

【大箍牯減肥記】 曾菁怡原作

「哇！歸桌仔恁多好料仔！汽水、餅仔、披薩、雞卵糕、枝仔冰，還有 盡好食个焗菜、雞髀¹。」 看到無 目，口涎水強強會跌下來，該兜好料仔像同 攞手講：「遽遽來食，遽遽來食嘢！」 煞煞抓一支香噴噴仔个雞髀，該油亮油亮个皮焙到 ，肉汁汀汀汀汀，實在還錫人哪！就在 嘴擘到大大，準備咬啊下去該下， 嘎聽著：「大箍牯，還毋䟽床？讀書會赴毋掣哩！」全部个好料仔一下仔嘎毋見忒，原來，係發夢啊！有一息仔毋願，該雞髀無咬著，實在還打爽哦！

聽吾姆講， 從細就異好嘴斗，生到肉卒卒仔，幼皮白肉，盡得人惜。公太就盡愛撚吾面頰卵，講 像正打好个粢粢仔分人想愛咬一口。原本 無感覺肥固固个身材有麼个毋好，但係該擺見笑个經驗分 堅心愛減肥哩。

該日學校辦校慶活動，吾班級表演「三隻細豬仔」个話劇，係擔任豬大哥个角色。就在節目進行到豬大哥同豬二哥為著閃避大野狼，愛走去豬老弟个屋仔因該下，為著有緊張个氣氛，

盡命牯飆過去愛鑽入豬老弟个屋仔裡肚。麼人知，一下忒大力，豬老弟个屋仔嘎分 撞橫下去， 還仆在屋仔面頂，屎肫翹到半天高，纏繃繃仔个褲弓到暴線縫……。該時，鬧熱煎煎个禮堂忽然間變到一片恬靜， 還聽得著自家砰砰砰个心跳聲，額頭流下來个汗水每一滴 就感覺得著……，實在還見笑哦！愛仰結煞正好？落尾，有聲音摻 解圍哩， 遽遽企起來行到舞臺脣換褲；該聲音，毋係 期待个拍手聲，係大家笑到歸身仔緊顫、目汁雙流个笑聲。

校慶結束該日，桌頂个乳茶、雞排全部分 擲到垃圾桶，第一擺有恁強个決心，絕對愛減肥成功。 去網路尋減肥个方法，大體係減量、減油、減糖，還愛配合適當个運動，故所該兜油漬漬仔²个焗菜、甜濟濟仔³个汽水、糖仔全部分 拒絕，逐餐飯菜都食較清較齋兜仔，食到七分飽就好。 還每日運動三十分鐘，行路、打球仔、跳索仔……，逐日做無共樣个變化。

一隻月過後，吾姆帶等 去買新衫褲，每一領个尺寸都減兩號，阿姆講：「從今以後做毋得過喊你『大箍牯』咧。」「係啊！你愛喊 『緣投哥』哩。」

大箍牯減肥，成功！

¹ 雞髀：音 gie´ bi`；雞腿。

² 油漬漬仔：音 iu` ji ji e`；形容沾滿了油。

³ 甜濟濟仔：音 tiam` ji` ji` e`；形容味道甜膩。