

纸盒里的爱 ■  
奶油上的康乃馨 ■  
爱的三大阶段 ■  
洗一洗妈妈的手 ■  
小笼包与比萨 ■  
镜头里的世界 ■

儒者  
书系

当代名家散文

# 释放快乐

尤 今  
—— 著



新世界出版社  
NEW WORLD PRESS



# 释放快乐

尤 今  
——著

 新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

## 图书在版编目(CIP)数据

释放快乐 / 尤今著. — 北京: 新世界出版社, 2014. 2

ISBN 978-7-5104-4834-8

I. ①释… II. ①尤… III. ①散文集—中国—当代

IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 016576 号

北京版权保护中心图书版权合同登记号: 图字 01-2014-1261 号



释放快乐

作者: 尤今 丛书主编: 刘克定  
责任编辑: 张一帆 责任编辑: 李一鸣  
出版发行: 新世界出版社

社址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn>

<http://www.newword-press.com>

版权部: +8610 6899 6306 [frank@nwp.com.cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷: 北京盛世双龙印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 880mm×1230mm 1/32

字数: 140 千字 印张: 8.25

版次: 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-4834-8

定价: 26.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

## 自序

和雁来红在康提邂逅的那一刹那，我的心，出其不意地裂开了一个很大、很大的口子，透进了很强、很强的一道光。

是一种欣喜若狂的亮光。

生命里的这个瞬间，仿佛已经等了很久、很久了。

日本著名作家渡边淳一有部长篇小说，书名就叫作“雁来红”。书中女主角冬子去买雁来红时，刻意费心挑选最红的那种。

花店老板对她说：

“噯，等雁群飞来的时候，它肯定会长得比现在更红呐！”

啊，这雁来红，明明是植物，却长出了一颗柔软的心。

这颗心，在细致恬静之中包裹着澎湃奔放的热情。

在佻薄的春季中，在慵懒的夏季里，雁来红把自己绚烂的美丽密密地收藏着，然后，忍受着如火般的焦灼，静静静地等，等待秋天那个浪漫的约会。

九月，大雁南飞，一直引颈企盼的雁来红，在群雁乱舞的缤纷喧闹里，陡然变了。

它大胆地现出了爱的形状、爱的颜色。本来一直被扣押着的美丽，像地底的石油一样，源源源地喷了出来，完完全全压不住、藏不了。原本色呈暗紫而含蓄内敛的叶子，疯狂地变成了既亮又艳且无比妩媚的

鲜红色，漂亮到了极致，也快乐到了极点。

九月，在飒飒的秋风里，我来到了斯里兰卡西部的大城康提（Kandy），惊喜地与这份不寻常的美丽撞个满襟满怀。

就在那润泽绿意重重叠叠地绵延无尽的植物园里，一整排雁来红（*Amranthus Tricolor*），娉娉婷婷地迎风挺立着。在大雁鸣声隐约可闻之际，雁来红便已倾尽全力点燃出满树火辣辣的颜色，一片片菱状卵形的叶子殷红似血，那种不顾一切的奉献，使它展现出一种狂烈的野炽之美。有些叶子，暗紫尚未褪尽，猩红便已迫不及待；同一片叶子，两种色泽参差错落，看得人心跳如鼓，难怪宋朝词人陈允平会生出“欲寄相思无好句，聊折赠、雁来红”这等引人遐思的句子！

大雁，是雁来红的知音，所以，雁来红为了大雁而释放美丽、释放情感、释放快乐。

文字，也和雁来红一样，它会为了知心的读者而发光发亮。

我愿意，我真的愿意成为一株永世等待大雁而绽放光彩的雁来红。

离开康提之后，我又来到了斯里兰卡东部的小城埃拉（Ella），住在山上一所远离尘嚣的旅舍里。远处雾气氤氲，近处炊烟袅袅。鸟儿啁啾啾，松鼠到处奔蹿。

周遭都是树。

那是一种缀满了黄花的树。

那一簇一簇蓬蓬勃勃的黄花，专注而又尽心、认真而又尽情地绽放着，旺盛得近乎挥霍，灿烂得近乎炫耀。

我逢人便问，问问问、问问问，竟然问不出这树的名字。

生在深山无人知，可它依然年年在花季里倾心倾意地铸造满树的繁盛、绽放出无法隐瞒也不想掩饰的兴高采烈。

为什么啊？

只因为它为自己而活。

它跟随自己的心，活得轻松自在，所以，它所绽放的每一簇花，都孕含着甜甜的笑意，完完全全地体现出一种甘于淡泊的恬然与自求圆满的希冀。

它永远在释放善意，也永远在释放快乐。

这是一种境界，也是摇笔杆者最高的追求。

《释放快乐》这部作品，总共收录了八十五则小品文。

第一辑《爱的温度》，讲述了二十则有关亲情和友情的小故事，故事里的主人公，全都被温度适中的爱烘得暖洋洋的；第二辑《思想的橱窗》，从沙砾中窥探世事，尝一脔知一鼎，十八则感想，处处是闪亮的启示；第三辑《生活的亮光》，通过二十二则趣味满溢的真实故事，体现隽永的生活情趣；第四辑《无形的翅膀》，撰写的是二十三则天涯海角的旅游故事，用心眼看世界，阳光底下，到处都是立体的惊叹号。

衷心感谢本套书的主编刘克定先生，承他将拙著《释放快乐》列入“当代名家散文书系”中，让我得以通过篇篇闪着笑影的小品文，和广大的中国读者分享快乐之道。

尤今

二〇一三年八月十八日

# 目录

## 辑一 爱的温度

|              |
|--------------|
| 原谅 / 3       |
| 勇敢的鱼 / 6     |
| 愧疚 / 9       |
| 真相 / 12      |
| 鸭俐俐和兔宝宝 / 15 |
| 打鼾和打嗝 / 18   |
| 电话留言 / 21    |
| 成长 / 24      |
| 冰冻柠檬茶 / 27   |
| 仙人掌和咚咚人 / 30 |
| 恨 / 33       |
| 纸盒里的爱 / 36   |
| 行孝之道 / 38    |
| 牛年忆母 / 41    |
| 奶油上的康乃馨 / 44 |
| 爱的三大阶段 / 47  |
| 唯一的选择 / 50   |
| 辐射 / 53      |
| 生命不留遗憾 / 56  |
| 开水和糖水 / 58   |

## 辑二 思想的橱窗

- 蜘蛛网 / 63  
洗一洗妈妈的手 / 65  
杯子与水 / 67  
幸福指数 / 70  
小笼包与比萨 / 72  
追寻书籍的味道 / 75  
精神的故乡 / 78  
师生情 / 80  
聆听 / 83  
防压堤 / 86  
破产 / 89  
希望的种子 / 92  
祸根 / 95  
河马与乌龟 / 98  
蚂蚁变老虎 / 101  
双臂的力量 / 104  
忍 / 107  
镜头里的世界 / 110



辑三  
生活的亮光

|                 |
|-----------------|
| 欢喜 / 115        |
| 腊味 / 118        |
| 风干的胃囊 / 121     |
| 水痘与痄子 / 123     |
| 手 / 125         |
| 肢体语言 / 128      |
| 敬业乐业 / 131      |
| 妈妈，放下手机吧！ / 134 |
| 会唱歌的莲花 / 137    |
| 流沙与直升机 / 139    |
| 灵验的药方 / 142     |
| 锦鲤的浩劫 / 145     |
| 鼠患 / 148        |
| 兔子的故事 / 151     |
| 黄连病 / 154       |
| 镜子 / 157        |
| 后园的璀璨 / 160     |
| 亮光 / 162        |
| 出轨的筋 / 165      |
| 变为一根羽毛 / 168    |
| 自如岁月 / 171      |
| 树葬 / 174        |
| 蛋卷冰淇淋 / 177     |
| 笑与痛 / 180       |

辑四  
无形的翅膀

|           |     |
|-----------|-----|
| 椰枣与婚姻 /   | 185 |
| 油菜花 /     | 188 |
| 看到 /      | 191 |
| 绿色的箫声 /   | 193 |
| 皮箱与柿子 /   | 196 |
| 伦敦情 /     | 198 |
| 狗与羊 /     | 200 |
| 沧桑的饮料 /   | 203 |
| 孩子，别怕！ /  | 206 |
| 快乐的男人 /   | 209 |
| 有机牛 /     | 212 |
| 反击 /      | 214 |
| 棺材板 /     | 217 |
| 春回大地 /    | 220 |
| 莲花人 /     | 223 |
| 杏仁香 /     | 226 |
| 快乐的点心 /   | 229 |
| 臭豆腐 /     | 232 |
| 三奇三宜话丹霞 / | 235 |
| 立体的惊叹号 /  | 238 |
| 文莱的车 /    | 241 |
| 奇特的水村 /   | 244 |
| 奢华的贫民区 /  | 247 |
| 编后记 /     | 250 |

## 辑一 爱的温度

原谅\勇敢的鱼\愧疚\真相\鸭俐俐和兔宝宝\打鼾和打嗝\电  
话留言\成长\冰冻柠檬茶\仙人掌和咚咚人\恨\纸盒里的爱\行孝  
之道\牛年忆母\奶油上的康乃馨\爱的三大阶段\唯一的选择\辐射\  
生命不留遗憾\开水与糖水



## 原谅

在上海的一家餐馆里。

负责为我们上菜的那位女侍，年轻得像是树上的一片嫩叶。注意她，是因为她上菜时显得笨手笨脚的，让我老是担心她可能会把盘子里的汤汁转化成我的洗澡水。

我的第六感居然没有“辜负”我。

捧上蒸鱼时，盘子倾斜，腥膻的鱼汁鲁鲁莽莽地直淋而下，泼洒在我搁于椅子的皮包上！我本能地跳了起来，阴霾的脸，变成欲雨的天。这皮包，是我在意大利买的，极好极软的牛皮，不能洗涤，是我心头的大爱。

可是，我还没有发作，我亲爱的女儿便以旋风般的速度站了起来，快步走到女侍身旁，露出了极端温柔的笑脸，拍了拍她的肩膀，说：“不碍事，没关系。”女侍如受惊的小犬，手足无措地看着我的皮包，嗫嚅地说：“我，我去拿布来抹……”万万想不到，女儿居然说道：“没事，回家洗洗就干净了。你去做工吧，真的，没关系的，不必放在心上。”女儿的口气是那么的柔和，倒好似做错事的人是她。这时，女侍原本绷得像石头一般的脸，慢慢地放松了，她细声细气地说了声“对不起”，便耷拉着脑袋走开了。

我瞪着女儿，觉得自己像一只气球，气装得过满，要爆炸，却又

爆不了，不免辛苦。

女儿平静地看着我，在餐馆明亮的灯火下，我清清楚楚地看到，她大大的眸子里，竟然镀着一层薄薄的泪光。

这样一来，我不怒反惊了。

我这女儿，到底怎么啦？

当天晚上，回返旅馆之后，母女俩齐齐躺在床上，她这才亮出了葫芦里所卖的药。

负笈伦敦三年，为了训练她的独立性，我和日胜在大学的假期里，不让她回家，我们要她自行策划背包旅行，也希望她在英国试试兼职打工的滋味儿。她的大哥就曾在美国大学当过校园邮差，二哥呢，也曾担任大学实验室助理员。

活泼外向的女儿，在家里十指不沾阳春水，粗工细活都轮不到她，然而，来到人生地不熟的英国，却选择当女侍来体验生活。

第一天上工，便闯祸了。

她被分配到厨房去清洗酒杯，那些透亮细致的高脚玻璃杯，一只只薄如蝉翅，只要力道稍稍重一点，便会分崩离析，化成一堆晶亮的碎片。女儿战战兢兢，如履薄冰，好不容易将那一大堆好似一辈子也洗不完的酒杯洗干净了，正松了一口气时，没有想到身子一歪，一个踉跄，撞倒了杯子，杯子应声落地，“哐啷、哐啷，哐啷、哐啷”，连续不断的一串又一串清脆响声过后，酒杯全化成了地上闪闪烁烁的玻璃碎片。

“妈妈，那一刻，我真有堕入地狱的感觉。”女儿的声音，还残存着些许惊悸，“可是，您知道领班有什么反应吗？她不愧不忙地走了过来，搂住了我，说：‘亲爱的，你没事吧？’接着，又转过头去吩咐其他员工：‘赶快把碎片打扫干净吧！’对我，她连一字半句责备的话都没有！”

又有一次，女儿在倒酒时，不小心把鲜红如血的葡萄酒倒在顾客乳白色的衣裙上，好似刻意为她在衣裙上栽种了一季残缺的九重葛。原以为她会大发雷霆，没想到她反而倒过来安慰她，说：“没关系，酒渍嘛，不难洗。”说着，站起来，轻轻拍拍她的肩膀，便静悄悄地走进了洗手间，不张扬、更不叫嚣，把眼前这只惊弓之鸟安抚成梁上的小燕子。

女儿的声音，充满了感情：

“妈妈，既然别人能原谅我的过失，您就把其他犯错的人当成是您的女儿，原谅她们吧！”

此刻，在异乡异国的夜里，我眼眶全湿。

## 勇敢的鱼

最近，在伦敦工作的次子方德，向任职公司申请了短假，自行策划到非洲的肯尼亚去旅行。

朋友惊叹：

“你怎么放心让他独自到这么危险的地方去呢？”

治安极坏的肯尼亚，的确不是观光的好地方。但是，旅行的真谛不仅仅止于吃喝玩乐，多年以来，我从一趟又一趟的旅行当中不断开拓自己的视野，从一次又一次的旅途际遇里持续地调整自我的价值观，每每受惠无穷；也正因为这样，我深深地知道，放手让已成长的孩子决定自己的游踪，自行摸索、自行策划，把触角伸向一般游人难及的地方，让他内心那个隐形的“我”茁壮成长，对于他长长的一生，都有着无可估量的巨大影响！

我唯一能给予他提示的，便是防患于未然的警惕之心。于是，在电邮里，我如此写道：

“亲爱的儿子：肯尼亚失业率高，首都奈罗比治安极坏，无业游民和无家可归的流浪汉处处游荡，他们像猎鹰般阴险地躲在阴暗的角落里，游客全都是他们觊觎的对象。他们干案时，都是一伙人在一起的，所以，单枪匹马的游客，绝对不是他们的对手，你一定要步步为营，小心为上。入夜之后，不要出门；即使是白天，也不要到偏僻的街巷去，



一旦发现可疑的人跟在你后面，你得立刻遁入商店以策安全。几年前，与我们住在同一旅店的英国旅客约翰，便在水街被洗劫一空，连护照也丢失了，麻烦成箩盈筐。如果撇开治安问题不谈，到肯尼亚去旅行，绝对是一个美丽的选择。这个幅员广大的地方，每一寸土地都有令人怦然心动的故事，每一尺空间都有让人惊艳已极的风光。我想，你应该以奈罗比作为旅游的起点，到其他小乡小镇去。勇猛好斗的马赛土著，目前在肯尼亚依然一成不变地按照过去的奇风异俗生活，有许多值得探索的空间。儿子，好好地看、尽情地玩吧！”

昨天，接到他的电邮，他如此写道：

“妈妈：我多带了几双心眼，处处警惕，已在奈罗比度过了安全的几天，您且放心。在奈罗比，让我最为感动的是，有许多来自世界各地的义工，放弃了原本舒适优渥的生活，在这个长年与贫穷和落后为伍的国家里，热心地推动教育与建设工作，无私地体现了人类的大爱；而这，也促使了我进行深层思考：究竟对物质无休无止的追求，是不是人生最大的目标？今天，我来到了一个叫作 Lamu 的古老小镇，它最特别之处在于禁止汽车的行驶，仅仅只允许使用驴子作为运输与交通工具。我充分地领略到了一种返璞归真的淳美无华、一种没有物欲横流的清纯明净。这样的生活，不叫落后，它叫超脱，是一般城市人所无法体会的美好境界……”

我至感欣慰，儿子的是确是带备了心眼去旅行的；此外，我也确知，在我们多年无形的熏陶下，他已变成了一条勇敢的鱼。

孩子小的时候，我曾告诉他们一则有关鱼的小故事。

有一条生活于海洋中的小鱼，年长为父母所溺爱。父母把它藏在一块大石的缝隙中，以海藻为掩饰，不让它接触外面的世界。父母每天把食物带回来喂它时，还不断地告诫它，外面的世界有多危险、多可怕。