

## R 人生感悟

## 陪着我们跑的人

□陈启银

我没有时间陪你跑，你也要自己练。”

有天，我趁着傍晚有凉风，在小区内的步道上散步，看见不远处有一对母子在摇晃着活动身体。母亲长得瘦，儿子长得胖，两个人的背部已被汗打湿了一小片。待我走近身旁，他们准备沿着步道跑步，母亲提醒说：“循序渐进，先慢跑，不要着急，我们绕步道再跑两圈就可以了。”

那儿子显然不想听母亲的话，跟母亲讨价还价，扭扭捏捏。母亲则表现出十二分的耐心，自己慢慢跑到前面，让儿子在后面跟上。儿子还是磨磨蹭蹭，母亲又跑回来绕到他身后推了两把，好说歹说，儿子才跟在母亲身后跑起来。

等我走了一大圈，在另一栋楼的门口又看见这对母子，两人大汗淋漓，边做拉伸放松边聊天。我大概听明白了：儿子体重超标，平时运动较少，还有一年将中考，母亲未雨绸缪，利用双休日带着儿子练一练跑步，顺便把性情也磨一磨。母亲细心又负责，不仅陪着跑，还把跑步前应该怎么活动身体、跑步时怎么把握节奏、跑步后怎么放松的方法都教了一遍，并叮嘱儿子：“以后

可怜天下父母心，要让孩子健康成长真是一件“头疼事”，但又必须担起这个责任。很多关心孩子成长的父母会千方百计地陪伴孩子，陪读、陪考、陪练……如果说人生是长跑，那么一路跑过来，父母便是孩子身边的陪跑者，各种放心不下——上学时担心其成绩不好，误信歪理，受到欺负；恋爱时担心其所托非人，两个人不合适，以后的婚姻生活太多苦累；工作了担心其专业不对口、人际关系不好……虽说都成年了，这些都是孩子自己的事，可又有几个责任心强的父母真正放下过心？孩子成家了，按理说可以放手了，可父母嘴上不说，心里却总在替孩子着想，哪怕孩子不在跟前，父母的心也在陪着他往前跑。

陪跑的过程会有争执，比如在孩子的教育



方式上，家人意见不一致时要争论，想法不同步时得解释，理解有分歧时也要沟通。大家交流孩子锻炼的情况和考试的标准，商量以后的计划、分工合作需要各自具体做什么……总之，陪跑的过程会有不顺利，结果也不尽完美，有时辛苦付出并不会得到最理想的结果，但酸甜苦辣都是浮云，陪跑者的心中都有“甘愿”二字。

等孩子长大终于也为父母了，可能又会成为新的陪跑者，陪同他们的孩子成长。大家不一定都是孩子最好的陪跑者，但仍然像父母一辈那样执着地认为：倾尽所能，给予全部，陪伴成长，一起跑向“春风得意”，也一起跑过“雨打风吹”。

其实，在陪跑中怎么做都可能有缺憾，结果也未必圆满，但我们常心存感恩，感恩在他人陪伴中获得成长、关怀和真情……那些一起读书和探索未知的老师、同学，那些一起加班加点的主管、同事，那些不打不相识、互相斗智斗勇的对手和客户，那些一起吃过苦头、受过挫折、栽过跟头的合作伙伴和朋友……他们也都是我们人生长跑中的陪跑者。不同的是陪伴的时间和路程有长有短，能持续陪着我们十几年、几十年的不多，但一定是我们亲友、贵人和知己。

我们这些陪跑者一辈子大概就是这样的：在家里，你陪我长大是慈爱，我陪你变老是孝心；在外边，你陪我一段是缘分，我送你一程是恩情。我们是彼此的陪跑者，一起跑完属于自己的一山一水、一路一程，一起在陪伴向前跑的过程中成长、老去，但始终渗透着的一种情感

会一直支撑着我们，一直温暖着我们，那便是：爱。



## N 耐人寻味

airenxunwei

## 你怎么看

□夏生荷

单位装修，请来七八个搬运工，让他们将办公物品从5楼搬到1楼仓库。单位没有电梯，又赶上酷暑，于是搬运工人都脱掉了上衣，光着上身用背扛起物品。他们的膀子、前胸、后背，全都泛着黑红粗糙之色，应该是在烈日下裸露过多次了。几趟下来，每个人身上都是汗，但没有一个人愁眉苦脸，而是个个精神饱满，彼此间说说笑笑。

在征得他们同意的情况下，我拍了几张照片，录了一段视频。晚上回到家，我向正上初中的孩子展示了照片和视频，并问他：“你怎么看？有什么感想？”想趁机对他说明一下。谁料孩子毫不犹豫地回答：“我觉得挺好，他们干得很开

心，应该是乐在其中吧。”

孩子的回答大大出乎我的意料，尤其是那句“乐在其中”。他没有说搬运工太辛苦了，自己一定要好好学习，将来在就业上有更多选择余地之类的话，完全没有否定乃至贬低搬运工所从事的职业，而且还给予了肯定，让我听后非常汗颜。

职业不分高低贵贱。一些家长习惯以自身眼中的好与坏来评定某个职业，并武断地以此来教育和要求孩子将来一定要做什么工作、不要做什么工作，对于孩子的未来有百害而无一利。

## K 开心回味

aixinhuiwei

## 秋日童话

□刘琪瑞

## 为什么喜欢吃花生？

因为花生落花长果针，钻进土地妈妈的肚子里睡大觉，一觉醒来，变成了白果果、长果果。它们是一群泥孩子，土头土脑像我们小孩子。

## 为什么喜欢摘红枣？

因为小枣儿爱爬高，风儿吹，太阳晒，一串串红了屁股。它们喜欢卖弄，摇摇头、招招手，吸引我们赤着脚丫爬上树，直摘到小褂口袋都装不下，“咕噜咕噜”滚一地。

## 为什么喜欢听蛐蛐叫？

因为蛐蛐穿一身黑衣，长一对长腿，它是个夜行侠，爱打抱不平。蛐蛐喜欢掀开蓝色夜幕，弹琴、唱曲儿，弹着唱着，就把我们引到它的梦里来，“月儿明，风儿静，树叶儿遮窗棂啊。蛐蛐，叫铮铮，好比那琴弦声……”

## 为什么喜欢牵牛花？

因为它们起得早，一只只小喇叭给我们吹起床号，滴滴答、滴滴答。它会牵牛骑牛放牛吗？没看见，只知道它爬得那么高，仰起张张灿烂的笑脸，像不像你童年的样子？

## 为什么喜欢萤火虫？

因为它有光，幽蓝的光，“萤火虫，点灯笼，飞到西飞到东。”童谣里是这么唱的，当你找不到回



家的路，萤火虫会引你回家——虽然是微光，也足以温暖你，足以照亮夜行人前方的路。

## 为什么喜欢小葫芦？

小葫芦束着腰、泛着光，爬上树又垂下来，它会跳舞，会荡秋千，荡悠悠就把自己荡老了。摘一只晒干，掏了瓢，掏了籽，可用来装灵丹妙药，神仙道士常背着药葫芦，游山玩水，治病救人，好逍遥！一个葫芦开俩瓢，劈开长把葫芦，可以当水瓢舀水。那泛着月光的甜井水，喝起来有葫芦味，有月亮花花香。小时候爱看《葫芦娃》，现今更爱吃葫芦瓜，妈妈摘它做菜煮汤，水嫩嫩、鲜甜甜，是秋天的味道。