

扬马是什么？“是国际金标赛事！”专业人士会自豪地——道来，如数家珍。是的，扬马是目前国内唯一的半程马拉松国际金标赛事，今年又是水平最高、奖金最多的一届，50 多位世界顶级选手会聚扬马，男子前四名和女子冠军的成绩都打破了赛会纪录；赛事组织一流，央视航拍，对几十个国家直播；赛道无与伦比，移步换景，穿越唐宋元明清，如同走进历史长卷，置身活动的画幅之中。我总也忘不了那幅航拍展示的炫目瞬间：五彩人流被文昌路浓绿裹挟，出闸般涌入文昌大桥，越过飘带似的大运河，布满大桥的色点斑斓闪烁又不规则涌动——绝妙的视觉效果浑然天成！人在画中跑，人比画更美！

“跑扬马是来过节！”各路跑友不假思索地说。越来越多的马拉松爱好者已然跨越拼搏而到了享受的阶段，对于他们，完赛不再是挑战，成绩也失去刺激，既然进不了得奖名次，也就不在意多几分钟少几分钟，他们更热衷于让自己快乐，让观众快乐。你看，21 公里的长长赛道上，蜘蛛侠、孙悟空、江南四大才子……古今中外各式人物尽情展示；有的团队几十人组成方阵跑，前排手抓横幅，边跑边喊口号。他们当然有强有弱，强的愿意牺牲成绩享受快乐气氛，弱的在这样的团队里，焉能不顺利完赛？上海“土豪帮”更疯狂，男女一式头戴花环，男子赤裸的上身涂写种种图案词汇，美女上着背心，下着彩条编织的“草裙”，边跑边喊，哪像跑马拉松，简直就是一场秀！扬马是跑友的狂欢节。

这一天，扬州的大妈大爷一早就簇拥在赛道两旁为选手呐喊加油，还有年轻的妈妈带着孩子，更有学校组织的学生。他们中或许有家人、朋

体己与分享——读徐霞新著和博客

□ 王树兴

读徐霞的文章我起初的感觉是，这是写给自己的文字，如果没有博客这个私媒体，拿十年前，这或许会是一本精美的、藏匿闺中的笔记本内容。很多人写东西并不是图发表的，写心情，记感悟，说思想，是自己的留存，豁出去也只是给自己的爱人看一些，无奈的还去等孩子长大了给他们看。

我不知道徐霞是不是这样的，但她不怎么愿意给报刊文字投稿或许说明这点，她写文章没有多大的功利性，这样的好处是她的作品从容而自信，到她一归拢拉人吃粽，居然有那么多的文字，那么多博客上的作品了。

徐霞原来写诗，早些年出版散文诗集《那一地的温柔》时，我们高邮还没有出版过集子的文学爱好者是有压力的，包括我在内。写诗的写写就去写散文，写散文后再接着写小说往往是水到渠成、火到猪头烂的事情。但并不是每个人都能这样，看这个人去不去努力。徐霞属于有努力和在这方面有发展的，她在不停地写。

高邮有不少人写博客，这些人年龄上至八十，下至十三四岁。草根博客有些像乡下人的自留地，种着一些自家喜欢的、供家里吃的时鲜蔬菜，自己吃不了的时候也会送一些周边的邻居，路过园子的和闻名而来的人多了，欣赏的和受惠的人就希望这个菜园子规模大一些。徐霞的博客已经是个不小的园子，我上博客的时候会去看，在她的博客上可以看到其他高邮朋友浏览过，也可以顺便去这些人的博客看。这似乎已经成为我阅读的一部分。徐霞的博客有差不多 30 万的访问量，多篇文章被新浪博客编辑加精华、推荐。她把一些文章收录在扬州市 2013 年度文艺创作成果丛书里。扬州的这个项目使徐霞本不想出版的这些作品被收辑在散文集《温暖的字》里。

《温暖的字》分“闲书”“听歌”“修心”“爱家”“暖情”五个专辑。从这些内容上不难看出，有作者的阅读和视听心得，有作者对家庭和社会的感

盂城驛

题字 周同 责编 居永贵 版式 唐素梅

告诉我扬马是什么

□ 尤泽勇

被感染了：赛道上几万人不也是普通人，有男有女，有老有少，为什么就能跑？就能坚持？为什么这么累还个个都开心？我们行吗？于是，大妈大爷想着回家就动员孩子快跑起来，年轻人更是被触动被刺激了，“再不跑就老了”。对于扬州市民，扬马，是普及马拉松文化的大课堂，马拉松正从小众走向大众，你能我也能，赛道内外仅仅只差一步。我和妻子已经两届同跑扬马，在终点见到等候的孩子，将奖牌给五岁小孙子挂上，他说我也要来跑，我说好好练，明年来跑，他不解地问：每年只跑一天啊？不能确知今年的扬马会给他留下什么印象，但我相信，过几年他会踏进扬马赛道。

扬州城如果是个老爷爷，他会呵呵一笑，说：扬马是你们给我穿上的新衣裳，用你们的话说就是我的新名片！还是睿智的老人一语中的。千百年来“烟花三月下扬州”，如今是“烟花三月跑扬马”；扬马这张城市名片，既富集时尚元素又饱含历史内蕴，约在 2500 年前，西方诞生了马拉松运动，与此同时，吴王夫差在扬州开挖了古邗沟，后来延伸为驰名中外的大运河。今天，沿着古运河奔跑，不正是东西方文明的完美契合，古代文明与现代文化的交相辉映？跑在保障湖畔、蜀冈西峰，外地跑友心生羡慕：扬州何来这么多的水，这么多的绿？是的，绿杨城廓，碧水环绕，扬州到处是适宜跑步的场所，到处可见热爱跑步的人群。世人皆知扬州是宜居之城，因为扬马，扬州正在成为世人皆知的宜跑之城。古老的扬州，“文起来”的扬州，又在跑起来，动起来！

扬马是什么，您说呢？

怀，有作者对人生思考的感悟。在阅读和视听方面，可以看出徐霞的阅读很广，欣赏的艺术作品涉猎很多；在家庭方面，她幸福并满足地探索着婚姻、家庭的奥妙；对社会，她有着正确的人生观和令人称道的想法。

我比较欣赏《温暖的字》里的“修心”专辑，保谦虚心、秉正义心、藏好奇心、长孝亲心、持风雅心……一系列动词别具匠心，表明状态的关键词语体现出她在生活、工作中做人有明确的自律意识。

我也喜欢“爱家”专辑里近乎絮叨的家长里短和赤裸裸的晒幸福。徐霞写父爱如山，“做父亲今生的小情人”，我不由得想到汪曾祺曾写到他 and 汪朗多年父子成朋友。她写“男人的负担”，有无奈更多的是理解，体现着对丈夫的疼爱 and 关心。

或许有人会说徐霞的散文写了太平常的东西，是小女人的生活。

什么是散文？作家阎纲认为，散文就是：“有独特的发现，自由地表达”。

我赞成生命体验与人文情怀是散文灵魂和生命线的说法，这两点都指向生活，与认真的生活密不可分。徐霞的作品体现了她的视角，于普通中发现不平凡，这不仅难能可贵，也已经有了一个作家所应抱有的创作理念。

散文作家要敬畏生活，保持应有的矜持，从思想和哲理的高度来剖析人性，敏锐地感受当下的生活。这应该是徐霞和我们这些写作者要去努力达到的，我相信她会有更大的进步。

文学有流派，作家有群体；活跃的网络更有给现今从事写作的人提供了发展的平台。高邮从事散文、随笔写作的女作者在网络上已经小有规模，光在博客上我关注的就有三十多位。现今她们在博客、微博、微信和一些网络论坛上有着不可小觑的影响。她们从体己的文字出发，并逐渐有深刻和更丰富内容让人分享，在产生更大范围的影响和取得更大的成功。

古河春·贺市河治理工程竣工

□ 贾福康

鸟啼谷雨绿映红，古城驿站正春风。
弓桥流光轻舟渡，小院清河晓梦中。
烟雨空蒙亭廊在，桃李随波影不同。
此景天上哪能有，应惹秦郎归意浓。

走过很多地方，吃过兰州拉面、镇江锅盖面、河南的烩面、山西的刀削面，还有附近宝应汜水的长鱼面、江都小纪的熬面，那种种味道均不可与高邮的阳春面相媲美。

特别是一些在外地生活的高邮人更是对阳春面情有独钟，一到家，先找个小面馆尝尝家乡的阳春面。吃完以后还常常听到他们一种浪漫的说辞，是品尝了对家乡最美的回忆。

记得小时候，家里只要来客人，奶奶总是拉着我的手，拿着大瓷缸到镇西头供销社旁边的小面摊下碗阳春面招待客人。那时的面摊很简陋，一边用两根竹竿拉着块花格子布遮避风。见到我奶奶来了，外号叫“小头”的师傅老远就迎上来喊：“二奶奶来啦！”他个头不高，围着饮服公司的套头长围裙，只能看到两只脚在围裙下小跑，顺手接过奶奶手中的大瓷缸先用面汤水烫一下，一撮面下锅，转过身快速地用小勺在每个调料缸里挑着葱花、蒜叶、酱油、虾籽、味精，拿起塞着布头的小竹筒从小洞里喷洒一点黑胡椒，最后一勺冻猪油，将瓷缸往汤锅里一放用无名指一带，瓷缸在面汤锅里旋转着，慢慢地一股香味扑鼻而来。“小头”再用一双奇长的筷子将面条叉进笊篱的漏勺里，高高举过头顶，水蛇腰似的一扭，摆出一个舞蹈造型，待面汤水未溜尽时快速落下颠两下，轻轻地倒进瓷缸里，又慢慢地将筷子轻轻抽出，最上一层面就像是被梳理过一样，非常整齐好看，顺手一捏撒上蒜花点点。

到家后，奶奶习惯性地用一个小碗分一叉面给我，坐在旁边的小板凳上吃。我总是连汤都喝完，碗底只残留一点点虾籽和黑胡椒。那时最快乐的事情就是盼望着家里隔三差五地来客人。

说到“小头”家的面条好吃，是他家的面条用料很考究，面条都是自己家亲自调制和现轧出来的，特别是和面时的碱水掌握非常关键。据老人们说，他家的水面碱头重，吃了容易生男孩。其次酱油是用虾籽和一些秘制调料熬制而成，葱油是用紫皮洋葱炸出来的，那种味道入面后瞬间会变得浓香无比。

我们这里的阳春面一直很便宜，从过去的

我的锡马

□ 姚维儒

本月 13 日去无锡参加国际马拉松赛事，应舅爷一家的盛情邀请，我与爱人提前两天启程。无锡我也确实多年不去了，提前也无妨，还参赛、探亲、旅游三不误呢。观新房、谈家常、喝酒是免不了的，如何利用这么短的时间既玩好又不误赛事倒是个课题。舅爷家原住南禅寺的妙光苑，南禅寺及其附近的人文环境我最喜欢，每次去总少不了去古玩花鸟市场转转，时不时地还会花小钱淘上一两件小玩意回来。虽说不止一次去无锡，但附近的历史名街南长街我却没有去过，这次算是了却了我的心愿。

南长街，也叫清名桥历史文化街区，地处无锡市南长区中心地段，临近南禅寺，南长街以“水弄堂”闻名，中间为京杭大运河故道、春秋时期开凿的“江南运河”，两岸民居临水而建、鳞次栉比，是无锡市区保留下来为数不多的典型江南水乡风貌。

12 日上午，江南春色在雨烟氤氲下更显妩媚动人。一大早舅爷就引领我们在古运河和体育中心附近溜达，撑着雨伞行进在水色朦胧的春色中，心情特别舒畅。9 点左右，我们一行从南禅寺码头登上古运河游览船，这条船就成了我们的文化景观专线，所有的游客就是我们一行 8 人。随着游船电视的同步解说，我们很快地进入了角色并仿佛在时空的隧道中穿越，两岸的古朴风光远胜乌镇、周庄等江南名镇，鳞次栉比的古建筑，彰显江南的建筑风格，青石路面、粉墙黛瓦、花格木

阳春面

□ 戚晓峰

几分钱、几毛钱、一元、二元，一直大众化的消费。现在很多人吃面条已经不仅仅只是讲究个味道，而是一种待遇，有的是老远就喊一声“老板娘，带碗面”。有的干脆就往那一站，拿双筷子汤锅里一烫，直接等下好的面，说到底就是一个“爷”。

过去的北城门口一带几家老字号的面店，不光面味道好，还带有吆喝声，整个小面摊被他们打理得有声有色，红红火火，一边叉面一边大声地喊道：王局的干拌，四爷的宽汤，小丫子的没得胡椒……整个场面就像在欣赏着扬州小调，生动无比。

有一次我走过去调侃一下师傅，刚才那位局长来得迟你却先叉给他，拍人家马屁啊！她说：干拌面不能沤，在我们这里一视同仁，你看那个四爷只踏三轮车。只要你们来吃过一次，是荤油、素油、干拌、宽汤或是什么浇头，我都记得清清楚楚，“看人对汤”，反正在我眼里都是“爷”。

前段时间去苏州，亲戚带我到当地最有名的“同得兴”面馆，尝了一回苏式面。一进去，大宅门、石狮子、中式桌椅，我们选坐在四合院的临窗，浓绿的爬山虎垂悬，清晨的几束阳光挤进小院，清纯的苏州评弹，静静地流进我的心田。一位老太太独自品尝着爆鱼面，不时地用吴依软语与服务员交流着，无一不折射出江南水乡的柔美和雅致。

穿着平底黑布鞋的跑堂简易交流一下，随后便拉着长嗓：“焖肉面两碗！”不会工夫，“来哉！”悠扬的吆喝声和着热气腾腾的面香弥漫了整个面馆，热情而又热闹。

此时此刻，让我真正地享受着一种环境，品味着一种文化，感觉着一种宁静，正如我那位亲戚所说，这就叫文化面。

如果说，我们听着扬州小调，吃着阳春面，就感觉自己是位“爷”，那么来到“同得兴”享受着高雅的环境时，那可真就是一位“大爷”啦！

比起阳春白雪的苏州面，高邮阳春面虽有点下里巴人，但它在我心中却更有内涵，更有文化，更值得人留念。

阳春面，在我心中。

阳春面，在家乡人的梦中。

窗、方砖铺地、屏门隔断、前店后坊，几乎家家都有水码头，形成了既有具有浓郁地方特色的院落式、竹筒式、独立式的枕河人家，又有中西合璧的石库门商贾别墅，形成风格多样的江南建筑特色。丝绸博物馆、古运河文化艺术馆、窑群遗址博物馆、名人故居……——进入眼帘，我们就像进入江南水乡的博览长廊一般，让人陶醉其中。

上岸后，我们步入南长街，这里不仅还原古运河水弄堂的旧式建筑和“小桥流水，江南人家”的风貌，更融入了现代的时尚生活，咖啡、西餐、动漫等时尚创意元素不时地从老式建筑物中透出。过去与未来、历史与现代在这条街上交织融合，古老的南长街正在散发发出与以往全然不同的魅力。如果你想体验后门洗汰下船、前门逛街上桥，白天推窗临水、夜晚听桨入梦的江南水乡生活，那这里将是您的最好选择。

赛前的休闲放松，让我换来愉悦心态迎接我的无锡马拉松。是日，阴沉沉的天，还不时地滴点雨星，气温也非常适宜，是跑马最惬意的气候环境，我们一车的跑马人都跃跃欲试。

无锡国际马拉松赛也是目前江苏省唯一的一个全程国际马拉松赛事，赛道为环形设计，途经鼋头渚风景区、蠡湖之光百米高喷、十里芳径、江南大学、无锡太湖国际博览中心、无锡市民中心、无锡大剧院、太湖之星等无锡著名自然、人文景观和地标建筑，成为融江南春色与现代化城市建筑为一体的美丽赛道，一路风光美如画卷，有如“人在画中游”，因此无锡马拉松也成为世界最美马拉松赛道之一，一路的风景堪比我们扬州的马拉松赛道。享受着沿途美丽的风景，心情自然十分地开朗，脚步也就不由自主地轻快起来。跑步的过程是艰苦的，虽痛苦却快乐着，这就是马拉松的魅力所在。65 岁的我，半程 21.0975 公里，用时 2 小时 20 分，这个成绩尚可凑合，重在参与嘛。

南长街，有着“最无锡、最江南”的味道，也是无锡最美动人心弦的地方。无锡马拉松，“人在画中跑”的美好享受，也是我最喜欢的马拉松赛事之一。