

走近记忆

龚鹏飞

母亲的谚语

我母亲是个农民,只是小学文化。但母亲识字不多识事多,轻言细语,用谚语、家常话教会儿女做人做事。

穷人的孩子早当家。童年时代的我就学会自理,学会帮母亲做家务。从学刷牙洗脸起,母亲就教我:“洗面洗耳廓,扫地扫壁角。”生火做饭,母亲又教我:“穷灶口,富水缸。”灶后的柴禾应齐整堆放。水缸中的水充足了,一来可以洗衣服、喝水、饮牲口,二来万一有个火灾什么的可应急。我们小时穿的布衣布鞋,都是母亲手工缝制。母亲常说“新三年旧三年缝缝补补又三年。”“粗茶淡饭能养人,粗布衣裤可挡寒。”过年时,母亲用她的小手,改旧翻新地变着样式给我们兄妹每人做一套“新衣裳”。“精打细算,油盐不断。”因为节俭惯了,从小至今,我的旧衣裤总是穿了又穿,一时舍不得丢弃。

母亲爱吃萝卜菜。见我不要吃,母亲便跟我讲:“吃了萝卜菜,啥病也不害。”母亲将萝卜丝切得细细的做成萝卜饼。萝卜丝特有的青涩味,加上皮油炸后的味道,那是香的诱惑。唇齿间的咀嚼,舌尖上的翻转,那是味的诱惑。萝卜饼吃在我嘴里,笑容泛在母亲脸上。外祖父是老中医,母亲好学好善问,积累了不少养生知识。“秋九八月乱穿衣”,母亲告诉我,秋九八月气温多变,骤寒乍暖,要顺应冷暖增减衣服。还有如:“未吃端午粽,棉袄不能松”、“栽秧要栽新鲜秧,吃饭要吃新鲜饭”、“五谷杂粮多进口,郎中改行拿锄头”,母亲随口能说出好多句。

我上小学时,贪玩好动,与人吵架,弄得全身脏兮兮的。母亲担心我在外搭坏党。一边催我穿衣洗手,一边对我说“三好搭一好,三环搭一环”,教育我“有毒的不吃,违法的不做”,讲“学好三年,学坏三天”的道理。还用“肚子害病嘴里得,眼睛害病手上得”要我从小养成讲卫生、爱清洁的好习惯。母亲不懂“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉”只晓得“好汉要靠书打底”。但凡孩子读书的要求,母亲一并满足。再苦再累,也要攒钱给我们交学费。每学期开学前,母亲总唠叨“钟不敲不响,人不学不灵”并用“念书如赶路,不可慢一步”、要我们善于学习、勤于学习。

学校毕业,参加了工作,远离了老家。只要闭上眼,脑海中总浮现母亲慈祥笑容,她的“买火锅须敲打敲打,交朋友要了解了解”使我懂得如何交友;她的“吃饭先尝一尝,做事先想一想”使我成熟;她的“吃人家嘴软,拿人家手短”教我正直;她的“利益要让,干活要抢”催我奋进。四十岁那年,我加入了党组织,当上了一个单位的“头”。每次回家,母亲经常对我说:“若要嘴巴喊得响,先要自己做得象”,叮嘱我“大事一定要清清楚楚,小事也不可马虎虎”,不做不义事,不贪非分财。母亲的话像警钟,给我以警示,使我心明眼亮,步履坚实。当我的工作实绩得到了同事的好评、领导的肯定,受到上级表彰时,又是母亲“有了成绩就自满,好比黑布遮住眼”、“自大不值钱,谦虚人称赞”的

话,使我做到在荣誉面前,不敢有丝毫的懈怠。

我成家之前,母亲很希望能找到一个称心如意的儿媳妇,她曾多次对我说:“有个好儿子不如有个好媳妇”。为了满足母亲的要求,我说:“娘啊,给我找媳妇,只要您老看好了,儿就同意。”就这样,由老人出面,为我选中了对象,结婚后,为了教育我们学会勤俭节约过日子,母亲说:“粮收万担,也要粗茶淡饭”、“柴帽堆经不住两头抽,青石缸经不住水眼漏”。当我俩的面,意味深长地说:“夫妻一条心,黄土变成金”、“百年修得同船渡,千年难得共枕眠”。母亲的这些话,深深铭刻在了我们的心坎上。结婚之后,我和老伴相敬如宾,同甘共苦,令同事羡慕,母亲放心。

我们兄妹成家后,都有了孩子。母亲提醒我们“桑条从小育”、“父母是孩子的镜子,孩子是父母的影子”。从孙女、外甥上小学起,母亲就经常给孩子们讲“成功的孩子不操心,操心的孩子难成功”、“好习惯垫脚石,助你登高;坏习惯绊脚石,让你摔跤”的道理。孩子们参加工作后,母亲又用“做一行,爱一行”、“三十六行,行行出状元”教育孩子们“好好干,奔前途”。潜移默化教育,犹如春风化雨。孩子们从小就知道孝敬父母是做儿女的本分。我女儿参加工作后,用她第一个月的工资,给我和老伴买了衣服,给爷爷、奶奶买了滋补品。母亲称赞说:“农民爱粮,丫头爱娘。我的孙女懂道理,有出息。”

当年小妹出嫁,母亲把“娘家的饭香,婆家的饭长”、“要得家庭和,媳妇敬婆婆”絮叨了好几遍,叮嘱小妹过门后要孝敬婆婆,做个贤妻良母。

母亲古道热肠人缘好,队里大到红白喜事,小到父子分家、婆媳矛盾,邻里常同母亲商量。我曾问过母亲,为何能把家长里短协调得这般好,她告诉我:做调解是“以和为贵”,但对说话做事“横竖绷紧”的要“一片磨子当场碾”,有理无理大家评,认理不认人,帮理不帮亲。我小时跟母亲去上镇,疏忽了跟邻居打招呼,母亲就说:“喊人不蚀本,舌头打个滚”、“远亲不如近邻,近邻不如对门”记住了母亲的话,无论单位、住址多变换,我的同事、邻居关系都相处得很好。

“三年不上门,是亲也不亲”在母亲看来,亲戚是上辈子修来的缘分。亲戚之间只有勤走动,才能增强感情。逢年过节,母亲总备上礼品,到姑母、娘家拜访。亲戚家有难事,母亲尽力帮忙,当年,表姨生病,背了一身债,生活十分艰难。尽管我家日子也过得紧巴巴。但母亲常揣上钱,带些东西去看望。母亲说“是灰就比土热,亲戚最难之时,咱应帮一把。”后来我家造房子,表姨夫同他的儿子从“挑屋基墩”开始到“满龙门挽高头”,父子俩脚不沾地,全程相帮。还将家中筹备建房的砖头借给我家应急。“投之以桃,报之于李”亲戚之间相互往来,感情越来越浓。

母亲的谚语的粗俗,缺少文化含量;有的简约,难登大雅之堂。但在在我看来,却有着一字千钧的力量。正是母亲的言传身教,才让我们从小就明白做人处世的道理。古人云:子欲养而亲不在。母亲去世已近二十年。我们兄妹都年过五旬,生活虽然没有大富大贵,却过得平安幸福,都如我的父母一样,本本分分、从从容容地生活在这个世界上。每到清明,我们兄妹给母亲扫墓,总回忆她老人家生前的点点滴滴。

我们将永远感恩母亲的懿德,永远记住母亲说过的那些经典话语。

散文欣赏

董宁

喜欢夏雨

不知怎的,喜欢上了夏雨。它倾盆如注,说来就来,却也如春雨般喜爱。

余光中笔下,“雨是女性,应该最富于感性”;周晓枫笔下,“雨是最小的仙女,舞裙浅灰,踏起芭蕾足尖”;我看夏雨,是阔荷上的顽童,要够了自知趣乐。自然的怀里,只要不跌倒,任它去吧。

骄阳高悬,鸟鸣跌入山林。聒噪的蝉,跑出来四处高歌。热浪如浪潮,天地间吞吐狂舌。檐台亭阁,隐入猛夏的耳郭。绰绰人影汗珠如豆,滚落泥土草根,眨眼间,天空像打翻了墨水瓶,乌云密布,狂风劲吹,夏雨忽而倾盆。这惯常的雨,我时常又觉得新鲜,思想的羽毛夺窗而出,向着高远和灰暗的天际。

天色灰蒙,交错的枝条摇晃起来,路面上卷起了飞叶。喜欢晴暖的燕子躲到哪儿去了?盈盈的蜻蜓好像有个约定,舞动着翅膀也走掉了。行人像蝴蝶,飞舞的舞池更欢了,一眨眼又不见了人影。一道闪电划破天空,在大地上洒下一片银光,刹那间雷公“轰隆隆”唱起了歌。雨点落下来,起初是三两滴,七八滴,接着是一串串,一排排。若喜欢上了这样的雨,有的洼地变成了小溪,小溪汇成了小河,有的洼地变成了一片汪洋。夏天的雨,没打招呼就闯进这个世界,天空张开爱说话的大嘴像在高歌,这样的雨说来就来,一阵狂欢过后,像是一个转身,雨便住了,灰暗的天色也渐渐走掉了。

雨后,阳光从树叶间洒下来,雨后的空气十分清爽,知了又开始“吱吱吱”地叫起来,蝴蝶在草丛中翩翩起舞,蜜蜂又来到花丛里忙着采蜜,小鸟儿又跳到树梢上唱欢歌,小孩子也跑出来四处玩耍,夏天的雨给人们送来了更为赏心悦目的景象。我喜欢夏雨,喜欢它的明快、坦荡与酣畅,喜欢它的激越与诗意。

灯下漫笔

石兵

信任的力量

有一个叫作“背摔”的游戏,让一个人登上高台,身体向后直挺挺倒下,其他人则在台下时刻准备接住摔下高台的人。据说,这个游戏在玩过之后,会增加彼此间的信任,是公司提升员工凝聚力朋友间提高彼此信任度的重要手段。

在现代社会,信任感缺失无疑是最大的危机,一个小小的游戏变得如此火爆与此显然有着很大的关

系,人们彼此渴望信任却又不知从何处入手,便选择了这个看起来简单之极的游戏。

其实,这个游戏几乎是毫无危险的,但站在高台上的人还是会不自觉地紧张,他的紧张更多来源于台下那些准备接他的人,也许这些人中有熟悉的朋友也有多年的同事,但还是免不了心中打鼓。只是,当台上下人成功接住摔下的人之后,所有的犹疑便全部消失了,取而代之的是相互间更深一层的信任。

信任的力量有时要远远大于勇气和智慧,因为后者几乎都是个人具备的能力,而前者则可以将这种能力以几何级数倍增,人字的结构是相互支撑,人也是无法脱离社会独立存在的个体,因此,人与人之间的信任无论对于个人还是整个社会来说都有着不可估量的作用,从个人来说,能否获得他人信任是一个人的立足社会实现个人价值的前提和基础,从整个人类社会来说,普遍存在的信任感是整个社会能否健康和谐平稳前行的关键。

为什么信任感如此重要,却又似乎总是如此稀少呢?答案其实并不难找,那就是过于追求物质的价值观和过于追求速度的生活节奏,每个人都将利益放在首位,物质空间挤压灵魂空间,追求锦衣玉食的生存取代了安于平凡安静的生活,让人不知不觉间便缺失了彼此的信任。

那么,如何寻回彼此渴望已久的信任感呢?答案也很简单,我们需要做的,便是学习那个鼓起勇气“背摔”的人,便是成为那些伸出援手时刻准备接住“背摔者”的人。

信任的力量,其实就是人与人彼此间的无私、真诚、奉献,就是对于这个世界源自真心的热爱。

星期诗汇

张士达

小巷

在古镇,一条被泡桑涂沫的小巷
点燃起我无尽的遐思
它弯弯曲曲的模样
多么像一条缓缓流淌的小河
滋润了两旁居民的生活
每个日子里
都浸透了古色古香的韵味
仿佛从瓦楞青苔中一丝丝渗出
千百年的时光哟
见证了小巷里的是非恩怨
记录了小巷的荣辱与兴衰

古镇的那条小巷
是一部惊险小说,情节跌宕起伏,风云变幻
古镇的那条小巷
是一篇叙事散文,文笔细腻,优雅,清丽
古镇的那条小巷
是一首抒情诗,飘逸出温婉,隽永,奇妙
古镇的那条小巷哟
无论婉约与豪放
都扣人心弦,百读不厌

少吃油! 吃好油! 可以喝的油! 内蒙古亚麻籽食用油富含人体必需的欧米伽3,对人体健康都更有益!

您的厨房,是否缺少一瓶亚麻籽油?

市场价每瓶199元! 会员特价仅需96.5元,买4瓶送1瓶,加9.9元再送一瓶! 立刻节省798元!

内蒙古亚麻籽油,产地原料正宗自然,传统冷榨工艺,主打营养健康!

心动不如行动,立即拨打400-670-5627订购!

如今,肥胖和“三高”是让广大老百姓最为头疼的问题,这些问题往往是因为不合理饮食导致的。其中,脂肪摄入过高尤其是饱和脂肪酸摄入量过高是导致胆固醇、甘油三酯和低密度脂蛋白胆固醇升高的主要原因。油脂的成分中,饱和脂肪酸摄入过多容易引发心脑血管问题,而不饱和脂肪酸欧米伽3(α-亚麻酸)则恰恰相反,对健康大有裨益。

在众多食用油中亚麻籽油是优质的选择,亚麻籽油不但能增加饭菜的色香味,富含的欧米伽3(α-亚麻酸)的营养价值更是不可多得。

少吃油,吃好油! 内蒙古大草原亚麻籽油尤其独特,当地特产亚麻籽油欧米伽3(α-亚麻酸)含量尤为丰富。近日,一款来自内蒙古大草原纯物理冷压榨亚麻籽油“体验活动”受到消费者的热烈欢迎!

“内蒙古大草原亚麻籽油,欧米伽3(α-亚麻酸)含量丰富,每天吃一小勺,又经济又健康。”

“内蒙大草原亚麻籽油,晶莹剔透,味道醇香,绿色健康,能增加饭菜的色香味,看着就有食欲。”

“健康好油除了自己吃,送爸妈、送长辈、送客户、送朋友也有面子!”

……

亚麻籽油的营养奥秘

在种类繁多的食用油当中,为什么很多人选择亚麻籽油? 据营养学家介绍,必需不饱和脂肪酸是人体健康和生命所必需的物质,食用油是人体获得不饱和脂肪酸的一个重要来源,而亚麻籽油是欧米伽3(α-亚麻酸)含量很高的植物油。

什么是欧米伽3(α-亚麻酸)? 专家指出,它是不饱和脂肪酸中的一种,人体必需这种脂肪酸,但是自身不能合成,只能从食物中摄取。欧米伽3(α-

亚麻酸)分解后产生DHA和EPA,而DHA就是被誉为“脑黄金”的物质。

在陆地上,只有亚麻籽油、核桃油等为数不多的植物油中含有欧米伽3(α-亚麻酸)。而亚麻籽油中欧米伽3(α-亚麻酸)的含量是高于其它植物油的。要知道,欧米伽3在三文鱼中的含量也不过5%,在其它植物油中的含量一般都不超过10%。因此,亚麻籽油被誉为“草原鱼油”,也有人称之为食用油中的“液体黄金”。

选亚麻籽油看准产地和工艺

内蒙古大草原亚麻籽油的与众不同,在于内蒙古中西部地处北纬39°,

海拔1000米以上,气候寒冷,地域广阔,空气清新,得天独厚的气候和土壤条件,以及无污染的草原环境,使得所产亚麻籽圆润饱满,富集了更多的营养物质,尤其是欧米伽3(α-亚麻酸)含量丰富。

道地选材,萃取天然:精选内蒙古优质天然亚麻籽,圆润饱满,色泽光亮,榨出的油更是品质上乘,富集欧米伽3(α-亚麻酸)。

六度提纯,物理压榨:纯物理冷压榨,六道提纯,α-亚麻酸等多种营养成分含量更高。

纯天然正,易于吸收:晶莹剔透的天然亚麻籽油直接入口,追品,口感独特,令人回味无穷,且更易于人体吸收和利用。

◆◆ 食用方法 ◆◆



直接口服



靓汤调味



烘焙糕点



主食佐餐



美味凉菜



树立健康吃油科学观念 内蒙古亚麻籽油特价体验

少吃油! 吃好油! 为树立健康吃油科学观念,报享购特为广大中老年朋友准备了300瓶内蒙古大草原亚麻籽油特价体验,现在拨打热线电话400-670-5627订购,即可享受“市场价每瓶199元! 会员特价仅需96.5元,买4瓶送一,加9.9元再送一,立省798元!”特大优惠活动。

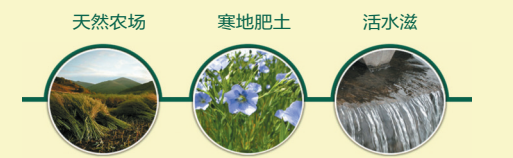
由于本次活动备货有限,随时可能售罄,请广大读者抓紧时间订购,别因错过机会,追悔莫及。(抢购热线:400-670-5627)

内蒙古特产亚麻籽油

源自天然,珍芯! 珍艺! 珍品

珍芯

内蒙古亚麻籽生长在远离雾霾的天然大草原上,远离都市尾气,远离工厂废气,远离施工扬尘,这里有蓝蓝的天,闪闪的星……



珍艺

好的材料要有好的加工,采用先进六度提纯,物理压榨法!

一度:除胶提纯 二度:除酸提纯
三度:除水提纯 四度:除色提纯
五度:除臭提纯 六度:除蜡提纯



珍品

每瓶亚麻籽油都相当于大半瓶欧米伽3(α-亚麻酸),并且这些欧米伽3(α-亚麻酸)均来自无污染的内蒙古大草原。

报享购 多·快·好·省

订购热线:400-670-5627

☑送货上门 ☑货到付款 ☑正品保证
☑优质低价 ☑7天无条件退换货服务