

我是退伍兵(歌词)

高延安

我是退伍兵，
来自陆海空，
革命熔炉锻造了我，
好钢已炼成。
我是退伍兵，
继承好传统，
虽然军装已脱掉，
永远是个兵。
嘿！嘿！嘿！
不忘党培养，
革命心最红，
只要祖国召唤，
勇敢上阵冲锋！

我是退伍兵，
奋斗不停，
昂首跨入新时代，
胸中满豪情。
我是退伍兵，
服务为群众，
倾情关爱下一代，
伟业有传承。
嘿！嘿！嘿！
工作挑重担，
抗疫敢逆行，
只要人民需要，
义无反顾向前冲！

夏天写意

(外一首)

邢庆棠

昨夜南池大雨骤，
水映山秀；
鹭鸶点头荷上走，
青蛙鼓噪齐声奏，
一叶小舟画中游。

笔下丹青诗与酒，
欲说还休；
只恨胸中笔墨瘦，
匆匆岁月似云雾，
考量人生宜善修。

红莲

凌波仙子醉南池，
衔日吐蕊斗芳菲。
焉得彩霞照碧天，
惹来蜻蜓绕尔飞。
红妆倩影展新姿，
野鸭潜水竞风流。
携妇回眸脚步缓，
村姑一声卖莲蓬。

蒲扇轻摇的时光

管淑平

西瓜、蝉鸣、萤火虫，还有那轻摇的蒲扇，儿时的夏天，似乎如一张水彩画，清澈定格在远去的童年里，时常流淌在甜蜜的记忆里。

那时的夏天，家里没有配置电风扇，更没有安装空调，因此，每到炎热的夏天，蒲扇就是大家消暑的首选工具。在炎热的午后，或是夕阳铺满大地的傍晚，年迈的爷爷奶奶就会聚集到枝叶繁茂的大树下，一边轻摇着蒲扇，一边聊着家常里短。

蒲扇，是朴素的，是栖居在乡村里的隐士。它与折扇不同，折扇优雅高贵通常被富人所喜。而蒲扇，与生俱来就有着一种亲和力，在物质并不丰富的年代，一把带着质朴、古老气息的蒲扇，通常是消暑的最佳选择，又因其舒适的外观、轻巧便携性、合理的价格而被人们所喜爱。只要蒲扇轻轻一挥，夏日里所有的暑气和蚊虫都被统统赶走，一股清幽的凉气缓缓而来，瞬间夏日变成一幅清欢的模样。

制作蒲扇也不需要耗费太多材料，长

木柄、细竹篾、大蒲葵叶，再加少许丝线，不必讲究外观的好看与否，经过村里师傅的一番打磨，简单的蒲扇就做好了。那时的蒲扇颜色很单纯，不像当今商铺里所卖的扇子那样稀奇古怪，也不需要用到鸟雀的羽毛和好看的专用纸张。

蒲扇里藏着一种经时间磨合过的柔软的岁月情怀。老人们是蒲扇的青睐者，在夏天，他们能摇着蒲扇从早到晚，不论是去亲戚朋友家做客，还是在茶余饭后散步，一扇在手，清凉唯我。

那时的太阳，似乎也并不像现在这般热烈，热烈得有点不像话。那时雨水也特别多，清早起来，你会听见农家院子里的蝉鸣和蛙叫。除了蝉鸣与蛙声，还有许多不知名的鸟前来伴奏，整个夏天热闹非凡，似乎成了一场盛大的音乐会。

奶奶是喜欢蒲扇的。在无数个炎热的午后，她就坐在大榕树下的石头上，不疾不徐地摇着。榕树是绿色的，那绿色是流动的。树上的蝉鸣，响亮、悠远，入耳入心。

阳光是镶金的，从大榕树的枝丫上投射下来。蒲扇的风从原野刮来，带着树叶和野草的气息，清新而鲜活，令人心旷神怡。时间的脚步变得缓慢，我有时候觉得，岁月似乎是在奶奶手中轻轻挥动的蒲扇间，悄悄地滑了过去。

最惬意的当属傍晚。忙完一整天后，奶奶就会端着一盆水往门前的空地上洒去，冷水的温度与地表的温度慢慢中和。我坐在奶奶身旁乘凉，奶奶一边讲着久远的故事，一边变戏法似的拿出一块儿西瓜递给我，她一边看着我吃西瓜，一边又用手中的蒲扇给我扇风。不知过了多久，头顶上眨着眼睛的星星似乎也有了睡意，我也慢慢地进入甜甜的梦乡。

蒲扇真是一件讨人喜欢夏日必备用品，只要你轻摇蒲扇，风就随之产生，风里还裹挟着淡淡的草木清香。蒲扇的使命，似乎就是在人们简单的挥动中将自己的生命得以圆融和升华。这简单的过程，成了一种仪式感。

今天，我们已经习惯生活于电扇和空调的中间，享受着现代文明的舒适。可我仍觉得，蒲扇轻摇的日子，是亲切的，充满着生活乐趣的，我无论如何，也不会嫌弃它的陈旧与朴素。



地铁上的一担菜

王阿丽

那天傍晚，我从旅游景点乘地铁返回旅馆。地铁进站，门缓缓打开，只见一担菜横亘在一位中年农妇的座位前，其左隔座而坐的是一位年轻妈妈和一个8岁左右的小女孩。年轻妈妈拍着空座位招呼我坐下。

我向年轻妈妈道谢后便坐到了她俩中间。坐下后，我仔细端详起这担菜：一头的塑料筐里装着绿油油的空心菜和形态各异的青椒，筐子提把上系着一只塑料袋，袋子里有几件衣服，依稀还能看到一部手机；另一头塑料筐里装着一个小纸箱及一包食品。两个筐子上搁着一根木棍，木棍干裂，有被刀挫削过的痕迹，其上缠有胶布，一看就是经主人一番细心打磨的。

看着这一担菜，我心生好奇，侧脸与农妇唠起嗑来：“您是进城卖菜来了？”农妇未开言却是“咯咯咯”地笑了起来，黝黑的脸上露出一口白牙：“不是呢，我是来城里看儿子的，儿子在城里上班！”那声音高得怕是整个车厢都听到了！看着农妇的马尾辫随着她的笑声左右甩摆，好似跳起了快乐的舞蹈，我想，此时，对她来说，没有一件比来城里看儿子更幸福的事儿了！

“呀！看儿子带了这么多菜啊！”车厢中乘客们的目光在农妇与这担菜之间来回切换，“您儿子真幸福！”“当妈妈的就是这样啊，有好吃的都忘了孩子，大夏天的也不怕热！”……整个车厢沸腾了！羡慕、幸福、母爱、福气、快乐这些词语交织在一起，在我的脑海中逐一闪过。

“我还带了炸鱼干！”农妇一边说一边解开塑料袋，金黄色的鱼干散发着阵阵香气。“这些鱼是我到溪水边逮的，野生的，你尝一个呗。”她边说边捏出一条鱼递到我跟前，“是呢！闻着就感觉好吃呢！谢谢哟，给您的儿子留着哟！”我谢过了她的好意。

“前方到站中华门站，请不要倚靠车门，做好下车准备……”地铁到站的播音声传来，农妇急忙起身，理好裙裾，把木棍担在肩上，做好了下车准备。忽然，她扭头问道：“这是玄武门站吗？”“不是的，还没到呢！”她赶紧搁下菜担，抹了一下额头：“谢谢你们，我还以为到了。”

这时，我仔细地打量起她来，可以看出这趟进城她是好好地收拾了一番的，马尾辫梳得整整齐齐，一袭紫红连衣裙领口缀满彩色珠子，和她那古铜色的皮肤相得益彰；手指甲边也有些许细小毛刺，好像刚刚剪过，脚穿一双带跟的棕色凉鞋，显得整洁利落。

她坐下来，又和我们唠起了嗑：“今年天热，雨水少，我天天浇水，你看这青椒还是长得像一个个胖娃娃似的。”于是，大家又讨论起了菜价，说起了种菜不易。我们谈论着这些，坐在旁边的小女孩早已坐不住了，围着车厢里的栏杆自个儿玩耍起来。过了一会儿，女孩转过甜甜地对农妇说：“奶奶，下一站是玄武门。”农妇亲切地摸了摸小女孩的头：“谢谢你哟，小姑娘真好！”

地铁快要到玄武门站了，车厢里与她隔着几个座位的一位妇女走到她身边：“快要到站了，您还不挑起担子准备下车？”她似乎比农妇还着急。地铁靠站了，在人们的目送下，农妇担着菜消失在人流中。

地铁又继续前行，这担菜，在这个夏天的傍晚，悄然储存在我们心中。我想，多年以后，我也不会忘记地铁上的这一幕，这位朴实的农妇，她那满载浓浓母爱的一担菜以及车厢内热情好心的乘客。细细品味，原来我们生活的环境是如此的恬静淡泊，值得我们用心去保护和创造。

母亲的荷叶粥

余平

入夏以来天气炎炎，女儿因暑热上火，嗓子又疼又痒，同时还伴随食欲不振、头昏脑胀等症状。我带女儿去医院诊治，吃了西药也不见好转，我和妻子急得团团转。正好母亲从乡下来看我，她听了女儿生病的事，就责怪我：“你怎么忘记了荷叶粥？你以前夏天嗓子难受，不想吃东西，就是喝荷叶粥治好的呀！”母亲的话一语惊醒梦中人，在城里住久了，只要女儿一不舒服就本能地带她往医院跑，却忘记了母亲的荷叶粥也能治病。

我的童年是在乡下度过的，家乡河流纵横，湖畔、池塘甚多。荷花绽放时，家乡的水塘俨然是一片绿海，荷叶一层层地漫开，延绵推涌，沁人心脾的荷香也在荷塘四周飘荡着。那时只要我嗓子不舒服，不想吃饭，母亲就会为我做荷叶粥。

母亲都是一大清早去水塘采摘鲜嫩的荷叶。荷叶粥的做法其实挺简单的，几杯清水一杯粳米，放在锅里文火慢熬。熬至煮熟时把洗净的荷叶盖在粥面上，再焖上十来分钟，绿汁便从荷叶中溢出来，浸染到粥里，荷香与米香融合在一起，待粥熟后取走荷叶，加适量冰糖搅匀，一锅清淡碧绿的荷叶粥就呈现在面前了。在夏日，荷叶粥可以早晚食用，也可作为清凉解暑的饮品冰镇后饮用。喝着母亲做的荷叶粥，满口清香，味美至极。几天后我的嗓子好了，吃饭特别香。

母亲并不懂荷叶粥的药用价值，只知道人们要度过炎炎夏日，喝荷叶粥是最管用的。其实新鲜的荷叶含有多种对人体有益的营养元素，其中莲碱、原荷叶碱及维生素C、苹果酸都具有很高的药用价值。荷叶有清热、解毒、润肺、凉血、止血的作用，因此荷叶粥是夏天极佳的清热解暑食物，能够清心火、平肝火、泻脾火，常喝荷叶粥对高血脂、高血压及肥胖症等有一定的疗效。

在遍布高楼的城市里，很难再找到一处荷塘，好在现在网购非常方便，我赶忙从网上买来新鲜的荷叶，母亲又为她的孙女做起了荷叶粥。爱的方向总是向下的，代代延续，女儿正如当年的我，当她喝下荷叶粥没多久，她的嗓子痛就好多了，头也不昏了，精神也振作起来了。

我们知道夏季饮食要以“滋阴润肺，适宜清补”为准则，可以通过进补粥来达到清热下火的目的。荷叶粥是炎炎夏日的食疗佳品，对人体大有裨益，看来这个夏天我们全家是离不开它了。



一捧红枣

程应峰

那是个假日，我驱车回家探望年迈的父亲母亲。刚下车，便有人跟我招呼：“叔，你回来了。”是草儿。草儿站在路旁，身边放着一篮熟透的红枣，阳光下，一张久经风吹日晒的脸红扑扑的，恰似枝头熟透的苹果。草儿穿着一身小而旧的衣衫，即使这样，草儿依旧出落得楚楚动人，招人疼爱。

都说穷人的孩子早当家，这话搁在草儿身上是很贴切的。草儿的父亲因意外的车祸，过早离开了人世，撇下了她和两个弟弟。为了生计，草儿和她瘦弱多病的母亲打理着一片果园养家糊口。草儿是个懂事的孩子，辍学在家后，为供两个弟弟上学，一年到头忙里忙外，没有正儿巴经地休息过，日子过得挺不容易的。

我瞅着还是个孩子的草儿，心头不是滋味，问：“到城里卖枣？”草儿答：“叔，是嘞！”就低着头，提着那篮沉甸甸的红枣踏上了去城里的汽车。我心头一沉，喊住枣儿，将一张100元钞票硬塞在草儿手中，说：“到城里卖枣儿别饿着，买东西吃。”草儿推辞着，我执意放在她的兜里，她也只好收下了。

汽车发动了，草儿捧着一捧红枣从车窗探出头来，叫了声：“叔，新鲜的，尝尝。”我知道这是草儿的一番心意，不能不接受，便伸开双手接下了。汽车绝尘而去的时候，风中传来草儿的一句话：“叔，多谢了！”

我捧着红枣，发现那100元钱夹杂在红枣之中，不由得怔怔地站在路旁，为一个勇于肩负生活重担、自强不息的孩子感慨万千。

公益广告

不麻痹 不厌战
不侥幸 不松劲



任城区融媒体中心 宣