

由肥胖想起的一些高中时期的回忆

作者: [wenandlu](#)

原文链接: <https://ld246.com/article/1655092762985>

来源网站: [链滴](#)

许可协议: [署名-相同方式共享 4.0 国际 \(CC BY-SA 4.0\)](#)

周末把新洗的裤子叠好，但是下午需要出去觅食，总得穿一件合适的裤子，加上外面刚下完雨，有点，短裤总是不那么合适的。毕竟老婆孩子都没在家里，所以只得下楼去吃。裤子穿上的一刻，发现扣是越发的紧绷了，遥想到当时买它的时候，是那么的合身，心里面有一丝的惆怅。理论上自己也结婚，孩子也有了，老妈也说男孩子胖点有福气，但是我自身还是觉得瘦点好，我想着我老婆会不会在嫌弃我。于是又想到要不要减下肥，然后又想到改怎么减肥，节食不痛苦但是个长期的事情，跑步效应该不错，但是却很痛苦。于是我也变得很痛苦，明明是个有用的事情，却不知道该怎么开展起来。

今天周一，我看到公司的微信运动群，看到上个月有的团队运动多，为团队争取了500的活动资金，人也拿到了一些小奖品。于是想要减肥的心情又增加了，如果现在跑步，不但能减减肥，还能领点奖，还能福利一下团队。心里虽然这么想着，但是想到节食不吃肥肉，跑步无氧呼吸的难受，还是很难下定决心。

想到上次这样体验无氧呼吸的时候，还是在高中时期，那时我喜欢一个女孩子，但是又不好意思告诉家（陈年往事，早已如风，老婆别介意，我爱你），学业的压力加上心里的苦闷，总是要找个地方去解一下的，于是我们大多数人都会去操场，也有人选择篮球场。当然篮球场我也去过，我只能捡漏，且运动太快，我没什么时间思考，打完后还是感到苦闷。后来我就一直去操场了。

去操场有很多的好处，一是她也去操场，偶尔能碰碰头。二来跑跑步，是真的可以消除烦恼，现在想，我觉得是因为身体的痛苦太强烈，所以就替代了心里的烦躁，所以也就觉得没什么大不了了。这种例其实还有很多，比如我刚回重庆的时候，也是左右都烦躁，怎么弄怎么不是，后来我饿自己一顿，的难受了，跑去吃饭，喝到汤的时候，就觉得人生也不过如此，除了吃饭，还有什么大不了呢，一切恼也就消失了。

跑步的时候，我有个习惯，在最后五十米到一百米，我会用尽全身的力气去冲刺，那种爆发的感觉，我感觉很迷人，明明已经没力气了，腿还在全自动的跑着，直到越过终点线，摊倒在橡胶地面，瘫倒草地，摊倒在乒乓球台上的时候，腹肌由于无氧呼吸带来的难受，胸口由于大口呼吸带来的急促，大由于强烈运动带来的酸痛，还有屁股不知道为什么产生的酸痛。一股脑的全部体验了一下，虽然那一是很痛苦的，但是紧接着这种痛苦之后，却有一种快感，我觉得是征服了五圈，七圈，八圈，十圈带的征服欲。从身体上和心理上带来了短暂的洗牌。阿甘，快跑，不要回头！

后来，就没怎么跑过步了，大学开始发福，直到现在，共涨了40斤……

最近一个人在家里，睡前有时候难以入眠，会想到一些很古老的事情，也会想通某个时候某个人说的，有时候还会想通甄嬛传的一些情节，甚至会想通某个工作难点。

我想我是有点想的我孩子了