

“爱晋江 爱晋马”征文

挑战晋马

张培坤

2016年,当晋江第一次主办马拉松赛事的时候,作为一名跑步爱好者,我满是期待,但最终还是因为犹豫不决错过赛事。

2017年,晋江人已经熟悉并且爱上这项家门口的赛事,而我也下定决心参赛。为了完成人生的第一次跑马,从年初开始,我一直认真备战。不幸的是,7月初,在一次足球比赛中,我的前叉韧带在对抗中不小心断裂。那种揪心的痛,不只是肉体的折磨,更因为有一种担心、害怕、不甘,假如——从此再也没办法参加体育运动……

拖着残腿苟延了两年,2019年,我终于下定决心做手术。很多人跟我说,你这把年纪了,又不是运动员,手术是有风险的,你又何必去冒这个风险?我知道大家是为了我好,但是酷爱翱翔天空的鸟儿,又怎么甘心失去它的翅膀呢?

手术很顺利,但是前叉手术最难的从来不是医生下刀的环节,而是术后的康复。因为打入两个可溶解的钢钉在膝盖内,用于固定住植入的自体,所以怎么避免这条自体 and 膝盖的血肉生长在一起,便成了术后康复最重要的事情。

康复的过程漫长而煎熬,每天都要在疼痛中进行屈伸训练。医生说,你要努力让韧带与骨骼重新建立连接,不能让它们粘连。我咬牙坚持着,每天1000下的拉伸,痛到不能自己也没有停下掰腿。我家附近没有专门康复的机构,我就利用网络各种平台自学康复知识。

在康复的艰难过程中,我感觉自己就像一只被困在茧中的蝴蝶,每一次拉伸、每一次掰腿的疼痛都是在冲破束缚的挣扎。无数个想要放弃的瞬间,脑海中都会浮现出站在家乡马拉松赛道上的憧憬,这让我一次又一次咬着牙坚持了下来。

随着时间的推移,康复训练终于有了明显的成效,我的腿渐渐恢复了一些力量。我开始尝试着进行一些简单的慢跑训练,每一步都小心翼翼。当我第一次能够平稳地跑上几百米时,那种喜悦和成就感无法用言语来形容。我不再是那个因为意外而一蹶不振的人,而是一个怀揣着梦想,为了热爱而勇往直前的战士。

时间很快来到2023年,当晋江马拉松的战火重新点燃时,我毅然决然地报了名。我知道我不能再和它擦肩而过。

比赛前的那一夜,我辗转反侧,难以入睡。我既兴奋又紧张,不知道自己四年的努力能否在赛场上得到回报。

终于,比赛的日子来临了。站在起点线上,我有些恍惚。看着周围热情高涨的跑者,不敢相信这是现实。直到听到一声激昂的起跑枪响,我的血液瞬间沸腾了。我深吸一口气,随着人群冲了出去。阳光洒在赛道上,两旁的观众欢呼雀跃,为我们加油助威。我感受着脚下坚实的地面,每一步都充满了力量。

刚开始的几公里,我按照自己的节奏稳步前进,享受着奔跑的快乐。可到了中段,身体开始出现疲劳的迹象,双腿像灌了铅一样沉重。我想起了康复时的艰难,想起了那些想要放弃的瞬间,心中涌起一股强大的信念。我告诉自己,不能停下,一定要坚持下去。

我调整呼吸,放慢速度,继续向前奔跑。身边的跑者不断交替,有人超越我,也有人被我超越。但我不再关注别人的速度,只专注于自己的目标。

随着赛程的推进,终点越来越近。我能听到终点处传来的欢呼声和音乐声,那声音仿佛有一种魔力,激励着我加快脚步。我咬紧牙关,用尽最后一丝力气,冲过了终点线。那一刻,泪水夺眶而出,所有的艰辛和付出都在这一瞬间得到了释放。就这样我成功跑完了8.8公里,虽然只是健康跑级别的比赛,但是它是我第一次完成马拉松比赛。

2025年,本来想带妻子和两个娃组建家庭健康跑团继续征战,却由于特殊原因,健康跑的环节取消了。比赛当天,我还是去了现场观战,给选手们加油打气。而没有了健康跑的晋马一如既往的热闹和激烈。

我在想,2026年,或许我可以尝试挑战一下半马,没问题的话,来年我一定挑战全马!毕竟,爱拼敢赢,永不止步,不仅是晋江人的信念,更是每一个追梦者骨子里的倔强。

窗里窗外

余子艺

一场“晋马”,就是一个窗口。看窗口内外,城市崛起,风光旖旎,氤氲着饱满的生活烟火气,即便小家碧玉,也不再囿于闽南的一隅。晋江主动打开的“窗口”,是自我的展示,也是视野的拓展、链接世界的桥梁,在一段奔跑的道路上,不断向着前方延伸。

这座以工业而闻名的城市,正在诠释着新时代工业的另一种内涵。她主动承接马拉松赛,邀请海内外追寻健康的跑者双向奔赴,以一场年度的相约,以一段滚动的旋律,烘托出城市的内在美。由此,你会发现,原来,工业森林吐露新鲜的气息,在窗口内外不断飘散。

“晋马赛道除了坡多外,赛道两侧的风景很漂亮,围观的市民很热情,天气也不错,跑起来很舒服。”来自河南的姑娘王琳颖对晋江的印象满是夸赞。而她在获得半程马拉松冠军后,更是充满了期待:“这是我第一次参加晋马,收获了今年第一个马拉松冠军,明年我还要来。”从晋江马拉松这扇“窗口”可以窥见,晋江风景和人文气息的美好,更有她希冀的未来、奔跑的快乐、洋溢的幸福。

可以说,晋江,是一个可以托付的所在。对她的眷念,纯情而深沉的告白,我想不会只有王琳颖一个人,而是还有更多的人:他们悄悄地搁置在内心,在一处只属于他们自己可以感知的地方,在经历岁月反复的沉淀之后,会越发清晰光亮、鲜活如初。

等待你去打开这扇“窗口”——之于晋江而言,又何尝不是一次又一次地打开“窗口”,敞开自己的心扉,也欣然接受了世界涌动的热潮,才有了一次又一次的“第一个冠军”,成就了“晋江经验”的经济发展样本,为高质量发展的亮丽底色描绘了厚重的一笔。

窗口之内,永不止步。借势改革开放东风,晋江依托实业走出了一条发家致富的好路子,让城市焕发崭新面貌,让群众共享发展成果,催生了一个又一个知名度、有影响力的产业品牌,成为这座城市的亮丽名片,也成为其对外展示的重要窗口。

一直以来,晋江的“窗口”都是广为开启的,所以在经济下行的浪潮中,这里的感受最深也最为直接。当然,她也善于识变、积极应变、主动求变,始终坚守着发展实业的初心,以跑马拉松的坚持迎接一轮又一轮的挑战,更是用实业为马拉松的承办提供有力支撑,用马拉松反哺实业的发展,进而提升了体育城市、运动品牌的美誉度,打造出美美与共的产城融合典范。

窗口之外,重新出发。出发,是为了更好地回归,也是为了让大家看到更美丽的晋江。每一次的奔跑,都是一次不同的展示,把每一场马拉松都当成一次重新出发的机会,也让世人看到一个不一样的晋江。

在这里,体育和运动是城市的担当,但绝非颂扬的唯一。穿梭在晋江的城市当中,也经过其中的一些街镇,就像穿过尘封在历史中的风华,但看见的并非古旧的城墙。出砖入石雕刻斑驳的印记,也把每一个街镇的韵味都融入其中。所以,这里每一个街镇有每一个街镇的产业特色:纺织服装、食品饮料、建筑陶瓷、鞋业制造等关乎每一个人的衣食住行,以马拉松的姿态出海,不断向更远的地方奔去。

从某种意义上来说,这场年终的马拉松无疑是最好的宣言。看见一年又一年经过淬炼的新晋江,让你有了更爱她、越发喜欢她的理由。



马到成功(剪纸) 陈金矿



时节

同庆中国年

胡巨勇

回家过年

故乡,是刻在游子记忆里的一个坐标。远方,是游子拼搏和向往之地;故乡,是游子眷恋与归根之所。

腊月一到,归家的念想就开始萌芽,所有迁徙的轨迹,都朝着那个叫“家”的地方。在梦里招手的,永远是故乡的炊烟;被亲情打湿的,注定是乡音里的乳名。岁月无痕,家却永远烙在游子的心坎上。

回家的路,或许漫长,或许辛酸,但每一步都踏着心跳的节拍。钢铁长龙碾碎晨昏,那是思念铺成的延长线;航班戳破云海,载着的是半城乡愁半城期盼;轮渡劈开寒波,那是射向故土最急切的箭镞;汽车颠簸摩托车飞驰,后视镜里,乡愁在倒退的归里“返青”。这些载满沉甸甸的召唤,终将在团圆的门槛前,收缩成爆竹的引线。

回家,一个幸福的词,背一身牵挂赶路,把脚步交给风雪、交给旅程吧。为心头魂牵梦萦的那份企盼,为一个民族的盛宴。有喜悦铺路,有爱指引,八千里乡愁,总能以春天的名义,正点抵达家的港湾。

所谓回家,就是把乡愁搬回故乡。是推开家门,满屋年味的芬芳;是孩子入怀的小手,是妻子眼角忍了又忍的泪光,是父亲沉默地接过行李,是母亲的唠叨。幸福不过如此,是有人等你回家,有人为你点一盏不灭的灯。

所谓回家,从来不是简单的归途,而是灵聪对根的朝圣。在这场盛大而温柔的迁徙里,每一个游子都是一粒解冻的雪,终要融进名为“家”的春潮中,在团圆的灯火里,绽成最暖的烟火。

欢乐除夕夜

圆桌是核心的舞台。用一桌珍饈佳肴,对即将过去的一年做个总结。一定有酒,被亲情的火炉温过;一定有欢笑,在端起的祝福里滚燙。这是一部用碗碟盘盏写就的家族史诗,而亲情是永不落幕的灯光。

鸡鸭鱼肉,是山川河泽的馈赠;饺子汤圆,是时光裹藏的甜愿。安康是山珍,快乐是海味,祈愿是开胃浓汤。每一味佳肴皆是意象,层层叠叠,勾勒出团圆的模样。筷子起落,夹起四季丰稔;酒杯相碰,漾开岁月余温。老灶上的鲜汤,熬煮着一年光景,沸沸扬扬,都是对来年的热望。三代人围坐,笑语绕梁,成一幅流动的人间和暖。

守岁的夜,浓醇如茶,炭火暗燃,藏着新春的伏笔。我们往火塘添柴,笑谈春晚歌舞闹喧嚣。微信群里下起红色雨,晚辈打开二维码,接住满屏祝福;老人执红封,把压岁钱细细塞进孩子掌心,守着旧岁的温软。

当零点钟声撞响,烟花次第绽放时,那漫天璀璨里,藏着整个春天,待后封的种子。这人间烟火气,是岁月的馈赠。这是一个民族的盛宴,谱写华夏儿女天地同庆的眷恋。



叩问安平桥

黄旭升

“世间有佛宗斯佛,天下无桥长此桥”,这副气派而形象的对联,镌刻在家乡五里桥水心亭观音殿两侧,道尽了这座古桥的非凡地位。这是先祖参与倡建,耗尽两代人心血铸就的古代超级石板桥,也是我从小嬉戏相伴、见证成长的故园印记。因太过熟悉,又叹服于古今文人骚客的万千题咏,竟迟迟未敢落笔,今日终愿循着岁月脉络,叩问这座石桥的千年沧桑。

这座被誉为“长虹卧波”的石板桥,其建造巨石的来源曾众说纷纭。有人言出自金门岛,亦有说源于泉州南安石碧山,而安海民间热心人士颜先生与龚先生的实地考察,为谜底提供了有力佐证——他们在大屿屿海边潮带,发现一片横亘水面的“水下五里桥”,那些凿眼规整排列有序的“桥板”,在色泽、尺寸上与安平桥桥板高度契合。原来,先民们为节约成本,顺应自然,选定了花岗岩储量巨大、质地坚硬的大屿屿作为采石点,更巧用潮起潮落的自然之力,借海上交通运送巨石,在没有大型设备的年代,创下了人力与自然共生的建造奇迹。

据史载,安平桥始建于南宋绍兴八年(1138),历时十四载至绍兴二十二年(1152)竣工,比泉州洛阳桥晚八十余年,却以2255米的总长、361座桥墩,成为世界中古时代最长的梁式石桥;如今更是中国现存最长的跨海梁式石桥,列入《世界文化遗产名录》。这座超级工程的诞生,离不开五位关键人物的鼎力肇画:僧人祖派首倡建桥,商人黄护率先响应,黄护之子黄逸承父遗志续建,僧人智渊踊跃呼应,泉州郡守赵令衿主持竣工终成大业。其在《安平桥志》中写道“斯桥之作,因众志之和”,正是官民同心、僧众同德的众志成城,让这座横跨安海湾的长桥得以屹立,将昔日“船翻人亡”的凶险水道,化为“天堑变通途”的康庄大道。那些重达数吨甚至二十五吨的石板,全凭“激浪以涨舟,悬机以牵引”的智慧架设,三种因地制宜的桥墩形制(长方形、单尖船形、双尖船形),更被桥梁专家茅以升赞为“世界古桥唯一”。

自建成以来,安平桥便成了安海古镇的名片,桥中亭的宋代石将军,已默默守桥近900年。它是历史的见证者,见证了明代郑芝龙海商集团从这里起碇扬帆,见证了郑成功在古镇报恩寺焚青衣、举义抗清的家国情怀;它也亲历了岁月的磨难,从明永乐二年(1404)至清道光年间的十三次大修,到上世纪五六十年代围海造田后“海枯水瘦”的孤寂,再到战乱中桥板被毁、台风里桥墩坍塌的创伤,中亭留存 的16方历代修桥碑记,每一方都刻满了石桥的坚韧与不易。幸运的是,从20世纪80年代“修旧如旧”的全面翻修,再到2023年利部携手晋江市文旅局,向晋江市文物保护基金捐资200万元助力安平桥等古文物保护。2025年7月,安平桥启动(晋江段)试验段修缮工程,标志着这座全国重点文物保护单位进入了科学、系统的保护新阶段。这是晋江市以实际行动,守护历史根脉,赓续千年文脉的生动缩影。政府的重视让这座古桥重焕生机,白塔点灯、中秋赏月的人文胜景与如织游客相映,恰似一幅现代版《清明上河图》。

如今,作为“泉州:宋元中国的世界海洋商贸中心”的核心遗产点,安平桥早已超越了交通设施的意义。它是历史的记忆,铭刻着海上丝绸之路的商贸繁华;是时间的驿站,串联起古今中外的文明对话;更是心灵的桥梁,联结着“人缘相连、地缘相近、情缘相通、佛缘相似”的两岸情谊。千年风雨侵蚀不去它的坚硬本质,岁月沧桑磨灭不了它的精神内核。愿这座石桥永远屹立,愿历史之桥永续,心灵之桥长存,盼两岸团圆之日早日到来。



杂谈

马年话马

陆冬英

“骏马已踏青云去,灵马恰逢春日来。”骏马辞旧岁,灵马迎春来。随着农历新年钟声的敲响,十二年一轮的“马”年又来到了人间。民间称骏马为“龙马”。在十二生肖中,马以其奔腾不息的生物属性,成为一种独特的文化符号语言。

马是传说中的祥瑞动物。它的形象矫健而昂扬。神话传说中“天马行空”的意象,早已深入人心。王逸在注解《楚辞·天问》时说:“天马,神马也。”天马以其无尽的速度和力量,驰骋于天地之间,象征着自由与超越。在神话故事《西游记》中的白龙马,是唐僧取经路上的忠诚伙伴。它的形象,早已成为坚毅与奉献的化身。

在古老中华文化中,唐代书法家张旭善草书。他曾自题一联“龙蛇走笔,鸾凤翔天”,以形容他草书的高妙。于是,后人用“龙马精神”这个成语,来称赞昂扬向上的精神风貌。在美术作品中,马一般仅作为画中的一个“主角”而存在,如年画、连环画中的《马到成功》《八骏图》等。但也有一些画家,在山水画中以马作为画面的点睛之笔,如当代画家徐悲鸿、黄胄、李可染诸公。在我国的成语中,与马相关的成语也很多:“马到成功”“龙马精神”“塞翁失马”“走马观花”等。马都以其独特的豪迈和生命力,成为中国文化中不可或缺的一部分。

在自然界中,马的外形俊朗而有力,四蹄生风,民间俗称其为“千里马”。马在奔跑时,常以其迅疾的速度一往无前。《孙子·九地》中说:“善用兵者,譬如率然。率然者,常山之蛇也,击其首则尾至,击其尾则首至,击其中则首尾均至。”而马则以其一往无前的气势,象征着一往无前的勇气。在我国民间,马被视为“日行千里”的象征,千里马则有“神驹”之称。据《汉书·礼乐志》中记载,汉武帝时,有使者献上—匹能日行千里的宝马。汉武帝大悦,称之为“天马”。

在中医上,马类制品还是珍贵的中药材,具有益气、补血、通经的功能,多用于气血不足、筋骨疼痛、产后虚弱等症。我国现行可供药用的马类制品有多种,许多名贵的中药方剂中,都含有马的成分。比如“马钱子散”,就是用来治疗风湿痹痛、跌打损伤等症状的良药。

我国现代文学奠基人之一的鲁迅先生属马,以马自喻,又以马喻路:人生的希望、自我的价值就是在路上,“就像终生奔腾而不息的马,一个永不停息的奋斗者,一生都在与命运抗争。即使是荆棘丛生,也是我的征途。”他在小说《故乡》中这样写道:“有时,仿佛看见那生路就像一匹矫健的骏马,自己驰骋地向我奔来,我等着,等着,看看临近,但忽然便消失在迷雾里了。”

爱人属马,丙午马年本命年。他说,新的一年,对待困难和挫折,要学习马的智慧与坚韧,用敏锐的洞察、灵活的思维、坚韧不拔的韧劲战胜它;对待自己的坏脾气,要学习马脱缰不羁的精神,用果断的策略、毅然决然的品质、秋风扫落叶的决断克服它;对待亲情和爱情,要学习马柔情似水,用多情的性格,珍爱生活的每一天,珍惜身边的爱人和自己的亲人,在丙午马年快乐幸福每一天,开心喜悦每一天。



苏丽芬

那年初春回娘家,看到父亲小园子的长春花在微风撩拨下很是招人喜欢,就拔了一棵种到我家四楼的一个花盆。不久,长春花竟也在我家枝繁叶茂,开出许多粉色花朵,枯燥无味的阳台因为有了它的点缀,诗情画意从此漫开。

我从此一发不可收。回老家看到院子里五彩缤纷的大太阳花,忍不住每种颜色摘一株回来,在另一个大花盆里小心种下。姐姐见我难得有种种花雅兴,特意从网上帮我买回了球兰;隔壁老板连花带盆送来一盆兰花;对面阿姨在她家楼顶看到我阳台上多姿多彩的花儿,也从她家分了一棵长春花给我;小姑子后来又送来一盆一品红……不知不觉,我家四楼的阳台,繁花似锦,各展芳姿。

寒风凛冽,春天在窗外徘徊,我家阳台已抢先一步,长春花恰如其名,舍不得多歇息几天就又枝吐绿,油亮的叶子在阳光照射下熠熠生辉。浅粉的花苞带着几分羞涩,一场春雨后,在暖阳的眷顾下,便伸了伸懒腰,迫不及待舒展开来。春风拂过,花枝微颤,长春花像是一位领舞者,踮起脚尖翩翩起舞。春意就这样款款而来,洒满了阳台的每个角落。

岁月悄悄走着,球兰不知何时已爬上栏杆,爱心形状的叶片厚实饱满,抬头间,竟发现在护栏底下,不规则挂着几朵球兰花。数十朵星形粉色小花簇拥成球形,白中带粉,底下还挂着几滴露珠。小宝盯着它看了又看:“妈妈,它是不是塑料花呀?”我们凑近,球兰吐露出一股香气,我不忍心。我们在阳台的圆桌上沏茶,小宝铺起地毯练字、涂鸦,便觉时光缓慢,春的静谧与温柔,都凝结在这一刻。

瓷器大花盆里五颜六色的太阳花,是春天的调色盘,粉红、鹅黄、雪白、橘红……它们顶着花盆边缘争奇斗艳,像小宝不小心打翻了颜料盘,充足的阳光给予它们最温暖的拥抱。清晨花瓣轻轻舒展,薄如蝉翼;午后阳光热烈,花色鲜亮,尽情释放着太阳花的青春活力;待到夜晚,它们又像是一只只小精灵,向光生长。

就这样,我从四楼阳台,到三楼卧室窗台,再到二楼厨房、客厅窗台,乃至餐桌上,都种上了不同品种的花儿。餐桌上的那盆水培白掌,时不时冒出一朵洁白的花朵。一年四季,我们便在它的簇拥与芬芳中愉快地用餐,仿佛饭菜更香了,也增加了我们的食欲。因为爱花而养花,家里球兰的清甜、长春花的雅致、太阳花的热烈、一品红的明艳、兰花的淡雅……在我们温暖的小家四季蔓延,它们各自绽放,却又各有千秋,让我们家一年四季都充满春天的气息。

春日午后,阳光透过花叶的缝隙,在二楼沙发上投下斑驳的光影;春风轻拂,捎来花草清新的气息。原来,不必远行也能欣赏春天美景,在家养花,心里种菊,日子温润,心怀雅趣。

家有繁花,春自归来。生而为人实属不易,但人就这么一辈子,不要只有眼前的苟且,让春天住进家里,也驻进心里,这应该就是生活最惬意的样子。