

人生 行板

难忘冬日“放学路”

■马雪芳

50多年前,我在村里的狄巷小学上学。冬日,我最喜欢走放学晚学的“放学路”。

那是一条自由的路。我们村主要种植3种作物:麦子、油菜、水稻。冬日里,田里除了一小部分油菜,其他都是麦子,且那时“麦”色遥看近却无,因此我们的“放学路”十分宽广。我们不正规的道路,喜欢走在麦田里。“两点之间直线最短”的数学公理,我们早就知道了。放学后,我们穿过一丘丘麦田,跨过一条条小沟,原本要走3刻钟才能到家,这样径直走回家只需20分钟。这时,我往往会遇见奶奶,她多半在砖场上收晒了一天的芋艿、山芋、南瓜等,将它们装在竹编畚箕里再端回厨房。见我这么早就到家了,她停下手里的活,看看我说:“阿四,你又着(走的方言)麦田了,看看你的鞋子。”我低头,只

见两只鞋子全没了本色,满是尘土,便向奶奶保证:“奶奶,明天我不着麦田了。”可到了第二天,依然如此——着麦田,让人浑身舒坦。

一个人着麦田的时候很少,多的是小伙伴们结伴同行,其中插曲也多。一个伙伴走着走着,有意把一只脚往另一个伙伴前一伸,走在前面的人被绊倒,后面的伙伴也刹不住身子,跟着跌倒,一伙人全都滚成一堆。最后,大家爬起来,对着“肇事者”群起攻之,“肇事者”连连讨饶——大家不是真揍,不过用手指刮刮他的鼻子、松松他的裤带而已。还有一个伙伴走着走着,突然弯腰捡起一个东西,笑着说:“今天额头角头亮了,是一块紫铜。”说着就往裤袋里装。大伙一听,心想这可以卖几角钱呢,就羡慕地叫他掏出来让大家瞧瞧,那个伙伴却说啥也不愿意。于是大家把他按在

田里,几个人揪住他的胳膊,另一个人伸手往他的裤袋里掏,结果什么也没有——原来他在戏耍大家呢。

那是一条快乐的路。那时的冬天比现在冷得多,一过立冬,沟渠、小河开始结薄冰,再过一段日子,沟渠里的冰就从水面结到渠底了。这时候我和伙伴便不着麦田了,而跑到沟渠边在冰面上滑冰。我们用力将伙伴推到坡面的顶端,然后突然放手,他就在冰面上“嗖”地滑出去,能滑10多米远。我们还让一个人推着一群人滑行。那个人用断砖在冰面上砸两个坑,两只脚紧紧地踩在坑里,用尽吃奶的力气把我们往前推,我们“刺溜”竟滑动了30多米,高兴得嗷嗷大叫。为什么人多了,反而滑得更好了?当时我想不通,直至后来学了牛顿第二定律,我才明白力与物体的质量有关。一路滑行到家,身上、书

包上染了许多尘土,免不了又被奶奶数落一顿,只得多挑半篮子猪草将功赎罪。

那是一条收获的路。麦田附近的村子后面有好几片竹园,我们常去那里晃悠。一个竹园里往往有棵较大的枸杞树,树上结着已被太阳晒干、被西风吹干的枸杞子,让我们摘得精光。我们还爬到竹园里的樟树、榉树、朴树上,摘晒在枝条上的一粒粒樟子。我们摘了干的枸杞子和樟子卖给小镇上的中药店,一个冬天可以收获两三块钱呢。我们还着麦田去队里堆放垃圾的河滩,冬天河水退了一二尺,在河滩边上能捡到不少铜丝、铁块、铝皮、碎玻璃等。积攒一个星期后,又能去小镇上的废品回收站卖几角钱,买学习用品就不用向父母开口了。冬日“放学路”,一辈子难忘的路。

心灵 火花

起初,我没有睡过它,因为它长在阶梯教室外的转弯处,一个不起眼的地方。

后来,我注意到它,却并没有留下深刻印象,因为它一直光秃秃的,枝头上很少出现绿意。就算有一些树叶,也大多小小的,不起眼。

一场春雨淅淅沥沥地落下,无论是樱花树、紫叶李还是杏树,枝头都冒出嫩嫩的花苞,散发出阵阵清香。可这不起眼的小树仍伸展着黑褐色的枝条,没有花苞或嫩芽,我不禁对它心生怜爱。

我漫步在校园内,和煦的阳光洒满全身,十分温暖。走到小树前,我停下脚步,坐在旁边的长椅上,耳边传来广播里孩子们的诵读声:“泛舟清川渚,遥望高山阴。川陆殊途轨,懿余将远寻。三荆欢同休,四鸟悲异林。”童声朗朗,令人满心欢喜。

“你在欣赏紫荆吗?只要再来一场春雨,它定会绽放出艳丽的色彩。”尔东老师挨着我坐下,手指了指对面的小树。

紫荆,我终于知道你的名字了。回去的路上,我不停念叨着“紫荆”,生怕一不小心将它忘记。

晚间,我在书房看书,窗户忽然响起噼里啪啦的声音。仔细一看,雨不知何时密密地斜落下来。我想起尔东老师的话,高兴起来——这场春雨,说不定就是为紫荆花的怒放而来。

第二天晨起,天晴了。我走在校园内,到处听到鸟的啼叫,它们仿佛在说:“真正的春天来到了!”继续向前走,转角处,我又看见那紫荆,眼前的景象令我惊讶不已——花朵一簇簇,一丛丛,缀满了枝头。粗壮枝干上的花朵最多,多得分不清它是簇拥在一起的一丛小花,还是一朵热情美丽的大花。

远看,紫荆花像一团紫红色的云。正值午间,阳光毫不吝啬地将所有的暖意洒在花丛间、枝头上,紫荆花被衬得格外艳丽。许多孩童在树下嬉戏,有捉迷藏的,有昂首观赏花朵的,有踮起脚尖凑向前闻花香的……花儿和孩子们的脸庞相互映照,花看起来更鲜艳了,一张张脸庞也红润润的。

清朝诗人汪楫写道:“小妇扶犁大妇耕,陇头一树有啼莺。儿童不解春何在,只向游人多处长。”小孩子不知道春天在哪里,去游人多的地方找春天,而冰心先生将其改为“游人不解春何在,只拣儿童多处行”。只要有儿童的地方,就一定会有朝气蓬勃的春天。春天的紫荆,正是因为儿童相伴而生机盎然,亮丽多彩。

闲庭 随笔

太阳底下晒一晒

■唐占涛

在我的印象中,晾晒是一件盛大的事。无论哪个季节,遇上好天气,人们都喜欢晾晒一番,留存阳光的气息,收获好心情。

在我很小的时候,如果遇上大晴天,我的母亲便会朝着太阳的方向喜滋滋地说:“天气真好,可以晒衣服,晒被子啦!”接下来,她开始翻箱倒柜,把衣服被子都挂在院里的晾衣绳上。院子里,花花绿绿的衣服和被子挂得满满当当的,活脱脱一个热闹的大晒场。

母亲最喜欢的是在太阳快要落山时收衣服被子。经过了一天的晾晒,衣服上全是阳光的气息。每到这时,母亲都会在院子里待很久,闻闻这件上衣,嗅嗅那条被子。母亲欣喜的表情,引起了我的好奇,我也凑过去闻。那香味轻轻地飘进鼻子里,我仿佛正被一双温柔的手抚摸着,感到温暖、安心。后来我才知道,经过晾晒,衣物上的潮气和霉味会迅速消散,产生一种新气味,这便是所谓“阳光的味道”。

除晾晒衣物被褥外,一年中还有很多比较重大的“晒事”,如伏天晒书,秋天晒红薯干、萝卜干等。晾晒是使其逐渐干燥、逐渐呈现良好状态的过程。有了阳光的参与,一切都会变好。

人们在晾晒中获得了美好的体验,由此产生了“晒自己”的灵感。白居易的《负冬日》这样写冬天晒太阳的感受:“杲杲冬日出,照我屋南隅。负暄闭目坐,和气生肌肤。初似醉醇醪,又如蝻苏。外融百骸畅,中适一念无。旷然忘所在,心与虚空俱。”在冬天晒太阳,人们闭着眼睛感受阳光,杂念全无,内心宁静,忘了人世纷扰,无比轻松。

我以为,晒太阳更重要的是对心灵的净化。阳光代表光明和健康,心情烦闷时,人们不妨晒一晒太阳,除去负面情绪,留下阳光正气,让自己身心舒泰,坦然自若。太阳底下晒一晒,是一种修行。

紫荆

■蒋岭

教育 行思

寻味“法根”

■陈寅阳

阜宁县实验小学的黍稷堂内,江苏省语文特级教师薛法根开设了精彩讲座和教学展示,点燃了千余名教师的热情。薛法根呈现给我们的到底是什么?不妨与我一同细细寻味。

其味如酒。薛老师展现出的浓烈的爱,一如醇酒,让人陶醉。薛老师已在吴江盛泽耕耘36年,原因何在?薛老师给出了回答——“爱脚下这片土地,爱乡村教育事业,爱每一个学生,故能向下扎根,才会向上生长”。办好农民家门口的学校是他始终坚守的信念。“我要成为一棵树,而不是一只鸟。”薛法根说。

其味如土。薛法根最令人印象深刻的是朴实的乡土味。薛老师是江南农民家庭出身,父母是地道的农民,他曾说过,教师要像农民一样,相信每一棵庄稼都能生长,都能结出饱满的果实。自1988年开始工作,薛老师就植根于乡村教育这块沃土,“化作春泥更护花”是对他的最好诠释。在教育理念、教学风格上,薛老师如泥土一样清新、朴素。在执教《伯牙鼓琴》时,薛老师用了8分钟时间让学生写故事。静静的8分钟里,学生写,薛老师巡,看似简单,实则有道:设定目标,集中明确;围绕目标,分块实施;评价目标,一致连贯。在公开教学中,作这样的教学安排,教师需要一定的胆量、魄力。

其味如茶。读薛老师的书,听薛老师的课,有如品味江南名茶碧螺春,其味冲而不薄、淡而有味,需要细品。或许有点“苦”,或许有回甘。这是一种君子之风,不汲汲于得失,在薛老师的为人与教学上则体现为平中见奇、平中有味。

法根是丰富的、立体的、有层次的,江南在精神和气质上塑造了薛法根,让他拥有独特的味道。寻味法根,是为了更好地“法”根,期待他的教学思想在阜宁扎根。

园丁 看台

穿着文化衫去上课

■徐兆宏

朋友家的女儿思思任教初三道德与法治课,有激情,善演讲,会板书,敬业乐业,是学生心目中的“李子柒”。近期,区里开展青年教师基本功选拔赛,她从数百人中脱颖而出,成为区级参赛教师中的佼佼者,顺利进入最后现场授课环节。评委考虑到教师授课进度和话题热度,将展示课统一为统编教材道德与法治九年级上册《维护祖国统一》一课。

有热度,就有难度,课题的挑战性不言而喻。同时,课题发布与正式授课之间,只有短短几个小时供选手准备,非常考验青年教师的学科素养和课堂驾驭能力。思思却不慌不忙,平日里她常思考如何用自身言行教育感化每一名学生。前几周,她从网上购买了一件衣服,想着与课堂结合起来给学生一个惊喜,这次竞赛恰好用上了。

比赛这天,思思身穿一件红色文化衫,从容自信地走进教室,文化衫上印着“一点都不少”,在聚光灯下格外引人注目,学生们也因好奇心和新鲜感而充满渴望。课开始了,思思播放刘德华在台北演唱会的视频《中国人》,还带着孩子们一起唱,引发大家的情感共鸣。这节课里,思思以“一点都不少”为线索串联教学环节,从“一家亲”到“共振兴”,环环相扣,一气呵成。

穿着文化衫去上课,让文化衫成为教学的抓手,贴近学生生活,激发教学活力。这些设计源于思思平日勤学习、爱思考、善总结、勇创新。回校路上,我们忍不住为她点赞。



山林冬韵

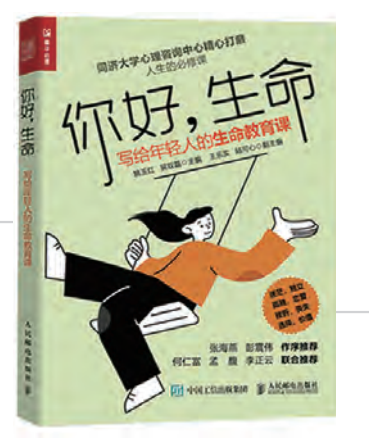
李昊天 摄

好书 共赏

开启“感知生命”的探索

——读《你好,生命》有感

■许波



《你好,生命》
姚玉红 吴双磊 主编
人民邮电出版社

《你好,生命》是同济大学生命教育课的成果总结,更是一部生命教育启示录。本书围绕孤独、联结、选择和韧性等主题,以通俗易懂的语言和丰富真实的案例为青年读者展现生命的深刻内涵,带领读者展开一场关于生命意义的探索。

本书从心理学与哲学视角开掘,既注重个体成长的心理变化,也关注人与社会、人与自然的和谐关系,兼具哲学深度与实践价值,不仅帮助读者理解生命的复杂性和多样性,还为当下年轻人在迷茫与挑战中找到前行力量提供了具体指导。

从三大维度开启生命教育

内在感知:认识“我是谁”。编者引导读者深入思考“我是谁”“我从哪里来”“我要到哪里去”等人生命题,强调自我认知是理解生命的基础。在第一章中,编者以一名大学生感到迷茫为引,揭示现代青年面临的意义危机。编者指出,这种危机并非偶然,而是时代变化与个人内在成长不

同步的结果。

本书强调,内在感知既关乎对自己身份的探索,也关乎对孤独的接纳。在第四章里,心理咨询师劝导学生直面孤独,并指出,孤独既是痛苦的来源,也是成长的契机。孤独不仅能帮助学生认识自身,更能教会他们处理复杂的情感。

联结与超越:理解人际关系的深层价值。本书重视人与他人、社会及自然的联结对生命的意义,通过探讨亲密关系与家庭纽带展现联结在生命教育中的重要作用。例如,编者在第五章提出,联结不仅是情感的需求,更是生命的动力来源。书中提到的母婴“静止脸”实验,生动揭示了早期情感联结对心理健康的深远影响。

此外,编者还从更宏观的角度探讨人与自然的联结,引导读者从中找到回归本源的平衡感。比如,通过与大自然接触,大学生能够缓解压力,发挥想象力和创造力,从而更好地应对学业与生活挑战。

选择与韧性:在挑战中成长。在第六章和第八章中,编者深入探讨了选择的力量和韧性的意义。选择是自由的体现,但自由也意味着责任与取舍。通过分析《月亮与六便士》的情节,编者探讨理想与现实的冲突以及如何追求自我与履行责任之间找到平衡。直面挫折、淬炼韧性是贯穿全书的重要主题。本书引导青年读者如何在面临学业压力和情感困扰时寻找意义,如何通过“恰到好处”的失败培养内心的韧性。

对大学生及心理健康教育者的启示

笔者以为,本书为大学生心理健康成长提供了有益的思考框架,尤其在“孤独、联结、选择、韧性”4个维度为高校学子及其教育工作者带来了新的启示。