

是的,我爱上了广场舞。

多年前,每当看到广场上一群大妈大爷努力而笨拙地跟着音乐节奏扭来扭去,觉得很可笑。尤其是夏天,原本就心浮气躁,想找一处清静的地方,可走到哪里都是此起彼伏的高亢音乐,心里莫名升腾起一股怒火。但是当看到那些动作极不协调、完全跟不上节奏的老人,还在那儿有板有眼地跳来跳去,又觉得有些滑稽,感觉广场舞就是老年人的标配。

我不是一个爱运动的人,有次跟一个爱好户外运动的朋友相见。几十年过去了,朋友依然精神饱满、英姿飒爽。她一见到我,拍拍我的肚子,戏谑道:“呵呵,瘦是瘦,有肥肉!”然后,她让我欣赏她那坚实的小腿和两条我梦寐以求的马甲线——人到中年还能保持这样的状态,还能这么不加掩饰、赤裸裸地炫耀,真的是气死人!朋友多年锻炼的成果摆在那里,而自己赘肉横飞、体态慵懒也是一目了然,即使气人也只能无比艳羡地看着朋友那完美、紧致的肱二头肌,狠狠地吞一下口水。

经过深刻反省,我决定运动起来。不管是最基础的快走、慢跑、游泳、骑行,到增强身体柔韧度和力量感的瑜伽、普拉提等,所有的运动都贵在坚持。而我的运动是“三天打鱼两天晒网式”,三分钟的热情一过,又为自己找一个“龟养”的理由,心安理得地窝在家里纹丝不动。

我是在朋友连哄带激、连拉

## 爱上广场舞

□邹小燕

带拖下走近广场舞的。

那天,吃过晚饭的我,无所事事地待在朋友店里玩。

“走,今天跟我去跳广场舞。”

“不去,看起来怪怪的。一群老年人,没意思。”

“还老年人没意思!我们现在都是中老年人了,说不定你还没有老年人跳得好呢!”

“走,去感受一下嘛。到时如果真不想跳,你就站在那里看我跳。”朋友不由分说,拽着我就往公园广场上走。

还没走近广场,一段极其喜庆、节奏感极强的音乐已然响起。

“开始了。”朋友急切地拉着我快速找到一处空地。还没等我缓过神,朋友已经进入运动状态。广场上站满了人,男女老少皆有。动作规范、跳得好的站在前面;记不住动作的站中间;像我这种初学者且来得晚的,只能哪儿有空地就站哪儿了。

第一节:扭胯、举双手,随着节奏左右摇摆。

第二节:屈右手、伸左手,右脚轻点地。

第三节:同时抡起双臂,顺势发力,自然回落。

……

朋友做得很认真,每一个动作都精准地踩在点上。

我也很认真,但每一个动作都生硬慌乱,没踩在点上。

不一会儿,我们都汗流浹背。

看看周围,和我一样的人不在少数。于是,广场上呈现出这样一幅画面:前段人群动作整齐,充满力量和节奏感;后段人群动作参差不齐,满是笨拙的喜剧感。虽然跟不上节奏,但大家似乎并不在意,巧妙跳过,捕捉卡点,继续伸手、屈臂、扭胯、踮脚……所有的人仿佛都抛开了生活中琐碎、烦恼之事,唯有自己的身体在高亢的音乐声中尽情舒展。这一刻,每一个人的脸上都洋溢着满足而惬意的光芒。

这是独属于自己的时刻,与他人无关,与年龄无关。

“最后一节,我希望大家都能完全放松身体,尽量把平时郁结之气吐出来。”领队提出要求。她个子不高,但精神饱满,是整个广场舞的核心和标杆。

学着她的样子,我也举起手、踮起脚,有模有样地“乱抖”一气——当然,这个“乱抖”仅仅指的是自己,身体协调性太差,做不到手、腰、腿同时合上音乐节拍。

六节操结束,五十分钟。

随后是自由舞时间,朋友拉着我又挤进人群跳起傣族舞。说是傣族舞,其实并不复杂,大家围

成一个大圈,然后逆时针转动。看着朋友那欢快的样子,我也只好继续“和稀泥”,边学边跳。

广场舞在歌曲《冬天里的一把火》中结束。

“感觉怎么样?”朋友满脸是汗地问。

“可以,人多跳起带劲儿!”我擦了擦顺着发根滴落的汗水。

“是嘛,独乐乐不如众乐乐,这就是广场舞的魅力。”

“其实跳广场舞也是最简单的一种运动,没有门槛,没有时间和人员限制,每天那么多人在一起跳多快乐。”

看得出来,朋友是相当满意广场舞这种运动方式。

“哎,你看这只手是怎么划过来的?”前面走着的两三人突然停下来,其中一人还在不断地比画着开始那个甩手动作。

“两手交叉,在空中画一个圈,然后慢慢地分开,打开左脚,右手抬起,左手与肩齐平。看,就这样……”同行的伙伴做着慢动作,其他两人也都边看边练起来。

“对,就这样。”

“哎呀,这样顺手多了。开始我就没弄明白,一直觉得跳起来挺别扭。”

曲终人散,还有意犹未尽的人。大家聚在一起,谁也不会笑话谁,谁都可以当老师。除了运动,主打一个开心、随意、舒畅!

现在的我,每天晚饭后都特别期待这一时刻。我喜欢许多人聚在一起,只待音乐响起,每个人都是独一无二的“主角”。

当然,麻更大的用途是织布做衣。前述小麻纱线晒干后,绕成麻团的作为经线,绕成“麻芋子”的作为纬线,这样,通过织布机就能织成布匹。这种布有一个很自然的芳名——夏布,色泽浅黄、厚实耐磨,用作蚊帐虽致密但透气,缝成衣裳虽粗糙但不扎肤,是劳动人民的贴心伙伴。麻的叶子还是一味很好的中药,捣汁内服可平喘截疟,外敷可解毒杀虫。印象中,三十多年前的夏夜,曾祖母常将新捣的麻叶汁涂抹在手臂上,用来防蚊,或者用晒干的麻叶碾碎,用来驱蚊,效果奇佳。麻叶也可入菜,有滋阴润燥,促进人体吸收膳食纤维和多种矿物质的功效,故潮汕名吃炸麻叶历来为各路食客追捧。

如今,钢筋水泥丛林取代了土砖茅棚村舍,宽敞柏油路面覆盖了狭窄泥泞小道,社会呈现出一派欣欣向荣的景象,麻类的生存空间,一步步遭受挤压。然而,它们是坚强的、伟大的,背阴的屋檐上,墙角的砖缝里,大树的分杈处……它们,就着一点阳光雨露,就着几滴空调滴水,就着些许大树腐质,倔强地生长着,用另一种方式,默默地祝福着人类。

今人之于麻,恐怕绝大多数早已将其忘却,仅留下几个字面上与其相关的辞藻。人生之路,不如意事常八九,因而,便有“麻烦”一说。年轻丽质的带娃女性,发圈晒娃时,常常不由自主地以“麻麻”自居,街头小吃麻辣烫,味觉上不知满足了几多饮食男女的口舌快慰……凡此种种,倘若要问及彼等,麻为何物?则其必是一脸茫然,或有的赶紧翻查词条,或有的干脆懒得理你,不耐烦地甩过来一句,一个字那般较真干啥,真是“麻”烦云云!

对以前的劳动人民而言,纺纱绩麻,是麻在日常生活中的第一印象,为啥?穿衣吃饭,起床后先穿衣再吃饭,穿衣是天底下的头等大事啊!衣服怎么来?帝王将相、王公贵族、商贾巨富,穿的当然都是绫罗绸缎,那是用上等的蚕丝做的。普罗大众、凡夫俗子,即便是辛辛苦苦的养蚕人,也穿不起丝织衣裳,正所谓“遍身罗绮者,不是养蚕人”。劳苦大众穿的是粗布衣——麻的纤维织成的布、缝成的衣。

桑必须在土壤肥沃、水源充沛、气候适宜的地方才能生长,而且还要桑叶借助桑蚕的消化、吐

丝、织茧,才能为人所用。相比桑的娇贵,麻要朴素、接地气得多,而且,其生命力也要顽强得多。河流湖泊边,高山平地上,神州大地随处可见麻类顽强的身影,黄麻、红麻生长在河南、安徽、福建诸省,苕麻多见于长江流域的四川、湖南、湖北、江西等地,亚麻多长于东北和内蒙古,剑麻则分布在两广及云贵高原。

可以说,但凡阳光能照见的地方,麻就能茁壮地成长,而且长得高大挺直,就连夹杂在麻株中的藤藤蔓蔓,也一改攀爬阿谀的习性,独立顽强地向上生长,蓬生麻中,不扶自直,为啥?我想定是被麻株昂首挺胸、笔笔直直的英气给镇住了。

麻株的秆茎外皮不会木质化,是天然的韧性极强的植物纤维。待麻株成熟后,人们剥掉麻皮,浸湿,撕成一缕缕,放入水缸泡软,捻成小麻纱线后晒干,就可以拴什物,也可以几股一起,搓成大小不一的粗麻绳,用之当扁担钩绳,承重两大木桶水不在话下,以之箍箩筐,挑起百十斤稻谷轻而易举,甚至,纤夫将其扛在肩上,竟然能拉动数十吨重的货船,麻纤维的韧性之强,可见一斑。



柳格彬

终于,抢在后勤师傅将它们当作杂草铲除之前,生平第一次,正式给这些麻拍了个照。

这样做,不是为了在即将“行刑”前对其验明正身,只是突然觉得,对从小熟悉但一直熟视无睹的它们,我该说点什么,留个纪念吧!