2018年的最后一天。禅者，单也；任何造化，莫过思维的幽远艰深。

本以为很多事情能够烟消云散，然是事实可能不很尽如人意，亦或者尚未如人意。

近一个月以来，身体似乎好了很多。希望戒掉的，看来也似乎正在减少。

我去了趟云南。普者黑、弥勒，以及路过的、熟悉的昆明。本想能够留下一部分，或者记忆，或者感想。然而之后，匆匆一直持续到了2018年的最后一天。

之后，还是觉得云南高原凉意冲人，在最后一晚决定去海南呆两天。

三亚的天气还是很温暖的。看来我也只适合呆在南方，很南的南方，四季如夏。我在这盛夏的懒洋洋的沙滩上，一走就是一整天；我在夏夜的海边仔细地辨认着海浪中的每一种音色。

这是旅游的淡季，海边并没有什么灯光。夜色下，只有一片漆黑。我总也看不出别人描述的颜色上的层次感。我冲到海潮边上，出神。超声，由远方来，到脚下湮灭，也湮灭了无数的思绪。

没有游记，似乎由也不曾游过这些地方。只是那样呆着，让一些事情远去。

这次出行，去了几个地方，却都没怎么去热门景点。我的出行，也越发功利，再不贪恋路上的风景。大凡时尚的意境，都不如内心的意境幽远罢。

从三亚回来，略微发烧上火。我把屋子里的一个柜子移走，把健身器材搬了进来，露出一片墙。我买了一个投影电视。每晚开始放着电视健身。

几天后，一颗智齿疼了一整晚。朋友推荐了一个牙医。第二天，拔掉了。然后又是发烧上火。

工作、生活，都很丰满。只是太肥。

折磨了我二十多年的偏头痛，在这一个月里，越来越少，特别是在那颗智齿拔掉后，仿佛也随它走了。我咬牙停药。近两年，要不曾断过，想必已起了心瘾。我越来越的焦虑，都集中在了这不良的苦药上。此前也曾健身，可增厚的肌肉于此，毫无修补。

我本以为快要摆脱你了，老朋友。可是从昨夜到今晨，从在疼痛中睡去，到在疼痛中醒来，仿佛你跟我开了个玩笑，在这个年份的最后一天。

可是，你真的应该离开了。或者，我离开。