

春来草自青

孙明杰

当第一缕春风轻柔地拂过大地,当第一滴春雨悄然滋润着土壤,沉睡的世界开始苏醒,而那平凡却坚韧的草儿,也在这无声的召唤中,迎来了属于它们的春天。

春,是大自然最神奇的画师。她用那细腻的笔触,蘸着温暖的色彩,轻轻一挥,便将大地染上了一层生机勃勃的绿。草儿们像是听到了春的呼唤,从黑暗的泥土中奋力钻出,它们用嫩绿的芽尖,刺破了寒冬的禁锢。

初春的草,带着几分羞涩与试探。它们小心翼翼地伸展着叶片,感受着阳光的轻抚,聆听着微风低语。每一株草都如同一个新生的婴儿,对这个世界充满了好奇与期待。它们或许还很柔弱,但那蕴含在体内的生命力,却让人无法小觑。

随着春的深入,草儿们愈发茂盛。它们不再是孤单的个体,而是相互簇拥,连成一片广袤的绿色海洋。微风拂过,草浪起伏,仿佛在演奏着一曲激昂的生命乐章。那每一片叶子的舞动,都是对春天的赞歌;那每一根草茎的挺立,都是对生命的礼赞。

在春日的暖阳下,草儿们尽情地生长。它们不与花朵争艳,不与树木比高,只是默默地坚守着自己的一方土地,用顽强的意志和不懈的努力,展现着生命的力量。哪怕是在石缝间,哪怕是在贫瘠的土地上,只要有一丝希望,草儿就能生根发芽。

春来草自青,这是大自然的规律,更是一种对生命的启迪。它告诉我们,无论遭遇多少艰难险阻,只要心怀希望,只要坚守信念,就一定能迎来属于自己的春天。就如同这草儿,经历了寒冬的磨砺,终能在春风中绽放出属于自己的光彩。

让我们在这美好的春天里,汲取草儿的力量,勇敢地面对生活的挑战,相信,属于我们的春天定会如约而至,我们的生命也将如这青青之草,绽放出无尽的光芒。

作者单位:唐庙小学

飞机拉线

马居双

昨天还是晴空万里
还能清晰的看见飞机拉着两条灰白的线条
在洁白深邃的天空中飘逸的划着直线
我还在感叹那梦幻般的难得湛蓝的好天气
看着小女儿蹦蹦跳跳仰望天空
在一二三认真的数着白线条儿
心情也悠然欢悦起来
一下子把我拉到了我小时候仰望天空的童真情景
飞机拉线一拉两半 飞机拉线一拉两半
呵呵,忆惜如此美好!
谁曾想
一夜醒来
推开窗外,却发现窗外雾气飘绕
天籁袅袅
我是置身于仙境了吗
还是在魂牵梦绕的江南水乡
爸,外面下雾了吗?
孩子睡醒梦松的问道
我迟疑了一下
随即说道
飞机拉线呢
女儿似懂非懂地笑了

作者单位:区退役军人事务局

3.15的反思

潘美冬

3·15已经过去好几天了,可所造成的冲击和震荡却愈发凸显。

3·15这一天是我们大吃一惊的一天,是我们出乎意料的一天,也是我们老百姓最解恨的一天。在每年这一天的晚上,固定有两种人彻夜不眠,一种是制假者假假者,另一种则是地方的市场监督管理部门。制假假假者在央视的3·15晚会上如果看到了自己的产品,会迅速地进行隐藏、销毁、处理、转移,地方管理部门的领导如果在3·15晚会上看到了他们地区的产品,则会立刻亲自带队第一时间赶到产品生产制造单位,对曝光产品进行检查、封存、扣押、关门。由此出现了每年的三月十五号这一天里,生产者担心,管理者紧张,消费者愤怒,领导者惶恐的奇怪现象。

现在这个时代,我们每个人都生活得小心翼翼,如履薄冰。可就算这样,总会有一些坑会让我们掉下去。在我们的社会,已经进入了一个互相伤害模式,也就是人们常说的你糊弄我我糊弄你,这样的结果就是我们每个人都成了受害者。在当下的经济社会,每天都是疯狂搞钱。基金和股市,以及各种理财产品,收割的是男人;美容化妆品和服装,收割的是女人;纸尿裤和奶粉,收割的是儿童;保健品和收藏品收割的是老年人。

假的产品,骗的技术,坑的套路,男女老幼,谁都不能幸免。其实我们都知道,一年三百六十五天,我们都是这样被坑被骗过来的。也就是在这一天,我们消费者的愤怒值,达到了一个顶峰,都说吃一堑长一智,可我们的防骗防坑意识,远没有制假假假者的造假技术升级快。当我们看到有人被坑被编时,侥幸的以为幸亏自己没有信,转过头却发现自己也是一颗韭菜。一年一次的骗术升级,我们作为普通消费者,就算cpu干烧了,也练不出所谓的眼火金睛。

每年只有在三月十五号这一天,能让我们醍醐灌顶,如梦方醒,可是在那三百六十四天里呢?我们不还是那个待宰的羔羊吗?有时候我就在想,如果央视的3·15晚会,一个月举办一次能怎么样?我们社会上的假冒伪劣产品会不会就减少很多?其实现在我已经不想指望那些脚踏法律红线,违背公序良俗,挑战大众认知,触碰道德底线的人能是良心商家了,同时我又在想,时代在不断进步和矫正,社会在不断发展与完善,毕竟在我们的社会还有任正非、曹德旺、陶华碧、宗庆后、于东来、崔培军和王传福他们。

作者系区作协会员

最强片尾曲

王东

伴随着改革开放带来的无比喜悦,电视节目迅速打开了人们禁锢已久的精神窗口,看电视成为了一项重要的日常文化娱乐活动。

上世纪八零年代初,电视机尚未普及,只有少数经济条件好的家庭有,一般是14或17英寸大屁股电视机,且彩色的少。无论乡村农户家里,还是县城机关的大通院,只要天气好,每到傍晚,这些人就开活跃起来,搬出电视,端出瓜子,备好茶水,调稳天线,等街坊邻居来看,大多是举家出动,各自占好位子,焦急地等待电视剧的开播,那



时电视频道也就一两个,没啥选择,再说,不是自家电视,也不好乱想台。那时的节目几乎老少咸宜,只要屏幕出人,人们就看的津津有味,直到10点多,一天节目播放完毕,屏幕一片雪花,声音咣咣啦啦,观众才意犹未尽,恋恋不舍地整理好小凳离开。

那时的电视剧,现在说起来还是记忆犹新,除了剧情引人入胜,演员演技精湛外,还有一点,就是都有片头曲、片尾曲、插曲,男女老幼都会哼唱,那好听的旋律,或铿锵、或婉转,或沧桑、或甜美,颇有绕梁三日之感,有的至今仍在流传,令人难忘,那动人的意境,像高山的雪顶令人神往,似沙漠里一片绿洲,让旅者神清气爽,又似置身五彩斑斓的花海,让赏者流连忘返,毫不夸张地说,这些曲子可以沁人心脾,直击心灵。像《霍元甲》《西游记》《渴望》等等等等,就是留下这个时代印记的其中的佼佼者。尤其是他们的片头、片尾曲《万里长城永不倒》《敢问路在何方》《好人一生平安》,音乐一起,人们的各种情绪就会被调动起来。

不同与这些电视剧,还有一部伟大的“电视剧”,在那个时代,鼓舞了中国人民屹立于世界民族之林的士气,为中国人民挺直腰杆书写了绝佳注脚,这就是“女排比赛”。她的每场比赛,都像电视剧其中的一个剧集,一集比一集精彩,她的“片尾曲”国歌《义勇军进行曲》,在女排姑娘们登上五连冠的最高领奖台后,一次次高亢、庄严地奏响。在寻求民族复兴的道路上,国歌是鼓舞的号角,是突前的勇士,铿锵有力,足以和其他任何一部电视剧的片尾曲媲美、比强。

自1981年开始,中国女排开启了在世界杯赛、世锦赛和奥运会上夺冠之旅。在她们身上很好地展现出奋力拼搏、团结奋进、甘于奉献、为国增光的中华体育精神。中国女排夺冠后,五星红旗一次次冉冉升起、国歌一次次奏

出的画面,让华夏儿女心潮澎湃。一时间,各个领域掀起了学习中国女排精神,弘扬中国女排精神的风潮。记得大多数女排比赛都在晚间进行,每当有比赛,电视机前会早早坐满了人,紧张兴奋地等待比赛的开始,路上的行人也急急地往家赶,生怕看不到比赛。各位听众、各位观众、台湾同胞们、海外侨胞们,现在为您实况转播中国女排和美国女排的决赛”宋世雄振奋人心的解说,就像是战前动员,人们无论在干啥,这时都会一律停止,目光转到电视屏幕上。观众每每被一球的胜负激动地站起来又坐下,挥着拳头,脚踩着地板咚咚直响,欢呼声、叹息声、呐喊声从门窗、大院传出多远。经过三五局的鏖战,几乎每个亮灯的窗户、门口里,瞬间传出炸雷般的呼喊声,“赢了——”,因为有事赶回来晚了,顾不上询问赛事比分,来不及放下手中的物品,先目睹女排姑娘们站上领奖台,看着国旗升起在最高端,聆听国歌嘹亮地奏响,伴随着现场观众激动人心的呐喊声,腰背再挺直一次,眼睛再潮湿一次。第二天,第三天……人们还在交流某个救球、扣球的紧张程度,激动的心久久不能平息。

那时,我是一名十二三岁的少年,对国歌的记忆和感悟已经分外清晰。

巧的是,二十年后,偶遇一名少年在街头高唱《义勇军进行曲》,让我重拾自己当年的感动。那是一个春夏之交的周日上午,天气晴朗,略有些燥热。有商家在纬二路街头搞促销,凡是能到台上唱一首歌的,都送一份纪念品。你方唱罢我登场,什么风格的歌曲都有,再加上小孩哭闹声,销售人员不厌其烦地大声宣讲,人声嘈杂,音响震耳欲聋,现场一片闹闹哄哄。这时,一个少年男孩在家人的鼓励下,跳上舞台,他手持话筒,高唱《义勇军进行曲》,尽管没有伴奏音乐,但是他那至纯的童声,像一股清流,让人顿觉醍醐灌顶,现场立时安静了许多,歌罢,少年昂首走下舞台,我暗自赞叹,这就是我们的未来,我们的希望。十几年过去了,这位少年,你在哪里呢?也不知道你从事什么行业,算算时日,也得是而立之年的青年了,我相信无论你在哪个岗位上工作,都不会逊色。

不知道何时起,社会上有一种声音叫“换国歌”,虽非主流,但时不时被某些人提起。其主要论调是现在不是民族被压迫的年代了,“苦日子该翻篇了”,感觉升旗奏国歌时,总是有点别扭,国歌不合时宜了,是不是该换一换了?但很快被另一种声音直怼:“你不是被别国强欺辱的苦没吃够,被法西斯帝国主义的侵略没挨够,被美西方冷战的围堵没受够。

为什么中国国歌奏起,我们都动容、流泪,因为它不仅是旋律,更是信仰,是中华民族的精神烙印,是无数先烈用鲜血谱写的壮丽史诗,它承载着厚重的历史,凝聚着民族的灵魂。一个民族如果忘记了历史的伤痛,就无法面对未来历史挑战,对不能做到居安思危,忧盛危明的言行,应保持足够的警惕。让《义勇军进行曲》一直激励我们把中国送到世界舞台的中心。

作者单位:区退役军人事务局

同事的减肥之旅

张金凤

宿舍,我从老家带回了好好吃的,蛋糕、点心、煮熟的鸡蛋等老妈认为有营养的给我带了一大包。她这次带回来的却是满满的一背包减肥药、减肥茶、减脂餐……我的天呢,我当时就喊了一声,你到底不是“亲妈”啊,她说我妈也希望我能瘦下来,结婚的时候能穿上美丽的婚纱,成为最美的新娘。抑制不住内心的喜悦,好像看着这些药物就已经瘦了的幸福感洋溢在脸上。

自此她开始了减肥之旅,早上起床第一件事空腹喝一杯减肥药,说是让体内垃圾迅速排泄出来,然后洗漱上班,不吃早饭。上午工作期间呢,肚子不舒服了,明明是吃点食物来补充能量的时候,却要再冲一包减脂餐喝下去,另外加两杯水,所谓的补充体内的饥饿感。中午呢,单位定的工作餐到了,明明已经是饥肠辘辘,要着急美美的饱餐一顿的午餐,又用一包减少饥饿感的减肥药给充饥了,听说是喝完就一点食欲也没有了,无论什么样的饭菜见到都想呕吐的那种。每天下午更是离谱,泡上一杯减肥茶,用2000毫升开水来让体内的血液焕然一新,一天下来这就是所谓的能量了,晚上也是稍微喝点水,听说这样整个身体器官、五脏六腑都能改变,肥胖体质就能发生质的变化,想不瘦都难。这样减肥之路的就开始了。

就这样所谓的“一日三餐”让我的同事坚持了一周。而且每天都过一下秤,每次都为秤上出来的数字高兴的又蹦又跳,一周的时间体重从160哗然降到了135,用我同事的话讲真是快哉快哉,到处和同事、朋友、家人炫耀着,我减肥成功了。就这样还宣称我要额外再加一个疗程,争取减到110斤,所谓的减肥方式让我看着都揪心。我的天呢,真不知道这到底是要减肥还是要煎熬?

就在为她高兴的同时,也为她担忧。“人是铁,饭是钢,一顿不吃饿得慌”,这句老话终究没能逃过,不妙的事儿还是发生了。一个下午我们几个相约去洗手间,我和另外两个同事从座位上站起来往外走,只听“扑通一声”,她实实跌地趴在了地上,回头一看,她已不醒人事,脸色苍白、

嘴唇发黑、说不出话、眼睛紧闭……我们边喊边叫,其他科室的同事和领导都赶紧跑了过来,有个同事反映比较快,赶紧拨打了120急救电话,当时离我们最近的医院是青岛九〇医院,几分钟的车程,有个同事快速坐上电梯下去等待救护车。

电视上演绎的救命情景此刻在我们公司上演了一场,由于我俩平时关系最近又在同一个房间住,领导就派我跟着救护车去了医院,经过急救医生一系列的检查结果是:血糖低、血压低、营养不良、严重贫血、身体里面的存血量低于正常值的3倍……医生就问我,平时饮食习惯之类的,我就把最近的情况如实告之。医生一听紧皱眉头,随即赶紧开了好几种营养液给输上,随后让联系人给她赶紧办理输血的手续,期间医生嘴里说着:还真有拿着命开玩笑的,这样的减肥方式也敢用?太伤害身体了,如果来的晚,小命都不保了,太不珍惜生命了,这样可不行……

当她父母接到电话的那一刻,从电话里就听到了担忧、恐惧、害怕,嘴里嘟囔着可不能让她减肥了,再减闺女就没了。摞下电话两人从日照坐着汽车当天就赶到了医院,抱着刚刚醒来的闺女一场痛哭,一边安慰一边从包里掏出各种营养品给闺女往手里、嘴里塞……

这样一场惊心动魄的减肥之旅就在此刻以这种方式迅速结束。

几天后,出院了。在身体慢慢恢复的过程中,她回了老家,后来从电话里得知经过这件事,她和家人对自己的身材有了重新认识,对减肥有了新的定位。

听她讲再也不要选择药物减肥了,而是选择健康的饮食方式,少吃油炸食品,把一向喜欢吃零食的毛病给戒掉了,而且把腿懒的习惯也改了,平时喜欢跑步、快走等运动方式。用自制力来控制,用坚强的毅力来支撑。在追求保持身材的同时要保证健康。

半年多过去了,又接到她报喜的电话,减肥成功了,顺利实现了120斤的完美蜕变。还告诉我马上要和男朋友定亲了,马上就可以穿上美丽婚纱了,成为最美的新娘……

这段减肥往事过去二十多年了,随着人们生活条件的提高,各种美食小吃走上了餐桌,一直倡导“光盘行动”也没让全民意识到要保持健康的生活方式和完美的身材有多么重要。相反各种美食成了人们减肥路上的绊脚石。直到今天,“减肥”的话题成了两会关注的焦点,实在应该主张:迈开腿,管住嘴。让健康生活成为一种习惯,让美更和谐,更有意义。

作者单位:鑫怡广告