

◎活力墨韵

以武为伴『闯江湖』

□祝学寿

别人退休后遛鸟养花,我退休后直接“闯江湖”去了——只不过这个“江湖”,是老年武术的“江湖”。

记得刚当上绍兴柯桥区老年体协武术分会平水辅导站的站长那会儿,我雄心勃勃,想着要把平水镇的老年武术搞出点名堂来。结果第一次组织晨练,只来了五个人,其中两个是来看热闹的,还有一个是我老伴儿——她纯粹是怕我尴尬来撑场子的。我站在空荡荡的广场上,手里拿着太极扇,感觉自己像个卖艺的,就差喊一句“有钱的捧个钱场,没钱的捧个人场”了。

后来我学聪明了,开始“忽悠”街坊邻居。见人就说:“老张,你这腰疼是不是?练太极比贴膏药管用!”“王阿姨,您这失眠啊?八段锦练一周,保准睡得跟婴儿似的!”别说,这招还真灵,队伍慢慢壮大了。

最逗的是教大家练器械。有一次教太极剑,李大爷非说剑太重,抡起来像在挥锄头。我让他放松点,结果他一使劲,剑直接飞出去插在旁边的花坛里,吓得一只野猫“嗷”一声窜出去老远。从那以后,我们站里多了条规矩:练剑之前,先检查方圆五米有没有猫。

比赛是站里的重头戏。区里老体协的比赛、活动,我们场场不落。有次太极拳比赛前,老周紧张得同手同脚,我安慰他:“别怕,你就当台下坐的都是白菜。”结果他上台后真念叨着“白菜白菜”,愣是给我们拿了个优胜奖。回来路上他得意地说:“老祝,下次比赛台下得摆茄子,白菜不管用了。”

这些年,我最大的成就感不是拿了多少奖,而是看到越来越多老伙计从家里走出来。以前整天唉声叹气的刘姐,现在成了我们站的“太极女神”;以前行动不便的老赵,现在能站着打完一套八段锦。每次看到他们练功时那股认真劲儿,我就觉得,这站长当得值。

在平水镇第三届武术交流赛上,儿子问我:“爸,您这天天折腾图啥?”我指了指场边那群老伙计——他们一个个笑得跟朵花似的,脸上的褶子都挤成了幸福的纹路。这些笑脸“不值钱”,可每一张后面都藏着笑声、汗水和那么点儿不服老的倔劲儿。人老了,总得找点乐子,我的乐子就是带着这帮老伙计,在武术的江湖里继续下去。

明年平水要搞镇第四届武术交流比赛,节目单上有我的“独门绝技”——太极剑。要是看到我动作突然慢下来了,别担心,那是在找飞出去的剑。



◎体坛妙笔



家园

□温州市羽毛球协会 金国斌



城市之光

◎诗与远方

“浙”里小球传礼

□西朗

之江文体中心的弧光耀眼,
一枚乒乓球跃过球网时,
抖落满室星芒——
文明的种子裹着橡胶的脆响,
在球拍与球台的对仗里,
生长出平仄相间的韵脚。

球拍是文明的节拍器,
将“浙江有礼”融入每个挥拍的日常。
捡球时的俯身,比弧线更谦卑,

礼让的手势,
在比分之一外织就更柔软的积分榜。

体育精神与文明基因重组,
让每个旋球都划出文明的等高线,
从之江向全域蔓延的涟漪里,
我们都是被球拍弹起的星辰,
在规则与善意编织的经纬间,
写下属于这个时代的——文明弧圈。

◎光影瞬间

古城掠影



□浙江省铁人三项运动协会 沈益亮