

漂亮的披肩卷发,时髦的太阳镜,靓丽的短款褶裙,纤巧的高跟鞋,一个婀娜女子由远及近……先惊讶,再惊叹……她的出现,是在海南白沙黎族自治县深山脚下一个小山村里。

一聊,记者“崩溃”。此女五十有七,已退休一年有余,而且,她在这个山村里已住了快2个月。

此女姓陈,名淑芝,一位北京退休人士。她说,自己有个特俗的名字。她说,自己也没有想到,来到白沙黎族自治县元门乡罗帅村,一住就住这么久。

陈淑芝 2012 年 1 月 11 日来罗帅村参观,一来,就喜欢上这里,并住下来。春节临近时,家人来电,问她几时回家过节,陈淑芝不加思索地说,不回了,要在罗帅村过个黎族春节。

于是,罗帅黎村里,一个北京人成了编外村民,他们一起种树,一起种菜,一起唱山歌。村里的大妈看到陈女士,就会拉着她的手聊天,没完,没了……

尽情享受大自然的美好

大自然无时无刻不给地球带来风霜雨雪,时不时地还造成一些惨痛灾害,人类在自然面前始终是那么渺小与无助。陈淑芝很深刻地了解这一点,但她看得更多的是大自然的美好,她说:“大自然给了我们这么美好的生活,我们要尽情地享受。”

白沙是她享受大自然的最好收获。“当初听朋友介绍说,有一个地方可以去看一看,就是我现在住的这个白沙罗帅村,结果我来了,结果一来就住下了,结果一住下就不走了。”陈淑芝快活地说着,语速像个标准的播音员。

陈淑芝本是南方人,4岁随家人迁往北京,在北京长大并工作。一年多前,陈淑芝从所在公司退休。孩子早已成家,她没有任何生活上的牵绊,退休后就开始专心养生。每天早晨,她去公园晨练,接着就是买菜、做饭、看电视。

后来她就听说了白沙罗帅村,到罗帅村后她发现,这里的空气、环境,太适合养生了。

她在罗帅村的天涯驿站住了下来,先是把驿站的所有项目玩了个遍,去设在那吉村的跑马场骑马,去松涛天湖坐驿站的游艇,遍尝了村附近的山野菜还有村民家房前屋后的青菜。然后,她就舍不得走了。

“马也骑过了,船也坐过了,该享受的都享受了,接下来就得享受最值钱的空气了。”她说。

享受空气并不是坐在那发呆,尽管这也是陈淑芝留下来的一项内容。跑步,打球,与村民和天涯驿站员工一起劳动,在天涯驿站的“人民公社食堂”吃饭,偶而也下厨给大家做北京菜。没事儿时还拿着相机到处转,村里的生活在她的镜头里格外鲜活起来。

歌……
外村民。她和村民一起种树,一起种菜,一起唱山歌……
白沙元门乡罗帅黎村里,一个北京女子成了编

白沙养生不思归 京姐儿

文/海南日报记者 赵红 李关平 图/海南日报记者 苏晓杰

过的。那天下午不到5点,村长就打电话来让她过去吃午饭。各种各样的山菜,小溪里抓的鱼,家养的山猪肉,原汁原味的黎家土饭让陈淑芝回味无穷。

大年初三,天涯驿站的老总廖勇锋带着苹果来给村民拜年来了。年是挨家挨户地拜,所有村民都收到了象征着平安年年的苹果,没有一户被拉下。

陈淑芝说:“我当时感动得不行,这样做人做事的企业,不成功才怪?!”

“你知道现在哪里还夜不闭户吗?”陈淑芝问记者,“罗帅村是这样的,我来了之后才知道,这里的村民生活安逸富足,家家有橡胶林,夜不闭户,村民们都觉得拿别人的东西特别可耻。他们平时割完甘蔗回来,见了面一定会跟你分享。”

不辞长做“山里人”

陈淑芝的年轻容颜和乐观心态,让村里的妇女和住在村里的天涯驿站员工羡慕不已,好些人没事儿就会找陈淑芝请教养生秘诀。这也是陈淑芝乐于做的事儿,她跟她们聊做人做事,聊生活态度,聊饮食调理,话越说越长……

她说,到了白沙就到了养生的天堂了,你们都该庆幸能在这样的环境里工作和生活。

她说,保持容颜与心态有关,心境平和,与事无争非常重要;另外一定要保证睡眠,睡眠对女人格外重要。

陈淑芝说她从来不做美容,这让包括记者在内的很多女士汗颜。她在天涯驿站还碰到一位来自三亚的女士,那位女士知道她的年龄后,问她是不是脸上打过蛋白、脂肪什么,那是一种保持容颜年轻的时尚方法。得到否定的回答后,那位女士始终不信,她理解不了一个57岁不美容不整容的妇女可以有这样的容颜。

陈淑芝告诉每个讨教的女士,晚上不要吃过量,能少吃则少吃,平时可以多喝乌鸡汤,放几颗红枣、枸杞,放上点西洋参……

春节过后,陈淑芝有事回了趟北京,走后她打电话给罗帅村天涯驿站公司的人,说她想死了白沙,想死了罗帅的每个人。只逗留了三四天,陈淑芝就急急地返回海南,回到了只离开几天的罗帅村。

她说:“回北京后发现待不成了,关门关窗开暖气,空气特别不好,皮肤都是紧的,手也糙得不行。”

陈淑芝告诉记者,罗帅村的空气养人,她在这里睡五六个小时相当于在北京睡七八个小时,中午休息上一小会儿就精神饱满。

不再习惯北京的生活怎么办?陈淑芝开朗地笑了,她已经决定在海南买房了,就在万宁的海边,之所以没选山里买房,主要是应孩子的要求,他们更喜欢海。

她说,其实买不买都没关系,20天住山里,10天住海边。接下来她还要继续住在山里,生活内容会更加丰富,因为她要写散文,写诗歌儿了……

陈淑芝喜欢村里的一草一木。



陈淑芝和村民一起种菜。