



群主“老陈”

瞿杨生

那是节日前夕的一个深夜，十一点，小区最后一盏公共灯灭了。我合上电脑，瞥见窗外对面楼还亮着一处光。我知道，那是社区民警陈国栋家的客厅。此刻他应该正靠在沙发上，眼镜滑到鼻尖，手指在手机屏幕上轻快地滑动，处理着那些永远处理不完的“群消息”。

老陈的微信犹如一棵倒长的树，三十七个群是它茂密的根须，扎进我们社区的角角落落。业主大群、各楼栋群、商户群、志愿者群、独居老人群……每一个群，都是一片他必须巡护的“数字辖区”。我曾打趣说，他是社区的“数字神经中枢”，他听了嘿嘿一乐，那笑容仿佛在说：“啥中枢不中枢的，电路板后面不还是个人嘛。”

这些群，平日里是琐碎的海洋。402的空调外机滴水，吵着了302，两家人在群里互相@，话里带着火星。老陈发了个笑脸表情，不出十分钟，单元门禁的对讲机就响了。他站在两户中间：“走，

咱去楼下看看，站你家窗户外听听，到底多大的声？”问题解决了，他在群里发一句：“好了，远亲不如近邻。”后面跟了一排居民发的“辛苦了”和点赞表情。

台风来的前夜，群里格外热闹。老陈每隔一小时发一次气象局的预警，提醒阳台收花盆、地库别停车。独居的张奶奶在群里发语音：“陈警官啊，我家窗户好像有点响。”老陈回复：“张妈别急，我过去看看。”屏幕上的文字突然活了过来，邻居们接连回应：“我住3号楼，我顺路去看看”“需要胶带吗？我家有”。后来听说，老陈当晚就去了张奶奶家，袖口还沾着外面的雨水。那一刻，这个虚拟的群，突然有了实实在在的体温。

最让我触动的还是反诈。老陈每天在群里转发各种案例，开始有人嫌烦：“又刷屏。”直到那天下午，王老板的语音消息毫无征兆地在群里响起，背景音嘈杂，他声音发颤：“老陈！完了！那个投资平台我投了钱，现在取不出来了，跟你上周发的一模一样！”群里瞬间安静了。老陈的电话几乎秒速拨了过去，一顿快而稳的指

导，让那头慌了神的人，瞬间抓住了主心骨。钱，最终保住了。自那天起，群里转发的反诈链接，从老陈一个人的“刷屏”，渐渐变成了许多人的“顺手”。安全的抗体，就这样在群里悄悄产生了。

有人问老陈，天天泡在这些鸡毛蒜皮里，不觉得离警察的“威风”越来越远吗？他挠挠头说：“说起来可能不威风，但我觉得吧，让事儿压根别出，比事后破十个案都强。这算不算警察的本分？”

记得不久前一个雪夜，凌晨三点，老陈在群里发了一张空荡街道的照片，配文：“巡逻完毕，一切平安，大家安心睡。”没有一个人回复。夜已深，大概都睡熟了。但我知道，那一个个群，宛若一个个无声的警哨，在这寒冷的冬夜里，静静守护着每一个温暖的梦。

今天，是1月10日，中国人民警察节。老陈的群昵称后面，依然没有特别的标注。在这个属于他的节日里，他仍是那个24小时在线的“群主”。对于他而言，节日的意义，或许并不在于被隆重庆祝，而在于像这样，被千千万万个普通人安然度过。

过了元旦，心里头便觉着有些不同。倒不是日历换了新的，而是觉得日子像是翻过了一道缓坡，前面虽还是寻常的路，景致却该有些新的意思了。这新，不在于惊天动地，只在些微末小事里，存着一点新鲜的盼头。

头一桩，是要把书房那面朝东的窗子，好好拾掇拾掇。窗台上原有一盆文竹，去岁秋里生了蚜虫，叶子黄蔫蔫的，看着可怜。倒不是懒，实在是那虫儿狡猾，药水喷了几回，总去不尽根。今年得闲，须得下个决心，连土都换了，寻些疏松干净的沙壤，将它重新安置。再在旁边添一盆水仙。水仙要好，不在花多，在形姿清挺。用雨花石浅浅地供在盆里，注上清水，放在这窗下。读书写字的间隙，抬头看一眼，心里便是静的。汪曾祺先生说过，“生活中，一定要爱着点什么”。这爱，大约就从侍弄这几片叶子、几瓣花开始。

书也得理一理。架上那些书，跟着我搬了几次家，有的翻了无数遍，有的买来便一直站着，书脊上的字都蒙了尘。今年不想再添许多新书了，倒要把这些老友，一一请出来见见面。有的书，买了来一直未读，像那套《植物名实图考》，木刻版的图，线条朴拙有趣。可以慢慢地翻，不必求甚解，认得几种草花的名目，知道些古人的雅趣，便好。读书这件事，如今是太急了，总想着“读完”“有用”。我想学学古人“雪夜闭门读禁书”的悠闲，或是“晴窗细乳戏分茶”的玩味，把读书还原成一件单纯的、快乐的事。

还想学着记笔记。买个本子，用笔闲闲地写。吃到一味好小菜，或是读某本书，忽然心有所动，便抄下那一段，后面缀两句自己的胡话。这样的本子，记满了，也不给旁人看，自己收着。过几年再翻，大约比日记还有味，因为里头没有刻意，只有当时当日那一刻真实的光影与心情。

今年计划着，要多出去走走。不是去名胜古迹，是往寻常巷陌、城外野地里去。城里有条旧河道，两岸还住着些老户，去那里走走，看看水，看看人。城南的山不高，有条小路通到半山腰的茶亭，挑个微雨的清晨上去，坐在亭子里，喝一口自带的热茶，看看山脚下雾蒙蒙的城池，便觉尘虑一清。这些地方，去一次两次，看不出什么；去得多了，便成了你生命里的山水，有了感情。

这些计划，零零碎碎，既无济世的雄心，也无惊人的创意，不过是些私人小事，像在素白的日子里，自己点上几笔淡彩。但生活的好，恐怕也就在这些小事里头。一年将尽时，若能指着那窗台上亭亭的水仙，书架上一册读透了的旧书，笔记里几行会心的字句，说声“还不坏”，便觉得这三百六十五日，没有白白地过去。

岁序新章

李小碧

新年，站成自己的舞王式

田雪梅

元旦这天，瑜伽馆里年会会很热闹，当“年度坚持奖”的奖杯被捧出来时，所有人的目光不约而同地落到了张大姐身上。她坐在一群年轻人中间，背挺得直直的，脸上溢满自信。

去年元旦，馆内正在搞优惠活动。瑜伽馆的玻璃门被推开，跟着一股冷风进来的，是位头发花白的胖大姐。

“请问，我这个年纪能学瑜伽吗？”

“能的。”我忙应道，“您是想体验一下？”

“不是体验，是想报名正式学。”

就这样，六十五岁的张大姐成了瑜伽馆里最年长的学员。

基础哈他课上，教练小杨用清晰的口令引导：“吸气，手臂向上，延伸脊柱……”年轻学员如春柳般舒展。张大姐手臂举不高，背微微佝偻着，像一棵被风雪压惯了的老树，一时不知该如何挺直。做到三角式时，她的腿抖得厉害，手怎么也触不到脚踝，额头上很快沁出细

密的汗珠。课后，小杨关切地问她感觉如何，她不好意思地笑了笑：“骨头锈住了，不听使唤。”顿了顿，又小声补充：“我有高血压，老伴和孩子都不大赞成我来，说怕我撑着、晕着。可我想试试，我这肩颈，这老腰，太难受了。看电视坐一会儿就疼，我想让身体舒展些。”

大家都觉得她大概来几次，吃些苦头，也就放弃了。有些中高难度的体式，小杨会特意对她说：“张姐，这个您不用勉强，坐着感受呼吸就好。”张大姐点点头，在一旁，用自己能做到的来做。

春去夏来，做体式时，张大姐不再是最早气喘吁吁的那个。一次舞王式练习，需要单腿站立，另一条腿向后勾起。年轻学员们摇摇晃晃，东倒西歪。张大姐面对镜子，深吸一口气，缓缓抬起左腿，用手抓住脚踝，努力将胸膛向前打开。课后，两个常来的姑娘小声议论：“天哪，张姨刚才那个体式，做得比我还稳当。”

秋深时，馆里组织一次户外瑜伽活动。在公园的草坪上，大家随

着音乐流动。张大姐穿着一身簇新的深紫色瑜伽服，在一组拜日式的串联中，推到上犬式时，她仰起头，闭着眼，深深呼吸，脖颈拉伸出清晰的线条。

张大姐说她现在会不自觉地挺直腰背，血压已经不用药物控制了，她能静下心来，感受一呼一吸在身体里的流动，那感觉，“像给生锈的机器，一点点上了润滑油。”

转眼到了年底。瑜伽馆每年新年，会颁发一个“年度坚持奖”，奖励出勤率最高、进步最显著的学员。

馆长把奖杯递到她手里：“张姐，这个奖是颁给坚持，更是颁给勇气。”张大姐接过奖杯，动情地说：“我得谢谢你们，也感谢我自己。人要想越活越年轻，就得心气不能老。”

是呀，衰老常穿着妥协的外衣，时间从来就是欺软怕硬。你若肯在旧岁的匍匐里，起身，就会以仰首的姿态，站成自己的舞王式，以挺拔，对岁月；以柔软，对自己。