

六旬夫妇秀绝活 轻松劈叉一字功

□社区记者 赵明阳

如今,不少老人醉心于练功健身运动,但身怀绝技的老人并不多。近日,社区记者路过达城西外人民广场,巧遇两位老人练劈叉一字功,吸引了不少市民看稀奇。



当日上午9时许,社区记者在人民广场看到,两位老人并排站立双手展开,两腿前后慢慢分离成一条直线,约5秒钟左右,便齐刷刷地骑坐在地上。接着,大爷又慢慢转过身子演变成横劈叉,并双掌撑地,上身尽量向下;大妈则双手合十高高举起……整套动作十分连贯,轻松自如,惊得围观的市民们感叹声与赞誉声不断,不少市民纷纷用手机拍照。

“绝活,绝活!这是我们广场上一道亮丽的风景线。很佩服,60多岁的老人还这么能干。”一位中年男士自叹不如地说自己太胖,做几个俯卧撑都难,更不说玩劈叉。

通过聊天,社区记者得知,练功老人是老俩口,丈夫潘传云今年62岁,老伴李从秀与他同龄。“我们就住在西外。”心直口快的李从秀笑着说,她娘家在达川区石桥镇,23岁与丈夫成家后一直在农村种庄稼。上世纪80年代初,老伴进了县皮革厂工作,厂解体后他们先后从事过小包工与养殖业。现在年纪大了,便在广场附近的罗浮壹区买了套新房。每天清晨5点起床后,就与丈夫到空气清新景色秀丽

的大寨子公园练功健身,7点回家早餐后,就到人民广场跳交谊舞。

“生命在于运动,万事健康最重要。”潘传云说,他们练劈叉一字功是最近一年多的事。劈叉看似简单做起难,要循序渐进,否则易拉伤韧带。但只要刻苦,持之以恒就会熟练生巧,学起也快。现在她与老伴正在练习横劈叉,虽然难度大些,但也难不到他们。在一位市民的示意下,潘传云左脚与右脚又交替向上踢,右脚尖几乎踢过头顶,左脚尖也与头顶踢平。然后,连做10多个俯卧撑后又双腿跪地,双手抱头,全身后仰平躺再慢慢回起。站起身后又表演了金鸡独立等。

“广场上练拳剑的人多,只有他们会劈叉。”一位大妈说,这老俩口不但会劈叉梭一字,交谊舞跳得也相当不错,是大家公认的一对恩爱夫妻。

据悉,老俩口结婚40年来一直朝夕相处,风雨同舟,相濡以沫,爱便藏在他俩每天平平淡淡的生活中。

“旱烟琴师”田大爷

□罗章银

田大爷住在南城草街子社区,是位退休工人,今年78岁,身板还算硬朗,他每天清晨来到仙鹤广场拉二胡。他嘴里叼着一根又长又粗的旱烟,一边拉着二胡,一边吸着旱烟,路人给了他一个美称“旱烟琴师”。

有人调侃他,说他睡觉都把叶子烟衔起的,他笑着说“没有那么执着!可能吃饭衔起的时候有!”

他时常对周边的人说抽叶子烟可以治病、专治癌症!在场的人听后都不赞同他的说法。我那天专门批评了他:“抽叶子烟治病是不成立的,治癌症更是不可能的!叶子烟里面含有这么高的尼古丁,只有生病的,没有治病的道理!你这纯属歪理之谈!”他一脸的不服气,把我拉到他身边坐下来,然后开始讲述他的抽烟史:“我原来一直患有支气管炎,自从抽

了叶子烟后,支气管炎全好了,病没有了。那你给我解释看看,这个是怎么回事?!”我愣了一下,不知道如何来反驳。他眨巴着眼睛环视了一下四周,见现场无人反对,越说越起劲了。他说:“前些年,黄龙寺有个老年人得了肺癌,有人叫他抽叶子烟,过后他抽了,结果又活了好多岁……所以,你们根本不懂,这叫以毒攻毒!”

“你这属于巧合而已,断然没有科学道理的!”我本来还想和他继续争论下去的,但是看到他一脸高兴的样子,我又忍住了。不管怎么样,田大爷吸旱烟拉二胡,虽琴声不是那么优美动听,吸旱烟能治病也没有科学依据,应该只是一个“美丽的传说”而已,权当聊天罢了,但他这种自寻其乐、老有所乐的态度,还是难能可贵的。

咏新达城八景

□何世洪(69岁)

神剑园

将军故里神剑园,清风凛然正气轩。文韬武略大儒将,开国元勋伟业建。统帅三军国防部,两弹一星铸神剑。名园风采红满天,濡染国旗分外鲜。

玉印山

巴山魂后玉印山,独耸一峰州河岸。水环山前清波涌,云绕翠屏树参天。重檐叠层龙爪塔,塔顶极目天地宽。朝阳禅寺梵音绕,半是游人半似仙。

凤凰山

宾人凤凰结善缘,神鸟驮来凤凰山。祥云萦绕凤凰楼,秀水充盈二龙潭。元稹阁老遗风在,巴人广场书画院。青松翠柏展风骨,红军亭前温誓言。

鹿鼎寨

大禹铸鼎定九州,秦皇失鼎古通州。宝鼎神化一山寨,美丽传说古悠悠。八百旋梯登寨顶,十二曲径茂林幽。闲来何处觅仙境?此寨任君逍遥游。

莲花湖

莲花群岛翡翠山,一湖碧水荡漪涟。围湖青山映湖中,湖岛秀色更妖艳。瑞莲怒放香溢远,百鸟啁鸣闹喧天。岂止休闲胜景地,遂心灌溉万顷田。

翠屏山

繁华闹市一翠屏,得天独秀百媚生。旭照山岚笼芳林,暮观华灯夜通明。雨后青山斜阳映,洗净人间陋凡尘。难得达城肺腑地,一草一木总关情。

仙女洞

旖旎秀山空灵濛,天生一个仙女洞。凤凰仙女恋人间,不舍离去回天宫。霓裳羽衣化胜景,霞蔚云蒸隐尊容。小哥访仙何处寻?尽在达城入海中。

犀牛山

犀牛下凡镇祥地,太上老君失坐骑。瑞兽自有造化功,绿水青山天下奇。峰峦叠嶂山峥嵘,溪涧飞瀑水甜蜜。无限风光自然美,不是老夫弄玄虚。

珍惜新闻青春岁月

——2019年记者节抒怀

□张学阶(71岁)

又是一年记者节,激情放歌唱青春,同仁老少聚一堂,欢歌笑语来相庆。

壮志怀胸做记者,笔蘸浓墨写新闻,砥砺奋进四十载,脚踏巴渠铿锵行。

巴山渠水“捉活鱼”,崎岖山路脚窝深,包谷洋芋喷喷香,夜宿农家问贫困。

挑灯写稿熬通宵,半夜饥饿盼黎明,倾注心血写典型,讴歌巴渠追梦人。

风雨兼程心难静,新闻获奖最高兴,酸甜苦辣瞬间过,同伴贺喜搓一顿。

新闻青春岁月短,日月如梭入黄昏,珍惜时光追青春,圆梦抢时又争分。

望不尽的采访路,说不完的新闻情,意气风发新时代,不忘初心朝前奔。

党的使命牢记心,重任在肩催征程,人民乳汁哺育我,智慧人生报党恩。

采访路上步不停,工匠精神写新闻,唱响时代主旋律,气势磅礴天籁声。