

夏日来信 诉说此间心事

□本报记者 马宇琪

小何 (24岁 高新区)

我正在“走过”一段恋情

这个夏天我在经历分手。不是那种撕心裂肺的分手，是很安静的那种。记得那一天，他收拾完最后几件衣服，把钥匙放在玄关柜上，说“那我走了”，我说“嗯”，然后门关上，屋子里突然变得特别空，空到能听见冰箱压缩机启动的声音。

我们在一起四年了，在大学里相识相知，直到毕业。两个人在一起的时光很美好，我们还一起养过一只猫。分手原因说起来很长，但归根到底就是我们变成了两个人，而不再是“我们”。他走之后的第一个星期，我每天上下班回来还是习惯性地做两个人的饭，盛出来才发现吃不完。第三个星期我开始只做一人份，但筷子还是会拿两双。

这个夏天，我在学着怎么把一个人的生活重新搭建起来。我去报了游泳课，每周三次泡在水里。我喜欢在水下的感觉，因为那时候什么都听不见，只能感受到自己的心跳，这让我觉得很踏实。我还把家里重新布置了一遍，扔了一些旧东西，换了一盏暖色的台灯。我不知道这算不算“走出来”，但我知道我正在“走过”。

毛毛 (22岁 奎文区)

这个夏天，我站在一个巨大的十字路口

这个夏天我在经历毕业，连带一种巨大的“悬空感”。

6月底拿到毕业证那天，我把宿舍里的东西打包到三个纸箱里，一起寄回家，我最后一个离开寝室，把门带上的时候，身后传来“咔嗒”一声，像什么东西结束了。我以为我会哭，但没有，我就站在走廊里发呆。然后我发现，过去十几年“下一个阶段要做什么”这件事，从来都是别人告诉我的。小升初、中考、高考、考研，每一个终点后面都接着一明确的路。但这一次，没有。没有人告诉我下一步该干什么。我投了二十几份简历，面试了七八家公司，有一家给了我offer，我没接，因为我不确定那是不是我想要的。身边同学有人考编、

有人出国、有人结婚……而我，还住在家里那个属于我的房间里，每天醒来不知道要干什么。我妈有时候欲言又止，我知道她想问“你到底打算怎么办”，但她忍住了。

这个夏天，我站在一个巨大的十字路口，每条路都看不清通向哪里。

一起聊个天

夏日漫长，心事万千。失恋的空落、毕业的彷徨、内心的紧绷、亲情的羁绊，都是成长必经的淬炼。不必强迫自己立刻释怀，不必急于奔赴答案，在独处中自愈，在经历中沉淀，那些当下的烦恼与心绪，终会化作前行的底气。愿每一份夏日心事，都能被温柔安放，在时光里慢慢开出温柔的花。

蝉鸣翻涌的盛夏，每个人都在经历独属于自己的人生课题。有人在安静的离别里学着重建生活，有人告别校园站在人生路口彷徨，有人挣脱焦虑与自我温柔和解，有人在亲人老去的瞬间读懂责任与牵挂……四位市民分享夏日心声，记录当下的真实心绪。

柚子 (26岁 奎文区)

我在学习与自己和解

这个夏天我在经历一场与自己的和解。

我做自由职业两年了，接插画的单子，收入不稳定，有时候一个月赚得盆满钵满，有时候很长时间都没有进账。之前我一直很焦虑，每天晚上睡前都会算一遍这个月花了多少钱，还剩多少钱，下个月的单子去哪里找。焦虑像一根绷紧的弦，从醒来到睡着一直挂在我的脑子里。今年夏天我接了一个项目，画一组关于“休息”的系列插画，客户要求每张画都要传达一种“慢下来”的感觉。我画了泡茶的手、画了猫在窗台上打盹、画了风吹动窗帘——然后我盯着自己的画发现，我画的所有东西，都是我自己很久没有做过的事。

有一天，我把画稿保存好，关掉电脑，泡了一杯茶，坐在窗台上看外面的树，看了整整半个小时。那段时间我什么都没想，就是看着树叶被风吹得翻来翻去，阳光从缝隙里漏下来，在地上晃。后来，我开始刻意给自己留出时间——什么都不做的时间，允许自己慢下来。

当然，要一下子变得不焦虑很难，我还在学习过程中，但至少那根弦松了一点。只是松了那么一点点，我就觉得自己像换了个人。

大熊 (28岁 昌邑市)

我发现父母突然变老了

这个夏天，我爸爸生病了。上个月他查出心脏有问题，需要做支架手术。当时我妈给我打电话的时候声音在抖。我立即请假赶到医院，爸爸躺在病床上，脸色蜡黄，胳膊上插着管子，我突然觉得他变“小”了，在我的记忆里，他是那么高大，走路带风、声如洪钟。我的心情极其复杂，却只能强忍着情绪说“没事的”。

手术前一天的晚上，爸爸把我叫到病床边，说：“我跟你交代几件事。”我一听那个语气就知道他在想什么，急忙回答：“你别瞎想了，肯定没事的。”他瞪了我一眼：“我说你听就行了。”然后他告诉我存折在哪里、老家的房子怎么处理、我妈以后谁来照顾……我站在床边听完，没哭，但我一直紧紧攥着拳头，指甲掐进肉里。

后来的手术很成功，爸爸现在恢复得不错，已经能下床走动了。这段时间我第一次意识到父母是会老的，而且是突然地、猝不及防地老去，不让我做任何心理准备。

以前我们一两个月才通一次电话，现在我每天给爸爸发微信，他回复很简单，通常是“嗯”“好的”“知道了”，但我知道，他每条信息都看了。前两天爸爸出院回家，发了张他在阳台浇花的照片给我，配了一句话：“家里的花开了，你什么时候回来看看？”我回：“下周，别太想我。”

