



一生的目光

□李晓

夏天的一个傍晚，我正呆坐在阳台上看云，突然接到一个电话，是宋老师的声音：“好久没给你打电话了，我前不久去做了白内障手术，现在能够看书了，你又出书了吧？”

我嗫嚅着，又诚实地回答：“像我这样的小作者出书比较难，再说，现在很多人都刷短视频了，哪有闲心看书？”电话里依然是宋老师能量满满的声音：“我眼睛好了，也很少看短视频，这个月我准备把张宏杰的一本历史书读完，你还是要相信文字的力量。”宋老师的话，让我感到好生惭愧。这一生，选择以文字为业，大多是因为别无所长，性格软弱而执拗，只能向内求索，将文字表达作为自己的出口。

今年87岁的宋老师，是我的高中历史老师。当年我的历史成绩并不好，与他深度交往，还是一次历史课上，我埋头看金庸的小说，宋老师其实早就发现了，但他出于爱护我的面子，没有当众制止。下课后，宋老师把我请到他的办公室，掩上门，同我谈心。他说：“我知道你想当作家，从事文学创作，多学一些历史，今后用处大。”自那以后，我在历史课上专心起来，高考时历史得了高分。

但，我高考还是落榜了。经历了一段时间的沮丧与不甘之后，我准备拿起堂叔为我在小镇铁匠铺子里打的锄头、镰刀，一辈子匍匐在土地里求生。

那年秋收时节，49岁的宋老师让一个同学引路，来到我在山村的家，送给我一套路遥的《平凡的世界》。他说：“你要向孙少平学习，就是在村子里种庄稼，也要种好。”在这本书的扉页上，有宋老师写下的勉励之语：“人的生命力，是在痛苦的煎熬中强大起来的。”那是摘录书中的一句话。宋老师的小楷字迹，干净清朗。

那天，母亲做了一顿农家饭招待宋老师。临走，宋老师突然摸出10元钱，说是中午的伙食补助。母亲急了，说：“宋老师，你是我家娃娃的老师，你来看他就很不容易了，这伙食费，绝对不能收。”宋老师有些难为情地笑了，他说：“我听乡里的干部讲，他们到群众家吃饭，都是要付伙食费的，这习惯好，我得学。”

我和母亲送宋老师到山崖边的小路上，他再次回头鼓励我：“你得向孙少平学习！”望着身材矮墩墩的宋老师消失在山崖下，我趴在一快山石上，泪水嗒嗒落在石头上。

第二年春天，我通过考试去了一个小镇工作，最初的工作是单位出纳。到小镇去之前，堂叔郑重地对我嘱托：“侄儿，锄头不能丢，镰刀也还给你留着，在镇上混不下去了，再回来种地，现在科技发展得快，稻子亩产量越来越高了，只要人勤快，饿不死人！”堂叔又鼓励我说，村上已经有3个万元户了，假如你不走，你就是第4个。

我在镇上工作的消息传到了宋老师那里，他从教书的县城兴冲冲地赶来，直接找到我在镇上的办公室，一进门就朗朗大笑：“你看你看，我说要你向孙少平学习，你真学了，给我这个老

“桃李不言，下自成蹊。”三尺讲台外，是老师用一生的目光织就的星河。那些藏在批注里的墨迹、递到手中的书籍、转身时的叮嘱，都成了光阴的种子——在未来的某日，突然抽枝，让平凡的我们长出超越平凡的勇气；在人生的旷野上，为我们标出无限可能的疆界。教师节来临之际，本版特选发两篇文章，致敬那些用目光温暖岁月、以智慧点亮人生的师者。

学生物的体育老师

□雨茂

我爱上体育运动，缘于李老师的影响。李老师学生物出身，却担任高中体育老师，确实令人费解。据说因为当年学校缺体育老师，李老师转行教体育，这一干就是一辈子。

李老师教我们那年，正好是高三。在有的学校，高中毕业班的体育课常被“语数外”等主科占用，我们却从没遇到过这种情形。李老师50岁出头，个头不高，国字脸，留寸头，头发根根直立，表情一贯严肃。因为从教时间长、工作敬业、学生喜爱，李老师广受尊重，没人敢占用他的课。李老师的课，学生不能迟到早退，迟到要挨罚跑圈，早退更逃不过他的火眼金睛。李老师的课，须打起十二分的精神，稍有懈怠，就会受到厉声批评，比上课紧张多了。

我当时正受神经衰弱症的折磨，彻夜难眠，没有食欲，更没有精气神儿。身为一个男生，体重不到55公斤，蹲的时间长了，会眼冒金星；用力大一些，就头晕目眩；快跑几步，又感觉喘不过气来。因为体质极差，我很怵体育课，但运动场上的李老师很“冷血”，对女生都不会怜香惜玉，更不会对男生网开一面。

李老师的课从热身运动开始，先围绕操场跑三圈。李老师掐着秒表，大声催促领头的体育委员快跑，同时高声吆喝后面的人跟上。接着是活动关节与拉伸运动，然后进入正课。记得我们学过篮球运球与三步上篮、排球垫球及接发球，还有跳远等。我后来爱上篮球，还能秀几手排球，都是李老师的功劳。

李老师年龄大了，不能做跳远示范，于是请了一位年轻体育老师做助教。我们学的是蹲踞式跳远，李老师要求我们一定要在跑步速度最大时起跳，起跳前的一步，步幅要稍小一些，腾空时要调动全部腰腹力量，跳得高一些，在空中必须将身体团起来，脚尽可能向前伸。

记得示范的年轻老师个子不高，助跑疾如闪电，在踏板上像皮球一样将身体弹射出去，动作潇洒漂亮，轻轻一跳就是6米开外，引得大家齐声喝彩。我们大都是农村孩子，跑跳投掷比城里孩子差多了。就跳远来说，一般同学也就4米多的水平，少数同学能跳到5米开外，6米多的成绩让我们惊为天人。多年

以后，我还能想起那飘逸洒脱的跳远动作。我震撼于运动之美，慢慢爱上了体育。

学校组建了排球队、篮球队、田径队，经常训练、比赛。晚饭后，看球类比赛，是我们最好的娱乐与放松方式。李老师既是教练，也是裁判，他把业余时间都用在了同学们的训练与比赛上。我清楚地记得，有个姓侯的同学，身高1.65米，长得白白净净的，酷爱田径，是校田径队的主力，深受李老师喜爱。学校规定每天早上都要晨跑，班主任必须跟班监督，侯同学总是比大家早起半小时，等我们到操场时，他已经汗流浃背了。临睡前，他还要用冷水沐浴，数九寒冬也从不间断，让我们啧啧称奇。当时我正受着失眠困扰，苦不堪言，侯同学的睡眠却极好。我向他请教，他说，首先要让身体疲劳，然后是排空所有的心思，睡觉时要像比赛那样专注。我没有比赛经历，只能在学习之余多打球、跑步，有时还去操场跑几圈，上床后打坐半小时，睡眠果然好多了。

四川多雨，学校没有室内体育场，在其他学校，只要下雨，体育课就不上了，但李老师的课照常上，比如改到学生食堂上课，或者在教室里上理论课。有一天大雨，李老师打着雨伞来到教室，快步走上讲台，从怀里掏出一张报纸读给我们听。虽然过去三十多年了，我还记得他读的是一篇关于养生、医疗方面的科普文章。

达尔文在剑桥大学学习期间，指导教师亨斯洛教授是植物学家，却精通昆虫学、地质学、矿物学、化学，正是在亨斯洛教授的建议下，达尔文选修了地质学。后来证明，这些学问对达尔文提出物种起源说产生了积极且深远的影响。

李老师能够教体育，完全是出于早年的兴趣爱好；他能对我们进行科学启蒙，又是生物学专业背景使然，到底哪一点对学生更重要，恐怕谁也说不清楚。

遇到李老师前，我没有锻炼习惯，身体素质差，性格内向自卑；遇到李老师后，我坚持锻炼，体质逐渐增强，变得开朗自信。我能考上大学，遇事能理性思考，李老师功不可没。

我想念这位学生物的体育老师了！

（作者为中国散文协会会员，现供职于重庆市万州区五桥街道办事处）