

### 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，  
奋斗永不停，  
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，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，一锅清淡碧绿幽香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哦，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