

评说

## 别用体重,定义全红婵的人生

| 田中戈

近日,刚刚过完19岁生日的全红婵,在镜头前哭了。不是因为跳台失误或输掉比赛,而是因为“发胖”。在接受采访时,她哽咽落泪,坦言巴黎奥运会后因体重失控和舆论压力“很想退役”,因长期焦虑还引发失眠和噩梦,常梦见“从跳台上摔下来”……

从东京奥运会一战成名的14岁少女,到如今备受身材争议的运动员,不过短短数年。镜头捕捉到她身形稍显圆润,便立刻引来无数议论:有人指责她不自律,有人惋惜她跌落神坛,更有甚者,将她的成绩波动简单粗暴地归咎于体重上涨——仿佛一位顶尖运动员的价值,只系于几斤几两的体重数字之上。

这本身就是一种荒谬。

跳水项目对运动员的身体条件本就有极致要求,尤其是女子跳台,体重、身高的细微变化,都会影响空中转体、入水角度。而全红婵面临的,远不止训练与竞技的压力,更是被延后的青春期。

据报道,从东京到巴黎两届奥运会之间,全红婵经历了自己第一个发育期,她长高了7厘米,体重增加了6公斤。为了抵消这些变量,她像无数高水平女子跳水运动员一样,只能更加刻苦地训练,并采用更加严苛的饮食管理。这也一定程度上延后了她真正的发育——根据女性生理规律,身体能量摄入长期小于消耗,过低的体脂率、心理压力都会抑制月经的启动——巴黎奥运会结束不久,17岁的全红婵才迎来第一次生理期,身体进入全面发育阶段:身高从1.5米蹿到1.58米,体重从38公斤涨至48公斤。当她终于开始自然成长,骨骼舒展、体态成熟,本是再正常不过的生理现象,却被异化为“不自律”的罪证,外界的声音令她“压力山大”:很长一段时间里,她不敢穿

喜欢的裙子和短裤,把四肢藏在长袖长裤里;她不敢上秤,也害怕面对镜头,连照镜子的时候都会对自己的身材产生抗拒和不满。

但她从未放弃。为了控制体重,她甚至每天只吃一顿,感觉“已经饿爆了,减肥减到快‘嘎’了”。教练团队的公开表述、赛场内外的训练画面都足以证明,她依旧在跳台之上反复打磨动作,依旧在为每一次稳定发挥付出常人难以想象的汗水。所谓“发胖”,不过是一个少女走向成人的必然印记,是身体在长期高强度训练后的自然代偿,与自暴自弃毫无关系。

我们许多人习惯于造神,也急于毁神。我们为她的“水花消失术”欢呼雀跃,将她捧上天才的神坛,却不愿接受她会长大、会变化、会经历身体与状态的起伏。我们要求运动员永远轻盈、永远完美、永远战无不胜,却忘了她首先是一个正在成长的青春少女,而非一台只为夺冠而生的冰冷机器。

竞技体育的魅力,从不是一成不变的完美躯体,而是对抗困境、突破自我的勇气。体重可以波动,身形可以变化,但那些在跳台上咬牙坚持的时光、一次次克服身心压力的坚韧,才是真正属于全红婵的光芒。

不要陷入捧杀与棒杀的怪圈,不必用苛刻的审美绑架运动员的身体,不必用肤浅的评判定义一个人的努力。允许她长大,允许她变化,允许她在成长的阵痛中重新寻找平衡,才是对一位运动员最基本的尊重。

“有缺点的战士终究是战士,完美的苍蝇也终究不过是苍蝇。”能定义全红婵的,从来不是体重秤上的数字,而是十米跳台上,她从未放弃的每一次起跳。



## 破竹声声

| 叶森岚

年前回老家,我从杂物间里翻出一些旧物,竹筐、簸箕、筛子,灰扑扑地挤在一处。我把它们搬到院子里,用清水冲去尘土,晾晒在太阳底下。水渍干了,竹篾又泛出一层温润的老光,用手一按,筐壁还是紧实的。母亲走过来看了一眼说:“这些都是你爷爷在世的时候编的,结实着呢。”

她说这话的时候,语气平淡得像在说今天天气不错。可我捧着那只竹筐,心里却忽然酸了一下,祖父离开我们,已经快十年了。

祖父是个农民,一辈子跟土地和庄稼最亲近,在我的记忆里,他什么都会做。家里的农用具,犁耙、木锨、水车的零件,坏了他修,缺了他造,其中做得最多的是竹篾制品。

祖父曾告诉我,他的手艺无师自通。以前,偶尔有外村的篾匠来村里揽活,祖父便站在一旁看,看那刀怎样起,篾怎样劈,经纬怎样交错。回到家,他找来竹子,关起门揣摩,失败了就拆,拆了再编,几番下来,竟也像模像样。那时村里不少人家都不会编竹篾,要么花钱请篾匠上门,要么进城去买,唯独我们家,大大小小的竹篾用具,全是祖父一手做出来的。

那时候,村庄临水的坡岸上,四处长着无主的毛竹林。那种毛竹竹节间距长,质地柔韧,是编篾的上好材料。每年入了腊月,祖父就扛着柴刀到竹林里砍回几根竹子,整个冬天,他就有活儿干了。

我小的时候,喜欢坐在院子里看祖父编竹篾。他先把竹子锯成一丈来长的竹筒,一头斜撑在地上,一头搁在肩膀上,篾刀在竹筒顶端轻轻一勾,开出一道口子,然后猛地往下一拉。随着“啾啾啾”一阵脆响,大碗般粗的毛竹应声节节裂开。竹筒剖开后,一分为二,二分为

四,四分为八……祖父的篾刀上下翻飞,直到成为一指宽的竹片,他才停手。然后剔节头,刮棱角,去毛刺,每一道工序都稳扎稳打。

最见功夫的是劈篾。祖父取一根竹片,在头部剖出一个十字形的缺口,将篾刀卡进去,往前一推,“嘶”一声脆响,一条柔软泛青的篾片应声翘起。后来我上学读到“势如破竹”这个成语,脑海里顿时浮现出祖父劈竹的画面。祖父常常带着几分自得地说,专业篾匠一条篾片能剖出十层篾条,他至少也能开出五六层。那些青白分明的篾条,在他手中经过剖、拉、削、磨,再用滚水“杀青”,变得像绳子一样柔软服帖后,在他手下纵横交织,上下翻飞,不多时,一只竹筐的雏形便在眼下渐渐丰满、成形。

乡下人过日子,竹筐是必需品。祖父有六个儿子,儿子们成家立业,他便送上一担亲手编的竹筐。那竹筐里,装过刚从地里刨出的番薯,装过叶上还挂着露珠的猪草,也装过孩子们满山捡拾的枯枝柴火。它们像沉默的家人,承载着一个家庭的温饱。但我们更稀罕祖父做的竹玩具。他会用边角料做竹节人,两截短竹筒穿上线,一拉一松就摆臂踢腿,像唱歌的小人。竹炮筒也好玩,祖父取一截拇指粗的竹管,两端切开,中间通透,塞进几粒榕树的小果子,用一根削尖的筷子往里一捅,啪的一声,果子弹射而出,声响极大。

祖父这辈子没有留下什么值钱的东西。他走后,那把篾刀放在杂物间里锈住了。时代也在变,新式家具用品越来越多,那些手编的竹器,渐渐被替换下来,一点一点从生活的日常中隐去。但我想起祖父的时候,总觉得,他从未走远。他将自己的一生,如同那些柔韧的篾条,编进了绵长的岁月和记忆深处。



## 梦中的父亲

| 邱宗桂

父亲离开我们已二十余年,岁月在额头留下了一道又一道沟壑,却从未冲淡过梦中他那熟悉的身影。无数个深夜,我在老家的田埂上或老屋里,与父亲重逢。

父亲穿着那件黑色的衣服,裤脚沾着泥土,笑容依旧是温和的。我常常在梦中凝视他,生怕一眨眼便失去了踪迹,甚至会在心中问自己:“这真的不是梦吗?”可每当晨光透过窗帘,指尖触及的只有冰凉的被褥,才惊觉父亲依然在梦中,终究是永远回不来了。

二十几年前那个冬日的午后,寒风卷着枯叶掠过屋后的老梧桐树。当时,父亲正在编抽酒水用的竹器具,老家的人们称之为“酒壶篾”。酒壶篾还未编完,父亲便突然倒地。中风,这个陌生又残酷的词,瞬间击碎了我们平静的生活。此后的53天,病榻成了父亲最后的归宿。他半身不遂,往日里有神的眼睛变得木然,分不清白天与黑夜,也读不出他脸上的喜怒哀乐。我们四处求医问药,煎药的砂锅熬了一次又一次,家人守护的身影从未离开过病床,却始终没能留住他。

父亲的病来得太急,前一日还在地里劳作。他一辈子与庄稼为伴,春耕秋收,夏耕冬藏,田埂上的每一寸土地都印着他的足迹。谁也没想到,病魔会以如此猝不及防的方式到来,直至夺走他的生命。后来我才知道,父亲早已患有高血压,只是乡下的医生每次看病,只让他拿一次药,从未提及病情的严重性,更没嘱咐过要长期服药。那些零散的药片,在父亲眼里或许只是缓解头痛的寻常药物,他依旧日出而作,日落而息,把健康的隐患埋在了日复一日的辛劳里。

父亲逝世后,我开始搜集高血压与中风防治的文章,每看到一句“坚持服药可有效控制病情”,心口便被什么东西撞击了一下。68岁,本该是安享晚年的年纪,若当初给他看病的乡下医生能告诉他必须长期服药,若我知道得了高血压病没有按时服药的后果,父亲是不是能陪我们走过更多春秋?这份悔恨像藤蔓,二十几年来在我心底肆意生长,缠绕着无数个思念的日夜。

或许正是这份无法弥补的遗憾,让父亲频频出现在我的梦中。

梦里的场景总离不开老家,他要么在田埂上除草,要么在菜地里劳作,依旧是风里来雨里去。不同的是,每次梦中我都清楚地知道他患有高血压,于是急切地拉着他的手,催促他去服药,一遍遍叮嘱:“爸,一定要坚持吃,不能停。”他总是笑着点头,可我依旧放心不下,跟着他在田埂上走了一程又一程。这样的梦境,我不知道重复了多少遍,每一次都那么真实。

父亲在村里算得上文化人,读过“农业中学”,当了二十几年生产队会计,算盘打得又快又准。农闲时或者遇上雨天不能下地干活,他最爱读古典小说,《三国演义》《水浒传》里的故事,他能如数家珍地讲给大家听。后来有了电视机,历史题材的电视剧成了他的最爱,常常看得入迷。我常常想,当初若是能寻来一些防病养生的书籍给父亲读读,让他多了解自己的病情,是不是就能让他重视起来呢?可那时的我,和乡下的大多数人一样,对高血压的危害一无所知,总觉得父亲身体硬朗,些许头痛脑热不过是小毛病。

当初,山村的日子平静而闭塞,那时乡村不乏有人因中风或猝死离世,却不知这些病与高血压的关系,更不知道这样的不幸会降临到自家。直到父亲倒下,才给了我当头一棒,可一切都已无可挽回。在山村,有不少像父亲一样的庄稼人,他们勤劳善良,一辈子耕耘土地,把汗水洒进田垄,把希望种进泥土。他们不贪图享受,不畏惧生死,却唯独缺乏基本的自我健康意识和医学常识。他们用生命的代价,给后辈留下了无尽的悔恨与深刻的警醒。

如今,每次回到老家,常常会去村里的老人们讲健康知识,讲高血压病的防治。看着他们认真听讲的样子,我想到了父亲,如果当初有人这样提醒他,该多好啊!老屋后边的梧桐树依旧枝繁叶茂,山村已不再有父亲的身影,可田埂上仿佛还留着他的脚印,风中似乎还飘着他的叮嘱。

二十几年了,父亲的音容笑貌,在梦中愈发清晰。那些梦境,有思念,有遗憾,更有警醒。它提醒我,生命何其脆弱,健康何其珍贵;它也让人明白,有些遗憾无法弥补,唯有带着这份思念与警醒,好好生活,关爱身边的人。



## 苦楝树下忆母亲

| 李松祥

清明,雨丝如织,我站在老家院外那棵苦楝树下,风卷着细碎的花瓣落在肩头,忽然就想起了六十多年前的那个夏天。母亲走后,也是这样的苦楝树,也是这样带着凉意的风。我攥着一把蒲扇,蹲在她的灵前,一边哭,一边笨拙地替她扇风,想把那些扰人的蚊虫都赶走。那年我八岁,不懂生死的重量,只知道那个会把我抱在怀里、会在油灯下纺线、会把红薯粥熬得糯糯的人,再也不会回来了。

母亲走的时候,只有三十五岁。她留给这个世界的,是四个尚在懵懂的孩子——最大的十五岁,最小的才三岁,还有满屋子没纺完的棉线,和灶台边半凉的锅碗。旁人都说她狠心,怎么舍得抛下骨肉独自离去?可后来我才懂,她不是不爱,是她的一生,早已被贫穷、劳累和病痛熬得油尽灯枯。母亲是个再普通不过的农家妇人,可在我的记忆里,她是无所不能的。天不亮就下地,晌午顶着日头回家做饭,晚上在煤油灯下纺线织布,直到鸡叫头遍才肯歇下。她的手是粗糙的,却总能缝出最合身的粗布衣裳,总能把野菜和红薯做成我们最爱的味道。她从不抱怨日子苦,只在夜里把我搂在怀里,轻声说:“要好好活,活得有尊严,活得挺直腰杆。”

母亲走后,我们按老家的习俗守孝三年。守孝的日子是漫长的,可那些关于母亲的记忆,却在岁月里一点点变得清晰。我从她的老邻居、老同事口中拼凑出更完整的她:原来她年轻时也是个爱说笑的姑娘,只是后来被生活压弯了腰;原来她去县棉纺厂做工时,总是把省下来的馒头偷偷塞给饿肚子的孩子;原来她那么舍不得我们,临走前还一遍遍摸过每个孩子的脸,反复叮嘱我们要互相照应。

母亲走了,可她的话,她的样子,像院子里的苦楝树,一年年抽枝发芽,在我心里扎了根。我长大、成家、当了父亲,后来又当了爷爷,可每次遇到难处,总会想起她那句“活得有尊严”。那些她熬过的苦,吃过的累,都变成了我人生里的底气——她用一生教我,再难的日子,也不能丢了骨气;再苦的生活,也要攒着温柔与希望。

坟前的草青了又黄,黄了又青,转眼就是六十多年。以前每年清明,我都会带着孩子去坟前看看,说说家里的事。如今清明再去,坟头的苦楝树已经长得很高了,风一吹,叶子沙沙响,像她在跟我说话。时光会走远,故人在心间。我蹲下来,像小时候那样,轻轻拂去碑上的尘土,她从来没有离开,只是换了一种方式,活在我走过的每一步里,活在我教给孩子的道理里,活在苦楝树下那缕带着她气息的风里。

小时候总觉得,母亲是世界上最厉害的人;长大后才明白,她只是个被生活磋磨的普通人,却用尽全力,给了我们全部的爱与力量。她没能享过一天福,没能看到我们成家立业,没能抱一抱她的孙辈,可她的温柔与坚韧,早已刻进了我们的骨血里。

清明雨停了,阳光透过苦楝树的缝隙洒下来,落在坟前的青草上。我站起身,对着墓碑深深鞠了一躬,轻声说:“妈,我挺好的,您放心。”有些思念,不必声嘶力竭;有些告别,从来都不是终点。那些被文字记下的往事,那些藏在心底的牵挂,都是我们与故人之间,最温柔的桥梁。母亲不在我身边,却永远活在我的心里,活在每个清明的雨丝里,活在苦楝树下,那缕带着暖意的风里。



## 春日向新

| 杨朝辉

总有一抹光先于晨雾醒来  
推开玻璃上凝结的夜  
花瓣与露珠悬在枝头轻颤  
分离,是迟早的事

一只白腹山雀扑簌簌  
抖落羽间残存的雨痕  
它不为昨夜积水里  
破碎的倒影而迟疑

钟声在墙壁里踱步  
未能收走满街狼藉  
海棠收拢淡粉薄瓣  
柳絮与风静静相依

而八点一刻的洒水车  
正将这一切  
推入澄澈的遗忘  
所有未尽之暗涌向  
排水孔旋涡的漩涡  
所有崭新之晨始于  
柳芽睁开眼时  
那道细微的裂响