

燃香悦己，事缓则圆

当快节奏的生活常常让我们力不从心，那些有自省心的都市青年们正在尝试用各种道具来回望生命的初心，歇歇脚，等一等身后的灵魂。

■文 | 冷梅 ■图 | 智永

沉香禅意

在慧雯看来，过一种什么样的生活，首先就是心态和心境的选择。多年来，她享受生活里的种种安静，并不断把这种理念升华成为一种带有自己鲜明特质的生活方式。

很难用只字片语把慧雯所有的兴趣爱好介绍全，但朋友们认为她从头到脚都诠释着禅意生活。很多年前，她就开始玩沉香。女孩时代，她比较注重那些形式感。形象点儿说，就是特典型的文艺女青年的生活。四五月份，一年之中最美好的季节，万物复苏，生命历程里敏感的小枝杈也跟着吐露春意。这是点香最适宜的季节。早上七八点，金黄的阳光顺着阳台溜进了屋子，起身点上沉香，放进瓷质的香炉里，任由袅袅青烟在阳光肆意的拥抱里，打着转，渐渐升腾。有时，慧雯什么事也不做，只一个人静静地发呆，她喜欢看着青烟在空气中划出漂亮的舞步，定情之间，心绪也安静了下来。此时，泡一壶清茶相伴，并不显得矫揉造作，一切都是再自然不过的事儿。

单身时，时光悠闲，因为特别追求形式感，所以慧雯是一个十足的装备控。玩沉香，香炉是少不了的香器。瓷器的、红木的、金属的，她对香器有着收集癖。惯常的红木很贵，她会用紫光檀（也叫黑檀）的，虽然仍属于红木这一路，但是它的造价并不高，质感也很好。慧雯的紫光檀香炉，小巧得很，像首饰盒的形状，下方是一个实心盒子，表面镂空雕花，点一根沉香，青烟便从上头的窗格纹理里探出身来。阳光的余荫里，沉香泛着幽兰的光，甚是迷离。慧雯的思绪也跟着陷入它的形状里，久久不语。恰到好处的时光，恰到火候的岩茶，杯盏之间透着茶香，浑然已不觉沉香那淡淡的清雅。她喜欢香气高的茶品，例如岩茶、普洱。莫不是追求茶的质地造价，单凭一种香气的悠远。茶香泡出来的心境，断然不会以茶品的优劣来衡量心境的疏离。

慧雯的爱好很多，但大体喜静，她沉迷于玩沉香，喝茶时的泰然处之。沉香，她玩的是感觉，并非物质流。“它确实有很多高深的玩法，需要砸很多钱进去。有些方式很繁复，例如用海藻灰做底灰，在香炉里埋一个拇指大的炭，然后在炭的上面放一块云母片或是银片，熏香就从木片中挥散而出。”这些“玩木头”或是“玩粉”的方式，慧雯都知道，但是她并非这一路的。

现在，她玩的比较多的还是“线香”，插一只线香进香炉，让火苗沿着香尾肆意开来，烟波曼舞。“烟有了，香气到了，就够了。”在沉香的玩家里头，线香是真正意义的初级段位，但是对一个更注重感觉的文艺青年而言，它随心情而动。沉香宜晴宜雨，阳光里，它吟唱着欢快的歌谣，雨水里，它诉说着优柔的小调，往往气氛对了，一切皆圆满。

感觉是一脉相承的，香气和氛围到了，总会想着此刻再端上一杯清茶，那就大美了。“这时候很适合写毛笔字。我不喜欢抄心经，但喜欢抄诗。”曾经有一两年，她还着迷于书法，从欧体字直接开练，站在那一动不动，一写就是两个钟头。“感觉那时气是顺的。做任何事情，其实都有一个贯穿的气韵。”

看看书，写写文章，间或下厨，给自己准备一顿丰盛的午餐。不论是沉香、喝茶，还是插花、烹饪，关键词只是为了取悦自己。

取悦自己

这种随性而为，让她选择了一种特别舒服的生活理念。她喜欢插花，却从不刻意高价买来名木花卉，太复杂的花样做不来，她相信花是生活中最好的点缀，能让都市人与四季接近最自然的方式。重点不是一板一眼遵照花道那样严格的审美方式，慧雯觉得插花可以是一件再简单不过的事儿，是一件取悦自己的事儿。她使用的花器通常很小，花材大都是小区花园里拾到的，一枚枯枝、一朵小花，就地取材，做一个生活里的留心之人。她还拥有自己的小心得：上海绿地里常见的麦冬，有着一片片狭长的叶子，在捡来的枯枝和鲜花上，用麦冬的长叶子把它们的底部捆在一起，放进花器里就会有比较好的姿态，造型感很强。

慧雯依然喜欢中式长衫，就是那种民国范儿，有点类似于改良的旗袍，纯棉、麻布的长衫，拥有舒服的质地，让整个人也变得很舒适。这些理念，并非刻意而为之，即便你有了家庭，有了孩子，时间越来越碎片化，但这些并不妨碍你给自己留出一块儿独处的空间。“当一个人已经很习惯和自己独处，自然而然就会找到一种适合自己的生活之道，包括你的服饰风格、性格特质、生活情趣，你会习惯这种安静的生活美学，你只要取悦自己，让自己舒服，最舒服的才是最美的。”

慧雯的生活美学，不知不觉传递给了3岁的女儿。她带女儿出门散步时，常常信手捡起地上的绿植、荠菜花、婆婆纳、山茶花、鹅段絮，扎成一个花球，便交到女儿手中。渐渐地，小女孩走在公园里，会下意识地拾起地上细碎的小花，放进妈妈手里，喃喃地说：“妈妈，给你扎花球。”

慧雯常常感慨，少女时代的辰光一去不复返。那时，自己住着一个一室户，阳台和屋内的窗户打通开来，阳台连着一个长桌，夏末秋初的雨水很急，密密实实的雨声，倾斜而下，从6楼的阳台上听得真切。啦啦啦啦的雨声敲打着窗棂，细闻之下有着铿锵有力的鼓点。秋初仍掩着夏的闷湿，楼下的桂花树陆续开了。落花被雨水打掉，顺着升腾的空气，桂花香气扑面而来，是那种一瞬间的“夺人之势”，屋内恰巧点着沉香，却是幽幽淡淡的香，动静之间一切透露着闲适，一种透进骨子里的闲适。



对话 Dialogue



Q=生活周刊 A=慧雯

Q:你如何看待生活趣味里的这些形式感？

A:少女时代，我比较看重形式感。这些形式感说到最后，其实就是为了取悦自己，让你的生活更加精致，拥有自己的想法，慢慢地你的生活里就充满了自己的特质，我觉得这是一件非常美妙的事。让生活有一些文化腔调，一定是朝着美的方向进行，一定是要让自己舒适，当然这种追求不能太偏执，到了偏执的程度就不好了，也不能强迫你周围的人，都要跟你一样。

Q:你怎么理解生活禅？

A:我一直相信事缓则圆，不论工作有多忙，我都会在生活里调试自己的情绪，不太会发急。我相信任何事都可以慢下来，退一步想，不太容易冲动。我对生活禅的定义，就是不管任何时候任何处境下，都要让自己从容淡定，不论是沉香、喝茶、插花、写字，所有这些道具其实都是要帮助你变得从容淡定。这些道具其实是次要的，重要的是你能用欣赏的眼光去看待生活的任何事。任何一件事的发生，都是有道理的，对你来说也有着积极的意义，这样想了之后，你会让自己变得平静，找到一个平和地和生活相处的方式，这应该就是一种生活哲学吧。