

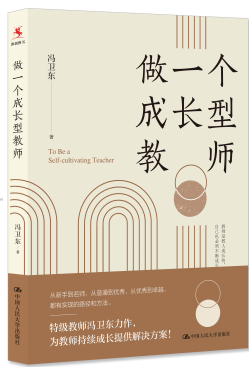
好书 共赏

风物 杂谈

# “精气神”“基本功”和“慢煮茶”

## ——读《做一个成长型教师》有感

■徐鹏



《做一个成长型教师》  
冯卫东 著  
中国人民大学出版社

岁月不居,时节如流。不知不觉我已工作4个年头,逐渐褪去刚刚走上讲台的生涩与懵懂。近来偶然读到冯卫东老师的《做一个成长型教师》这本书,才发觉自己其实也只是刚刚摸到教书的门槛。

面对当今复杂的教育环境和不断变化的教育形势,作为一名青年教师,我深知只有在职业生涯起步阶段认真做好规划,不断提升自己的教学能力和专业素养,做一名成长型教师,才能在教师岗位上稳致致远。

### 葆有青年的“精气神”

“教师是人类灵魂的工程师”,要塑造

好下一代的灵魂,教师就要从自我灵魂的优化出发,首先要做的就是提振精气神。虽然入行4年,却也自觉自己已走过职业生涯的新鲜期。刚刚站上讲台时踌躇满志,誓要有一番作为,如今我满腔的热情仍在,却不免产生一些职业倦怠感。作者在书中提到教师应具备三种观念,为我转变心态指明了方向。

第一观是功利观。教师应具备适度的功利心,功利心可以增强人的竞争意识,提供前进动力。教师要修成“大功利心”,既要为国建功、为民生利,也需功在学生、利在自身。但功利心不可过强,不必对蝇头小利趋之若鹜,也不能因急功近利而误入歧途。

第二观是舍得观。教师不能“躺平”或“摆烂”,应树立正确的舍得观,以舍求得,得而能舍。李吉林老师舍去了许多升学、考察、讲学、进修的机会,一心只盯住一个问题研究,终成一代名家。对青年教师而言,要把一些消极或无关紧要的念想舍弃,轻装前行,方能走得更远。

第三观是惬意观。教师不是苦行僧,要适度追求和享受教育人生的惬意,这种惬意是建立在教育工作游刃有余的基础上,这也要求我们努力提升自我。不仅自身惬意,也能够将这种轻松传递给

### 练好教师的“基本功”

没有基本功,就没有教育活动的一切。练好教育教学的基本功是年轻教师对自己最基本的要求。初登讲台,无知无畏,我很快就遭遇了底子薄带来的尴尬。知耻而后勇,此后我不断修炼自身教学能力,积极向优秀教师学习,认真钻研课标、钻研教材、钻研学生,并积极参与教科研,慢慢能够站稳讲台,也开始取得了一点成绩。这让我尝到了甜头,也激发了我继续前行的动力。

作者认为,成长型教师有一个重要标志——不时产生本领恐慌。美国有学者把人的学习区域分为由里到外的三个圈,分别是学习区、恐慌区和舒适区。我常居学习区,亦偶涉恐慌区(自己力所难逮或难以胜任的区域)。恐慌之后是舒适,也唯有恐慌才能滋生更大也更深的舒适感。这时的舒适感其实源自较为充盈的底气、较为丰富的底蕴、较为美丽的底色。

作为语文教师,我深知“吾生也有涯,而知也无涯”,正如于漪老师所说,一辈子做老师,一辈子学做老师。基本功是可变的、发展的主观能动性,是用进废退、需要不断赋能的发动机,需要不断保养更新,才能在教育道路上跑得更快更久。终身成长的教师理应不断修为,积淀和拥有充足

的底气、底蕴和底色。

### 心怀成长的“慢煮茶”

我也曾因教学成绩不佳、自我提升不明显而焦虑,这种焦虑一方面源于学校、学生、家长的外部压力,另一方面也源于对自己的内在要求。其实适度的焦虑对教师发展有积极意义,能够促进教师的成长,但同时,教师也应意识到,成长是一门慢的艺术。

我们常说“心急吃不了热豆腐”,教育更不是一件急于求成的事情,对待学生是这样,看待自身发展也是这样。每一节优课都要经过多次磨课,每一篇论文都要经过多次修改,每一个名师都曾经历数十年缓慢成长时光。正如汤卫红老师所说,想要真正达到“看山还是山,看水还是水”的境界,是急不得的,要经过较长时间的历练,较多尝试支撑,较多错误反哺,这必然是在“慢”中渐渐提升的过程。

大多数人在成长过程中都难免会经历一个“被遮蔽”而难以明见的阶段,在这个阶段,往往要进行一些茫然无绪的尝试和探索,看似无效,实则是在为后续的成功积累经验。就像陶渊明笔下的武陵人偶入桃花源,“初极狭,才通人,复行数十步,豁然开朗”,只要坚持下去,终会有豁然开朗的一天。

# 刀板香

■李晋

一方水土一块肉,腊肉品类多矣。这当中,属“刀板香”一名最有诗意,其美在含蓄,发人幽思,一扫荤食的浑浊之气。

刀板香出自徽州,传为明代大员胡宗宪命名。腊肉放在香樟木质地的刀板上入锅蒸熟,接着在上面把肉切成薄片,长久的接触中,肉香留在木刀板上,木香传到腊肉上,它们相互成全。徽州人也成全它们,索性连肉带刀板一起上桌,同时在它们周边点缀笋干或鲜笋。

刀板香所取猪肉,为徽州所产黑猪、花猪。徽州多山富水,具备养猪便利,民间养猪,蔚然成风。清道光《徽州府志》载:“中家以上别饷大家至二三百斤,岁终以祭享,谓之年馐。”在没有冰箱的情况下,吃不完的肉腌成腊肉便可经久保存。

得皖风皖水浸润的腊肉透亮鲜艳,瘦肉淡红,肥肉浅黄,透过搁在木刀板上的肉片,能看到刀板上形若河流的木纹,因间接的观赏,木纹更像是被薄雾笼罩的淮河,透露着神秘的美感。刀板香里,也许还存在着未知的故事。

无论样子多么美妙,名字怎么酷炫,在徽州百姓心目中,刀板香就是一道家常土菜,逢到喜事,来了贵客,刀板香绝对少不了。咸香的腊肉外加油润的笋干,佐酒下饭两相宜。作为主角的腊肉味道丰腴软糯,咸香中暗藏鲜甜,入嘴品嚼时,有清新气,如王维的田园诗;入腹回味时,有雄浑气,又仿若岑参的边塞诗。朵颐之间,有欢乐,有沉思,有感慨,无言拨动着品食者的心弦。

友人阿飞出生在安徽黄山脚下,少时学厨艺,出师后来我的家乡江苏泰州开店,博得一番大事业。阿飞擅长烹制刀板香、臭鳃鱼、毛豆腐等徽菜,我在他的家中看到樟木刀板一块,沉重坠手,色泽深沉。阿飞说,此刀板已使用30余年,是他创业初期找老家木匠定制,原来做了三块,现今仅剩下一块。这块樟木刀板上已有道道裂纹,但阿飞一直不舍丢弃,笑称要将其作为传家宝。我吃过阿飞用这块木刀板烹制的刀板香,滋味令人难忘。

刀板香,能补养元气;刀板香一名,能引发诗情。我遥想某个惬意的傍晚,坐在皖南古村的村口,以刀板香为茶食,不紧不慢地泡喝着祁门红茶,看满天的红霞,青山依旧,鸟雀亦鸣,天地间的美好,就这样一点一点地漾在心头。

心灵 火花

# 戒烟漫谈

■童如珍

那日翻阅家庭记事本,一行文字赫然出现于眼前:1999年7月3日,戒烟。嘿!原来自己戒烟已25年了。

仔细回想,抽烟对我的诱惑,其实始于小时候。我父亲是位忠实的烟民,他喜欢用那个铜质水烟壶抽烟。装上烟丝,点着火,嘬起嘴猛吸。烟丝烧得通红,“嗤嗤”作响,水斗里则发出“咕噜噜、咕噜噜”的声音。一口烟吸进肚里,憋了许久才从鼻腔里徐徐呼出。接着,团团烟雾袅袅腾升,空气里弥漫着一股香气。他吸烟时自我陶醉的神情,就像在享用一顿美味大餐。由此我想,香烟肯定是好东西,以后我也要尝尝。1981年参加工作,刚发第一个月工资,我便到公社的供销社花一毛八分钱买了一包“庐山”牌香烟,抽上了我平生第一支香烟。之后便不知不觉地上了瘾,且烟量节节攀升,从一天一包发展为一天两包。10年后,我调到城里工作,那时办公场所不禁烟,每天到办公室的第一件事便是抽烟,且须连抽三支方为过瘾。尤其晚上加班写材料,烟抽得更凶,往往一夜两包,以致口中发苦,舌头发麻。

1994年,我因十二指肠溃疡出血住院。医生告知,抽烟是罪魁祸首。于是我尝试着戒烟,至1995年,戒烟一年,取得阶段性成果。可沾沾自喜了不久,又鬼使神差地复吸了,戒烟宣告失败。之后,屡戒屡吸,并且戒一次烟瘾便加重一次,让我信心骤减。马克·吐温曾说:“戒烟有何难?我都戒过上千回了。”这句幽默话,道出了戒烟的艰难。

1999年,我父亲因肺心病去世。我也因烟抽得太凶,咽喉炎经常发作,夜间咳嗽,痰带血丝,难以入睡。那年我暗下决心:坚决戒烟,永不复吸!

时值夏季,又遇上感冒,机不可失,时不我待!赶紧将打火机、烟灰缸和烟全部扔掉,再兜揣糖果,随时抵御烟瘾发作。有很长一段时间,我都感觉自己像失了魂,精神恍惚,食不知味,蔫蔫然一副病态。

大约半年过后,抽烟的欲望消退了,我的身体逐渐恢复。面色光嫩红润,体格结实健壮,上楼能一步跨两级台阶不带气喘,精神变得轻松愉悦。但还时不时梦见自己抽烟的情形,惊醒后默念:坚持,再坚持,一定要取得戒烟战役的全面胜利!

某一天,妻子愕然道:“好久没看到你抽烟了,啥情况?”“戒了!”我的语气斩钉截铁。“是吗,你以前不是戒过好多次吗?”“这次真的戒了。”“那就好,别嘴硬!”妻子一副怀疑的表情。

一年,两年,五年,十年……自1999年7月3日抽了最后一支烟,我就再也没有碰过香烟了。看来这次真的成功了!

戒烟行动圆满收官,我体会颇深,把原因归纳为两点:重视是前提,坚守是关键。这些年来,我常拿戒烟的事例来证明自己的自律与刚毅。许多场合,他人递烟,我一摆手,笑答:“不好意思,我不会吸烟。”几分得意溢于言表。

大事小事,思想上重视,行动上坚持,才能有始有终。工作也好,生活也罢,大概皆为如此吧。

闲庭 随笔

# 蜜蜂

■康海群

犹记年少时,春花烂漫的时节,我和三五个小伙伴牵着亲手制作的各式风筝,赶集似的聚拢来,在乡村的田野里疯跑,刚刚解冻的泥土弄脏了妈妈新做的黑绒布暖鞋也浑然不知。欢声笑语撞破了蓝天,缠住了白云,也擦亮了晚霞。弟弟颠颠地跟在我后面,一起狂欢。

蓬勃、灿烂的油菜花铺天盖地地开了。“儿童急走追黄蝶,飞入菜花无处寻。”杨万里这句诗说的是黄蝴蝶飞入金灿灿的油菜花里,孩子们难以寻觅。其实,金黄的蜜蜂才是油菜地的常客。在阳光灿烂的日子里,它们不知从哪儿窜出来,“嗡嗡嗡嗡”地穿梭在菜花丛中,忙着采蜜。薄薄的膜翅急速地扇动着,似乎在为自己的哼唱得意地打着节拍。那时我常常在想,这么多蜜蜂是从哪儿来的呢?

一天中午我放学回家,在屋前,一幕景象吸引了我。那个时候家里都是土坯房子,土墙里里外外有些小洞,洞的附近有许多蜜蜂绕来绕去地飞。这些洞莫非就是蜜蜂越冬的家?我凑近小洞仔细瞧,果然看见一只只蜜蜂爬到洞口,膝状的触角前后摆动着,瞪着椭圆形黑水晶似的大眼睛,两侧的羽翼奋力蹭蹭洞壁,挣扎着挪到洞口,便“呼”的一下飞出去,悠悠然、喜滋滋地飞向金灿灿的油菜花丛中。

我突发奇想:能不能养几只蜜蜂为我酿蜜?随后,我找来一只空酒瓶,掰一小截芦苇秆,走到土墙边,用芦苇秆小心翼翼地掏小洞,待蜜蜂爬到洞口时迅速将酒瓶口对准它们。这样一个洞里能掏好几只,这个洞掏完了再掏另一个。不

多时,酒瓶里就成了蜜蜂的舞场。我掐了几朵油菜花放到瓶子里,还倒了点水,从床头柜的抽屉里找了些碎破布,卷成一团塞住瓶口,心想:蜜蜂这下有吃有喝,就能为我酿蜜了。为了不让弟弟发现蜜蜂酒瓶,晚上我把它藏在床底下靠墙的旮旯里。

第二天下午放学归来,当我满怀兴奋地从床底拎出酒瓶,拔出碎破布准备喂食时,我呆住了。原先在瓶子里嗡嗡作响的蜜蜂已经偃旗息鼓,一动不动了。

再长大一点,我从资料中得知,中华蜜蜂是东方蜜蜂的一个亚种,别称中蜂、土蜂等,是我国独有的蜜蜂品种,在东南沿海到青藏高原均有分布。2006年,中华蜜蜂被列入我国《国家级畜禽遗传资源保护名录》。由于滥施农药、环境污染以及引进西方蜜蜂等原因,当前中华蜜蜂的生存已受到威胁,而与之有关的整个植物共生生态系统也会受到影响。为了让人们了解蜜蜂和其他传粉动物对人类生活的重要性,2017年12月,联合国粮农组织将5月20日确立为“世界蜜蜂日”。

后来读到唐代诗人罗隐的《蜂》,我心中更是感慨:“不论平地与山尖,无限风光尽被占。采得百花成蜜后,为谁辛苦为谁甜?”每念及此,我就为自己之前闷死蜜蜂的事愧疚不已。

数十个春天过去,苏北的油菜花又满滩遍野地开了,蜜蜂们成群结队地盘旋于花间采蜜。它们辛勤劳作酿制的花蜜,经由养蜂人之手来到人们的餐桌,那清甜滋味也让我仿佛置身于绿水青山中,再次看见那在百花丛中穿梭的“甜蜜精灵”。

诗苑 椒英

# 在高空

■王柯

在拔地而起的高空作业,  
编织现代生活的毛细血管,  
像南来北往的旅客,  
为南北运送同样璀璨的夜晚

彼此肩上都扛着重任,  
在沉默中互为稳固的支点  
身处高空空中的人,  
一伸手就能撑起一片天,  
在土地日夜的监督下,  
轻轻拿起,再轻轻放下

公益广告

# 参与绿色行动 保护美丽家园



社会主义核心价值观  
富强 民主 文明 和谐 | 自由 平等 公正 法治 | 爱国 敬业 诚信 友善

2022年全国公益广告大赛获奖作品