



# 田源:卅春秋磨一“毽”

□ 郭玉梅 杨晓莉



## 人物名片

田源,1981年出生于高邮,深圳市龙华区行知学校体育教师。

荣获深圳市毽球突出贡献奖、国家优秀教练员称号。连续3年包揽市、省、全国各级毽球比赛冠军,培养出多位全国冠军。

2010年起连续9年赴马来西亚沙巴州华人学校教授毽球,被当地媒体誉为“将毽球带入马来西亚的第一人”。

在广东省大中小学生毽球锦标赛的激烈赛场上,龙华区毽球队初中组如一匹黑马,凭借着队员间默契配合与精湛技艺,一路过关斩将,最终以傲人的成绩一举斩获总分冠军。带领这支队伍的,正是深耕毽球领域三十余载、经验丰富的田源教练。

田源于高邮,年少时便与毽球结下不解之缘,自此笃定逐梦之路。从意气风发、满腔热忱的青葱少年,到荣誉加身、桃李满天下的金牌教练,他以日夜不辍的坚守深耕领域,用数十年如一日的不渝热爱,在毽球赛场上镌刻青春印记。

### 少年意气

以热爱为炬点燃毽球初心

1981年8月,田源出生于高邮的一个普通家庭。他自幼聪慧,学业优异,体育课更是他的欢乐天地,田径、球类运动无不令他着迷。体育课上,他活力四射,尽情释放对运动的热爱。一次,老师见他不知疲倦地在跑道上练习起跑,好奇询问。田源认真回答,自己起跑慢,想多加练习提升。老师眼中满是赞许,心中暗赞这是个自觉且上进的孩子。

下课铃响,老师叫住准备离开的田源,与他聊起了刚刚在西班牙巴塞罗那举行的奥运会。当老师提到那些体育健儿们在赛场上拼搏奋斗、为国争光精彩瞬间时,田源的眼睛瞬间亮了起来,兴奋得两眼放光,仿佛自己置身于那激动人心的赛场之中。

1996年,成为田源人生的重要转折点。高邮体委到学校选拔毽球队员,田源凭借出色表现成功入选,进入

陆学仁教练的毽球队。陆学仁带领的毽球队曾多次斩获全国、全省冠军。能加入这样一支优秀队伍,田源倍感荣幸,他暗暗下定决心,要在毽球的道路上坚定不移地走下去。

在教练悉心指导下,田源训练愈发刻苦。功夫不负有心人,田源的毽球技艺突飞猛进,很快成长为队伍的主力之一。然而1998年,高邮毽球队因故错失德国世锦赛的出征机会,悉心指导他的陆教练也选择辞职南下,双重变故让田源的逐梦路骤然蒙上阴霾。但那份对毽球的热爱早已刻入骨髓,他从未有过丝毫放弃的念头。

1999年,陆教练重返高邮,选中田源等四位极具潜力的队员,一同南下前往广东,田源也由此踏上了专业毽球与学业并行的求学之路。初到广东,陌生的环境让他时常思念家乡与父母,但心中的逐梦使命从未动摇。他咬牙平衡学习与训练,天未破晓便奔赴球场热身,放学后再投入两小时高强度集训,就连节假日也全然沉浸在毽球训练中,用日复一日的坚守浇灌着心中的梦想。

2000年,广东惠州毽球代表队参加武汉全国毽球比赛,田源作为陪练,全力辅助队友,助力队伍勇夺冠军。此后,在各类全国性赛事中,田源所在队伍多次名列前茅,他个人的毽球技艺也备受认可,多次在省级、国家级毽球个人赛事中荣获佳绩,逐渐在国内毽球界崭露头角。

### 深耕不辍

以使命为帆传承毽球文化

2001年,凭借在毽球领域的出色表现,田源被天津体育学院特招录取。踏入大学后,他对毽球的热爱与责任,如心中炽热的火焰,从未熄灭。

“它不仅是一项简单的运动,更是中华民族文化传承的重要载体,蕴含着古人的智慧与对生活的热爱。”田源表示,毽球作为中华民族传统体育项目中的一颗璀璨明珠,承载着悠久的历史与深厚的文化底蕴,自己有责任去传承与弘扬这一优秀传统文化。

为全面深入了解毽球,让更多人领略其独特魅力,田源一头扎进资料研究,探寻毽球发展脉络。毽球起源于汉代,盛行于唐宋。它不仅健身价值极高,能锻炼人的协调性、灵活性与团队合作精神,还有进入奥运大家庭的巨大潜力。这份期许让他兴奋不已,推广毽球的决心愈发坚定。

为系统传承毽球知识与技巧,田源总结多年训练方法和比赛心得,精心撰写专著。《我爱毽球》《毽球》等书籍先后出版,如明灯照亮毽球爱好者前行道路,提供宝贵学习参考。其中,《小学生毽球训练》凭借科学性与实用性,入选深圳市中小学“好课程”,为毽球在青少年群体中的普及推广奠定坚实基础。

然而,田源深知,仅仅依靠撰写专著远远不够。为了让毽球文化真正走进大众的生活,他积极探索多种推广形式。他建立了“毽球俱乐部”,为毽球爱好者们搭建了一个交流学习、共同进步的平台。

为了吸引更多人关注与参与毽球运动,田源首创“毽球节”。在毽球节期间,举办丰富多彩的比赛、精彩绝伦的表演以及深入浅出的知识讲座等活动。赛场上,选手们身姿矫健,毽球在空中飞舞,引得观众阵阵喝彩;表演中,演员们将毽球与舞蹈、音乐等元素巧妙融合,展

现出独特的艺术魅力;知识讲座上,专家们深入浅出地讲解毽球的历史、文化和技巧,让人们对于毽球有了更深入的了解。

为了让毽球更加贴近大众,田源还别出心裁地编排了“毽球舞”“毽球操”,开展多层次的趣味活动。他将毽球送进社区,让居民们在轻松愉快的氛围中感受毽球的乐趣;他还积极推动毽球进校园,打造校本课程,将其纳入学校体育课程体系,让孩子们从小就接触和了解毽球。在他的努力下,行知小学、行知学校先后被评为“全国毽球示范学校”“全国毽球特色实验学校”。田源的辛勤付出得到了广泛的认可和赞誉。他荣获深圳市毽球突出贡献奖、国家优秀教练员称号,成为了毽球推广传承领域的先锋人物。

### 执教拓界

以坚守为翼传播中华之美

2005年,怀揣着对毽球事业的无限热忱,田源大学毕业后奔赴深圳市龙华区行知小学,开启执教生涯。彼时,深圳毽球竞争激烈,各校实力强劲,且部分家长因担忧影响孩子成绩,对毽球活动持保留态度,这让他面临严峻挑战。

面对困境,田源没有退缩。他深知,要在竞争激烈的环境中突围,必须从基础抓起。于是,他将目光投向低年级学生,精心选拔潜力队员,开启艰苦训练征程。

2008年,对田源和行知小学毽球队意义非凡。这一年,他们首次参加广东省毽球锦标赛。赛场上,队员们精神抖擞、斗志昂扬,凭借精湛技艺、默契配合和顽强斗志,一路过关斩将,最终击败蝉联六届冠军的强劲对手,夺得冠军奖杯。这一胜利,如同一束强光,照亮了队伍前行道路。此后,他们在省市全国各级赛事中屡创佳绩,成为当地毽球劲旅。

田源的视野不止于国内。他积极响应国家号召,受深圳侨务办公室委派,连续九年远赴马来西亚沙巴州华人学校推广毽球。异国他乡,语言不通、文化差异等难题横亘眼前,但他凭借坚定信念与不懈努力,耐心向当地师生介绍毽球的历史、规则与技巧。通过举办培训班、组织友谊赛,他让越来越多的人接触和了解毽球。在他的推动下,毽球在当地掀起热潮,多所学校开设毽球课程,学生踊跃参与。田源被当地媒体誉为“把中国毽球带到马来西亚第一人”,其所在学校也成为首批华文教育基地,接待多批海外客人学习毽球。

时光流转,如今田源对毽球的热爱丝毫未减,他如忠诚的守护者,默默地守护着毽球这片充满希望的田野。在他的影响下,儿子田苏鹏也深深爱上了毽球,成长为优秀毽球运动员,在全国青少年毽球锦标赛中取得优异成绩,为毽球事业传承发展注入新活力。

三十余载,如白驹过隙。田源从热爱毽球的少年成长为金牌教练,他表示将继续怀揣着对毽球的热爱,以坚定的步伐推动中国毽球迈向世界更高的舞台,让这一中华传统体育项目绽放更绚烂光彩。

## 英才风采

我的家乡高邮被世人熟知,不是因为有着傍城而过的京杭大运河,也不是因为有烟波浩淼的高邮湖,而是盛产文化名人——历代文人济济,笑傲江湖,最有名的大文豪当属北宋婉约派词人秦观和当代著名作家汪曾祺;再一个是,盛产高邮咸鸭蛋,个大、蛋白嫩,蛋黄酥,筷子戳下去冒油,非常美味。光阴荏苒,时空交错,有趣的是,古今大文豪竟然都喜食高邮咸鸭蛋,月下小酌或访友待客的食单上都少不了高邮咸鸭蛋。

高邮人读秦观,读汪曾祺,吃咸鸭蛋,早已是生活日常,些许也是客居异乡高邮人的身份标识。我不惑之年到泰州工作生活,甫一开口人家就会说,“你是高邮人吧,你的家乡有秦观、汪曾祺,还有咸鸭蛋”,由此开聊。大文豪汪曾祺好吃,自恃离不开

## 大文豪与咸鸭蛋

□ 张廷豹

高邮咸鸭蛋,距今九百余年前的大文豪秦观是否也喜欢咸鸭蛋?直到近期收看央视《宗师列传·北宋词人秦观》,让我看到了一个不一样的秦观,一个形象立体的秦观:不仅“长短句”炉火纯青,而且私下研习兵法剑法,躬身参与农桑,济身烟火人间,是个十足的“吃货”,特别钟爱家乡高邮咸鸭蛋。

节目中有这样一个桥段:秦观立志任职,拜入苏门,首次去会仰慕已久的大文豪苏轼知府苏轼。一番寒暄后宴叙,秦观随手掏出一枚咸鸭蛋,敲破空壳,拨去碎片,筷子一头挖下去,吱的一声红油冒出来了,毕恭毕敬地递给苏轼品尝。苏轼伸舌触舔,大喜,问这是何等食物,如此美味?秦观说,这是高邮“腌鸭子”(北宋汉字中还没有

“蛋”,鸭蛋叫“鸭子”,鸡蛋叫“鸡子”。如现在的家常菜“炒鸡蛋”,古籍中叫“炒鸡子”),挑选个大黄足的免卵,用枳木皮、盐水与黄泥搅拌均匀成泥膏,裹好腌制一个月左右,即可食用。苏轼并夸赞此物“身在泥滓,心却澄明”。

一方水土,养育一方人。九百余年之后,高邮又出大文豪当代著名作家汪曾祺,其与高邮咸鸭蛋的情愫更加有料。当年,秦观喜食并带火高邮“腌鸭子”,应是不知不觉的随性而为;而汪曾祺喜食高邮咸鸭蛋,是欲说还休的那种喜欢,写就《故乡的食物》系列,其中“端午的鸭蛋”入选学生课本,文字不长,却说透了高邮咸鸭蛋的食法与美味,这是有意将高邮咸鸭蛋及民俗知识广而告之,读了让人垂涎欲

滴,心驰神往。汪曾祺是大文豪,也是“吃货”,自己会吃而且会做;主编出版美食类书籍《知味集》,有实践,有理论,有口碑,色香味跃然纸上。美食家之誉,香飘圈内圈外。

正是高邮历代文人特别是大文豪加持,并在会客或访友时“直播带货”,才使高邮咸鸭蛋声名远扬,畅销市场千年,且历久弥新。其实,大文豪都好吃,一个个都是“老饕”,从秦观远行随身带着“腌鸭子”到汪曾祺写《故乡的食物》,从王干(成名于高邮)新书《人间食单》到汪曾祺之子汪朗的美食著作《刁嘴》《食之白话》,还有非高邮籍大文豪袁枚收集整理的《随园食单》、吴祖光主编的食趣《解忧集》,书中都对高邮咸鸭蛋赞不绝口。

民以食为天,大文豪也是普通人,食之裹腹,食之解忧,食之寻趣,食之享受,高邮咸鸭蛋又如此好吃,生活中哪能少得了呢?

张廷豹,男,1958年4月出生,新闻从业34年,曾任《泰州晚报》副总编辑