

球场上的接力

——媒体人谢知远一脚足球传承健康与韧劲

本报记者 韩晓艳

体重
管理年

军队大院的操场，总带着阳光晒透的暖意。从谢知远记事起，每个周末午后，父亲和叔叔们便会占了这片场地。父亲踢球时没了平日的严肃，额上的汗珠混着笑意，在夕阳下亮晶晶的。他坐在场边看台上，看足球在人群中穿梭，像颗不安分的星星。

幼儿园的塑胶操场，成了谢知远的第一个球场。父亲给他买了只橘红色儿童足球，踢起来“咚咚”响。他教谢知远用脚内侧推球，说：“踢球和做人一样，要稳当。”谢知远追着球在草地上跑，父亲在一旁喊：“别急，看准了再出脚。”

上小学后，谢知远被选进校队。第一次代表学校比赛，他紧张得手心冒汗。中场休息时，父亲递来一瓶冰镇汽水，

瓶盖拧得紧，谢知远拧不开。父亲接过去，“啪”地打开，粗糙的手掌抹掉他脸上的汗：“输了不怕，别让人说咱大院出来的孩子没拼劲。”那场球他们赢了。谢知远扑进父亲怀里时，比捧着奖杯还踏实。

踢足球的孩子似乎从不知道累。放学铃一响，书包往教室后排一甩就往球场冲。夏天浑身湿透，冬天鼻尖通红，回家总能多吃两碗饭。那时每天在操场上撒欢，浑身的骨头像被春雨浇过的树苗，蹭蹭长。队里的小伙伴个个晒得黝黑，胳膊腿结实得像小钢炮，体检表上“体重”一栏，永远是“正常”。

足球教会谢知远的，远不止跑和踢。一次比赛，他们队落后两分，有人急得哭。队长抹把脸说：“输了不怕，拼劲不能丢。”大家咬着牙冲上去，最后虽

没翻盘，离场时腰杆却挺得笔直。后来他才明白，这就是父亲说的“韧劲”——输了可以再来，软了就站不起来了。球场上曾并肩作战的小伙伴至今保持着联系，一起拼过的情谊比酒还醇厚。

去年参加工作后，单位工会组织足球队，谢知远立马报了名。第一次训练，队友们挺着啤酒肚气喘吁吁。他们一周练一次，从跑两圈就喘，到后来能踢满全场，也不过用了半年的时间。有位同事原先血糖偏高，踢了半年球，体检指标都正常了，他拍着谢知远的肩膀：“这比吃保健品管用。”

今年是“体重管理年”，单位食堂贴了不少健康标语。看着队友们奔跑的身影，谢知远忽然觉得，父亲早就在教他这些了。父亲没说过“减肥”“塑形”，只说：“多跑

跑，身体结实了，干啥都有劲儿。”足球不是灵丹妙药，却像个较真的朋友，逼着他动起来，在奔跑中甩掉懒筋，在拼抢中找回精神头。

前几天整理旧物，翻出父亲当年的足球鞋，鞋钉磨得快平了，鞋面上有道洗不掉的泥痕。谢知远把它摆在书架上，旁边放着自己现在的球鞋。阳光透窗进来，两双鞋的影子叠在一起，仿佛中间有根看不见的接力棒。

他常想，等有了孩子，也带他去球场。教他用脚内侧推球，告诉他“踢球要稳当”；看他在草地上跑跳，喊他“别急，看准了再出脚”。让孩子知道，足球不只是输赢，是跑起来的风，是拼到底的劲，是能把健康和快乐一代代传下去的宝贝，就像父亲当年教他的那样。

图/谭希光

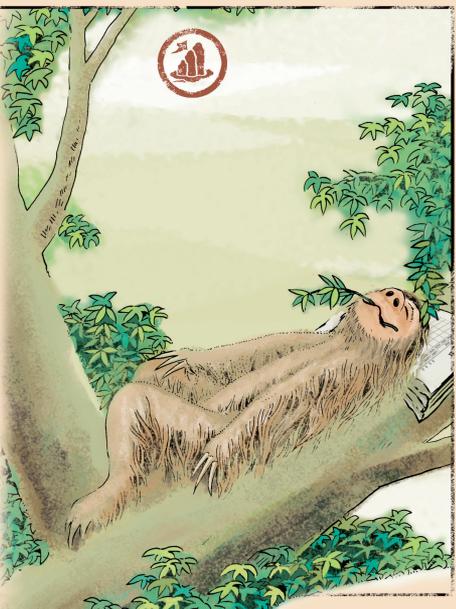


躺平族

刘晓亮 王宁



大山之中，林木枝繁叶茂，其间有兽，状如树懒，一日能睡二十多时，食可就地取材，身有毛发护暖，度衣食无忧之日，名曰躺平族。于内卷世界中，实为奇葩。



哑剧驿站



无题

范林涛

本报刊登的所有内容(转载部分除外),未经本报书面同意,任何单位和个人不得以任何形式,包括但不限于纸媒、网络(含无线增值业务)等介质转载、张贴、结集、出版和使用该产品,著作权法另有规定的除外。凡向本报投稿获得刊出的稿件,均视为稿件作者自愿同意下述全部内容:1.作者保证拥有该作品的完全著作权(版权),该作品无侵犯其他任何人的权益;2.本报有权以任何形式,编辑、修改、出版和使用该作品,而无须另行征得作者同意,亦无须另行支付稿酬。违法和不良信息举报电话:010-65363263 举报邮箱:jubao@people.cn