

红人堂·叶亦健

我的早锻炼： 边走边写“书”人生

大家都很好奇，总有人问我这几年创作的时间是怎么来的？按理说平时工作这么忙，不应该还会有时间来“绞尽脑汁”“咬文嚼字”。我说我的时间和你们一样，每天也只有24小时。

那到底是怎么做到的呢？这其中的付出、坚持和滋味也只有自己最清楚。

可能是因为过了四十不惑的年纪，又暂时结束了四处漂泊的日子，生活逐渐安定了下来，闲暇之余得以重拾写作这个兴趣爱好，却未曾想到会一发不可收。

雷打不动的凌晨5点起床，每天40分钟到45分钟的运动时间，多数也是我写作的时间段之一。因为如果碰到下雨天，一手打着雨伞，另一只手既要拿手机又码字，那就有点为难自己了。

《家长里短》的诞生地就是自己所住的小区，对小区环境的了如指掌，让我完全可以忘乎所以地边走边写，不用担心脑袋瓜子会卡壳，初期的20来篇都是一气呵成的。

有朋友问我：“你每天都这么早起来锻炼，也没见你瘦下来啊？”

“能坚持已经不错，可能是原先的跑步方式不科学，把膝盖跑废了，现在是以运动出汗为主，至于能不能瘦已经不重要，只要能继续坚持走下去就行。”而现在更是无所谓胖或瘦，因为边走边写给我带来的乐趣，是他人无法理解的。

当你还在熟睡的时候，我已经起床出门“赶”时间了。

要是在工作日，我会选择出小区往左转，直行至桃源南路，右转北上直至时代大道路口，左转到华庭家园，大概是5公里左右的距离。

如果是周末，天气又舒服，自己状态又不错，那就不排除出小区北门，走兴海南路，过跃龙山大桥，沿徐霞客大道，到西环线，穿两个隧道至高铁站不远处，再从檀树头村的模具城，到时代大道延伸段，一直往华庭方向走。

就这样手脚并用，走上10公里以上100分钟以内也是常有的事。当自己写累了，会选择让脑袋放空一下，把双脚提提速，跑上

一公里，那写作状态又可能回来了。

灵感的出现有时是在运动过程中，有时也会出现在睡梦中，就如《百年酒厂》。它的问世，是在某个晚上的凌晨两三点，酒厂一根高高的大烟囱突然出现在我的脑海里，同时还有两个同宿舍的小伙伴，我一下子没了睡意，就拿起手机记录了几个梦境，虚构了几个人物，生怕第二天睡醒后，梦境中的情景忘得一干二净。

宁海有很多酒厂，但是《百年酒厂》没有原型，除了那根大烟囱。说来也奇怪，《家长里短》写作的时间多数是在晨练期间，而《百年酒厂》则全都是在晚上给儿子讲完故事，在他睡觉后，我才得以拿起手机往下写，可能是因为灵感来自深夜，也只有夜深人静的时候，“梦境”才会涌上心头。

对于我来说，除了脑子、眼睛和手，手机是我写作必备的工具，无可替代。《火锅爱汤圆》更像是一篇命题作文，是自己的一次极限挑战，从毫无头绪开始，到找到感觉，再到渐入佳境，最后如期交稿，春节放假的八天时间都“献”给了它。

晨练照常进行，手脚联动，运动和写作两不误；熄灯后，手机屏幕还是亮着，那是我继续在赶作业。

屏着一口气，春节八天闭门不出，再再加上上班后的两个早晚，愣是将《火锅爱汤圆》在元宵佳节到来前整出来了。

我们永远不要小瞧自己的手和脚，手不光可以用来吃饭写作业做家务，脚不光可以丈量大地勇闯天涯。只要心往一处想，劲往一处使，手脚同心，写小说也是信手拈来、唾手可得的事。

这就是我的手和脚，和大家无两样，一双手10个手指，一双脚10个脚趾，可能就是手指和脚趾互动频繁了一点。

现在这就是我的生活常态，我会一直走下去，也会一直写下去。



扫描二维码
阅读全文



推荐榜



沈炜

丰子恺与宁波的世缘



大山雀

四明山中偶遇
超萌“花松鼠”



贺玉民

“红美人”的诞生
离不开他



毛燕萍

“诗路甬城”，
且看潮起三江



俞晖云

云上情：
山乡巨变二十年(上)



红人堂·天涯 “十六周岁”， 重新出发

16年前的11月18日，我从手术台上醒过来，那一天成了我的新生日。

昨天下午，我在鄞州图书馆明州大讲堂做了一场分享，题目是“从《无题的恋歌》到《信客》”。

为什么要取这么一个标题？这里有原因，因为1994年我出版了第一部个人作品集，散文诗集《无题的恋歌》。三十年后的今天，我出版了自己的第29部作品，长篇小说《信客》。我想，可以借此机会对自己的创作之路作一个简单的梳理。

我讲了童年的成长环境，那种与村庄格格不入的疏离，以一个旁观者的身份去观察四季田野的变化，观察那些邻里百态。

讲了年幼时第一次坐轮船去上海，看到大海时的震撼。多年后突然醒悟，或许就是因为我曾见过大海，所以那个时候才会如此渴望外面的世界，毕竟村庄的那条河流在我眼里实在是太狭窄了。讲了我的阅读，看杂书的好处。讲了我的十年漂泊，我追寻梦想的坚定……



三十年前的我。

其实我的每一部作品都有故事可讲，时间关系，只能有选择地说了几部：

《无题的恋歌》带给我成功的喜悦；

在遭遇人生的第一个挫折后，沉寂五年，以一部30万字的长篇小说《无色冷唇》宣告我重新回到文学的轨道；

跌落人生最幽暗低谷时，报告文学《地质之魂》给了我卖文为生的信心……

一个半小时很快就过去了。在互动环节，有位女士问我，我想要什么？我回答：人生太短暂，我想要在这个世界上留下一道来过的痕迹，所以选择了写作。这样即便有一天我不在了，我的文字还在……

还有一位妹子声音哽咽地说了童年的伤痛阴影，一直追随着她。我能感知她内心的痛与挣扎，很想给她一个拥抱，于是就走了过去。

我知道，这世上所有的外力都是有限的，能自救的只有自己。人这一生犹如修行，当我们的内心真正强大起来，那么任何的风霜雨雪都无法把我们击倒。祝福那位妹子！

过去的成绩只能代表过去，一切归零，不背负任何包袱，才能步履轻松地奔向未来……在今天这个特别的日子，祝我十六周岁生日快乐吧！



作者简介

叶亦健，1980年生人，籍贯宁海力洋，是土生土长农民的孩子。宁海某国企负责人，爱好文学，现为浙江省作协会员。

