



国庆假期的涵江,因为一个22岁女孩的归来,多了一份别样的热度。

亚运会女子跳远金牌得主黄滢滢回家了。从福州长乐机场到涵江的街巷,从少体校的跑道到莆田六中的分享台,我们跟随她的脚步,记录下这位新科亚洲冠军与故乡重逢的点点滴滴,也通过这几天的零距离接触,观察到她作为涵江“邻家女孩”的一面。

她是可爱的“邻家女孩”

低调,内敛,说话不急不缓,笑起来带着几分腼腆。走在萝苜田的老街上,她说,小时候最爱在巷子里和小伙伴玩捉迷藏,语气里满是怀念。面对学弟学妹的签名合影请求,她来者不拒,温和得像邻家的姐姐。涵江区少体校的小运动员们围上来时,她蹲下身,手把手地教他们起跳和落地的技术。那个画面,让人回到11年前,她也是从这里起步的。

黄滢滢低调的外表下,藏着极其清醒的头脑。

亚运会女子跳远决赛那晚,前五跳结束后,印度选手以6.53米领先。黄滢滢站在起跑线上,面临的是“最后一跳定胜负”的绝境。她告诉我们,那一刻,她想的不是“拼了”,而是冷静。“教练一直跟我说,我的实力不止这些,让我一定要相信自己。”最后一跳,6.55米,以2厘米的成绩逆转夺金。

这种在高压下保持清醒的能力,贯穿了她的整个成长轨迹。高二那年,她一边备战全国赛,一边学习高中学业,以高考物理类体育综合分全省第一名的成绩,考入华东师范大学。班主任张敬怡说,她每次赛后都会主动找各科老师补课,从不因训练放松学业要求。

图①:黄滢滢为家乡涵江文旅代言,在游览萝苜田历史文化街区东方廿五坎。 陈琳 摄

图②:黄滢滢回到涵江区少体校,为小运动员们讲解跳远技术。 关琳 摄

一个「邻家女孩」的飞翔

——记亚运会冠军黄滢滢

□林亦霞

“学霸冠军”不是徒有虚名

黄滢滢分享过一个方法——“注意力的专一性”。她说:“上课与完成作业期间,不想其他杂事,专心投入;训练期间,也不纠结学习上的难题,抛开一切杂念,享受训练。”这话说起来简单,但一个十几岁的孩子能在高强度训练和学业压力之间找到这种平衡,需要的绝不仅仅是勤奋,更是一种对自我的深刻认知和管理能力。所谓专注,不是时间的叠加,而是心神的归位。

她谈论天赋、热爱与坚持的关系时,条理清晰:“天赋是基础,热爱是驱动,坚持是路径。”被问到如何看待外界评价时,她的回答超出年龄的成熟:

“我自己是什么样子,自己最清楚。脚踏实地走好自己该走的路。”让我们也瞬间顿悟。

说实话,我们每天追热点、抢流量、看数据,被外界的评价推着走,常常忘了问自己一句:我到底是什么样子?而她,却比许多人都更早地想明白了这件事。

冠军的头衔会来,也会走;热搜会上去,也会下来。真正支撑一个人走得更远的,从来不是外界的掌声,而是内心那根定海神针。黄滢滢身上最动人的,或许不是那6.55米的一跳,而是她在22岁就拥有了很多人一辈子才慢慢悟出的清醒——知道自己是谁,知道自己在做什么,知道要往哪里去。

与教练亦师亦友情同父女

2015年,林明明在涵江区实验小学的“选苗子”测试中,一眼相中弹跳力出众的11岁女孩黄滢滢。至今,他陪黄滢滢走过了11年。

谈起教练,黄滢滢说:“我很幸运。”

他们之间的默契,是在涵江体育场日复一日的训练中打磨出来的。林明明的执教风格是“稳”——遵循青少年身体发育规律,不急于上强度,注重基础能力的长期积累。这种不急功近利的理念,在当时或许看不出效果,却在漫长的职业生涯中保护了黄滢滢的身体,也让她

对田径的热爱没有被过早消耗。

更难得的是,林明明始终把学习放在与训练同等重要的位置。“只有会思考和学习的运动员,才能长久发展。”这是他反复对黄滢滢说的话。2022年备战高考期间,他主动协调课时,帮她平衡学习与训练

的节奏。“体教融合”在这对师徒身上不是口号,而是实打实的实践。

2023年,黄滢滢因背部伤病陷入低谷,错失亚运会资格,此后2年状态起伏。那段最难的日子里,林明明反复开导她:“光芒都是一瞬间的,从领奖台走下来,就是重新开始的那一刻。”

黄滢滢说,11年的相伴,她和教练早已亦师亦友,情同父女。

在涵江少体校的回访中,有一个细节让我印象深刻。黄滢滢站在熟悉的跑道上,看着正在训练的学弟学妹们,感慨地说:“11年前,我就是从这里出发的,这里是我成长的摇篮。”

从涵江少体校的跑道,到亚运会的聚光灯下,这条路她走了11年。这11年里,有教练的守望,有家乡的托举,有伤病的折磨,有低谷的煎熬,这个“邻家女孩”,一步步把自己跳成了亚洲冠军。

低调,但不沉默。内敛,但不乏锋芒。淳朴,但充满智慧。这是黄滢滢给我们的印象。

她证明了,一个运动员的厚度,不仅体现在起跳时的爆发力,更体现在面对人生每一次“最后一跳”时的思考力和定力。涵江这片水土养育了她骨子里的沉静与灵气,而她自己,把这些特质打磨成了翱翔的力量。

22岁,亚运金牌,中国女子跳远21年来最佳成绩的创造者。黄滢滢的下一站,是世锦赛,是奥运会,是更大的舞台。

但无论飞得多高多远,家乡涵江永远是她起跳的地方。

□田雪梅

用相机拍了一张全家福。照片里,父亲和母亲坐在中间,笑得无比舒展。

再往后翻,照片渐渐少了。相册里最后几张,还是几年前用数码相机拍了,去照相馆洗的。母亲说:“自从你们有了手机,照片都放在手机相册里呢。”

果然,翻开手机相册,国庆节拍下的照片多得数不过来。去年国庆假期,我们在哥哥家聚餐,女儿拿着我的手机给爷爷奶奶拍合影,拍完还嚷嚷:“爷爷你笑一笑嘛,刚才闭眼睛了。”父亲被她逗得哈哈大笑,母亲在一旁说:“你妈和你舅小时候拍照,照相师傅说站好,他俩就紧张,手都不知道往哪儿放好了。”说得我们都笑了。

母亲指着一张我们全家人去旅游的照片,说:“这张你还记得吗?是前年国庆节照的。你回来后,用打印机打印出来的。”

后面的照片越来越新,颜色越来越亮。每一张照片的背后,都是同一个答案:国家好,家才好。

我家的国庆相册

我家书柜里有一本老相册,墨绿色封皮,边角已经磨白。每年国庆节回家,我都要把它翻出来,和父母一起看。

相册里有30多张国庆节拍下的照片,记录着我家几十年来的变化。

最早一张是黑白照片,上世纪80年代的一个国庆节,父亲站在土坯房前,神情有些拘谨。母亲说照相的师傅来村里照相,当时照相还是很稀奇的事,全村人都围过来看。照片上,父亲的身后是两扇木门,门板上贴着的红对联已经褪色了。父亲说,那房子是用土坯砌的,墙面用泥抹平后,再用涂料刷白。

翻过一页,照片还是黑白的,但背景变了。土坯房不见了,取而代之的是一座砖瓦房。那些年,父亲几乎一年四季都在外打工。下煤窑后,只有眼白是白的,耳朵里藏着黑煤,父亲洗了好几遍,眼睛还是有黑眼圈。他还扛过麻袋,水泥压得他腰弯成一张弓,可他从不叫苦,把钱攒

下来,把土坯房翻建成了砖瓦房。照片里,父亲依然在笑,但笑得舒展了些,腰板也挺直了。

又翻过一页,黑白变成了彩色。照片里是贴着白瓷砖的房子。在我十一二岁时,家里翻修了房屋,建了座封闭式院子。房子的外墙贴了白瓷砖,窗户换成钢窗,门头上贴了带有“迎客松”图案的瓷瓦。

再翻一页,是我和哥哥站在大学校门口照的。2004年,我和哥哥都考上了大学。那年国庆节放假,我们俩为了省车费,都没有回家,但都在学校拍了照片,冲印出来后,寄给家人。母亲后来告诉我,那两张照片她看了不知多少遍,看着看着就笑了。她把照片夹进相册,想我们就拿出来看看。

大学毕业,哥哥在市里有了稳定的工作后,贷款买了一套100多平方米的商品房。我也在县城里买了一套两室一厅的房子。我们特意在国庆假期搬进新家。父亲买了一面国旗,插在阳台的栏杆上。吃暖房饭,放鞭炮,我

闲话闲说

□清秋

“指尖警务”暖民心

一个二维码,连接警与民。一次上门服务,温暖群众心。莆田公安依托智慧警务建设,全域推广“福建警民e家”平台,把办事窗口搬到手机上,把警务服务送到家门口,让“网上办”“上门办”成为常态,群众动动手指就能找到“警察好友”。这个技术赋能的便民举措,让公安服务不再受时间、地点束缚,打通了为民服务的“最后一公里”,受到群众的点赞。

服务好不好,群众说了算。84岁的老人在台风中遗失身份证、医保卡等证件,办理入住养老中心手续陷入停滞,腿脚不便的他往返派出所困难重重。抱着试一试心态发出的求助,当天就得到了回应。社区民警联动户籍民警,带着便携设备驱车上门,现场采集指纹、拍照,为他补办了证件。从“试试看”到“没想到”,鲍先生的感叹道出了群众对高效政务的期待——问题有人听、诉求有人办、困难有人帮,这比任何口号都更能赢得民心。

智慧警务的价值,不在技术先进,而在服务贴心。过去群众办事,常常要“多头跑、来回跑”,对于高龄老人、行动不便群体、异地咨询等情况,往返办事耗时费力,十分麻烦。“指尖警务”正是针对这些民生痛点。如今,我市许多居民楼门牌、小区门口、电梯间,警民联系卡随处可见,扫码即可添加社区民警为好友,政策咨询、民情反馈、线索上报、日常求助,尽在“指尖”。如仙游那位咨询户口迁回原籍的居民,足不出户就拿到了详细的政策解读和办理清单。技术缩短了时空距离,省下时间和路费,更拉近了心与心的距离。

尤为可贵的是,莆田公安没有让“指尖警务”停留在办证、回答咨询的层面,而是将其延伸为化解矛盾的“前沿阵地”。噪声扰民、婚恋纠纷、下水道维修费用分摊……这些看似琐碎的“小事”,如果处理不好,容易累积成影响社会和谐隐患。镇海派出所通过线上平台建立专项协调群,联合社区干部召开线上协调会,把一起业主纠纷化解在萌芽状态,让邻里重归和睦。可见,基层治理既要“治已病”,更要“治未病”,把矛盾化解在早期、化解在线上、化解在基层,社会就多一份安宁与和谐。

其实,智慧警务不只是技术升级,更是服务理念的转变。平台再智能,也替代不了民警俯下身子、走近群众的脚步。线上再便捷,也需要线下响应的速度与温度作为支撑。只有把警务前移、服务下沉,让技术之“智”与服务之“心”同频共振,智慧警务才能真正落地生根、惠及民生。

民生无小事,事事牵民心。政务服务的温度与效率,是检验城市治理能力的重要体现。从坐等群众上门办事,到主动下沉服务;从线下窗口单一办理,到“网上办+上门办”,政务服务改革的每一步推进,都应以是否方便群众为标尺。期待更多地方借鉴这一经验,让“指尖警务”更便捷,服务更温暖,持续提升群众的获得感、幸福感、安全感,让他们每天都能真切感受到“平安管家”就在身边。

变化

□陈炬

刚回莆田那阵子,我有个小小的心愿,花1元钱坐公交车逛遍整座城。心情不好的时候,就心无旁骛地坐在车上,静静看着窗外的人来人往。

后来,愿望竟真的实现了,1元钱公交坐到底,想在哪个站下就在哪个站下。

那天,坐在车上,一个背着旅行包的外地小伙子问我:“去妈祖的那座岛,坐什么车最方便?”我正迟疑,旁边一个小姑娘干脆利落地接话:“去市政府坐K06,直达文甲码头。”字正腔圆。我问她:“莆田人?”她肯定地点头。这普通话,比我当年强太多了。

高中时,我和好友反复纠结,路上遇见老师同学,该用普通话还是本地话问候?纠结到毕业,终究没敢开口。到外地读书工作后,才知道这块短板有多窘迫。当指导员时给战士们上课,蹲点的领导听完拍拍我的肩膀说:“讲得挺好,就是有时听不懂。”我恨不得找个地缝钻进去。

还有一次休假回来,在汽车站买东西,刚从外地回来,像倒时差一样顺口说了几句普通话。卖东西的小妹直接怼回来:“莆田人讲什么普通话。”那带着莆田腔的普通话,别人一听便知你是莆田人。

一位部队老领导当年对我交流回莆田颇有“微词”。得知我报名时,他特意打来电话:“确定要回你那连火车站都没有的城市?”我告诉他:“有了有了,以后还会更好!”他是我的接兵干部,我当指导员时他已调至上级机关,每次来团里蹲点总是指名住我们连。饭桌上若有外人,他必讲那个“两个鸡蛋一个苹果”的故事——当年他坐了近两小时班车到镇上,又转半小时三轮车到我家走访,在我家吃了两个鸡蛋一个苹果。乡下待客,客人来了先煮荷包蛋,不吃也得动筷子。那次莆田的交通给他留下深刻印象——接我们去徐州,路上足足走了两天两夜。

而今,莆田已有了3个动车站。家属和孩子早上8时上动车,下午3时已在徐州娘家吃上了饭。我也渐渐习惯用略带“地瓜腔”的普通话和身边人自如地聊天。

老领导若再问起,我会告诉他,那个连火车站都没有的城市,如今真的不一样了。这种不一样,是交通的便捷从容,是一口乡音的坦然。这座城市,有了越来越包容、越来越敞亮的底气。无论我走多远,回头看,故乡都在那里,亮堂堂的。



莆田市湄洲日报社 (宣)