暴雨中的摆渡人

明前茶（南京，媒体人）



暴雨，堵车，开出单位地库没多远，她就透过车窗，看见老丁打着伞，蜷缩在24小时便利店窄窄的廊檐下，手里拎着一小箱桃子，麻料西裤湿到了膝盖，半边肩膀上都是水，要不要叫老丁上车，送他到地铁站去？瞧这暴雨，恐怕一时半会也很难打到车吧。

后座的闺密点了她一句：“谁刚被老丁挤兑过？吹毛求疵，他可是全公司有名的。”

堵车的长龙中，她犹豫了几秒。是的，刚才在会议室里被老丁敲打的闷气，还严严实实地堵在胸口。然而，不知为什么，丢下老丁扬长而去，她又不忍——老丁那1000多度的方框近视眼镜，花白鬓角，以及右高左低的肩膀，都太像她犟脾气的父亲了。

她打开车窗，呼喊老丁趋近，催促道：“快进来吧。你再犹豫，我这车里就被打湿了。”老丁扣紧安全带，掏出裤袋里皱巴巴的迷你纸手帕，满脸抱歉地擦着开门时带进来的水。她问：“该把你放在哪个地铁口？”老丁说：“凤起路的C口，难为你了，这么大的雨……”

比牛筋还粗的白亮雨柱，扫射着、击打着天地间的一切，前面的车开得像行船一样，好在地铁站并不远，很快，她就小心翼翼地将老丁“摆渡”了过去，在放下老丁的那一刹那，她突然开口叮嘱道：“这个地铁口是没有下行的电动扶梯的，每逢暴雨，工作人员都会在台阶上铺麻袋，顺着麻袋走，就不容易滑倒了……”

她缓缓开走，在后视镜里，她看到，老丁并没有立刻跑进地铁站，而是像每个老派人一样，站在雨中，向远去的车辆行注目礼……

看到这一幕，她心口的气，已经平息了。

运动搭子

皖皖（上海，白领）



每天饭后去附近口袋公园散步，都会遇到同小区的一个美女，身姿挺拔。虽不说话，但也算老相识了，因为我与她住前后楼。前些天又遇上，相视一笑，仿佛接上暗号，我终于鼓足勇气主动和她打了个招呼，然后我们开始每天搭档散步。

她带我解锁了公园里各种运动器材。我一直不知道这些器材怎么使用，总以为是老年人才碰的，但她把每一个都玩出了花样。双脚轮流蹬踩的那个我觉得最简单省力，连小朋友们都爱玩，她在上面玩出了“一字马”。说实话，我被震惊到了。像梯子一样的器材，她用手握住双杠扶手、向上一跃，双手支撑身体悬空，直接玩起了凌波微步。下来后，她把大长腿往上一抬，直接架到梯子最上面一格。凌波微步难度太大，我就试试高抬腿吧，只能架到最低一格，腿还伸不直，疼得嗷嗷叫，拉伸筋骨实在太酸爽。

又看到一张倾斜的凳子，我完全不知这是干什么用的，她躺上去示范，做起了仰卧起坐。她还将自己吊在两根用手拉伸胳膊的短绳下荡秋千。我尝试去做，发现自己根本荡不起来，因为没那个臂力。她说，你多练练就好了。

我还发现不少年轻人背着电脑包下班后过来拉伸几下，妈妈带着小朋友也来锻炼。

跟在搭子后面，我只玩几个简单的项目，出了一吨汗。每天一个多小时运动下来，晚上倒头就睡，连478呼吸法也派不上用场了。感谢运动搭子，是她让我找回了好睡眠。人还是要打开自己，勇敢地去与世界产生连接。

我最欣赏她的一点是乐观。也许因为她爱运动，才如此乐观敞亮吧。