



## 先跑起来吧

◎林小森

42岁那年,闺蜜宇姐开始跑步、写诗。在这之前,她已经当了20年的乡镇公务员,变成了一个发胖的中年妇女。

有一天,宇姐跟老公拌嘴,出门时赌气换上了一双跑鞋。她三步并作两步,像要逃离家中“相看两生厌”的环境。没想到,就在气急乱走的路上,她发现乡野中的栀子花全开了,那芬芳的清气,随着她的步履一阵阵扑来,将她胸口郁结的浊闷之气涤荡一清。她先是快走,然后跑起来了,最后,回家的时候她已经完全忘了她是为出门的。

好像农人开垦出一块肥沃的荒地,她渐渐发现了自己在长跑上的潜能。护膝、速干衣裤、带气垫的防滑跑鞋,都买齐了,配速老练、摆臂轻盈,缓缓出汗的感觉,就像一只鼯鼠快乐地翻掘着内心深处板结的土壤,身心随之松软、通透起来。跑起来时身体里大量分泌的内啡肽让她精神昂扬,更容易笑脸迎人。

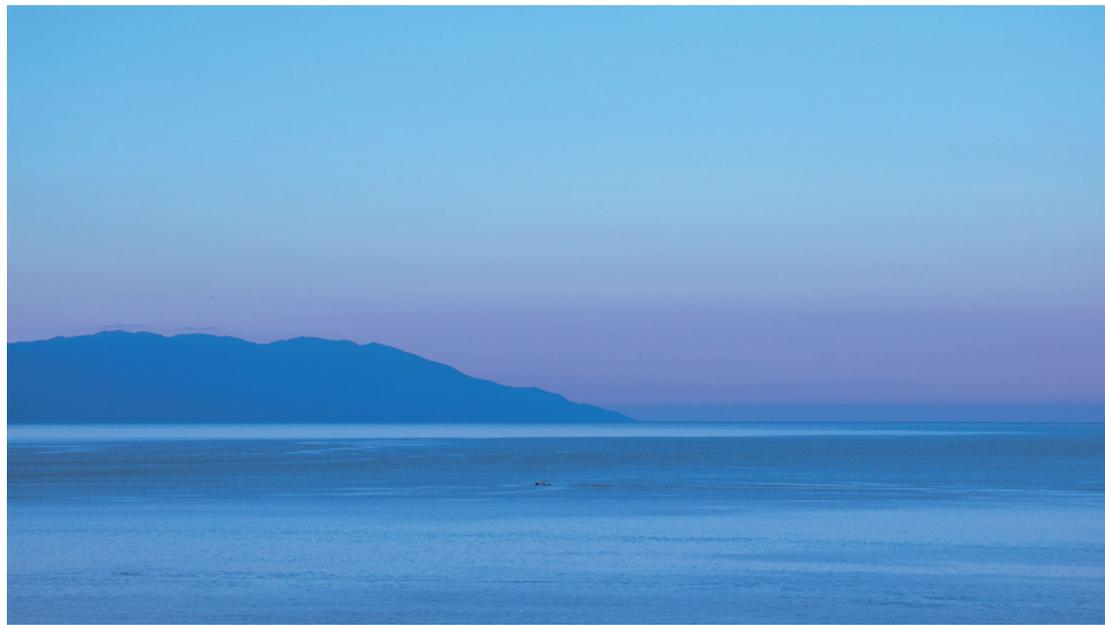
而老公,再迟钝也逐渐感知了宇姐的变化。看她回来一张被汗水浸润得闪闪发光的脸,哼着歌带着野花,或者晨跑回来带着老街上最好吃的青团、笋丁茶糕给他当早饭,她继续哼着歌洗澡去了,那个怨天尤人的中年妇女上哪儿去了?一个找到了支点的人,这个世界的种种不堪都不足以撼撼他……”老公忽然记起这不知从哪儿看来的句子。

跑步的女子,被雕塑得像鹿一样矫健优美,她先在身体上获得了柔韧与弹性,随后又在精神上获得了开阖度与弹性,她周围所有的人都由此受益。

宇姐老公忽然有了觉悟,他第一个行动就是花1000大洋,给她买了双适脚的真皮跑鞋。

他的第二个行动方案,就是替老婆的长跑找一点“配乐”。他注意到宇姐在长跑方面是一个孤行侠,她是不愿意与人约跑的,她沉浸在自己的世界里,更容易找到合适的配速与节奏,有利于滋养元气。但宇姐也提到“一个人跑,多少有些枯燥”。为此,因为选对了鞋备受夸赞的老公,不仅买了运动蓝牙耳机,而且在老婆早早睡着的时候,在她的手机里下载了大量瓦格纳的歌剧选段,因为演员演唱瓦格纳的歌剧选段时,心跳节奏与气息调控,与一名老练的长跑选手相差无几。果然,宇姐一听就爱上这些音乐,尤其是瓦格纳的《齐格弗里德牧歌》,简直成了她长跑时的单曲循环神器。

这些行动,这些迂回的赞美,让宇姐夫妻俩的关系日益和谐了起来。真的,在年近半百的时候,原来寡淡的婚姻里,忽然加入了新磨的胡椒粉、加进了酸爽的青柠汁,还加进了岁月熬炼出来的鱼露之味。其中惊喜,真值得在心里静静发酵一会儿。



海的怀抱

◎黄遐思

## 家乡的早茶

◎展颜

端午假,回通看妈妈。许是年龄大了,换了地方睡不好,每天很早就醒了。看看手机,才5点多,怎么也睡不着了。不如就起床吧,换上T恤西短,问妈妈拿了自行车钥匙,一个人出去兜风玩耍。

才是仲夏时节,气温就高得仿佛桑拿天。要想舒舒服服地兜风,还非得起个大早不可。

插上耳机,听着悠扬的音乐,清晨的马路上还没有什么人,我将车子骑得飞快,像小时候赶着去学校一样。回到家乡,我就变成了小孩子。

骑到濠河边,看到一家早茶铺已经开门迎客了。店名起得很文艺,装修ins风,店外有几棵大大的树,树下露天放了几张小桌子,是我喜欢的风格,于是停车,吃个家乡的早茶。

点了黄鱼面、野鸡丝、松子烧卖。看到吧台上有好几壶泡好的藿香茶,拿了一壶,一口气喝完了一杯,在家乡的味道里道早安,实实在

在也是一种抚慰乡愁的情调。

藿香茶,是家乡夏季家家户户都爱喝的茶。摘几片藿香叶子泡水,有股子清香。我好多年没喝了。从前,家里也种藿香。藿香不娇气,像小葱一样容易生长。找一只花盆,从别人家的花盆里掰一枝藿香枝条,嫁接到自家花盆,浇点水,过不多久,就可以摘下藿香叶泡茶了。新鲜的藿香叶颜色碧绿,浮在水中,眉清目秀。记得读小学时,学校里不供应水,有同学上学时带上一瓶妈妈泡好的藿香茶,让那些只有白开水可带的孩子们羡慕不已。

家乡还有一种泡水喝的植物,叫佩兰,和藿香算是姐妹茶。佩兰的叶子比藿香小,和藿香一样,佩兰也不娇气,随手摘一枝种在花盆里,只要记得浇点水,就能蓬蓬勃勃地成长了,像乡村放养的孩子,有着旺盛的生命力。

野鸡丝,也是家乡的特色菜,将甜包瓜、瘦肉、生姜分别切成丝,三

丝合一混起来炒,我小时候很爱这一口,是过粥的绝佳下饭菜。这道菜没有什么难度,唯一讲究刀工,三种丝都得切得细细的才算合格。小时候过年,爸爸总会炒上一大盘野鸡丝,我最喜欢挑里面的肉丝吃。

黄鱼面是早茶铺子的招牌美食。汤汁鲜美,汤白似牛奶,黄鱼肉大块大块的,辅以提鲜的雪菜,完全不输通城颇有名气的阿达面。吃两口黄鱼面条,再挟上两筷子野鸡丝,吃得津津有味,超级满足。野鸡丝不仅可以和白粥组CP,和面条亦可。

松子烧卖,顾名思义在烧卖馅中加入了松子,半笼3只,总共才6元钱,价廉物美。

享用家乡早茶时,我特别留意了身边的树。那几棵都是桂花树。想象一下,假若秋天过来,坐在飘香的桂花树下喝早茶,应该更有风味吧。

不过,秋天没有藿香茶。如此一想,便觉此日一早出来兜风遇见了早茶铺子就是最好的时机。



## 卖废品

◎朱朱

早上起床照镜,发现眼袋又深了一重,可能是最近老得厉害,生活中的一些小事都能让我动不动就回到过去的时光。比如,我跟小伙伴们一起去卖废品。

废品收购站就在学校西边,门前蹲着一口大秤。假如放学排在西队是定会经过废品站,从堆满了杂物的门口经过。那时候的废品站没有太大的异味,大多是废铁、旧塑料鞋、牙膏盖子、旧报纸之类的。虽然又破又旧被称为废品,但在儿时的眼里十分美好。

那时候家家物资匮乏,只有卖废品才能实现从父母那里得不到的满足。更令人感到幸福的是,学校东路有一个机械厂,厂门口的一条路上全是黑红的铁灰,有许多废铁料就掩埋在土里。有一天中午上学,看到厂门口的河边上几片生锈的细铁网,大院儿里那个又高又胖的男孩儿直接翘了下午的课,回

家拿了一根绳子把所有细网捆好背去了废品站。

而我们这些老实孩子就没那么好运了,只能捡点牙膏管子、铜钥匙、旧报纸去卖,当然也得了几个钱,只能吃点糖块。一个小伙伴儿恶向胆边生,跑到父辈单位的水塔里直接拿大块的铁家伙塞进书包,一点一点拿,卖到的几块钱让他吃遍了小卖部里所有的加餐和零食,也包括学校后门口的米卷儿和鸡屎糖。

不知什么时候废品收购站消失了,出现了走街串巷的小贩,在小区里直着嗓子喊,收旧手机、旧报纸、旧钢筋,后来是收旧电视机、旧跑步机。再后来,小区里有了绿箱子,你可以把用不上的旧衣服、旧鞋子直接扔进去,据说这些旧衣物会通过一些机构送到需要的人手里。

记得有一部电影,父子俩在垃圾堆里捡到一个废旧的机器人,在修复完善并且带着机器人到处比赛

的过程中,修复了父子间的感情。还有一个故事,几个靠捡垃圾生活的男孩儿因为捡到一个钱包,生活发生了翻天覆地的变化。越觉得垃圾堆里不仅仅只有垃圾。

成年后认识了一个身家过亿的美女老板,不知道她做的什么高大上的项目,后来才知她是收废品的。听她细说才明白时隔多年,现在的废品已经细分得很专业,不同金属不同价,包括泥土也是有价钱的。确切地说,她收了来进行无污染处理,是人家付钱给她。环保要求越高,她赚钱也就越多。只是她做的是生意,一提到废品就是同行的竞争和市场的混乱,而我们提到的废品是单纯的回忆。

现在的孩子们估计体会不到当年的那种快乐和激动,他们的情感方式都是淡淡的,也可能是装酷,哪怕聚在一起,也只是各捧手机打一场虚拟的游戏。

