

艺苑

责任编辑: 王健 李克存

表扬信

拾金不昧两学员

张伶俐

2016年11月24日下午,我在鑫港农业银行支取了2000元现金,准备骑三轮车去新北雁买东西。快到新北雁时,听到后边有人喊,“爷爷!爷爷!你丢钱了吧?”我听到喊声停下来,看到一男一女两个学生模样的孩子向我跑过来,上气不接下气的说道:“这是您丢的钱吧,怕您着急,我们捡到就赶紧追您来了!”我一眼便认出孩子手里拿的正是我刚取出的现金和农行存折,存折内有一万多元余款,我接过现金和存折,对两个孩子连连感谢。

当我问起两位同学名字和学校时,开始他们俩谁也不肯说。再三追问下,女同学告诉我说,她叫齐艳菊,是一中高三、十八班的学生。男同学却始终不肯说,只是对我微笑着摇头。见状我只好作罢,看着两个孩子高高兴兴的离开。

为了记住孩子们的名字,我到新北雁找销售员借来纸和笔,记下了他们的名字和班级。孩子们拾金不昧,不止是两个学生值得表扬,还有两个孩子的家长、班主任、学校。孩子们的优秀品质,是他们共同教育的结果。现金和存折失而复得,让我高兴,可更让我高兴的是,作为祖国未来的孩子们纯真善良的内心。有这样优秀的好学子、好青年,我们国家复兴大有希望。

被两个少年的行为深深打动,晚上我在日记上记录一首打油诗:

一中高三十八班,品学兼优两学员。
女生名唤齐艳菊,男生名字未肯谈。
拾金不昧还失主,唯恐老人急升丹。
家风校风润正能,共育一对好青年。

(接上回)据说那金马驹偶尔也出来过几回,和真马嬉戏追逐,但就是无人当场发现,很是神秘。

民间呢,据说有个南蛮子善于品金监银,看相卜占。还有人说他也曾掘坟盗墓,不过谁也没亲眼见过。倒是知道他善于找宝。

这一日,他听说金马驹的事,这个乐呵,仿佛金马驹子就是他的了。别说,他还真有点本事。要摸别人谁都知道大头冲下的是山,长草生粮的是地。而他就知道,哪是金马驹留下的印记,哪是金马驹的最终归宿。就像码踪专家一样,从而开始了顺藤摸瓜、跟踪追击的挖宝历程。

他毕竟是凡人,一步迈不出三尺。十万八千里之遥,他如何一时丈量得完呢?他翻山越岭,他涉水渡河。没钱了,他就给人占卜一下,换点散金碎银。然后继续晓行夜宿,饥餐渴饮。当他找到了藏匿金马驹的“宝山”时,已是风烛残年了。

踏破铁鞋无觅处,得来全不费工夫。当他得知这“宝山”不仅有金马驹子,还有金碾子,金豆子,外加金屋子,竟兴奋得好几天没睡着觉。也许牧羊人的话是假的吧?也许狩猎者的言论是骗人的吧?但宁可信其有不可信其无。毕竟这金马驹是进了这座宝山!

进山门谈何容易,以血肉之躯撼动山门,无异于蚍蜉撼大树一样。必须巧进。传说只要找到叫钥匙的童子,默念三遍“山门开,山门开,钥匙来了。”山门就会自动打开。不过据说过去有人也试验过,但从来不曾有人打开过。原因是,这孩子得一表人才,有识文断字之能,有义字当头之德。这下可就难住了许多人。

南蛮子找啊找,一晃又是半年过去

宝山

李洪志

钱陈马鲁,叶孔金方”等诗文,都能铭记在心。什么“仁、义、礼、智、信”也略知了一二。所以“钥匙”耳濡目染的也就有了文化,而且也知道孝敬父母,讲究仁义道德。这不就是我要找的人吗?今天终于如愿以偿了!

南蛮子,为了得到“钥匙”,为他家看宅院,那地,殷勤有加,热情有余,而且全是免费的。有时还把别人占占换来的散碎银两,施舍给马家。就这,一来二去和马家混熟了。直到这时他才提出让钥匙帮他前去塞外取宝的事。起先马家不同意,后来南蛮子发了毒誓,要是不安全全领回钥匙,就让天打五雷轰,不得好死。闭眼成石人,躺下变成乌龟王八蛋。马远新呢,舍不得儿子,于是就卖了茅舍跟着南蛮子来到了今天的宝山下临时安顿下来。

这一天,月朗星稀,碧空如洗。皎洁的月光把银色的光环慷慨的涂抹在大地上。鸡不叫,狗不咬,真乃万籁俱寂。这时,南蛮子、钥匙,悄声的上了宝山,朝朝那大石门奔去。

焚香,敬神,祷告,念动咒语,之后,就由钥匙前去叫门。“山门开,山门开,钥匙来了!”接着又念了二遍。这时只听轰隆隆一声巨响,山门就真的吱吱嘎嘎的打开了。山门开起处,里面就真的跟传

说的一样,到处金光辉煌,到处金光闪闪。金碾子,金豆子,金簸箕,金笤帚。就差那个推碾子老婆不是金的。时间有限,钥匙手攥青草赶紧去引金马驹,谁知刚引到门口,不知哪来的一声喊:“金马驹是我的!”

结果门神受惊,谋划好的事,就这样前功尽弃了。那呐喊之人,不是别人,正是守财童子。只因他没能找回金马驹,玉皇大帝就罚他做了乞丐。待到找回金马驹时,再出现真身。

谁知螳螂捕蝉黄雀在后,多日来他一直就紧跟在钥匙他们的身后,想不劳而获,结果好容易丢了性命,幸亏他跑得贼快。钥匙想:虽然金马驹子牵不出来了,不是还有金豆子吗?我捧出点来,我那柱子、锁子、栓子等小朋友,拿去后就不能交学费上学了吗?结果没等走到门口,就被山门关在了里边。

毒誓已经发了,但钥匙却没能再回家园。南蛮子食言了。他一着急,两腿一蹬,也死了。没多久南蛮子就真的变成了乌龟王八。现在,石门旁那堆圆鼓隆冬的石头就是他的化身。

守财童子呢?最终也因没能找回金马驹,而且还伤及了无辜。被玉皇大帝一怒之下,贬他去南天门外,十万八千里处,做了毛楞星。

钥匙呢,因品德高尚,被玉皇大帝设法招上天庭,做了御前大学士,专管考试、升学之事,要不咱这升大学,成大器的怎么这么多呢?

俗话说,人挪活,树挪死。马远新呢,虽说了钥匙,但还有别的孩子呢。所以,终究一代一代的繁衍着。进而成了今天宝山下的名门旺族。

捧读午后一米阳光

许志儒



深冬。午后。阳光很好。阅览室很静,静得能隐约听见寒风撞击玻璃的嘤嘤声掺和着它爬进室内的滋滋声。

300平米的阅览室,宽敞明亮,抛了光的白色地板在阳光下反射着耀眼的光;整齐排列的浅黄色桌凳被溜进来的冬日暖阳浸润得一片金黄,四散着淡淡的油漆香味;书架上的杂志显得格外精神焕发,一律规规矩矩的标准站姿,毕恭毕敬的接受着神圣阳光的检阅……室内的一切似乎都太过安静了。此时,正有大片的明晃晃的阳光透过宽敞明亮的玻璃窗溜了进来,喜滋滋的向四处伸展着修长的臂膀,瞬间,洒满了一屋子的金色。

我手捧着一本书坐在暖阳里,全身的一个细胞都倍感舒爽惬意,似乎每一个毛孔都被打开了。翻开的书页上,被洒了一层淡淡的金。于是,那淡淡的金便裹着那淡淡的墨香弥漫在无比温柔的空气里,并渐渐氤氲开来。书页中的每个字符都被镀上了一圈金边儿,此刻,我的心也如阳光般灿烂着——作为一名图书管理员,每天和书打交道,的确是件非常幸福的事。

我不由得猛一抬头,双目就刚好与悬在空中的二轮灿烂明媚的日头撞了个正着,霎时,眼前金星四射,明晃晃,灿灿灿灿的光芒便晃花了双眼。只需一眼,你便彻底被它的热烈融化了,渐而又醉了——多么明媚的阳光啊!瓦蓝的天空中飘着一抹鱼鳞状的白云,随心所欲的漫游着。书上那密密的如蚂蚁般的黑色字符瞬间像一个个长了翅膀的音符,在柔和阳光下欢快地舞蹈着,我的心也随之舒展和明朗起来。

我被这明媚的阳光吸引着,悄悄来到西侧窗前,这里矗立着一棵又高又粗的常青树,它可称得上是阳光的宠儿。我刚要伸出手去与它争宠,忽然,就在抬手的一瞬,一股奇异的清香直袭心脾。呵,原来,阳光是有味道的啊,而且是香甜的味道!奇怪,之前我怎么一直不晓得呢?呵,原来是这棵高大的常青树开花了!油绿而肥厚的叶片上泛着亮白的光。树上挂满了一串串雪白的小花,每朵花儿都在冲着阳光展露着甜甜的笑靥。细长的五片花瓣嫩如人,像极了可爱宝宝粉嫩的脸。细碎而纤长的白色花蕊一律向外翘着,宛如宝宝浓密的睫毛,忽闪着撩人心魄。花蕊沁润着晶莹的液珠,在阳光照耀下闪着熠熠的七彩光芒。很显然,阳光是沾染了这粉嫩小花的馥郁芳香,并携着这芳香四处流传,使得偌大的屋子到处跳跃着带有甜香味却又又有几分暧昧的气息。

窗台上的一盆盆鲜花也都沐浴在暖金的幸福中。她们是这个小小世界里的超级宠儿,被柔软的阳光宠爱着咧开嘴幸福的笑。君子兰、四季海棠、豆瓣绿、橡皮树,它们肥厚而油绿的叶片同样反射着亮白耀眼的光;腊梅也被催开了朵朵绯红的小花,那精致的小花宛如两片鲜红的木耳叠合在一起,红中泛着橘黄,鲜亮妩媚。金黄色的花蕊点缀其中,更加突出显出腊梅花的圣洁高雅、超凡脱俗;香气扑鼻的米兰花像金黄的小米粒,一串串拥挤着挂满了枝条,与亮绿的叶子争着宠,它们在阳光下各自闪着金光灿灿的光,直逼你的眼;还有那盆嫩绿的铜钱草,细细的长茎托起圆形的如荷叶般的叶片,又仿佛一枚枚翠绿

的小伞,小伞滚着一圈半圆形花边儿,既精致又妩媚。尤其那均匀对称的叶脉,像是被精心设计上去的,在阳光下显得格外抢眼。小伞们一个个歪着头,仰着圆圆的笑脸,追随着那一抹暖暖的金……哦,我竟不知道,这些可爱的鲜花原本都是向日葵的嫡亲呢?

窗外,远山醒了,近树活了,林立的高楼建筑也都鲜活了起来,天地之间的一切——有生命的,无生命的,它们一起开始了新的律动,呼吸、欢笑,给寒冷的冬天注入了新的活力。楼外墙根下两只慵懒的猫咪也在享受这充足的阳光,它们一动不动的依偎在一起,一黑一白,幸福和谐如同人了一画。这时,有三三两两的同学陆续来到阅览室——他们利用大课时间来书或借书。与他们一同进来的还有外面的清新湿润的空气,瞬间,室内便涌着一股青春的气息。

“老师,您帮我推荐一本好书吧,这样一本本的翻太浪费时间了。”其中一个身着高三校服的女生微笑着向我求援。“好啊,新一期的《高考金刊》来了,我觉得它

很适合你们高三学生,都是高考前的模拟练兵以及各省市高考状元制胜法宝,还有全国乃至世界著名的高校简介,是一本极好的书呢”“哦,那太好了。谢谢老师!”“不客气,很高兴为你们服务,呵呵”“加油哦!”“嗯,加油!”。说话间,小女生有些腼腆的笑笑,随即将拳头握紧,做了个“加油”的姿势,那笑容如盛开的迎春花般灿烂……

当我望向窗外,那些朝气蓬勃的学子们早已融入了金光灿灿的阳光里,融入对早春的风景里……

时光匆匆,不经意间,暖盈盈的阳光便悄悄退出了屋子,闪身溜到西边窗台去了。哦,眼看太阳就要落到山的那边去了,室内顿时凉了下來……哎,有什么办法呢?我只能傻傻地盯着那轮极富挑逗式的微笑发呆……在这一刻,我忽然发现:有形的光阴是长了腿的呢?

于是,起身,快步来到窗台边,伸手勾起一捧暖金,小心翼翼的夹入书的扉页中,让这温暖的一米阳光浸润每一页书香,让灿烂的生命永远定格在这书香中。

广电节目早知道

一、新闻综合频道:

1、《小超说法》:《交规那些事》
播出时间:2月1日、3日、5日 20:00
新闻综合频道播出;
2月3日、5日、7日 8:15 影视娱乐频道重播。

二、影视娱乐频道:

1、《每周小菜》:《滑溜肉片》
播出时间:2月1日、3日、5日、7日 8:20 播出;
时至今日,肉制品依然影响着中国人的日常饮食,我们的餐桌上自然也少

不了肉的诱惑。那么,今天大厨就给我们做一道美味又健康的肉菜“滑溜肉片”,相信您一定会喜欢。

2、《感动》:《回家过年》

播出时间:2月2日、4日、6日 20:00
新闻综合频道播出;
2月4日、6日、8日 8:15 影视娱乐频道重播。

三、《滦平人民广播电台》

1、《行风在线》
2月2日 7:30—8:00 直播,3日、4日 7:30—8:00 重播。本期《行风在线》节目的直播单位是县城管局,如果您有关于“城市管理”方面的问题需要咨询,届时请拨打热线电话 8585777,与县城管局领导直接对话。

播。一个奇特任务,一次户外寻找之旅,《滦平映像》栏目走过了一年的路程,在这一年里,观众关注热度持续升温,有建议、有赞同,本期节目我们一起来看一看摄制组内心的声音。

铺出致富路 打开幸福门

了两件大事。第一件大事就是打造农村电商平台。2015年8月,他个人投资400万元注册成立了承德万美电子商务有限公司,计划打造一个高端水果的销售平台。为了寻找合适的货源,他去了承德县新杖子乡,看人家如何种植大枣;他还去了海南、广西、攀枝花等地,考察当地特色水果项目。一次次的外出考察,不光为了寻找优质货源,更希望找到适合下南沟村村民种植的水果项目,把广大村民引领到发展特色种植业上来,走出一条“特色种植+电商平台”的发展之路。目前,已经有村民尝试种植大枣,迈出了发展的第一步。

二、《行风在线》

2月2日 7:30—8:00 直播,3日、4日 7:30—8:00 重播。本期《行风在线》节目的直播单位是县城管局,如果您有关于“城市管理”方面的问题需要咨询,届时请拨打热线电话 8585777,与县城管局领导直接对话。

发展种养业,带动农民致富

下南沟村是一个贫穷闭塞的小村落,这里的老百姓主要靠种粮食生活,部分年轻力壮的人家会出去做矿工或建筑工人。关东伟从小在这里长大,他最清楚靠这些乡亲们仅能维持温饱,要想让乡亲们生活质量提高,必须想点别的办法。他首先想到了让乡亲们养羊,因为养羊的门槛低,养多养少都可以,而且近几年养羊行情越来越好。最初,村里只有个别个人家养羊。为了解村民的真实想法,关东伟对全村进行了一次的走访。了解具体情况之后,他从两方面入手,解决群众的后顾之忧。一方面,对缺钱、没门路的村民,他帮着筹措资金,联系种羊;另一方面,他经常把养羊的村民集中起来,学习相关养殖技术,交流养殖经验。现在村里有20多户养羊,

小知识大健康

洗澡水太热易心梗

李先生今年60岁,特别喜欢泡热水澡。尤其冬天,常泡一两个小时,觉得可疏通经络,预防疾病。几天前,李先生洗澡时,突然觉得胸口闷得厉害,以为是洗澡间太闷,就把窗开了小缝。过了一会儿,胸闷非但没有缓解,反而胸口开始疼了起来。这时他才呼唤家人,家人马上拨打急救电话,将李先生送往医院。医生诊断他出现心肌梗死,经全力抢救,李先生顺利康复。



有人冬季洗澡,喜欢把水温调得较高,且洗澡时间较长,但对老人来讲,由于血管弹性差,身体调节功能也出现衰退,若本身有血管动脉硬化狭窄,则很容易形成血栓。且浴室内水蒸气较多,闷热不通风。这种环境下人代谢水平较高,洗浴时间过长,可造成大脑和心肌缺氧,导致脑出血、心肌梗死等。

一般情况,洗澡水温度需因季制宜,夏天选温水浴(33℃以上,正常体温以下),冬天可选热水浴(接近或略高于正常体温)。但老人,尤其老年冠心病患者要特别注意,洗澡水温度最好与体温相当,最好不超过40℃。洗澡时,要把水温调好后再淋到身上。洗澡时间也控制在15分钟左右,尽量不超半小时,并注意防跌倒。

孩子吃粗粮 注意事项多

我们都说粗粮好,营养丰富富含膳食纤维,一些家庭可能会加重三餐中粗粮的比例。但是对于孩子来说,吃粗粮并不是越多越好,一定要做到吃粗粮的放矢。

要讲究粗细搭配

如做馒头时在面粉中加玉米粉或黄豆粉;将玉米粉做成玉米糊、玉米饼等;将小米与大米一起煮粥;用燕麦和绿豆、红豆制成浆,拌在米粉中做辅食。

要粗粮细作

比如将燕麦片中加水煮熟后,加牛奶、葡萄干、苹果丁,加热至70℃左右就做成了水果燕麦羹。

要吃粗粮不过量

每周1—2次即可,逐渐增至一周2—4次。需要提醒的是,一些容易做成泥的东西,比如红薯、土豆、南瓜

等也是粗粮,因此不宜每天都吃。

粗粮不宜油炸

在餐馆酒店常会吃到用各种杂粮制作的小点,比如油炸玉米饼、芝士奶油红薯、椰丝奶油燕麦包。油炸或油煎会破坏粗粮的营养价值,比如做玉米饼,传统做法多用油脂来煎;在制作薯类的时候,不少人喜欢把它打成泥状,做成饼等,然后油炸。这样做成的食物,将损失粗粮的营养价值。

吃粗粮后要喝水

儿童吃了粗粮后,因为粗粮的消化需要大量的水,所以,也要让孩子大量喝水,以免造成了消化不良,或者是大便干燥等不良的身体反应。

以上是孩子吃粗粮的一些注意事项,一定要记住,太极端的饮食方式都不好。



中兴路街道爱心超市“爱心卡”聚爱心暖民心

(上接第一版) 据了解,中兴路街道“爱心超市”于2015年12月份正式成立,总面积100平方米,2016年1月份开始运营。专门设立了爱心超市管理机构,配备工作人员51名,其中专职工作人员16名,负责超市的管理和运行。每周五为集中开放日。同时,对做出突出贡献的个体予以表彰并使该部分人群享有一定的社会礼遇,致力于保证每个施惠者都是受惠者,确保爱心不间断。截至目前,已累计接收办事处、各社区居委会工作人员和各界爱心人士捐款39986元,累计接收捐赠物品10541件。爱心超市开业当天,已有27户特困人群在超市内领取爱心物品141件。

(上接第一版)为了解决居住在河道附近村民的出行难问题,他四处跑项目争取资金,修建了8处管涵,1座小桥,修整路面5处,为河道附近村民安全出行提供了有力保障。

村里的老人常说:现在的下南沟村,跟以前真是大不一样了。村口有大气的牌楼,进村以后是宽敞干净的水泥路,主路两侧有绘制精美的人文墙。2万多平米的户户通水泥路修到了每家每户的门口,两处总面积1200平米的休闲广场让大家有了属于自己的舞台。2014年,下南沟村被承德市政府授予“承德市农村面貌改造提升示范村”荣誉称号,这应该是对关东伟这些年努力的最好回报。

关东伟说:“这两年,下南沟村发生了翻天覆地的变化,这里的老百姓主要靠种粮食生活,部分年轻力壮的人家会出去做矿工或建筑工人。关东伟从小在这里长大,他最清楚靠这些乡亲们仅能维持温饱,要想让乡亲们生活质量提高,必须想点别的办法。他首先想到了让乡亲们养羊,因为养羊的门槛低,养多养少都可以,而且近几年养羊行情越来越好。最初,村里只有个别个人家养羊。为了解村民的真实想法,关东伟对全村进行了一次的走访。了解具体情况之后,他从两方面入手,解决群众的后顾之忧。一方面,对缺钱、没门路的村民,他帮着筹措资金,联系种羊;另一方面,他经常把养羊的村民集中起来,学习相关养殖技术,交流养殖经验。现在村里有20多户养羊,

铺出致富路,打开幸福门。第一件大事就是打造农村电商平台。2015年8月,他个人投资400万元注册成立了承德万美电子商务有限公司,计划打造一个高端水果的销售平台。为了寻找合适的货源,他去了承德县新杖子乡,看人家如何种植大枣;他还去了海南、广西、攀枝花等地,考察当地特色水果项目。一次次的外出考察,不光为了寻找优质货源,更希望找到适合下南沟村村民种植的水果项目,把广大村民引领到发展特色种植业上来,走出一条“特色种植+电商平台”的发展之路。目前,已经有村民尝试种植大枣,迈出了发展的第一步。

第二件大事就是发展特色农家游项目。下南沟村没有拿得出手的自然景观,也没有特殊的文化传统。但是,这里干净

铺出致富路 打开幸福门

了两件大事。第一件大事就是打造农村电商平台。2015年8月,他个人投资400万元注册成立了承德万美电子商务有限公司,计划打造一个高端水果的销售平台。为了寻找合适的货源,他去了承德县新杖子乡,看人家如何种植大枣;他还去了海南、广西、攀枝花等地,考察当地特色水果项目。一次次的外出考察,不光为了寻找优质货源,更希望找到适合下南沟村村民种植的水果项目,把广大村民引领到发展特色种植业上来,走出一条“特色种植+电商平台”的发展之路。目前,已经有村民尝试种植大枣,迈出了发展的第一步。

第二件大事就是发展特色农家游项目。下南沟村没有拿得出手的自然景观,也没有特殊的文化传统。但是,这里干净

铺出致富路 打开幸福门

了两件大事。第一件大事就是打造农村电商平台。2015年8月,他个人投资400万元注册成立了承德万美电子商务有限公司,计划打造一个高端水果的销售平台。为了寻找合适的货源,他去了承德县新杖子乡,看人家如何种植大枣;他还去了海南、广西、攀枝花等地,考察当地特色水果项目。一次次的外出考察,不光为了寻找优质货源,更希望找到适合下南沟村村民种植的水果项目,把广大村民引领到发展特色种植业上来,走出一条“特色种植+电商平台”的发展之路。目前,已经有村民尝试种植大枣,迈出了发展的第一步。

第二件大事就是发展特色农家游项目。下南沟村没有拿得出手的自然景观,也没有特殊的文化传统。但是,这里干净

整洁、安静祥和、交通便利,有着自己的优势。他因地制宜,谋划着把下南沟村打造成承德游客旅游住宿的中转站。为此,他计划投资500万元对村主路周边进行改造升级,建成有水、有景的景观带。同时,联系附近10家村民,建设特色农家院。目前,已经有5户村民有意向,合作建设农家院。同时,已经与承德海外旅行社达成合作意向,该旅行社答应介绍游客来下南沟村吃农家饭、住农家院。而景观带项目也正在逐级审批中。

为了当初的一句誓言,更为了实现带领全村百姓致富奔小康的梦想,关东伟一直在努力着。因为这些年的努力,他获得了滦平县“优秀农村青年人才”的荣誉称号。但这些,他根本不在乎,因为他说过:“再好的荣誉,不如乡亲们的一声夸奖。”