中午，我去理发。  
  
小伙说，哥，涨了十块钱。  
  
我说，可以的。  
  
他说，我们这个行业，一年就这么个好时候。  
  
我说，理解。  
  
他说，今年生意格外的差，往年这个时候男头我们都不怎么理了，主要做女头，结果今年什么头也没大有。  
  
我说，大家手里都没钱了。  
  
他说，可能是。  
  
看来店里生意的确越来越差了，连个帮手都没有了。  
  
我问，你的徒弟们呢？  
  
他说，唉，现在小孩干不住，干个三天两天就跑了。  
  
我说，按理说，经济形势不好，不至于不理发了。  
  
他说，理发店，只能指望女客赚钱，男人头不赚钱，我现在想上个洗面项目，让我媳妇出去学。  
  
我问，洗什么面？  
  
他说，就是刮脸、按头。  
  
我问，男人消费还是女人消费？  
  
他说，男人消费，你胡子少可能感触不深，很多大胡子特别喜欢刮脸。  
  
我说，我还真不知道呢。  
  
他问，你觉得行不？  
  
我说，主要是我没洗过，我不知道呀，我只知道掏耳朵的有市场，但是必须是正规的，不能带一点点浮夸。  
  
他说，现在采耳太多了。  
  
我说，要正规的，甚至给人“治疗”的感觉，仿佛是医生。  
  
为什么我提到这个呢？  
  
男人，只要喜欢自己掏耳朵的，多有中耳炎，经常洗脚的也有，而且这个东西很难除根，会进入恶性循环，越掏越严重。  
  
什么时候能彻底戒了？  
  
就是去类似的采耳店，一次就戒了。  
  
人家给你掏的干干净净的，关键是给你科普，为什么不能随意掏，然后告诉你一个月去掏一次就可以了。  
  
我以前经常洗脚，洗出了中耳炎。  
  
自从我这类店掏了以后，再也没犯过，耳鸣也好了。  
  
我自己也从来不掏耳朵了，也不让洗脚的给掏。  
  
全是回头客，一次38元，顶多20分钟，多是口碑介绍，一般就是399元给你治好中耳炎。  
  
而且全程可视，你能看到自己耳朵里的样子。  
  
以前有个大V，是耳鼻喉科的医生，专门直播掏大耳屎，数百万粉丝，很多人专程跑到北京去找他掏耳朵，我以前很不理解，自从我也掏过，我瞬间就理解了。  
  
但是，很多人对这个市场有误解。  
  
一搞，就成了按脚的那一套。  
  
甚至连技师服装也穿上了……  
  
我说，等你上了，你让老贾给宣传宣传。  
  
他说，我有这个闲钱伺候他？  
  
我说，还是值得的，本地县城才多少人？他自己覆盖15万粉丝，花个一两千让他到店里探一下，还是非常值的，至少所有人都知道有这么一个店，例如你烫头手艺好，在大城市干过，完全可以把这些当噱头去讲一讲，让更多女孩子找你。  
  
他不接受。  
  
老贾在本地算是个网红，探店的，但是呢，他长的太像老百姓了，所以大家对他很不友好，总觉得，你何德何能四处混吃混喝还能拿钱？  
  
所以，下面全是黑粉。  
  
黑的是什么？  
  
同是普通人，你凭什么不劳而获？  
  
我倒觉得，他很了不起。  
  
任一能脱颖而出的，都了不起！  
  
这应该算是最畅通的渠道了，你有什么业务，一介绍，瞬间送达全县每个抖音用户那里，我觉得收费收便宜了，应该收一两万才行。  
  
只是，看到价值的人，太少。  
  
为什么很多人觉得没有效果？  
  
不是别的原因。  
  
你不行！  
  
这个里面最难的思维转变是什么？  
  
舍得花钱找人给自己推广。  
  
上次，有球友让我顺路捎着她，也聊起了老贾，我说你的业务值得去推广一下，她一听，啥，还要钱？直接摆摆手，我宁愿自己发发抖音就是了。  
  
下午，我去健身房。  
  
健身房最近是大学生聚集地，都放假了。  
  
有个小伙，文质彬彬，读研一，中央美术学院的，我一进门，他就喊我叔叔，问我他的卡为什么不能用了，他以为我是老板吧？  
  
他拿的是次卡。  
  
已经过期了。  
  
应该是别人送的。  
  
我说，那你先进去吧。  
  
他问，叔，你这JCW是刚买的吗？  
  
我说，买了好几个月了。  
  
他说，真漂亮。  
  
我一看，他开的是AMG A45。  
  
我说，还是你的好。  
  
他说，你的好，有情怀。  
  
我问，你要试试吗？  
  
他说，不，不，不。  
  
我说，没事，可以坐坐。  
  
因为我能GET到一点，他是真懂车，真喜欢车，而且素质非常高，很有礼貌。  
  
我问，平时都健身吗？  
  
他说，我平时参加学校里的攀岩社团。  
  
对于大学生买车？  
  
别说现在的大学生了，我读大学时，就有人开车上学了，那是二十年前，大学城有个建设银行，行长是个大胖子，有辆私家车，已经很牛逼了，是辆夏利。  
  
现在大学生有车，真没啥。  
  
我两个侄子，都在读书，都有车。  
  
我娃若是读大学？  
  
开个百万车子也很正常。  
  
进了健身房，我又觉得，他拿次卡纯粹是找我搭讪，因为他喊一位资深肌肉男叫姑父，而且是亲姑父。  
  
给人感觉很好，有大户人家出来的痕迹。  
  
热身后，我去拉器械，怎么拉也拉不动，我心想，平时很少有人用这些设备，这是咋回事？我喊前台过来看看，她也没找到原因，我顺着钢丝绳找，发现钢丝绳卡在滑轮缝隙里了，挤住了，这是什么原因导致的呢？拔插配重时错误操作，导致钢丝绳松了，然后硬拉给拉进去了。  
  
我费了九牛二虎之力，才给拉出来。  
  
我练完以后，我坐椅子上休息，又来了几个大学生，他们不是来健身的，纯粹是来洗澡的，挨着器械这么捣鼓一圈，我看明白了，就是他们给捣鼓的。  
  
当时我就在想，同是大学生，他们应该是同龄人。  
  
但是，完全是两个世界的，素质差别也很大，拿了哑铃也没有放回原位。  
  
我准备洗澡走，遇到了前好朋友，握了握手，还是很亲切的，她跟我聊了几句，仿佛是审问了我半天，她总是把工作状态延续到生活中。  
  
2017年，我生日时，还送了我一本书，写了张贺卡。  
  
那时，她光知道我，但是不认识我。  
  
她去我们办公室找我。  
  
我在一楼电梯口遇到了她，她穿了一袭长裙，抱了一捧花，我想跟她打个招呼，她还很警觉，以为我是想泡妞，躲了躲，当时我在想，说明另外一个，我的气质实在跟书生不挂钩，她竟然丝毫没怀疑过我是懂懂……  
  
这两年，很少联系了。  
  
她参加干部选拔，调任济南了。  
  
我问，这是放年假还是？  
  
她说，还没放假，休年假。  
  
我问，回来有事？  
  
她说，妈妈动了个小手术。  
  
我问，严重不？  
  
她说，不严重，痔疮。  
  
我问，出院了吗？  
  
她说，出了。  
  
我问，效果如何？  
  
她说，一般吧，动完手术以后，不如以前了，总是有渗液，咨询了医生，说是正常情况。  
  
我问，你是去练瑜伽还是跑步？  
  
她说，跑步或骑动感单车都可以。  
  
我说，那我陪你骑动感单车吧。  
  
她问，不耽误你？  
  
我说，我没事。  
  
陪她骑了一会，一边骑一边聊天。  
  
她问，今年生意怎么样？  
  
我说，一直亏损，主要是我心思没在赚钱上，一直在专心写文章。  
  
她问，写的如何了？  
  
我说，年前就完成了。  
  
她问，满意吗？  
  
我说，我过去写的随笔、日记，我从来不看，但是我写的历史，我会反复的看。  
  
她说，那就好。  
  
我说，现在钱很难赚。  
  
她问，那接下来有什么打算？  
  
我说，我想自己开个健身房，把直播做起来了，所以我现在每天都到健身房打卡一次，这是一个刚需市场，我能提供两项服务，榜样，陪伴。  
  
她问，你有没有坚持不下去的时候？  
  
我说，从来没有。  
  
她骑了20分钟，要去练瑜伽了，跟我说，若是年前不忙，可能会去我书店坐坐。  
  
我说，欢迎，蓬荜生辉。  
  
她说，这话，一点都不真诚。  
  
我说，真心话。  
  
为了表达诚意，我急忙让同事去书架上找冯唐那本《成事》，她送我的，还有那张卡片一起拍照，发给了她。  
  
她很惊讶，你竟然还保留着？  
  
洗完澡，我准备走，一位大哥找不到人咨询了，就是跑步机上的档位是怎么控制的。  
  
我教了教他。  
  
我问，第一次来？  
  
他说，朋友送了个卡，这不体检，查出了一些小毛病。  
  
我说，就当吃药了。  
  
他说，对，对，对！  
  
但是，我觉得这哥们坚持不了几天，健身房无论会员卡卖多少，人就是固定的那群人，几乎不会有新面孔。  
  
我记得我刚认识围巾姐时，她说自己为什么骑车？也是因为身体出了很多亚健康，她把骑行当药了，主要是当时有几个核心领导在骑车，而且他们又会忽悠人，忽悠人的口号就是，你别看我们也喝酒也大鱼大肉，但是我们没有一个脂肪肝，没有一个酒精肝，没有一个高血压。  
  
你想，动不动一拉练就是一两百公里。  
  
哪有什么脂肪了？  
  
我这就算整个队伍里最胖的。  
  
我记得围巾姐给我数过她的困扰，脱发、甲状腺结节，肩周炎，乳腺增生，肾结石，霉菌性阴道炎，痔疮，失眠，高血糖，高血压……  
  
还绝经。  
  
骑了几年车？  
  
我靠，嗷嗷的，曾经骑在身上非要给生个大胖小子。  
  
不是骑的我。  
  
现在，健康的跟头驴似的。  
  
晚上，我回到家，儿子考试成绩一般，其实我不是很在意，他妈更不在意，他自己也不在意，我跟他讲过，爸爸对你的期待只有三样：  
  
第一、考上高中。  
  
第二、有一项能坚持一辈子的运动，例如是最简单的引体向上+跳绳。  
  
第三、有主动学习的意识，这个学习未必是学业。  
  
这也是我希望我能感染你的地方！  
  
你以为万人迷就那么好当？  
  
哪个网红，哪个名人不健身？你看作家仿佛弱不禁风吧？  
  
错了，他们都有风雨无阻的运动，而且是每天！  
  
什么人自暴自弃？  
  
干什么都不行的人！