

大手牵小手 萌娃田茹蜜和妈妈的瑜伽梦

□本报记者 洪 漩 文/摄



萌萌的小家伙用心地跟着妈妈的节奏练习瑜伽的基本动作,弄巧成拙的动作让人忍俊不禁。



杭州萧山有一对瑜伽母女,妈妈叫“兔兔”,女儿叫田茹蜜,她们的亲子瑜伽照总能在朋友圈收获满满的“赞”。

4周岁的田茹蜜非常可爱,初次见面就被她“萌”翻了。“兔兔”一边换着瑜伽服,一边问田茹蜜:“谁是世界上最美的人?”“妈妈!”小姑娘不假思索地给妈妈暖心的回答,可谓配合默契。

田茹蜜跟随妈妈的节奏,舒展身体,挖掘自己潜在的能力,动作轻松愉悦,冷不丁,她还会搂着妈妈亲上一口。

“兔兔”说,她高中时开始接触瑜伽,大学期间一直坚持练习,毕业后走上瑜伽教练的道路至今,一切似乎顺理成章,瑜伽早已植根她的生活。

在田茹蜜一岁多的时候,“兔兔”偶尔会带她来瑜伽馆,可爱的小家伙儿很讨学员喜欢。她总是乖乖安静地坐在一旁,潜移默化之下,“兔兔”惊喜地发现,不吵不闹的田茹蜜居然能跟着学员练完一整节体能课。

“平时我们在家也会进行一些瑜伽练习,就当小游戏一般,一玩一下午。”“兔兔”笑着和记者分享道。

田茹蜜两岁时就因为亲子瑜伽的照片成了妈妈朋友圈里的“网红”,有媒体慕名前来采访,“有时候出门还会被人家认出来,也有人会主动上来和田茹蜜打招呼,她都会很礼貌地回应。”“兔兔”微笑着继续说,“不过,我并没有想过让女儿走红,接受采访只是成长中的一个经历,她可以有更多尝试。”

在“兔兔”看来,每个人都是独立的个体,她对孩子一直秉持“放养”的态度,希望女儿能在成长过程中释放天性。“兔兔”说,对于田茹蜜的成长,她并不过多引导,而是以身作则,让孩子耳濡目染用心感受,“用文艺一点的话来说,那就是自己变美好了,孩子也会跟着变得美好。”



Yoga