

都市心灵慰藉
Urban Spiritual Sustenance

距离寂寞还有几米

How Many Meters Are There Away from the Loneliess

张 恣 著
张自明

感动
8800万心灵的
温情之作

都市心灵慰藉
Urban Spiritual Sustenance

距离寂寞还有几米

How Many Meters Are There Away from the Loneliess

张 慈 著
张自明

图书在版编目(CIP)数据

距离寂寞还有几米 / 张慙, 张自明著. -- 北京 :
中国画报出版社, 2011.4
ISBN 978-7-5146-0062-9

I. ①距… II. ①张… ②张… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第048787号

距离寂寞还有几米

出版人: 田辉

作者: 张慙 张自明

责任编辑: 齐丽华

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)

电话: 88417359 (总编室兼传真) 68469781 (发行部) 88417417 (发行部传真)

网址: <http://www.zghbcbs.com>

电子邮箱: cpbh1985@126.com

经销: 新华书店

海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司

印刷: 北京阳光彩色印刷有限公司

监印: 敖晔

开本: 960×640 1/40

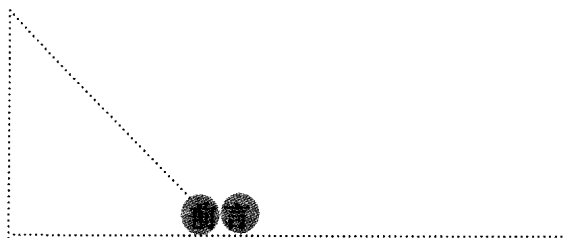
印张: 6

版次: 2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5146-0062-9

定价: 25.00元

版权所有 翻版必究



| 向寂寞奔跑 |

苏打绿的《小情歌》里写着：“就算整个世界被寂寞绑票，我也不会奔跑。”可是越往前走生活怎么越像满腹牢骚。和暗夜的世界一样，也许每个人最终会倾倒在寂寞的怀抱里。有人说，岁月其实就是不断地把我们一个一个地分开来，然后在一个一个的脸上画上皱纹，各自孤单老去。直到某一刻惊觉，才发现，原来我们和那个词语已经如此接近，近到它冰凉的气息扑面而来，热泪遮住了双眸。当年我们曾经伸手可触的一个一个——那些在生命里相遇的孩子们，早已经如落珠般散布天涯。

一个非常欢乐的孩子，会画非常漂亮的漫画，经常在课本封面和蒙着雾气的玻璃窗上三五笔勾勒出小男孩、小女孩的故事。毕业的时候，他禁不住我的央求，在一个草绿色的信封皮上画了一个稻草人相赠。这个人，如今早已长大了，流落异乡不知去处。



一个被称作“王子”的朋友，同桌三年，后来发现他在校友录里写着，我们的年华，我们的青春，就像浮华与童话，慢慢沉淀，有些早已失去，有些正在荼靡……这个人，已经有七年的时间没有音讯了。

一个比我长十多岁的忘年交，在我最困苦的时候出现，教会我热爱生活，教会我独自生存，也教会我善意微笑和诚实善良。曾经，非常频繁地用信件交流，现在，却只是仪式化地在网络上打个招呼。这个人，我也十三年没有好好见上一面了。

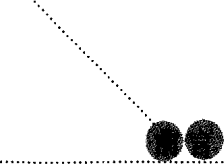
那些分离，都是我最初的心痛。这些年在城市生活中，突然发现，我们似乎不再因为同喜欢一首歌、同住一个城市、同走过一条马路而与另一个人相遇了。我们和你们以及他们只是面对面走来，然后面无表情地擦肩而过，我们都有着各自的前程。对身边那些近在咫尺的人，不会因为无法抵挡寂寞而暗生情愫，也不会因为不默契而惺惺相惜，我们都心照不宣地保持着恰当的距离。慢慢地，慢慢地，旧人和旧事，面容已改。

不断地分离，让我们不断地向寂寞奔跑。

直到三年前，一个在远方的朋友寄给我一本几米的绘本。

我终于一个人，埋在绘本里，久久不能释怀。

那只是一本小小的书，语调落寞，却如一个小小的暖炉一般，在冷清的时候拿出来暖暖心，饿肚子的时候也可以用来暖暖胃，那些话语总是可以让自己生活得好一点。捧着的时候觉得自己即使是一



个对现实适应不良的“小女孩”，也可以自顾自地带一本小书躲进树洞里，不管别人。

想起那些旧事的时候，恍然忆起，那时的我们虽然无话不谈，但并非最好的关系。当我们能够避开这种关联独立行走的时候，才知道不是外面喧嚣太多，而是我们从来没有这么安静地拥抱自己；我们似乎从来没有与自己内心相抵，总是在三心二意地听着外边的声响。

于是不再介意某人为什么会在某一刻无声地失踪，为什么竟然没有向我透露任何消息。分开并不是什么让人惆怅和绝望的事。也许那些年的相聚，和后来的相离，都是必然美好的轮回。那些年，那些事，总是因为这些来来往往的人，让我们变成越来越好的样子，总是让我们不断地接近最真的自己。

就像我翻开几米的绘本一样，也许只是一句简简单单的话，也许只是陌生人不经意的眼神，但必然有那么一个契机，让你突然明白从未想通的道理。就像是几米所说的那样，“我总是在最深的绝望里，遇见最美丽的惊喜”。

编者

2011年1月

目 录

contents

第一章 当年轮在纸上沉淀为时间 / 001

1. 森林唱游 / 002
2. 这一站，是终点还是起点 / 004
3. 马不停蹄的青春 / 006
4. 淘气的童年 / 008
5. 追忆逝水年华 / 010
6. 饱满气球的命运 / 013
7. 照片中的笑脸 / 015
8. 小纸船的沉没 / 017
9. 无声的故事 / 020
10. 美好的寂寞 / 022

第二章 在灵魂的落寞中徜徉 / 025

1. 寂寞是绚烂的红唇 / 026
2. 听寂寞在唱歌 / 028
3. 迷茫的脚步 / 030

4. 清晨的守望 / 032
5. 拥抱一只猫的感动 / 035
6. 天上滴下的一滴水 / 037
7. 假面的告白 / 041
8. 分享好心情 / 044
9. 放声哭泣过后 / 046
10. 结婚的意义 / 049
11. 靡靡之音的疗效 / 051
12. 月亮也曾掉下来 / 053
13. 平衡亦或剔除 / 055
14. 在草丛中奔跑 / 057

第三章 把承诺放逐到记忆与忘却的边缘 / 061

1. 誓言无声 / 062
2. 请你想起我 / 064
3. 生命中的存在与消逝 / 066
4. 当时的美好 / 069
5. 放弃执著 / 071
6. 那些画过的图画 / 073
7. 我好想回家 / 076
8. 每个人都有不堪的事 / 078
9. 遗落的雨伞 / 080

第四章 空气中溜走的梦 / 083

1. 跷跷板一头的等待 / 084
2. 凝视静默与空白 / 086
3. 寻找希望的缺口 / 089
4. 风中的期待 / 090
5. 荒芜的盆栽 / 093
6. 和习惯说再见 / 095
7. 苹果树下的酣睡 / 098
8. 假装的快乐 / 100
9. 关在笼子里的人 / 102
10. 最初的色彩 / 104
11. 盲目的幸福 / 109

第五章 静立在秋千旁的幸福 / 111

1. 幸福中的惶恐 / 112
2. 雪娃娃的自白 / 114
3. 也许我该帮帮忙 / 117
4. 忧伤的幸福 / 119
5. 先温暖自己 / 121
6. 人生的中心 / 123
7. 守护如泡沫的童话 / 126
8. 飞起来的时候 / 128

- 9. 遗失的自由 / 130
- 10. 晒晒自己 / 133
- 11. 幽静的时空 / 135
- 12. 看能懂的电影 / 137
- 13. 兔子妈妈的怀抱 / 140

第六章 像鱼一样彼此微笑 / 143

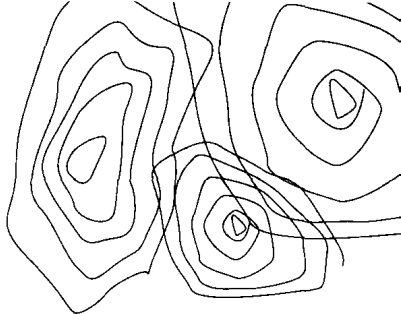
- 1. 两只骆驼的相遇 / 144
- 2. 忽然的凄凉 / 146
- 3. 静立直角成影 / 148
- 4. 是王子还是青蛙 / 150
- 5. 一定有个人和你一样 / 154
- 6. 变幻无常的美丽 / 156
- 7. 遗失了一只猫 / 158
- 8. 亮起的那盏灯 / 162
- 9. 像一朵花一样温柔拥抱 / 164
- 10. 雪飘下来了 / 166
- 11. 开了又关的门 / 168
- 12. 慢慢发生的恐怖 / 171
- 13. 甜蜜的负荷 / 174

第七章 天黑时深井中的希望 / 177

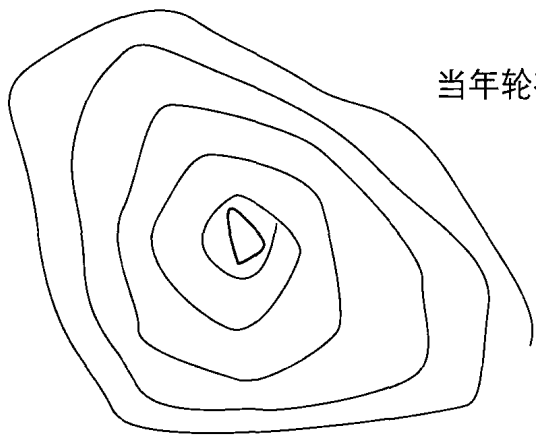
1. 蓦然回首，蓦然发现 / 178
2. 在蜘蛛的陷阱里 / 180
3. 头顶戴花的报废人 / 182
4. 小猫的矛盾 / 184
5. 向着月亮微笑 / 186
6. 陌生的歌 / 189
7. 爱情相对论 / 191
8. 月亮爬上枝头 / 193

第八章 十字路口前的张望 / 197

1. 来自眼神的压力 / 198
2. 用一张弓把自己射出 / 200
3. 从球上跌落之后 / 203
4. 登上山顶之后 / 205
5. 选择时的迟疑 / 207
6. 楼顶与楼底的风景 / 210



也许平平淡淡，一生不作不靠谱的决定。也许坎坎坷坷，总遇不平事。没有想过什么时候才能真切感受年龄的流动，只是非常偶然的机会，整理旧照片或者翻看同学录，才发现，每一年，都有接踵而来的事件。处理或者任其发展，总会有不同的结果。有的人学会慢慢处理未来的事件，有的人永远不会。有的命以时间为线索，有的命以事件为线索，有的命以想法为线索。回顾是不是有意义，展望是不是有意义，各自的意义是什么？当产生这些疑问的时候，才仿佛有些明白，时间就是这样，以带着疑问的方式，在我们的年轮里刻下痕迹的吧。



第一章 当年轮在纸上沉淀为时间

1. 森林唱游

清晨，我们出发，微笑。

正午，我们在原地绕圈圈，并坚强地保持风度。

黄昏，我们看到相同的风景及落日。

夜晚，我们安慰自己，相信一天的努力没有白费。

——《森林唱游》

日复日，夜复夜，相同或者不同，只是行走的脚步从未停留。兜兜转转，最后到达的，也许不是最初想要的，可是，我们跟随了什么，怎么走到今天这样？从蹒跚学步咿呀学语，到后来的脚步蹒跚言语模糊，是什么力量，让我们如此平静地，经历了庞杂的起起伏伏，以保持风度的姿态战败了九十年时光流转？

几米说，喜欢那种感觉，一笔一划描绘一棵树，决定它的枝杈和年岁，一棵一棵然后成为遍布的森林。重要的是，安静而专心致志的感觉。至于谁在林间嬉闹跳舞，都是好久以后的事了。

我们总是沿着不知不觉的脉络成长，没有刻意，可能本来就是那个样子，挣扎或者逃脱，那是因为，本来就不属于那里。所有的改变都是无意识的。可是分明，这脉络总会向前、向上延伸成一幅丰富图画。

起初，我们是单纯而透明的枝桠，姿势昂扬而丑陋，却不懂得掩藏，只觉得昂扬。后来，变得枝繁叶茂，变得能够隐藏心中的小鸟，也会随风飘摇歌唱。我们变得丰富，也变得随声附和，学会与来来往往的行人过客打交道。后来，我们抛光了叶子，却

有了写满故事的皮肤与年轮。后来的后来，终于有一天我们反问自己，我还在坚持最初的信念吗，我在想念纯真的自己吗。夏天来了，还好还会有冬天，总会热闹起来也总会寂静下来，只需要一个过程和过程中一份淡看改变的心情。

可是我们还是像个农夫一样，忙忙碌碌春种秋收，用一整年的时间等待收获，然后用另一个一年等待另一个收获。也许下一年的果实会比这一年大一些，也许不会，也许会更小。但是结果怎么样呢，我们掂量着手中的果子，微笑或者抱怨，还是会在再下一年播下种子。

有人说，为了另一岸的等待，蝴蝶飞得过沧海；为了变成龙的梦想，鲤鱼跃得过龙门。为了得到想要得到的，你不得不赴一场假面舞会，即便你不善于伪装，难以用一种你不熟悉的声响和形象游刃有余，你还是勉强微笑着，说违心的话做违心的事，还会为这样的伪装大感窘迫。其实你大可不必这样的，哪怕最后争取不到，至少你该为自己所有的努力喝彩。哪怕你不断不断地得到不尽如人意的结果，也还是要坦然地接受。有时候你并不是非要一个输赢不可，你只是需要一个结局。

有时我们觉得找不到方向了，只是跟着直觉按照熟悉的路途，左转左转左转地绕圈圈。也许我们只是在森林里迷路了，但总会有一条路，通往心中的方向。

也许我们终究到达不了想要到达的，所以不会有一百岁的圆满。也许，我们并没有想要到达什么，只是年复一年实实在在地活着。活着不是因为最后的结果而丰富，是因为过程的曲折而丰富。

所以活着就好，生命以时间为线索就好。于是，对于你来说，沧海桑田也只是无声的风景。

2. 这一站，是终点还是起点

这一站是终点？

还是另一个起点？

——《地下铁》

2008年是很特殊的一年，那一年我处在一个必须长大的年纪，慢慢看透很多事。那一年我常常在不同的小城里辗转，在和一些萍水相逢的人相遇时，总是开始想象对方有怎样的生活。

有一次匆匆赶路，在一个破旧的胡同里寻找歇脚的地方。周边是很长一排小餐馆，简单至几套桌椅，一座帐篷而已。进去叫了碗拉面，很小心地慢慢吃着，也不抬头，也不说话。

突然一个骑着摩托的男子伴着尘土飞扬停在小店面前，然后像我一样，呆呆地坐在屋檐下，吃完他叫的一碗面，沉默着付账，然后抓起他放在桌角的帽子和旅行袋，伴着“笃笃”的旧皮鞋声走出去，一低头就淹没在人海里。

城市的这个角落虽然又脏旧又不起眼，但还是有一股毫不接纳外来人的姿态。

当我走出餐馆的时候，刚巧就来了一场雨，天气变得湿冷。我走在细雨里，犹豫着要不要打一辆车，开往目的地去。可是看看时间和对方的约定还有三个小时，又不好冒昧地打扰，只好非常落魄地站在路边的屋檐下想着该去哪里躲避。

想起一直过着的很糟糕的日子，一个人，没有固定的时间用餐，也没有固定的时间睡去，常常凌晨醒来就开始工作。也会

赶很多夜间行驶的列车，错过很多路上的风景，却在阳光灿烂的白天蒙头大睡。吃隔夜的面包片和火腿肠，一杯接一杯冲劣质咖啡，还会花几毛钱在路摊上打电话到出版社，询问一些无关紧要的事宜，日子过得真的无法向别人提起。

可那是一直以来自己的梦想，想要学着别人的样子，独自到很多地方去，了解陌生地方的风土人情，然后用自己的笔记录下来。虽然当时不觉得，在后来回想的时候，才知道当初真是吃了很多苦，却还兀自幸福着。

在很多的旅程里，累得甚至没办法看车窗外的风景。不知道大家在什么时候吃过饭，也不知道身边的旅客在什么时间下了车。兜售纯净水的小贩提着蛇皮袋在拥挤的车厢里来来去去，在他们固定的车站上上下下，成为这趟列车的常客。而自己却任凭车晃晃悠悠地走着，无尽地等待着某一个目的地。

只是后来终于改变了这种生活状态，开始长时间蜗居在家，学会用电话和网络与外界联系。每一天定好闹铃，在规定好的时间里醒来，然后为自己准备一顿丰盛的饭菜，慢慢吃着，还在炉火上慢慢炖上一小罐银耳莲子粥。偶尔偷懒，就一整天窝在床上不想动，还慢慢能梦到以前那些在路上奔波的日子。

我总是在这样矛盾的心情里，停下来的时候就想念以前奔波的日子，一路行走的时候就想念安定平静的生活。

或许人就是不自觉地总是从起点走到终点，又从终点走回到起点这么折腾吧。往往不知道，哪一个才是自己想要的终点。

也许，本来就没什么终点，只是我们以为会到达，其实路总是没有尽头的，所以我们就得这样来来回回地走下去。

3. 马不停蹄的青春

木马头小朋友一直不停地奔跑，
来不及欣赏春天路边的野花，
没时间观看夏日草丛里蝴蝶飞舞。
如果你问他为什么不停下来喘口气，
他会露出不耐神情，冷冷地抛下一句：
笨蛋，你没听过马不停蹄这句话吗？

——《失乐园》

记得多年以前还在上学的时候，有两个当时以为是生死之交的朋友。

一个是草，一个是秋。

还曾经试图把这种友谊写成一部小说，不曾想写到七万字的时候慢慢放弃。

曾经的朋友如今也一个在天南，一个在海北，各自散落一方。

那时候还是像个小孩子一样，觉得这个世界上交通这么方便，没什么距离可以阻挡的。于是不管怎样的感情，都从没有考虑过分开各自行走这回事。

翻看从前的笔记，还写着这样的话：其实我走来走去都只不过在寻找一个自己的空间。与草和秋都无关，尽管是我们三个人。

那次是第一次独自坐上火车，目的地是秋所在的城市，离北京很近。那一次出行极其简单，黑色的杯子装着矿泉水，灰色的