

# 富河春韵

张周渭 (通山)

几场霜雪过后,天渐渐暖和起来,春之芽从冻土中萌发,茁长出来。春,终于露出了温馨的笑靥!

春日的富水河,波光潋滟,碧水悠悠。谁也说不清这富水河曾经的悲欢离合,只有那河两岸嶙峋的石壁和蓬松的蒿草,才透露出一丝丝凄美与苍凉。

富水河是我的母亲河,我的家就住在富水河边。

新春将至,我从遥远的北国赶回故乡,为的是要与父母共度佳节,人在异乡,每当乡愁来袭,想到的总是富水河柔波,云中湖柳影,通羊街夜月,大幕山凉雾……,还有故居前那株老槐树和树上栖息的鹰。

到家时值黄昏,晚霞如同一幅绚丽的水彩画。斜阳之下,故乡那一排排鳞次栉比的新居,连同富水两岸的水榭楼台,还有那黛绿色起伏的群山,依依杨柳和晚唱渔舟……远远望去,如同神话中的人间仙境,仿佛置身于诗的境界。

最吸引眼球的莫过于近年新修的那一座座凌空飞架的跨河大桥,潜意识下给人一种

“时代在腾飞”的躁动。昔日那种“野渡无人舟自横”的落寞,从此成为一页泛黄的历史。夜幕低垂,炊烟袅袅。我缓步走向故居,又见到了那株梦中的老槐树,他就像一位尊严的长者,在夕暮之中作悠远的遐想,而将千百年的往事埋在记忆的深处。

父母比原来苍老多了,我的心不由得泛起一丝酸楚。嘘寒问暖间,令我享受着血浓于水的亲情。第二天,堂兄春来哥请我吃饭,席间,他提到阿坚伯的事。也许是受职业敏感性的驱使吧,当天,我就找到了阿坚伯,并同他就造林的事作长时间的攀谈。晚上,我登门看望了邻居阿香婆。一连几天,走亲访友,还专程到河南岸看望了几时的好友陈水生和几家至亲。好友水生详细地向我追述了自家茶田创业的经过。

田野上,麦苗开始返青,油菜和紫云英绽开花蕊,引得一大群蜜蜂“嗡嗡”地唱起了春词。这富水两岸,山花烂漫,春色撩人!鹰在蔚蓝的晴空下盘旋,不时婉转的歌唱。深沉地,悠远地……

鹰虽不慕故乡图腾这顶桂冠,但至少也

该是故乡几代人英勇无畏精神的化身吧!试想:没有鹰的精神,能有故乡的春天吗?

好友水生的故事,就是这乐章中动人的音符。四十多年前,他父亲患肺结核,家境贫寒,住的是几间茅草房;上世纪九十年代末,他用打工的钱盖了几间土坯房;为改变家庭境况,父子俩盘算着在自家贫瘠的荒山上开垦一片茶园。三年时间,父子俩不分昼夜,辛勤劳作……终于,苍天不负苦心人,辛勤的汗水换来一片绿油油的茶园。从此,一家人的生活一天天地殷实起来。去年还盖起了三层小洋楼。

阿坚伯的故事更是这乐章中的优美旋律。他今年78岁,患高血压症,二十年来,一直带病坚持在自家荒山上植树造林。他亲手栽下的一万七千多株杉、松、柏和银杏树,如今已绿树成荫。他数年如一日,抗冰霜,顶烈日,起早贪黑,痴心不改。有时,家里没有树苗,他宁可停止吃药,也要把树苗带回家;由于血压不稳定,他经常头晕,多次在山上跌倒,有一次还跌断了三根肋骨,竟丝毫未能动摇他植树造林的决心。我曾问他,到底是什

么力量支撑着你二十年如一日坚持植树造林?他笑着答道:“能给后人留下一片绿荫,就是再苦再累也心甘情愿。”而今,他苦心经营的这片园林,已成为富水河畔又一道靓丽的风景线!

半月来,耳闻目睹的事实,让我见证了故乡翻天覆地的变化:如今,故乡多数人家已建起了新房,很多人有存款,不少人还购置了小车。富起来的故乡人不但追求物质生活的充盈,更渴盼着心灵的滋润。用乡亲们的话说就是:“富了,要用爱心回报社会、造福他人,要经常做做‘心灵的健康操’。”今天,在富水河畔,流传着许多关于爱的佳话。这其中更有扶危济困的,有捐资办学的,更有见义勇为的……是啊,正是他们,用诚信追逐着梦想,用爱心铸造着辉煌,才有了今天这富水河畔多姿多彩的春天!

如今,故乡人民又有了新的梦想:要在富水两岸再造数千亩油茶、果园和生态林,开发富水生态旅游区,实现“绿色崛起”,实现富水两岸的全面小康。富水河两岸,将永远春意盎然,生机勃勃。

# 爷爷给我送鸡蛋

王战强 (通城)

爷爷离开我们已经十多年了,逝去的光阴模糊了我许多记忆,可是,爷爷对我的疼爱却始终不能忘怀,特别是那次给我送鸡蛋,每每想起,都是感动不已。

奶奶去世后,爷爷便一个人生活。虽然有父亲和二叔三个儿子,但是他谁也不跟。他说,自己能够照顾自己,不给下辈添负担。他要自己做饭,自己砍柴,自己洗衣,一直到八十六岁离开这个世界,他都是一个入过。

爷爷的生活非常简单,也非常节俭。他每天就吃两顿,晚上不吃。饮食也以素食为主,荤菜就两样,腊肉,咸鱼。腊肉是过年腌的,年头吃到年尾。我见他养着鸡,却不见他吃鸡蛋。后来才知道,他是舍不得吃,他把鸡蛋拿去换咸鱼。他说咸鱼既好吃又下饭,而且一个鸡蛋可以换几条小咸鱼,比吃鸡蛋划算。

不过,他自己虽然很节俭,可是对我们几个孙子,却非常大方,有什么好吃的总是留给我们。我是家里的长孙,更得他的宠爱。我在家读书时,每年寒暑假都要参加队上的劳动赚工分。那时的集体劳动,每个半天的劳动时间中间都会休息一下,叫歇伙。我们歇伙的时间,正是爷爷吃早中饭的时间,他便把我叫进屋里,给我的嘴里夹一块腊肉。那时候,觉得那腊肉好好吃好解馋。

后来参加工作离开了家乡,在县城上班,也没有机会参加队上的劳动了,与爷爷相聚的时间变得很少,只有逢年过节的时候,才会有时间和爷爷在一起。

有一天早上,我正准备去上班,当我开门的时候,只见爷爷站在我家门口。他一手拄着拐杖,一手提着竹篮,头上戴一顶草帽,额头上已经冒出了汗珠。我很是惊讶,是有什么事吗?我赶紧把爷爷让进屋里。可是爷爷并没有坐,只是把手上的竹篮打开。原来是一篮子鸡蛋,足有四五十个。我当时真不知道说什么好,那心情不是“感动”两个字就能够表达的。

从我的家乡到县城有近二十里路程,已经七十多岁的爷爷舍不得乘车,他为了在我没有上班的时候赶到县城,早上天还没有亮就起床动身,他甚至来不及吃早餐,空着肚子走了近两个小时的时间。爷爷养的鸡并不多,积攒下这一篮子的鸡蛋起码得二一个月的时间。他自己都舍不得吃,却一次给我送了这么多。

我让爷爷坐下歇一歇,上街去给他买吃的,可他硬是不肯。他说:“这个时候走回去,正好是吃早中饭的时间。你也要上班了,不耽误你上班的时间,我看看你就可以了。”说着,拿起拐杖,戴上草帽,提起竹篮就往回走。望着爷爷远去的背影,眼泪早已溢满我的眼眶。



魅力十六潭 徐兰芳 摄

# 马桥花海

秦风 (咸安)

往年一说看油菜花,都直指江西婺源去。今春,马桥这一方镶嵌金叠翠的万亩花海,靓瞎了一边天。作为本土人,陪旧友、陪新朋、陪远客,我是三进三出乐此不疲。每每是黑裙子进,花裙子出,满襟满袍的金色花粉扮得我那叫一个开心。

油菜花,不是折一枝插在瓶子里的庸脂俗粉,是明艳不掩清丽之质。这花,洒脱一个俏村姑,不事雕琢,翠衣金袄,乡风乡味,大俗即大雅,浑身就写着两个字:质朴。经过一个冬的蛰伏,在春风里于沃野盘旋生花。看似无骨,却亭亭至少半人以上,甚至高过人头。百花争春艳,姹紫嫣红都开遍。它却一味地在阳光下熠熠生辉,就那一片金

灿灿的独特的描摹着春的温暖。

都说乾隆皇帝空有万卷诗,皆风花雪月闲情逸致,憾无佳篇传世。可他赞油菜花的一首:“爱他生计资民用,不是闲花野草流。”用当今的话说,这位皇帝不深入基层,哪能如此接地气地咏油菜?九五尚能降尊亲亲芳泽,可见此花居山野而功至庙堂呀。

走在花间垄上,不由自主地唱起一支小调:郎对花姐对花,一对对到田埂下。丢下一粒籽,发了一颗芽。绿杆子绿叶,开的是金花。结的是长荚,收的是黑籽,榨的是香油。此花叫做,呀子呀的喂呀,叫做油菜花啊!

最甜的菜花蜜,在一伙伙嗅着花香而来

的赶蜂人的笑容里溢出。有花源何愁无好蜜?春风澹荡,金缕织锦,怎不醉斯人!春花靛人眼,秋实醉人心。望眼这溶碧浮金的花海,我看到了一巢巢一罐罐的花蜜,一垄垄一畦畦笑弯了腰的菜秧,一簇簇一缸缸透亮喷香的菜油,一村一组的幸福裕亮的前景。万邦咸宁的新气象从新农村揭开如蜜如油的新篇。

朋友说,认识马桥,从韩少功的《马桥词典》开始。我告诉他,今天认识马桥,从这一片花海开始。从冯口垅的冯京,肖桥的钱六姐,钱袋,桂花的何功伟,大屋雷的祭月,柏墩的青砖茶,麻塘的荣恩堂……我骄傲,我从马桥走过!我骄傲,咸宁有马桥!

# 桂乡诗笺

## 春日随想

张昌武 (市直)

清粼粼的水来  
蓝格莹莹的天  
万条绿丝缕  
春风正开剪  
青青河畔草  
又到脚边

岁岁年年花相似  
只是今古换人间  
遥向古人作三问  
把酒对青天

为何送别总折柳  
悠悠洛阳道  
还会到何年  
今人临屏立马见  
弹指一挥间

为何家书抵万金  
感时花溅泪  
恨别鸟惊心  
今朝几人写家书  
万里天涯一网牵  
短信微信飞满天

为何锦瑟无端五十弦  
所谓伊人  
在水一边  
多情总被无情恼  
衣带渐宽也无怨  
今人满纸山盟誓  
聚之散之如闪电

桃花流水杳然去  
别有天地非人间  
古人今人不相见  
今人明日也变迁  
春风余几日  
不染白须边  
劝君更尽一杯酒  
珍惜在今天

## 天城春色

张敬 (崇阳)



骄阳艳,三月天,  
杨柳绿如烟。  
纤枝向风更柔软,  
青涩惹人怜。

春风暖,隼水畔,  
流霞飞满天。  
一叶扁舟波浪穿,  
浪映桃花艳。

垂柳下,花丛间,  
吹拉弹唱欢。  
如莺老幼欢声笑,  
嬉笑皆童颜。

斜阳偏,黄昏晚,  
飞鸟向苍天。  
山水多情春色满,  
天城美景眷。

杭瑞高速崇阳站

# 你知道宝宝游泳有哪些好处吗?



市妇幼保健院水疗中心于2015年10月8日正式对外开放,为我市0-6岁的宝宝提供全方位的水疗服务。

该院水疗中心分为水疗和游泳两大区域,其中有针对1-6岁宝宝的集体大泳池,综合了冲浪、泡泡等多种功能,对宝宝的运动、呼吸、消化、神经等系统都有明显的调节作用,可以促进宝宝生长发育、神经系统发育促进消化吸收,提高宝宝抗病能力,减少应激反应,还可以促进正常睡眠节律的建立,减少不良睡眠习惯,通过皮肤刺激也可以促进宝宝的智力和运动发育。

还有针对0-1岁宝宝的冲浪泳池、泡泡泳池、普通泳池,全景玻璃以及玻璃泳池可以让你更直观的了解宝宝在水下的活动,所有的泳池都是单人单池,一用一消毒,宝宝完全可以放心享受。另外该院水疗中心配备具有国家颁发资质的护士8人,在护士长的带领下为宝宝们提供温馨贴心的服务。



# 人体衰老与血液变化



近年来,随着人们生活质量的提高,衰老成为大家逐渐关注的社会性话题。人体的衰老,表现为人体外形的变化,主要器官功能的变化以及血液成分的变化等。根据科学研究的显示,随着年龄的增加,骨髓内血细胞的再生能力会减退,红细胞、白细胞、血小板的活性也会逐渐降低,从而使代谢能力降低。此外还发现老年人血液中的各种淋巴因子以及巨球蛋白的含量均有所降低。上述种种现象引起很多人的注意,它启示血液成分的变化与人的衰老有非常密切的关系。而抵抗衰老可以从几个方面入手:

1、不断的补充各种淋巴和微量蛋白制剂,由于血液的成分衍生生物分子不断的发育,目前已经能制备出多种淋巴因子和巨球蛋白,另外基因工程重组DNA的各种淋巴因子也相继问世,再过几年后,可以逐步满足人们的需要。待老年后,一旦发现某种成分含量低下或者缺失,就可以补充所需的成分从而抵抗衰老。

2、保持抗病能力,在人们年轻的时候把部分白细胞收集起来,添加低温保护剂,置于零下196摄氏度的液氮容器中冷冻起来,待老年后,再把保存完好的白细胞经过解冻、洗涤后再输回体内,这些白细胞在功能方面同40-50年前一样,具有抗病能力。另外,冷冻保存的骨髓细胞和胎肝同样可以达到上述效果。因为这两种细胞是造血干细胞,具有造血功能,可以抵抗某些严重的老年疾病,预防老年生理衰退疾病,不但可以对抗衰老,还可以使老年人身体健康,精力充沛。

可是在我们年轻的时候,我们应该如何去积极的预防血液成分的改变造成的衰老呢?那答案无疑是参加无偿献血。无偿献血不仅仅是为他人带来的希望,同时也是对自己身体内的血液做清洁的工作。献血可使血液中铁的含量不致于过高,控制氧自由基的产生,减缓细胞衰老。铁是人体内的氧化剂,但含量过高对人体有害。反过来说,去掉过多的铁,有利于人体健康。原因是这样的,铁分子是氧自由基的组成成分,而氧自由基会诱发心血管疾病和其他老年性疾病。降低铁的含量,控制氧自由基的产生,就可减缓健康细胞的衰老过程。男性较易发生动脉硬化症,以及发病率高只是同年龄男性的一半,氧自由基的含量多少是原因之一。

由此可见,血液成分的变化与人的衰老有密不可分的关系,定期参加献血也是缓解人体衰老的有效途径之一。

无偿献血光荣 利国利民利己 献血热线:8265078 18995811036 18971815018 献血地址:市中心血站(温泉幸福路1号)、中国信合(大商城对面) 市中心血站热忱欢迎广大市民踊跃参加无偿献血,奉献爱心!