



(全景网供图)

漫忆

外婆, 香香

□段延青

来, 婆, 香香! 我拿出从印度尼西亚带回来的鸡蛋花润肤霜, 涂抹到101岁的外婆的脸上, 让巴厘岛的岛花制成的面霜滋润外婆衰老的肌肤。顿时, 一股又甜又香的味道弥漫开来, 沁人心扉。又拿出给外婆带的卡通小点心、果冻、饼干、巧克力、神猫小香皂……外婆说我又乱花钱了, 我说我愿意, 我心里高兴。我在洛阳上班, 外婆住在偃师乡下的双泉村。我常常想, 要是不用上班, 我就住在乡下舅舅家, 能天天和外婆生活在一起, 陪着她, 养着她。就像我小时候从1岁到12岁, 外婆一直养着我, 宠着我一样。那时, 父亲在东北上班, 我也呆在外婆身边生活了近13年, 直到有一天我正上着课, 远道而来的母亲把我叫出教室, 带着我到山村学校开转学证, 让我回到他们身边, 我哭着死死拉住校长室的门框不肯走, 校长看我哭得泪流满面, 就说让孩子在这里上呗! 母亲说, 她这么大了, 该回去了! 强行把我带回了他们家。之后, 我便正式告别了幸福的童年。可是, 我又不能不上班。工作, 才是一个人安身立命的根本。有了工作, 有了事业, 才有成就感; 有了工作, 有了收入, 我才能给外婆买电视机、空调、电磁炉, 才能给外婆买音量最大的老年手机, 充足话费, 让她挂在脖子上, 想我了随时给我打电话……还得上班。我可想外婆的时候, 就利用周末和节假日来看看她, 回去以后心里幸福好长时间。再次回到外婆的小山村, 童年的生活历历在

目。想起小山村的夏夜, 我躺在院子里的竹床上数星星, 外婆在床边轻摇蒲扇, 带来习习凉风, 院中枣树、石榴树散发着幽香, 虫儿吟唱; 想起小山村的冬天, 我顺着木梯爬到平房上, 扒开厚厚的白雪, 掀开雪下面的玉米秆, 取出晶莹剔透的冰冻柿子, 外婆用玉米面和柿子泥做成丸子香香甜甜; 想起小学五年级那个寒冷到滴水成冰的冬天, 我作为种子选手代表双泉小学参加偃师乡举行的1500米冬季越野长跑比赛, 外婆专门连夜给我赶做了一双新布鞋, 结果比赛时发令枪响起, 刚一起跑就被踩掉一只鞋, 我索性光着一只脚踩过乡村土路上的冰碴子、小石子、土疙瘩, 树叶跑到终点, 带队比赛的刘老师见到我时, 一把抱起我的那只光脚捂在自己胸口暖了半天, 事后在学校全体大会上, 校长大加表扬我的拼搏精神; 想起参加数学竞赛前正值酷暑天气, 刘老师带着我翻过村西边的虎元岗, 到另一个山村小学去取一份模拟数学卷子, 回家之后我热得中暑, 发烧躺在床上昏睡了一天, 退烧后爬起来又继续做同向相向而行和鸡兔同笼的数学竞赛题; 想起王老师带我们爬上村南边的伏牛山春游, 让我们融入自然观察事物写作文, 后来一次期末考试在全乡我一个人得到满分作文时, 王老师很是自豪……外婆的小山村, 承载着我童年满满的回忆, 温馨而甜蜜, 永远是我的精神家园……想念不如相见。如果你心中有日思夜想深爱的人, 有时刻神往的地方, 那就走吧, 去看看。趁一切尚好, 时光未老。

书香

灯下读书人

□焦志昌

吃过晚饭, 我和女儿朵朵一人一本书沉浸在自己的世界里, 看了一会儿, 朵朵累了, 抬起头看看窗外黑黢黢的夜色, 突然感慨: “还没有电的时候, 人咋看书?” 我回答她: “用煤油灯啊。” 朵朵说: “煤油灯亮不亮? 我都没见过煤油灯。” 小时候关于煤油灯的记忆, 一下子又回来了, 我给朵朵讲自己小时候在煤油灯下看书的故事, “一灯如豆”, 昏暗的灯光下, 看书却那么认真, 被煤油灯熏得鼻子眼儿都是黑的也不以为意。 “你还别说, 以前真有人夸煤油灯下的读书人, 而且还夸得诗情画意。” 我故意卖关子。 朵朵的兴致成功被吸引, 说: “到底是怎么夸的?” 于是, 我给她讲了一个故事: 嘉庆年间, 当官30多年的举人张瑛很重视教育事业, 每到午夜交更时分, 他都会派两个差役挑着桐油篓巡城。如果见谁家有人在挑灯夜读, 便去帮他添一勺灯油, 并且送上鼓励、祝福的话语, 这也是“加油”一词的由来, 张瑛的儿子就是晚清中兴四大名臣之一的张之洞。 朵朵笑说: “张之洞肯定也被张瑛加过油。” 我说: “那当然。” 父亲加油, 儿子当总督, 我相信德行的传承, 也同样相信加油的力量。 “现在不会有人‘加油’了, 因为大家都不会让别人进自己家。” 朵朵有点怅然若失。 但我还是不想破坏女儿的兴致, 我告诉她: “现在我们依旧在‘加油’, 只不过更换了方式而已。” 比如, 在“人手一机”的情况下, 能放下手机、腾出时间, 我们坚持读书, 就值得加油。 比如, 在快节奏的生活中, 我们能心平气和, 温柔对待生活, 就值得加油。 比如, 在繁杂的环境下, 我们能静心学习, 不断追求进步, 就值得加油。 女儿若有所思, 我不知道她是不是理解, 但我知道, 灯下读书将成为我家的常态; 灯下读书也将成为不绝的动力, 为生活的大厦添砖加瓦, 为平凡的日子增添诗意。

岁月

母亲的美

□崔光杰

和母亲一起煮饺子的时候, 妻对母亲说: “没见过你穿裙子, 要不, 今天那件冰丝料子裙子就给你买回来了。” 母亲说: “我的天! 我这身材, 穿裙子? 笑死人呢。” 母亲今年72岁了, 裙子肯定是穿不成的, 不是身材的原因, 是她身体状况不允许。 母亲面容姣好, 身材高挑, 听父亲说, 年轻时候的母亲, 在十里八村是数得着的美人。 母亲爱美! 我给母亲买衣服, 但从没见过她穿过。 我以为我买的衣服, 她看不上眼。 后来才知道, 母亲节俭惯了。 过去家里穷, 能有一件像样的衣服穿就是奢望。 穿的衣服都是补丁摞补丁的, 老大穿了老二穿, 老二穿了老三穿, 真是“穿三年, 旧三年, 缝缝补补又三年”。 有一年, 母亲接到了一个加工工作服的活儿, 这对我家来说, 简直就是天上掉馅饼。 心灵手巧的母亲没日没夜地坐在缝纫机前, 赶时制作。 那些日子, 我们的耳朵, 充满了缝纫机传出“嗒嗒嗒”的声音。 一个多月下来, 母亲瘦了一圈, 但衣服堆成小山。 最后, 母亲还用剩下的布料, 给家里每人做了一套衣服。 试穿那天, 一家人高兴地跟过年似的。 衣服的料子是劳动布, 蓝里透着白。 母亲帮我们穿上衣服后, 开始试穿自己的那一套, 我们站成一排看着母亲, 她那举手投足都是满满的幸福。 那一刻, 我感觉母亲是最美的, 虽然不是锦罗玉衣, 但是母亲穿上那套衣服, 显得格外漂亮! 这就是我的母亲, 她用一双勤劳的手和坚韧不拔的毅力, 守着这个家, 守着我们一家人的幸福。

众生

燕居善人家

□庄小艳

我和老公结婚时的婚房, 是一个带院子的三层小楼, 和我原生态娘家的居住环境差不多。 更令人惊喜的是, 入住不久, 我就发现我家的屋檐下, 陆续出现了四个燕子窝。 小时候, 母亲常常对我说, 燕居善人家, 家有燕子, 是紫气东来吉祥的象征。 那时, 我就把我家的燕子当成自家养的宠物, 从不伤害它们, 有时候燕子误闯进屋子, 我就赶快打开门窗, 引导它飞出去, 从来不捉燕子玩。 有了孩子, 我就把母亲的话说给他们, 我的两个孩子也爱护燕子。 转眼间, 我们已经在这个房子里住了快二十年。 去年冬天, 我们想把房子装修一下。 房间很快装修完毕, 修整院子时, 需要重新走电线并安装灯具, 但是四个燕子窝都依附在电线和吸顶灯上, 弃旧换新, 必须毁掉燕子窝。 电工师傅拆墙上的旧电线时, 我和老公心情都很沉重, 有一种说不出的难受堵在心头。 就在电工要动手毁燕子窝时, 我和老公几乎同时喊出声: “慢着。” 电工师傅说: “线路的走法, 都是有专业设计的, 你家过去走的电线位置, 就是最合适的位置。 如果不照原来的线路走, 走出来会不好看, 让人看到笑话, 你们可别怪我不专业。” 我和老公一起说: “我们不怪你, 只要把燕子窝留下, 难看难看吧!” 于是, 我家装修一新的房子, 就以绕开燕子窝为理由, 把电线和吸顶灯安装在不太合适的位置。 有朋友来参观, 进门就说: “这个燕子窝, 看起来不太和谐啊!” 我和老公笑着说: “明年燕子回来时, 无家可归, 那才是我家最大的不和谐。”

百味

超越压力

□杨晓君

因从事基层政工工作的需要, 也是日常教育孩子和处理家庭问题的需要, 更是自己发展的需要, 前段时间我报名参加了全市公安机关心理咨询师培训并通过考试拿到了三级心理咨询师证书。 在生活中, 随着生活节奏加快和工作压力增大, 每个人都有可能遭遇挫折、不顺。 那么, 可能您就需要一位心理咨询师。 公安部门, 因工作繁忙, 容易使人压力陡增, 脾气暴躁。 面对此种情况, 我主动与人交流, 帮助大家理顺心结; 冲突是由于主观上的“糟糕至极”“绝对化”和“以偏概全”等原因造成的; 不要把负面情绪、诸多不顺归咎于外部环境与他人因素; 尽量让自己陷于不好的情绪不能自拔……我耐心地帮助同事, 疏导心理问题。 作为一名刚拿到证的初学者, 我得到了大家的认可。

理解和尊重不同的人, 以专业素养和人文关怀陪伴他人, 接受真实的自我, 发掘潜力的自我, 珍爱不一样的自我, 最终达到身心平衡与健康。 这, 就是我作为一名初学者理解的心理咨询工作。 学习心理咨询不但温暖了他人, 也让我有了不一样的收获。 多少次都想放弃, 多少次又告诉自己要坚持……一路走来, 有艰难面对, 有痛苦磨砺, 有欢声笑语, 有再度成长, 我痛并快乐着。 走过崎岖山路, 攀上山巅, 眺望游移天地间纯粹的宽大与寂静, 得到的, 便是超越痛苦的喜悦与平静。 我坚信, 只要这条路能带给自己成长, 能带给基层战友们更多的帮助, 能带给身边每个人不一样的爱, 我就要走下去。 感谢一路有心理咨询的学习, 感谢一生能有这样的机会去“共情”那些需要我的人!



从小爱读书

卿卿 摄

本版联系方式: 65233629 电子信箱: lydaily618@163.com 选稿基地: 洛阳网·河洛文苑 选图基地: 河图网 洛阳网·摄影天地

破茧成蝶! 不一样的暑假体验

7月27日发营的小记者夏令营火热报名中



军体拳展示

胜利归来

这个夏天, 洛报集团“挑战吧, 少年”2019小记者军事文化夏令营(简称小记者夏令营), 已经惠及了25000余个家庭。

练就品格 迅速成长

“爸爸妈妈, 虽然我流了很多汗, 但我知道, 面对困难, 我可以坚强面对。”近日, 一名小营员在营员日记中记录了自己的心得。小记者夏令营通过一系列军事训练, 让小营员们有了“小勇士”的模样。

趣味游戏 快乐成长

小记者夏令营, 在严格军事训练基

础上, 增加了趣味游戏项目。经典项目有野外拉练、真人CS枪战、军事露营、撕名牌、指压板、水枪大战、包饺子、篝火晚会; 新增项目有智能机器人、欢乐蹦床、交通飞行棋……每一个项目都让孩子们在团队中发挥自己的潜能, 使孩子们快乐地成长。

专业团队 安全保障

小记者夏令营有经验丰富的教官、生活老师、心理咨询师、正规医院的医护人员24小时驻守营地。按照1:6配备教官和生活老师。此外, 每名小营员购买一份意外事故伤害险, 最大限度保证孩子的安全。

目前, 7月27日A、B计划火热报名中, 名额有限, 欲报从速。

- 活动地点: 栾川县红山峡谷景区
- 招募对象: 6岁至16岁的孩子
- 收费标准:

A计划5天 小记者1280元, 非小记者1580元 B计划9天 小记者1880元, 非小记者2180元

发营日期: 7月27日、31日, 8月4日、8日、12日、16日

●咨询电话: 63232410 ●报名电话: 郭老师 15537980029 (微信同号) 王老师 1503696338 (微信同号)

●夏令营全程医疗保障机构: 洛阳东方医院(河南科技大学第三附属医院)

●特别鸣谢: 科迪乳业洛阳有限公司

●夏令营趣味项目技术指导: 北理华汇智能机器人基础实验室、洛阳HI-BOOM蹦床俱乐部

王恬/文 刘嘉仪/图



扫二维码, 了解夏令营最新动态