动，眼看着要迟到了，心里火急火燎，瞬间暴躁。

陪我一起的崔姐却笑眯眯的，不急不躁。我问她怎么做到的？崔姐说“练出来的。”她这么一说，我就明白了。前几天，崔姐邀请我们几个老朋友一起小聚，她女儿今年高考顺利考上了上海大学，我们纷纷祝贺她，孩子太优秀了，大家都想取取经。崔姐笑得灿烂，说：“就是吃苦耐劳熬过来的呀！”

崔姐在城南二环以外上班，她孩子却在城内上学，她每天5:30准时起床，洗漱，做早餐，6:00喊孩子起床，6:30准时开车送孩子去学校，晚一点点都不行。遇到雨雪天气，要起得更早，一旦遭遇经路上的大堵车，就插翅难逃了。孩子高三，时间太紧张，就在附近租了一个小房子，一室一厅50平米，仅够放两张小床一张餐桌。房子不但小，还破败不堪，晚上蚊子到处嗡嗡乱飞，孩子时不时就会被窗帘上趴着的一只臭大姐吓得哇哇大叫，厨房的蟑螂几乎成了老邻居。

一开始，女儿晚上总也睡不好，早晨起床，一照镜子，就喊：“妈，你看我眼睛怎么又肿了？”女儿睡不好，她更睡不好，晚上老做梦，一晚上不知道醒多少遍，醒来了就自责，她怎么就没有租一个好一点的房子呢？是她不想租吗？想

着想着又自责，还是挣钱太少……她老公的压力并不比她小，家里一辆小破车开了十多年，基本是她开，她老公上班以骑电动车为主，租的房子远，她老公来看她们，骑着电动车要穿越大半个济南城，想想就心疼。

就算这样，只要有时间，她和老公都会大老远来出租屋陪女儿，女儿有时候会闹情绪，说“好想回家啊！”她听了就安慰女儿，“爸妈和你，一家人在哪里，哪里就是家。”女儿破涕为笑。

每天放学，作业再多，女儿也会先跑到厨房来看她做饭，陪她说说话。从厨房的窗户外望出去，到处是密密匝匝的屋顶，光秃秃，乱糟糟的，并没有什么可看的，她就笑着和女儿说：“看，今天的晚霞真漂亮！”女儿也会眼睛一亮欢呼：“啊，太美了！”娘俩就都开心地笑起来，仿佛她们枯燥单调简陋的生活已经被那绚丽的彩霞照亮！

“世界上有一千种等待，最好的那种叫作——未来可期。相信，从今天起，美好的故事正在发生。”这是她孩子刚入学时，老师说过的一句话，非常鼓舞人心。所以，崔姐说，她从不急躁，慢慢来，未来可期，过好当下每一天，你所有的付出终将给你回报。

真好，未来可期！我抬头看看天空，济南初秋的天气是一年中最美的，天空湛蓝，一朵朵白云悠闲地飘过，梧桐树、白蜡树、槐树的叶子在阳光下闪闪发光，啊，不急不急，拥有的，都是幸运的，给这美好的秋天一个笑脸吧，治愈自己，也治愈他人。

“我想以自己的方式回报这座城市。”在前几天，重庆那场惊心动魄的山火扑救中，戴红蝴蝶结头盔的“摩托骑士”吴朴慧赢得了无数网友点赞。1997年出生的吴朴慧头戴红蝴蝶结头盔，骑着越野摩托车带着物资，冲上崎岖山坡的样子，被大家称赞“又美又飒”。吴朴慧说：“当看着救援人员喝上我们送的水，吃上我们送的饭，我体会到了被需要的感觉，我心里别提多高兴了！”

那些天，朋友圈有许多人自发地转发相关新闻，表达着陌生人的关怀和善意。就算这善意微乎其微，但汇聚起来，也终将成涓涓溪流，在某一刻温暖那些被需要的人。我们既是独立的个体，也是休戚与共的整体。

有时候，也会有矛盾，有摩擦，有误解，但更多的，是守望相助，是相互的体谅，包容与接纳。在巨大的生活洪流面前，小人物的一点点小小的喜怒哀乐总是稍纵即逝，但那些被温暖、被治愈的日子，依然会时常被想起，如果需要，也愿意伸出援助的手去帮助那些更弱小者。

“不以善小而不为，不以恶小而为之。”这几乎是周老师的人生座右铭。周老师住在我对面楼，每天上午8:00以后，她就开始了“咿咿呀呀啊啊”地钢琴自弹自唱，声音洪亮，越过楼层，直穿透耳膜，让坐在电脑前绞尽脑汁敲字的我思维如乱码一样混乱，常常手心冒汗，要用顽强的意志抵抗这高亢的歌声，但有时候也会烦躁，这是谁啊？

有一次傍晚散步，刚好

看见周老师手里拎着一袋炸好的小鱼干，一问，原来是她特意喂流浪猫的，而且是一年四季，不管刮风下雨都会去喂流浪猫，因此被孩子们亲切地喊“猫咪奶奶”。“猫咪奶奶”周老师说：“孩子都成家了，想管也管不了，就照看照看小猫小狗吧。”说话间，哈哈地笑，声音还是那么洪亮。熟悉了才知道，周老师的儿子在国外，她和老伴都爱好音乐，早晨怕吵醒大家，就改在上午弹琴练声，说着她还问我：“没有吵到你吧？”我赶紧摇头。也是在散步的时候，我亲眼看到她把一袋垃圾小心谨慎地放在垃圾桶旁边，垃圾袋上有一张大纸条，醒目地写着：“请注意，内有碎玻璃，小心手！！！”那份善良和用心足以打动我，后来，再听周老师练歌，竟然慢慢也听出一些乐趣来。

新学期，经常看见这样一段话，“教育的本质是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”而诗人惠特曼则说：“一个孩子向前走去，他遇见什么就会——成为什么。”

我想，我们这些小人物也一样，将心比心，人心换人心，普通人也会成为了不起的人，像吴朴慧一样勇敢无畏，更多的人，可能只是在默默地给予这个世界以善意，却也足以打动人心，换来另一份朴素的敬意和爱意，而我们也因此，在平淡琐碎的日常中，在孤单、焦躁、烦恼的磨砺中，一次次被治愈。

九月啦，秋高气爽，一起去登高望远吧，天高，心阔！

找记者 上壹点

A10-11

齐鲁晚报

2022年9月4日

星期日

知／心／事／做／自／己

□美编：  
徐明丽



人心换人心，你我彼此治愈