

春天,让生命开始

■ 宛皖

春天,像刚出炉的面包,总让人觉得新鲜!春天,像刚出锅的菜肴,总让人觉得充满吸引力!春天,像一幅美丽动人的画卷,总让人有种想入画的冲动!春天,像一段悠扬动听的旋律,总让人为之心醉神迷!春天是全新的,带着生命开始的希望与气息,让人沉醉其中不能自拔!春天是充满能量的,带着生命诞生的喜悦与美好,让人的周身洋溢着浓浓的爱意和饱满的热情!

春天总是寓意着生命的开始。老树会发新芽,小草会吐新绿。腊梅还没有谢去,迎春花已经想盛开了。春天温暖清新的微风,轻拂着记忆中冬天的寒冷干燥。春天用让人耳目一新的颜色,点缀了冬天还残留在大自然的荒凉色彩。春天的脚步越来越近,冬天的身影渐渐模糊。春天的气息越来越浓,冬天的痕迹渐渐褪去。

生命,是春天送给世界的礼物。万物复苏,绝对不是单纯的一个四字成语,它是一部属于春天的生机勃勃的电影画面。不仅仅似二维的画面是平面的,也不仅仅似音乐是单调的。它是动态的画面中搭配婉转的旋律,如果你不去仔细观察,仔细聆听,怎能体会这句成语的深刻含义?它代表了一种生命力的旺盛和顽强,它代表了一种积极向上的精神面貌。春天总让人觉得焕然一新,是不知不觉悄悄降临人间的。其实不然,春天是慢慢地散着步走来的,春天是一点点的,渐渐改变世界的清新脱俗的面容的。

春天,从风开始都是有生命力的。春风吹到哪里,

哪里就有全新的生命。树梢上的新芽,有着饱满的热情和滋润的温暖。春风拂过,新芽在春风里抖擞精神,几乎要抽出枝条来。大地上的小草,有着新鲜的气息和湿润的感觉。春风吹过,小草尖尖的脑袋破土而出,几乎要在春风里翩翩起舞了。

春天,湖水是有生命力的。春水流淌到哪里,哪里就会有充满活力的气息。野鸭在水中游着,一幅“春江水暖鸭先知”的画卷,在我们眼前徐徐展开。冬天的寒冷的湖水,渐渐变得温暖,鱼儿一定和鸭儿一样,最先感受到了水的温暖。它们嬉戏着,游玩着,把春天的生命力发挥到了极致。一江东流的春水,带着所有水中的生命无限的欢愉,奔腾着,流淌着,在春水的欢歌笑语中,唱响了生命的赞歌。

春天,雨水也是有生命力。春雨淅淅沥沥地下着,洒落在树梢枝头,让春天的新绿沐浴在春雨里,显得越发明亮新鲜。春雨滴滴答答地下着,滴落在水面,让春天在水面,一点一点,泛起层层涟漪。春雨绵绵柔柔地抛洒,弥漫在空气里的水气,让春天的空气,一丝一丝,酝酿着湿漉漉的新意。春雨轻轻飘飘地飞扬,湿润了泥土,带着泥土和小草芬芳的气息,让春天的大地,一片一片,饱含着深情的滋润。

春天,连整个世界都是充满活力有生命力的。那些绿的新芽,和院子里红的茶梅,旧旧的黄的腊梅,白白的墙,和我粉红色的梦境一起,唱响了生命里最美好的祝福,送给全天下所有热爱生命的每一位朋友。

母亲的坚持

■ 逢维维

母亲这辈子,常挂嘴边的话就是:苦点累点不怕,睡一觉,就歇过来了;困难也不怕,方法总比困难多。但唯一让她惧怕的是在时代变迁中各种高科技产品对她的冲击,让她无所适从。

拧开水龙头,自来水从水管里哗哗流出,母亲就会怀念起老家的那口冬暖夏凉清甜的古井水,养育了世世代代的庄稼人。“古井水那么方便,为什么还要花钱买水?水里还有不明气味,偶尔停水,就抓瞎,流的可都是钱啊。”母亲心疼地说。

从茅坑变为抽水马桶后,母亲更是心疼“有机肥”被冲掉,“真可惜,不能留下来浇菜,养育土地,还要撒一次尿,就冲一次水,既浪费水又浪费钱。”

面对冰箱,母亲更是抗拒,夏天菜园里的菜,抬脚就摘,新鲜的很,到了冬天,把肉啊鱼啊埋进厚厚的雪地里,零下三十几℃的天气,就是大自然馈赠的天然冰箱,哪还需要冰箱,整天插电,多了电费钱。

母亲面对高科技带来的冲击想不明白,处处都要花钱不说,也没以前使用的健康和方便。只是反复地说:“我们农村家庭,为什么一定要学城里人?”

而母亲抗拒最大的痛苦莫过于农药的使用了。

“这么毒的东西,能毒死虫子和生命力顽强的杂草,喷洒到田里、地里,不可能不残留在农作物上,人怎么能吃?吃下去人怎么可能没事?土壤又怎么可能没事?土壤都有毒了,长出来的庄稼又怎么能健康?”母亲如是说。所以母亲是坚决不购买,不使用农药的,母亲坚持了一年又一年。

母亲抗拒文明产品,除了考虑金钱外,一定还有更深沉的隐忧和不安。只是没读过书的她,讲不出什么大的道理,但她知道,要做对土地有益的事情,要种对人类健康无污染的农作物。她所坚持的用农家肥滋养农作物,不用农药,不就是今天被农业科学家所提倡的“有机种植”吗?

有机农业的本质就是“尊重自然,顺应自然规律,与自然秩序相和谐。”强调因地因时因物制宜的耕作原则,在整个生产过程中禁止使用人工合成的化肥、农药、激素以及转基因东西,采用天然材料,恢复园艺生产系统物质能量的自然循环与平衡,通过资源管理与栽培方式,创造人类万物共享的生态环境。

母亲一生所坚持的不就是无污染、无化肥农药残留的对人类健康有益的有机食物吗?

后知后觉的我,直到今日才理解母亲的坚持,为了坚守这坚持,引来我们不少嘲笑和数落,还要耗尽气力面对我们不断地“据理力争”。事实证明,我们错了,母亲的坚持是对的……

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣,有含饴弄孙的快慰,有生活中发现的小窍门,有自家萌宠的可爱照片……如果您想与我们分享,可投稿至电子邮箱:shdx_2016@163.com。

生活百科

茶叶精华在第几泡别一概而论

民间一直流传:一道水,二道茶,三道四道是精华,五道六道也不差,七道有余香,八道有余味,九道十道仍回味。这种说法准确吗?

绿茶 西湖龙井、碧螺春等绿茶适合现泡现饮,一般来说,绿茶的精华在第二泡和第三泡上,经过四五泡之后,味道就有些寡淡了。

红茶 一般红茶冲泡一两次口感达到最好,较为高档的工夫红茶,冲泡三四次味道最佳。

乌龙茶 乌龙茶是半发酵茶,如铁观音、大红袍等。其中,铁观音当属乌龙茶中的极品,有“七泡有余香”的美誉。铁观音茶叶条形紧密,通常经过三泡之后茶叶才可以展开,香气弥散开来,到第四泡时,才会散发出真正的高香。

普洱茶 普洱茶多为压紧型茶,往往第二泡还没有完全使茶叶展开,所以精华要从第三泡开始,也有很多人认为,三到五道是普洱茶口感最好的时候。



春天的喜悦 李海波/图

健康顾问

皮肤差喝“美人汤”

很多女性有面色黯淡皮肤差的问题,我推荐一款四物美人汤:准备山药100克、莲子(去心)50克、玉竹30克、百合30克、陈皮1小瓣、冰糖适量,将山药去皮、切块,陈皮切细丝,所有食材洗净,加入适量清水,隔水炖1小时,调味即可。四物相配,可以调脾胃、养气色,让女性告别暗沉,光彩照人。(广东省中医院副院长 杨志敏)

骨折后喝红豆红花饮

骨折损伤初期,经络受损、血淤气滞、气机不畅、水湿凝滞不运,以淤血疼痛、患肢肿胀、大便不畅、胃口不佳为主要症状,需要一款既能支持营养,又能辅助减轻伤后症状的药膳。

在此,推荐一款活血行气、消肿利水的药膳“红豆

红花饮”。取红豆60克、红花10克,先将红豆加水煮熟,再加红花煎水取汁即可服用,可加红糖调味。(广州中医药大学第一附属医院骨科主任中医师 林梓凌)

“白粥最养人”是误传

白粥(大米粥)一向被视为“最养人”的食物,其实经过精细加工的大米,本身营养价值不高,主要提供淀粉(75%)、少量蛋白质(8%)等。长时间加热煮制成粥的过程,对淀粉、蛋白质和矿物质影响不大,但会破坏B族维生素。与白米饭相比,白粥营养价值更低。

对健康人或胃肠道消化功能正常的病人来说,白粥并无优势,还不如吃白米饭(或其他营养更好的食物)。而且白粥易消化吸收,进食后升高血糖的作用更强。这不仅对糖尿病患者血糖控制不利,对健康人的餐后血糖也有不良影响。(辽宁大连市中心医院营养科主任 王兴国)