



图片来源:百度网



我和老胡的日常

王安芬

繁忙的春节过后,一切回归平静,恢复我的休闲时光,坐在洒满阳光的阳台,伴着鸟语花香,品一杯咖啡,翻翻《读者》,浏览着《太原晚报》,享受着生活的惬意、舒适和美好。

我和老伴退休已三十多年了,一辈子勤快的我们,总是闲不住,他养花养鸟,爱动手,爱鼓捣修理钟表电器,人称:七十三行。我是编织达人,织毛衣、钩帽子、做坐垫、缝缝补补手不闲,给家里椅子凳子都穿上漂亮衣裳。

我家老胡今年87岁,是个健康老人,大大的阳台就是他的工作室,一辈子爱花养花的他,善于给花儿嫁接、移栽,自制花架、挂钩,我家各个角落、高空,都被他合理利用,布置得错落有致,绿萝放书柜上,伸展下来蔓延垂落,分外好看。不断涌动的点点绿意和生机,总是给人希望和信心,我家的花儿大都普通,都好养活,吊兰、文竹、大叶海棠、绿萝、洋绣球、玻璃翠、老来俏都长势茂盛,四季常青的刺儿梅,肉墩墩呆萌萌的小盆景,更加招人喜爱,我们喜欢的手指花,经常培育十多盆,送给左邻右舍,老友来看他,总是会啧啧称赞老胡,花儿养得好,他也乐滋滋送上几盆给人家,还要细致交代,回去怎么打理。

老胡还养了六只小鸟,一对一对三个笼子,每天喂食换水,乐此不疲,还给鸟儿吃白菜,常常和鸟儿们嬉戏,对话,开心得像个老顽童。

我今年也82岁了,除了忙家务,看书看报回忆录是我的必修课,远离尘嚣,孩子们各自安稳,令我们无忧无虑,散漫的日常,葱郁的每一个日子,都值得珍惜。冬奥会期间,我们又是一对体育迷,看电视看比赛,享受着奥林匹克竞技的乐趣,为运动员加油呐喊,看到每一次的突破与圆梦,我们的心被一次次激荡着。

随性生活,一日三餐好好打理,买菜做饭,收拾家务,优哉游哉。下午阳光灿烂的日子,我们就闲闲地一起去晒太阳,精神好就去博物院、或逛逛钟楼街、食品街,还去过植物园呢!漫步散心,看看身边的变化,美好的风景和欣欣向荣的景象,总是令我们心怀感激,平平淡淡过日子,悠闲自在度晚年。让生活更暖,一起向未来是我们最真实的写照。

雪后的和平公园

一场大雪过后,空气格外清新,我和老伴怀着欣喜的心情来到了附近的和平公园。

雪后的公园十分美丽,树开银花,分外妖娆。高大的树枝上,高挂着的一盏盏小红灯笼上盖着白雪,好像戴着小白帽,真好看!公园里辛勤的园林工人们正在用铲雪大锹、扫帚清扫着路面,我们沿着清扫后的道路漫步前行,欣赏着雪景,突然眼前一亮,前面出现了一排排的树,这些树绿意盎然,好像镶嵌在雪地里的绿宝石,标示牌上写着“油松”。我们不由停下了脚步,一边仰望松树,一边想起了陈毅元帅的那首《青松》:“大雪

压青松,青松挺且直。要知松高洁,待到雪化时。”

在扫过雪的节日广场上,一群人正活力四射地扭着“临县秧歌”,为首的撑着花伞引领着队伍,后面跟着舞动红绸,别着腰鼓,举着花棍的人群,在乐队伴奏下,人们扭得更起劲了,表达着“瑞雪兆丰年”的喜悦心情。再往前走,看到下沉广场里随着伴奏乐曲声,一对对舞伴正在翩翩起舞,老伴拿出手机,拍下了这温馨幸福的场面。在春天广场上,看见孩子们在堆雪人、打雪仗、滑雪橇……玩得好热闹。在冰雪覆盖的中心湖畔,一群年轻人正举起手机拍

照,他们嬉笑着追逐打闹,一幅充满青春活力的画面啊!

我和老伴来到一处僻静处,站在雪地上互相拍照,又请一位游客给我们拍了张合影,用微信发给亲人好友。我们沿着塑胶步道前行,传来了悠扬的歌声,循声而去,走近一看,有不少人站在凉棚下面唱着:“我爱你塞北的雪,飘飘洒洒漫天遍野……”真是雪后和平公园里一道靓丽的风景线,唱出了人们喜雪的惬意心情。

我们喜欢万物复苏的春天,喜欢鲜花满园的夏天,喜欢硕果累累的秋天,但更喜欢这粉妆玉砌的雪后的冬天。

相互支撑的力量

李波

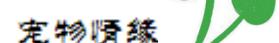
组,俄罗斯奥运代表队的三对选手依次出场,均发挥出色,场上的最高分一再被刷新。最后出场的隋文静、韩聪的“葱桶组合”压力可想而知,但是他们顶住了压力,一举成功夺冠。当比赛结束时,两人相拥而泣,我和老伴也激动得热泪盈眶,场下的观众沸腾了,不断热烈欢呼,高唱“歌唱祖国”。人们喜悦、激动、自豪、感动,这是冬奥会最动人的时刻之一,它让梦想绽放,让生命花开。

在隋文静和韩聪身上,不懈奋斗和顽强拼搏精神被发挥得淋漓尽致。这对选手在一起奋斗了15年,但他们从未放弃,在比赛中他们挑战了最高难度的“捻转四周”,也是赛场上唯一一对做该动作的双人滑运动员。

他们在比赛中选用的音乐是《忧愁河上的金桥》,这是他们多次使用过的旋律。韩聪曾经在赛前表示:“通过这段时间的训练,我们已提高了动作的难度,希望把这个音乐滑出升级的感觉,让大家看到全新的我们。”他们的倾情表演,让耄耋之年的我们感受到,此时此刻忧愁已散去,金桥放出耀眼的光辉,全新的“葱桶组合”已经跃然在雪白的冰面上,让我们眼前一亮,太令人陶醉了。他们这一对和《忧愁河上的金桥》的乐曲一样,是现代的、奔放的、充满激情的。这对坚守15年的搭档不正代表着我们新时代中国人的新面貌、新形象吗?

自北京冬奥会开始以来,中国健儿每一次挥洒汗水都诠释着顽强拼搏、永不言弃的体育精神。

选择超越,无惧失败,享受过程。这,或许就是挑战极限、在自我超越中实现突破的勇气和追求,也是对奥林匹克精神的生动诠释。



陪伴与治愈

王卉

我家宠物叫金逗,是一只性格温顺,特别善解人意的金毛犬。从还差两天才满月我们就抱它回家,现在已经六个年头了。它从顽皮幼犬成长为暖心爱宠。这期间我感触最深的是:与宠物相伴最“养生”。

自从养了金逗后,我再也没睡过懒觉。每天清晨,我都会被它无声地“唤醒”。每晚睡在我床边的金逗,生物钟准时。早上按时起床的它,会先做一个两腿前伸,屁股撅起的动作,貌似伸个懒腰,驱走睡意。然后它静静地坐那儿,等我起床。倘若见我还是一动不动,它就会迈开小碎步绕床跑几个来回,提醒我该起床了。见我还是没有动静,这时它就会“放大招”了。一跃而起的它,两条前腿趴上床,埋头用大长嘴拱我的被子,直到我应声起床为止。然后,带着它去外面晨遛,天天如此,雷打不动。打卡般的六年运动,六年锻炼,不是健身也胜似“健身”,稳定了我的血压,也强健了我的身体。

我喜欢带着金逗去家乡的杏园、柿林、花椒地游玩。自然是我们的乐园,春天赏杏花,夏天吃杏儿,秋天采花椒,初冬品柿子。在广阔的田野,金逗甩着它毛茸茸的大尾巴,东嗅嗅西瞧瞧,可开心啦!偶尔还会遇到一只漂亮的山鸡在不远处“嘎嘎”地叫着,金逗准会被诱惑着跑过去想看个究竟,那野鸡却扑棱着翅膀迅疾飞得没了踪影,金逗定定地望向远方,久久不肯离去。就这样,山坡的杏园埝边,到处留下了我们开心的足迹。

生活中所有的沉重心情,在金逗的撒娇卖萌中都会悄然蒸发。那次,因为老公抽烟搞得我头晕脑涨,我躺在沙发上生闷气。金逗默默地凑过来,它的头安静地趴在我的身上,用它特殊的方式驱赶着我满心的不悦。它用一双会说话的眼睛看着我,好像在说:“摸摸我的头吧,保准烦恼尽消。”我抬起头,轻轻地抚摸着懂事的金逗,心中的不悦渐渐融化。等我恢复了常态,它又跑去老公那边,蹭蹭他的腿,舔舔他的手,似乎又在劝他,老公被它搞得瞬间也没了脾气。一场家庭矛盾就这样化解了。

养生重在养心,养心贵在还童。都说金毛的智力相当于几岁孩童,每天与它相伴,最大的乐趣就是心态永远处在童心未泯时期。还真是家有宠物,其乐无穷。



如标



雪霁初晴

刘冠麟 作