

夜跑

秦娥

想想连自己都觉得不可思议,像我这样一个从小被家人称作“没骨头”的资深宅女,活过几十年,居然成了时尚夜跑族,用英文来说,叫 fun run。不得不说,人是最复杂的动物,没活到哪一天,就不知道自己会迈出哪一步。

对我来说,夜跑,最初是自我减压的过程。那段时间,情感、事业都跌入了低谷,白天忙于工作没时间想那么多还好过些,晚上呢,压力大得在电脑前坐都坐不住。自然而然地,就锁了门到外面走走。

记得那是冬季,我脚蹬雪地靴,上穿中长款深蓝色大毛领牛仔棉服,下面一条加厚加绒裤,想想就知道,这一套行头有多么笨重,可刚刚开始学运动的“菜鸟”却浑然不觉,相反,觉得不管穿什么,只要行动方便就可以了。先是院里的小操场,虚弱不堪的我,跑不到10圈就已经累得气喘吁吁了,慢慢地,增加到15圈、20圈,直到后来的40圈,为自己的“巨大”进步而不时窃喜,可是体重却迟迟不见稍减,不减就不减吧,反正主要目的是健身。走过了冬,练过了夏,小院的月亮圆了缺了,身旁的小树绿了枯了,耳边的风热了凉了,有的时候难免会为自己感到委屈,为何付出这么多,却一直不见什么效果?

直到过年前,女儿放假回来,她手机不离身地跟我一起跑,她笑我跑得还没她走得快,耐着性子陪我跑完,一看手机计步器,40圈居然还不到4000步!此时的我才恍然大悟,原来操场实在是太小了,这么个运动量还想瘦身,那不是异想天开就是痴人说梦啊。冬天还算可以,我一个人在里面跑啊跑,就像瞎驴推磨,总算还运动着,夏天一到,院里的大妈小孩们倾巢而出,在操场里练起了广场舞,小小的操场俨然成了院里的“大戏台”。那个时候,喜静的我锻炼就时断时续,质量直线下降。这样还不到一年,我病了一场,住进了医院,就像死了

一次一样,出得院来,旧病未愈,新病又来,顽固的丘疹性荨麻疹不时地发作起来,度娘说这是婴幼儿多发病,成年人很少见,由此可见,我这不老的身体朽得可真够可以。

好在它阻拦不了我铁一般的意志——带着病,仍然坚持夜跑!你知道的,我那股倔强的邪劲一旦上来,就算九头牛也拉我不回。

我从小操场转战到了河边弯道,跑起来畅快多了。起初还有些害怕,特别是那件夜跑女教师被害案,让人心有余悸,不过跑了一段时间也渐渐习惯了,这里人民公园、鲁青公园、河边绿地连成了一片,自行车道、人行道和河道并行,河滩外围的一条小路上行驶的汽车也不少,夜色中,这座高原小城倒比白天多了几分现代都市的气息。有的时候,跑着跑着,我会有意识地抬起脖颈看天上星月的变化,不无遗憾的是,城市的夜空看不到几颗星星了,疯长的高楼灯光太多太亮,数星星的孩子越来越少了。不过,春风催开了路边的桃花、迎春花,粉嫩嫩的桃花,艳黄的迎春花,它们像一个个可爱的小姑娘站在路旁,朝着我笑,萌化了。身边不时有骑行的、快走的“同道”擦肩而过,那是无声的鼓励,我不由会加快步伐或者校准跑姿,把动作做得更扎实稳健一些,往前跑。

特别值得高兴的是,自己不再在意体重的时候,体重居然有了明显的下降,以前不能穿的20号内衣,居然轻轻松松就上了身,而且丝毫不觉委屈,这是多大的进步啊。我觉得自己重新变得年轻了。尝到了夜跑带来的实实在在的福报,现在的我,天一黑,不跑反而习惯了,哪怕晚间有饭局,也会早早溜回来,换了衣服去夜跑。

Fun run,这个英文名字起得不错,只不过没有体现出“夜”的元素。不管怎么说,快乐、自由、健康却是有的,我夜跑,我快乐。夜跑,我会坚持下去。

第一次网购是几年前了,那个时候才开始接触网络,身边鲜少有人在网络上买东西。而我,也是源于一次偶然。

当时,我在网上无意发现了一个网络专卖店,是我平素喜欢的一个服装品牌,让我非常惊喜的是,网上的价格竟然比实体店优惠了许多。带着些许小心,抱着试试看的态度,我去银行开通了网银,办了一张电子口令卡,然后又注册了支付宝。终于,第一笔交易完成了。因为耳闻了许多网络买卖的骗局,在期待衣服到达的时候,我的心里也充满了忐忑,不知道那一头的卖家是否会遵守信诺,给我寄来那个牌子的正品。之所以会如此,完全是因为刚参加工作,我曾经邮购过一个脸部按摩仪,结果上当受骗,我把钱寄出去后,一直等不来东西,后来按照那个邮购册子上留的电话打过去,没想到却是空号,从此,我对各类杂志上登载的这类邮购全然没了信任。衣服寄到了,打开一看,果然是惊喜,居然真的是正品。第一次网购的成功,一下子让我打消了之前的疑虑。当年的我,根本没有想到,网购会在以后的生活中占据非常重要的位置。

接下来的那个新年,因为单位工作忙,到了年根也无暇上街给一家人和自己添置新衣服。烦恼之余,不免就想到了网络,于是,下班回到家里,我在淘宝网上开始给一家的老人、小孩选衣服、选鞋子,那个时候的快递真是超赞啊,三四天不到,地处西北重镇西宁的我就收到了来自全国各地寄来的宝贝,我这个家里的女主人也如愿以偿让一家大小在新年到来之际穿上了新鲜的衣裳,连之前对网购不屑一顾的先生也禁不住赞叹我的能干和周到。

日子久了,发现网购为我节省了不少时间。从前,要买一样东西,得拉上先生逛半天的街,对于男人来说,逛街无异于一种苦役。每到一店,我仔细寻着那些中意的东西,而先生,总是先找

吃酒

我知你最近缺钱吃酒
我便摆下手中的活儿
跑往银行,取出一沓钞票

阳光纷纷钻进了大地的犄角旮旯
它们侧耳倾听,钱的去向
也好,我正欲要让老天看个明白
也让朵朵云彩道道光芒替我给您
捎话
我是怎样让兄弟们高高兴兴地喝酒
然后去本城最隐蔽的泡脚屋高高兴兴地泡脚
他们和泡脚姑娘们打成一片
满地酒瓶
他们误以为闯进了李白和柳永光顾的青楼

德乾恒美诗歌

将网购进行到底

王华

可以落座的地方,懒洋洋的样子让我气不打一处来,更可气的是,他还和正在上小学的女儿一唱一和地数落我不会购物,害得他们白白浪费时间、浪费精力。每一次上街购物几乎都会不欢而散,想要买的东西也买不到自己最中意的。若要是碰上哪个商场打折,我更是亲自跑去看看,生怕错过了那些物美价廉的东西。于是,每个休息的日子,总觉得自己是忙忙碌碌的,竟无半点闲散的心情。自从网购以来,足不出户,点点鼠标,不多会儿就可以货比多家,专门找那些人气指数、信誉度高的,评论好的正品店,所有困扰我的上街费时费力的问题全部迎刃而解。周末和节假日,发现自己也变得从容起来,除了上早市买菜上超市买点零食,家里需要的许多东西已经不必上街购买,不必看各色服务员的脸,不必看到中意的衣服听着她们冰冷地说没你穿的号,大到先生的镜头、我的手机和相机,小到我女儿的鞋子。而我甚至还可以在送女儿去上围棋和钢琴之余,能消闲下来,买张拉丁舞的光盘,对着电视跳一跳舞,似乎生活也因为网购而变得格外轻松了。

在我网购的历史中,因为每次都是谨慎选择店家,往往都会作为老顾客去一家店,所以极少有争端。何况,现在网购发展极快,再不济的店家也总是很聪明地在顾客光临的时候笑容可掬、态度可亲,如此网购便让人流连忘返,如鱼得水,欲罢不能。

不知道什么时候,网络团购出现了,这给诸如我这样的网购达人带来更多的欣喜。美容、美发,甚至是周末聚餐和游泳,都可以通过网络购买,价格也

比平时的实惠。尤其是淘宝的聚划算,不知不觉中我已经形成了每天都要浏览一下的习惯。如果遇着中意的东西,少不了要下手,而在这里购物,自然不会像平时网购那样悠闲,对于看中的宝贝,几乎就是“蹲守”,看着那上面可以购买的倒计时时间一分一秒过去,只要一一开始,就赶紧点鼠标,动作稍慢,换句话讲,要是网速不给力,就算是急死也是枉然,等你慢吞吞进去,东西已经哄抢光了,你只剩了拍桌子跺脚的份儿了。说真的,聚划算的东西是很有吸引力的,正因为如此,没过多久,我发现自己刚刚打进网银卡里的钱已经空空如也了,打开购买记录,连自己也禁不住吓了一大跳,发现自己居然在每天快乐的抢购中有些太过疯狂了,各类东西琳琅满目一大堆,衣服、鞋子、化妆品、家居品、食品,若是开个微型商店大约也是够了。当然更主要的是,在这缺乏理智的购物中,“银子”也一把一把流失了,好歹那些“银子”也是我和先生每天辛苦工作挣来的。

这么想着,就开始告诉自己理智购物,为了理智,每次计划着往网银卡打钱,而且,如果不是必需的,坚决不购买,这样一来,“银子”也不轻易往外流了。

某一天,看一个电视节目,发现比我更甚者有之,一个八零后的女孩每天都会收到好几个快递包裹,除了那些日常用品,她还从网上购买鱼虾等一些活物,可真是让我咋舌。原来网购在现在的生活中真的是无所不在啊,禁不住会心一笑,啊,给我生活带来种种方便的网购,我会一直进行到底。

肆意揣摩姑娘们的大腿

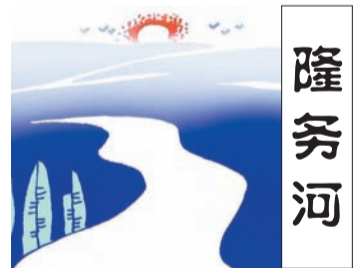
打情骂俏,满嘴酒气
有人还在大声地朗诵悲情的诗句
等我醉入梦乡,他们突然集体失踪
我梦到他们一个接一个冻死雪地、
淹死粪池

阴阳割昏晓
老天爷终于目不忍睹
悄悄地把
人们去天国阶梯的一块木板
放回了原处

不朽的歌

一个雪夜
我和朋友
在火烈鸟酒吧
听一位老女人

用低沉的嗓音
合着破手风琴
和走调的钢琴
在诉说,或者歌唱
朋友微醺
他说:碰一杯!
为了这首不朽的歌!



谢谢你,我的妻

朵生伟

这几年,也许是岁数的原因,也许是生病期间经历了太多的人和事情,最后沉淀下来的,是心里那份让人日益沉重的感动。

我感谢我现在的妻子。
五年前,我从乡中学调到县城的中学任教,恰逢国家验收两基工作,任务重,时间紧,而我们学校又是新建的学校,两基工作一穷二白,什么资料都没有。但负责这项工作的我又是个不服软的人,总想着把工作做好,经常把未干完的工作带回家继续做,忙碌起来连厕所都顾不上去。很多时候,我就干脆睡在办公室的沙发上,反正回家也是一个人,就在这样加班加点的忙碌中,学校的两基工作顺利通过国家验收。但我却开始往医院跑了,因为尿血。其实症状出现在加班期间,我却并未在意,随便吃点消炎止血药,一直到病情严重了才去医院检查。

我的恶梦从此开始。
从县医院,到海东医院,到武警医院,省医院,再到青海大学附属医院,最后检查结果是膀胱肿瘤,必须要动手术切除。

我妻子(当时还是经朋友介绍认识的女友,正在不冷不淡地交往,两人都处于

犹豫不决的观望阶段,远未到谈婚论嫁的阶段)听到消息,匆忙赶来医院,操心侍候起我的生活,她说不管以后什么结果,都决定要留下来照顾我。

我等待着检查结果出来,如果是恶性肿瘤,意味着什么结局我心里很清楚。出院时我向女友问及检查结果,她说没事,是良性的,就是检查单不小心弄丢了。她说:“都怪我,这么马虎,丢三落四的。”

出院后,我们结婚了。
半年后,旧病复发,我去西安西京医院手术治疗。又半年后,再次去省二医院做了手术。可是好日子没过多久,我不得不再次住进西安西京医院。

此后,病情又反复发作,医生给我做了膀胱全切术……
结婚五年,我和妻子的生活都是在半年一次的手术治疗中度过的,我们奔波于西宁、西安、上海、北京之间,行程几千里,做了七次手术,还有每次术后每周一次的膀胱灌注化疗,在身边默默陪伴我的,一直都是妻子。

我们不是在医院,就是在去往医院的路上,不到四十的妻子,面容憔悴。由于

看病花费巨大,婚后妻子几乎没添置过任何新衣服。我问她你后悔吗,她摇摇头,半天没有回答。

第三次出院时,一个小护士把出院报告直接交到我的手上。“膀胱癌”三个字,如同钉子般插入我的眼睛,我沉默着泪如泉水。

其实我的妻子她早就知道结果了!但她却没有选择离开!!后来她说,是因为你没人照顾。我终于明白当初找不到检查单的原因了。

而生活还要继续,我的病情在持续恶化中。我由刚开始的无法接受,到逐渐接受命运的安排,重新振作起来,回归以前的阳光自信。在妻子的鼓励和陪伴下,我进行了一次又一次的化疗,头发、眉毛、胡子一次次掉光然后再一次次重新长出来。

化疗期间,我没有食欲,妻子总是想方设法变换花样给我做饭,让我多吃些东西。我身体酸痛难受,她一直守在身边,一遍遍给我按摩。我有时情绪低落,她就开车带我去野外转转。她还找时间报了旅游团带我去新马泰、海南岛、四川重庆等地散心,看见我高兴了,她也便开心了。

我们之间很少有“我爱你”之类的甜言蜜语,所有的爱意都融入在平淡生活中的点点滴滴中。我知道自己无法抗拒命运的安排,病情依旧在进一步恶化,癌细胞已扩散到全身,医生已无力回天。我知道自己总会在某一天如腐朽的大树般轰然倒塌……

我无限留恋这个世界,而我却无能为力。所幸,生病以来身边一直有妻子的陪伴,我是幸运的,也是幸福的。

今天阳光明媚,我独自躺在沙发上,感受着时光静好。我回想着和妻子在一起时的点点滴滴,心中充满了感激,我是一个大男人情不自禁地哭得稀里哗啦。

我是一个不善言辞的人,感情埋在心里,却一个字都表达不出来。我很想告诉妻子,让她知道,婚后的这几年,虽然病痛折磨,但我很快活。我们无法天长地久,以后的日子更不能陪你一起走过,但是你让我学会坚强。感谢你,谢谢你陪着我走过的这几年,谢谢你宽容我的任性和坏脾气。谢谢一路走来,你给我的关心和快乐!

亲爱的妻子,生命不息,爱你不止。今生今世你都是我生命当中最美的相遇,感谢你走进我的生命,让我拥有了幸福!