

他乡变故乡

母长青

十年前,我辞别故土,拎着一箱旧书与一腔执念,来到徐州。那时,徐州正经历着城市肌理的蓬勃舒展——高架桥从图纸上生长出来,整座城像一匹抖开鬃毛的骏马,朝着辽阔处奔去。而我选择的领域,青少年运动健康与感觉统合干预,在国内尚如晨雾中的小径,少有人行,徐州亦不例外。彼时,连“体态管理”这个词都显得生僻,更不必说将它纳入育儿日常。

记忆里,教育语境里曾经只有分数才是唯一的路标。家长们的目光焦灼地锚定在作业本和考卷上,孩子们微微驼起的脊背、跑步时摇晃的重心、写作业时歪斜的坐姿,都成了被忙碌遮蔽的盲区。这并不是谁的过失,而是一个时代在某个阶段必然的疏漏——新兴的学科还没长出枝叶,科普的阳光还没来得及照进千家万户。我站在健康大讲堂上,对着人们讲感觉统合,讲足弓发育,讲脊柱与体态管理,默默地在心里笃定:种子埋下去,总有破土的一天。

真正令我动容的,是这片土地上人们惊人的学习力。从云龙山下的晨练人群,到大龙湖畔的亲子跑团,

从社区活动室里认真记笔记的爷爷奶奶,到家长群里主动询问“如何矫正孩子内外八字”的年轻父母,观念的冰河在悄无声息中消融。全民健身的风吹过,徐州的家庭渐渐从“盯着成绩单”转向“看着孩子的背影”:看他走路是否挺拔,看他跳跃是否有力,看他情绪是否舒展。那句“身心并重”不再是一句口号,而成为千家万户餐桌旁的日常对话。

这些年,我的足迹到过徐州的校园跑道、社区广场和公益讲堂。那些曾被忽视的脊柱侧弯、高低肩,在一次次纠正训练后,渐渐挺起笔直的胸膛;在感统训练室里,我看见曾经胆小退缩的孩子,在秋千和平衡木上眼睛里渐渐亮起了光。曾经无人问津的体态矫正,如今学校主动邀约;曾经被视为“矫情”的感统失调,现在家长能准确说出前庭觉和本体觉的区别。徐州这块教育沃土,以独有的包容和务实,让细碎的科普种子长成了一片可以遮荫的树林。

作为徐州市全民健身专家库成员,也作为健康大讲堂的常驻讲师,我常觉得自己并非“耕耘者”,而更

像是“受益者”。从汉画像石上的蹴鞠场景,到今日街巷随处可见的健身场地,这座城市崇文尚武的古老血脉,为我提供了最丰厚的实践土壤。我在一线积累的案例、笔记、困惑与顿悟,最终沉淀为两本著作的书稿《少儿体适能》《解码感觉统合——破解儿童行为难题》。专业不是高高在上的理论,而是俯身贴近每一个具体生命时,掌心传来的温度。

十年,让我把他乡活成故乡。从最初在出租屋里画训练图谱,到如今在明亮的康复中心与团队并肩;从被问“你是干啥的”时的耐心解释,到如今家长主动拿着手机视频来找我咨询,我见证的不仅是个人的成长,更是一座城市对下一代健康认知的集体觉醒。

往后岁月,我仍愿以运动为舟,载孩子们渡过体能与信心的河;以文字为灯,把那些暗处的误区一一照亮。彭城收留了我的漂泊,我使用余生守护好她怀里每一株向阳而生的新苗。这条路,我会一直走下去,稳稳地,像云龙山的石阶,一级一级,通向更远、更高的地方。

越红尘

月嘉关

(接上期)

第二日清晨,刘彩奎将昨夜之事说与吕思。吕思听后,沉默了一会儿道:“我与郭爻之间的仇怨是该有一个了断了。今夜有这两个盗贼相助,倒是可以省去许多麻烦。”

刘彩奎道:“公子难道要将两个盗贼都带上吗?公子只需带上宗婉儿便可,东方长年留作人质,免得宗婉儿耍滑。”

吕思同意道:“如此甚好,就将东方长年留作人质吧。”刘彩奎轻声道:“公子想过没有,郭小玉已经失去兄嫂了,倘若再失去郭爻,她在这世上可就没有亲人了。”

吕思心中颤抖了一下。这些日子,他的心里无时无刻不在想念郭小玉,想到自己即将杀了她的父亲,吕思的心在滴血,他紧紧握住双拳道:“郭小玉对我有救命之恩,可是父母大仇怎可不报?再说郭爻老贼恶毒无比,为了自己活命,竟然让亲生儿子为他殉难,如此恶毒之人活着对玉儿又有什么好处?”

刘彩奎叹了口气道:“公子说得不无道理,只是他们俩毕竟有父女亲情。”

吕思黯然道:“我若只顾及他们俩的父女亲情,又如何向我的父母交代?”

刘彩奎笑道:“既然公子已经决定了,我们就不要再多想了。我不会武功,没法陪你去报仇,晚上就让惜容、惜颜二位姐姐陪公子一起去吧。”

吕思道:“多谢公主美意!这是我的私人恩怨,我不想别人插手,还请公主见谅。”

刘彩奎闻言伤心道:“原来,在公子的心中我只是一个外人。”

吕思感激道:“公主数次搭救于我,我怎会忘记,只是在下恐怕今生都无法报答公主的恩情了。”

刘彩奎强笑道:“公子多虑了,从前之事,只是出于道义而为之,只盼公子再也不要提起。凭公子的武功要杀郭爻易如反掌,只是那个女盗贼狡猾无比,公子带她前去恐要分心,你还是将惜容、惜颜二位姐姐带上为好。”

吕思再次辞谢道:“多谢公主提醒,我会见机行事的。”

刘彩奎心中有满腹话语要向吕思说,包括张偃的真实面目。但是她毕竟是一个聪慧绝伦之人,她知道有些事情是需要时间和事实验证的,因此她只是深情地凝视着吕思道:“既然公子心中已有决断,我也不强人所难了,只盼公子今夜一切顺利!”

深夜,月色如洗,大地明亮如昼。

吕思押着宗婉儿来到郭府高墙前,宗婉儿不知吕思武功如何,因此一路上也未做反抗,现在正好借高墙一试。她指着高墙道:“哎呀,糟了,我的飞绳不见了,想必是在躲避你的同伙时弄丢了,这墙如此之高,我是上不去的,我们还是先回去,找到飞绳再来吧。”

吕思道:“得罪了!”

宗婉儿只觉得腰间一紧,身体突地腾空而起,待到落地后,己身在郭府之内。宗婉儿惊得连连舌道:“厉害,厉害,你是我认识的人中轻功最强的人。”

吕思低声道:“现在正是夜深人静的时候,你最好不要说话,免得惊扰到其他人。”

宗婉儿也低声道:“你武功如此高强,还惧怕什么,我若是你,直接踢开大门闯进去了。”

吕思低声斥责道:“你怎的如此多话,前面带路!”宗婉儿低声道:“凶什么凶,我没有给你带路吗?”说完,突地想起郭小玉的叹息,心中暗道:“是了,他定是郭家小姐的心上人,如今他要杀了人家的爹爹,只能偷偷摸摸的喽。这小子虽然模样俊美,却是一个负心薄幸之人。”转念又想:“他既然与郭家小姐有私情,我正好借此机会,将我的宫绦找回来。”

宗婉儿一心要寻回她的宫绦,因此带着吕思向郭小玉的住处走去。

她将吕思带到郭小玉的房前道:“你要找的人就在这里了。”说完指了指窗户道:“我帮你守住窗户。”吕思走近房门,单手用力一推,房门应声而开,他步入房门道:“郭爻老贼,出来受死吧!”

室内的烛火亮了起来,冬儿惊慌失措地喝问道:“你是谁?你要做什么?”接着大声叫道:“快来人呀!有……”

吕思右手食指内力凝结成束,隔空点中冬儿的哑穴,随即低声喝道:“我不想伤你,你只需老实待着便是!”

“好一个心地良善之人,既然来了,何不将郭家满门都灭了?”“玉儿!”吕思惊得不知所措。

“我知道,这一天终究会来的!”郭小玉从帘内缓缓走出。

(未完待续)



投稿邮箱:3304315815@qq.com

农民割的不是稻,是时间

天水叶子

稻田

稻子熟了,田变成了一块巨大的起伏不平的金子,风一吹,金子就流动从这边流到那边,再流回来农民弯着腰,一把一把地割割的不是稻,是时间

是把春天种下去的绿,秋天收回来的黄稻穗很重,重到把秆子压弯了弯到和割稻的人同一个姿势,人和稻互相鞠了一躬,谁也没比谁更高割完的田里剩下短茬像谁剃了一个板寸,露出土地的头皮土说痒,痒得想马上再长出一层绿来

落叶

树开始做减法了,一片一片往下卸先卸边缘的,再卸中间的最后连最舍不得的那几片也抖落了叶子落在地上正面朝上的是还想看看天背面朝上的是终于累了,想趴在地上睡一个长觉扫街的人来了,把它们归拢堆成小山,装车运走叶子们在小车里喊喊的是同一句话:我回去了树听见了,不摇,不抖只是树干又粗了一圈,那是它把叶子的话记在心里,记成了年轮

桂花香

桂花开的时候,香是重的重得像一块湿布,捂住鼻子,捂住眼睛捂住所有想要逃走的嗅觉它不声张,没有大红大紫的颜色只是米粒大的白,藏在叶子里像谁把秘密说给了风风又告诉了整座城市人们走在路上,突然停住,吸一口气说:好香其实香不是吸进去的是香自己钻进来的,不请自来桂花说我不为谁开,只是到了该开的时候就把积攒了一年的苦酿成这一季的甜,然后谢了,走人