

□ 孔文婕

# 百岁老人与指甲花

有句话:老爱胡须少爱发。我 母亲爱的是染手指甲。邻居的大门 口种了几种花,月季花、步步登高 花、鸡冠花和指甲花等等,长得旺, 开得艳。我用轮椅推着母亲上街 时,小花园是必经之地,我总是在这 里停上一会儿,和母亲一起赏赏花, 看蝴蝶翩翩飞,听鸟儿悦耳唱。她 往前指了指,我们来到几株指甲花 (别名凤仙花)跟前。夜里刚刚下过 一场雨,花鲜艳,干净,母亲盯着它 们看,往前探探身子,用手轻轻地摸 了摸离她最近的几朵花,右手的食 指指着左手的指甲盖:"染染。"我立 刻明白了母亲的意思。"娘,我给您 染染吧!"母亲仰头看看我,微笑,点 头。"好的,我给娘染指甲喽——娘 从头到脚,穿的戴的都是花的,就缺 染手指甲了。"母亲一百岁了,能为 她做事我倍感幸福,比做什么事都 有意义。这事母亲喜欢,操作起来 又简单,好,说干就干。

母亲心细,指了指邻居家,意思是 要跟邻居说一声。邻居很友好:"摘 吧,摘吧,尽管摘,用多少摘多少!一 百岁老奶奶染指甲,太稀罕了,太有 趣了,俺的老奶奶啊,您越活越年轻 了!"母亲微笑,双手合十。我回家挑 了一盘薄而软的胶带,拿了剪刀。母 亲慢慢地扯起衣襟轻轻地擦着手,静 静地等着我。我弯下腰,轻轻地捡盛 开的花朵摘下来,在手里轻轻揉搓, 让花片变成黏糊状。母亲先伸出右 手,手背朝上。"盐——白矾——"嗨, 姜啊,还是老的辣!没想到母亲心里 如此清楚!正是:家有一老,如有一 宝啊! 指甲花里放点盐或者白矾,上 色效果会更好。白矾是母亲治病的法 宝,她总是随身带着。受母亲的影 响,我们兄妹七个的家里都有白矾 (口腔溃疡、牙疼时含化)。我回家拿 出了白矾和盐,母亲指了指盐。好 的,就用盐,放一点点就行。正在精 心地为母亲染着,邻居婶子看到了: "嗨,都到什么时代了,还费这个事干 吗,进城啊,城里染得油光发亮的,什 么色都有!"母亲哼哼笑了,摆着手: "别——别——妖精了——咱这个 ---养皮肤。""哎哟,我的寿星嫂啊, 您什么时候才能糊涂点儿啊!"婶子笑

我知道,指甲花是母亲最喜欢的 花之一。母亲年轻时就喜欢用它染手 指甲。我们家残缺的盆盆罐罐里每 年都种指甲花,大红、粉红、紫红等好 几个颜色的花相互映衬,美丽娇艳, 给贫穷单调的院子增加了浓浓生 机。来串门的女性亲戚邻居一进大 门就被吸引到花前。"摘点儿拿走吧, 回家染染指甲!来,要不现在我就给 你染染?"母亲总是这么热情。但来 的人几乎都是只看不染:"哎呀,你看 我这手,又粗又黑,染了更难看了。 有的则说:"哼,饭都吃不饱,还累得 要死,哪有心弄这玩意!"母亲多次想 给我染手指甲,我怕被老师和同学看 见引起麻烦,坚决不染。而母亲每年 都要染,而且在中秋节前后再补染一 次。母亲染指甲时总是避着父亲,总 是在晚上偷偷地染,早晨起来染好 了,照常干活儿,什么都不耽误。母 亲染的时候,先用指甲花的叶子盖在 揉搓好的花泥上面,然后再用布条裹 好,用嘴咬住线的一头,另一只手往 上缠线,把布扎好。因为母亲染手指 甲,父亲还和她吵架。母亲常给人说 笑话、讲故事,被人说成散布牛鬼蛇 神;母亲染指甲被说成贪图享乐,有 封、资、修的腐朽思想,地主婆心不 死,想变天,给父亲惹了祸,让他又多 了一条挨斗的罪状。"哼,你朝脸上贴 黄瓜片,贴就贴了,在家里别人也看 不到。现在,又神经病,染手指甲盖 子。你不出门了? 让别人看见像什么

话! 充什么洋相!"害怕挨斗的父亲, 只要看到就对母亲发火,好几次要去 拔花,硬是让哥哥们给拉住了。母亲 实在憋不住了,举了村里几个喜欢染 手指甲的例子。父亲更加生气了: "人家都是家庭成分好的,都没什么 心事,还都比你小得多! 你别整天这 事那事了!"而母亲却不这样认为: "愁啊、烦啊,有用吗!女本柔弱,为 母则刚。我要是整天唉声叹气、愁眉 苦脸的,孩子们能高兴吗?这日子还 怎么过!"从上世纪五十年代到七十 年代,在地主成分的重压下,母亲从 没在孩子们面前说过一句泄气的话, 总是鼓励我们:"一分精神一分福,都 长起精神来,把该做的事做好!"那时 的母亲"心像黄连,脸在笑"。她把一 切苦都埋在了心里,化作带领全家奋 进的力量。年年岁岁,岁岁年年,院 子里开满了红红的指甲花,这是一个 家庭奋发向上的气象;母亲执着于红 手指甲则是她乐观、豁达、坚强的一 种体现,是她意志坚韧、面对任何艰 难困苦从不气馁的彰显。一次,因为 母亲"散布牛鬼蛇神",大队责令父亲 陪着母亲在全村大会上挨斗。弯腰站 了两个多小时的母亲,进家竟然直接 去给花儿浇水,把花盆都端到了太阳 地里。正是母亲心里有红花和绿茵, 从未在我姥姥家人面前伤心,从未在 家人面前埋怨,从未在外人面前哭 穷。面对好心人沉重的叹息,母亲总 是平平静静:"只要孩子们都上进、都 走正道,日子就好过!难处想多了就 被压垮了!"

我从外出上学直到今天,几十年 过去了,期间忽略了母亲是否染手指 甲的事。关键也是因为生活条件的 改善,所有人都活得自由轻松幸福, 彼此都不必担心这个担心那个了,也 就疏忽了亲人们的生活细节。我敢 断定,这期间母亲肯定坚持染着。 因为日子好过了,母亲心情更好了, 现在的染,与挨着斗也染内涵不一

当晚,母亲要休息了。我轻轻地 把母亲指甲上的胶带取开。"嗬——好 哎,红红的,效果很好!"母亲伸着手看 了又看,充满浓浓爱意,她微笑着,进 人了香甜的梦乡。

作者单位:中铁十四局建筑公司

"赶早不赶晚",这是我的母亲经 常对我说的话,也是她一辈子坚守的

小时候,父亲在外地工作,家里的 农活和家务全靠母亲一人。家里有四 个孩子,最大的十三四岁,最小的我只 有四岁。家里有七亩地,分散在村南 和村北,从家里到地徒步需要一个多 小时。农忙的时候,母亲经常四点半 就起床,把饭做好,熥在火边,然后告 诉睡眼惺忪的我们,饭做好了,一会儿 起床记得吃饭。然后就扛上农具,匆 匆去地里干活儿,到中午时分回家做 饭。虽然很苦很累,但是她从没有抱 怨过,就这样,虽然母亲是一个人干活 儿,我们家的农活儿也经常赶在前面。

那时候,因为穷,谁家的孩子娶媳 妇办宴席都要去各家各户借碗。母亲 为了提前准备,经常用积攒的一些塑料 鞋底子、塑料盆类的去换碗,一次换几 个,一次换几个,我上六年级的时候,家 里的碗已经摆满了橱柜。母亲说,这样 娶媳妇的时候就不用借碗了。只是后 来我结婚的时候,已经流行在酒店宴 请,家里的碗也就分给了别人。

孝敬老人在母亲的观念中十分重 要。她总是说孝敬要赶早,人活的时 候对他们好点,吃点好的、穿点好的, 感悟人生

人没了,就是烧汽车、烧房子有什么 用。每次去集市回来,母亲都会为爷 爷奶奶买点东西,有时候是一件新衣 服,有时候是一双鞋,总不会空手回 来。每次做了好吃的,母亲总是先盛 好,让我趁热给爷爷奶奶送去。现在 母亲老了,自己也是腰酸腿疼,走路 都费劲,但是她还是坚持照顾卧病在 床的姥姥。我们都劝她,不要去了, 自己都需要别人照顾,还照顾姥姥? 母亲只是说这是做孩子应该尽的本

上初中,我到县城去上学。住校, 每周末回家一趟。母亲总担心我在学 校不舍得吃,总嘱咐我要舍得吃,多吃 点。但是每周我还是花20块钱。母亲 为了让我吃好,周三就开始准备我周末 要吃的、穿的、带的东西。每周五,母亲

六点都会在村口的公交站等我,有一年 冬天,因为下雪堵车,母亲在公交站足 足等了三个钟头。远远地我看到母亲 在路边焦虑地徘徊。见到我,母亲小步 跑过来,一把抓住我,说怎么才回来,饿 坏了吧?母亲总是会给我准备好我爱吃 的饺子、拽面之类的。周末总是过得很 快,周日下午是母亲最忙碌的时候。从 吃了午饭,她就开始准备我上学要带的 东西。新蒸出来的包子、自制的辣椒酱、 油条、米饭等等,我总是嫌太沉,总是偷 偷把包里的东西往外掏出来一些,但每 每上车后发现东西还是回到了包里。

工作后,到天津上班,和母亲见面 的机会少了,沟通方式也只是每周打 一个电话。和母亲在电话里唠唠工作 和生活的种种,母亲总是会嘱咐我,做 事要做在前头,上班要早点去,提前准

也许是受母亲的熏陶,从2009年 参加工作至今,在工作中大部分时间 我能做到赶早。每天七点半赶到公 司,提前将办公室打扫好,将一天要做 的工作记录下来,分清轻重缓急,排上 序号,完成后一项项消掉。出差、开 会、领导交办事项等等我也是提前准 备好。赶早已经成为我的一种习惯。

作者单位:中铁十八局建安公司

### □ 魏 昕 让书籍相伴一生

十多年前,作为学生的我生活费屈 指可数,然而我总是会从自己的饭钱中 分出一部分用来买书。

班里有一位我的"代购",每隔一段 时间她会更新一批书单,我照着书单 上的书名和价格精心挑选,既要保证 满足兴趣爱好,又不能严重超出每月 预算。在我的精打细算之下,每个月无 论是精神还是物质都能"吃饱"。预订 之后就是漫长的等待,这种延迟满足的 时间差,令我每一天都处在翘首期盼 中,对书籍的喜爱便在这日复一日的等 待中慢慢发酵。后来有些书商会在学 校图书馆便宜售卖图书,在茫茫书海 中淘换到一本内容优质、价格优惠的 书籍是值得我乐呵好几天的事。

上大学时,可供支配的金钱和时 间相对多起来,然而对于读书这件事 却没有了高中时候的热忱,偶尔心血 来潮一股脑买一堆书,只是囫囵吞枣 地读完,全然没有了细细品味每一本 书所带来的悠长余韵。至于现在,趁 着图书活动季网上下单,两三天便到 达,等待的日子早已没有期待感,拿到 手之后也只是随便翻翻便束之高阁, 甚至连塑封都完好无损。

读书并不应该是一时的装腔作 势,而应该是在漫长的人生旅途中相 互做伴,在失意时获取智慧和力量,在 烦闷时得到宽慰与理解,书是无声的 解惑者,也是喧闹的老朋友。

作者单位:中铁十七局勘察设计院

武 将 摄

好久没有和父亲好好地聊过天了。

地放着一包烧饼,跑到镇上的超市才能买到的那

地方,我看到前方一个驼背的身影很熟悉,那个

身影慢慢地向前走着。我紧跑几步赶上去,见

到父亲手里拎着一个袋子,里面装着土豆和其

他一些菜品。原来父亲知道我要来,便去买了

土豆准备做我最喜欢吃的土豆丝。父亲打工的

那一年,我大二。寒假到北京看父亲。我下 了火车才打电话跟父亲说我回北京了。然后就 是转地铁、坐公交。下车后我走着去他上班的

种烧饼。这是父亲悄悄放的,他知道我喜欢吃。

## 大路歌台

### 使命召唤

□陈磊

小舟远帆天际等 小舟漂流漂流 不想让你迷茫 你立梦想船头 驶向人生规划的海洋 跨海大桥有人眺望你

流水倒影桥脊留 上岸徒步留恋花 从前和你一样 抱起灵魂的使命 迈向远方

花草人流楼影驻 无畏精神的你 舍小家奔大家 陪伴钢筋混凝土的你 永远不知疲惫 折枝方为他山开 只为那一声呼喊

作者单位:中铁十六局城发公司

□ 谌启程

寒凝大地硬如铁 冰冻三尺江河封 雪花漫卷百草折 北风呼啸树梢鸣 孩童呐喊打雪仗 农民围炉话桑麻 雪拥万里蕴春意

忽见悬崖开梅花

作者单位:中铁十六局电气化公司

### 亲情似海 那一年,我考上大学去外地读书。临行前,父 亲坚持帮我收拾行李,拗不过父亲的执著,我只能

静静地站在一边看着父亲。父亲拿着被子,用绳 子捆紧,特别认真。快要开学报到的前一天晚上, 父亲下厨做饭。吃饭时父亲只说了几句话,"去了 好好读书,别光顾着玩,明天路上注意安全"。然 后就是一个劲儿地给我夹菜。第二天,我坐上 车,车子渐渐走远,父亲却一直站在原地。我到 学校后收拾东西时才发现自己的行李箱里静静

寿垚

那个地方有些偏僻,去最近的菜市场只能步行,来回需要一个多小时。 做完饭菜,上桌。父亲拿着杯子倒上酒,说道咱爷儿俩喝点儿。他喝的 很少,基本上都是我在喝。这是我俩唯一一次一起喝酒,父亲仍然话语 很少,只是看我吃完了土豆丝就赶紧给我夹菜。

这一年,九月。母亲打电话给我,我总觉得母亲有啥事瞒着我,便一个 劲地问她。母亲这才告诉我父亲住院了,是急性脑梗,路已经走不稳了,话 也说不清。他不让家里人告诉我和我哥,怕我们在外工作担心。后来是父 亲接的电话,他含糊不清地问我挺好的吧。正上班的我眼睛瞬间就酸了, 从来没有想过自己的父亲有一天会成这样。我赶当天的高铁回的家。见 到父亲时他正躺在病床上,看到我来,很费劲地才说出来那句"二川,你回 来了"。接下来的几日,便是带着父亲住院输液做各种检查。我能够明显 感觉到父亲行走在茫茫人流中的那种紧张感,不知道该如何做,生怕会做 错事情。不断地问着:"怎么样怎么样?"我情不自禁想起自己五岁那年半 夜里父亲抱着病重的我在医院里来回找医生。那时候父亲是我的依靠,如 今父亲老了,儿子便成了他的依靠。父亲的病情明显好转了,话语也比以 前多了许多。没事了便会和我说一些我儿时的事情,我知道此刻的父亲担 心自己病情严重后再难和我们说那么多话了。父亲一辈子将情感深埋于 内心,只是到了迫不得已的时候,他才向自己的儿子敞开心扉。

那一年,父亲为我撑起一片天;这一年,我要为父亲撑起一片天! 作者单位:中国铁建港航局一公司

# 养生之道

养生之道就在当下,从此时此刻此

养生之道存于一呼一吸间

健康物语

人来到这个世界上第一件事就是 呼吸,养生首先从呼吸开始,紧张的时 候,先呼出一口长气,再深深吸一口新 鲜空气,有助于缓解紧张情绪。

互联网社会,信息无处不在,有利 有弊,就像事物永远都有两面性。无处 不在喧哗和热闹难免让人焦虑,此时, 不妨让时间放缓,关注当下自己的呼 吸,深深细细地体味一呼一吸间身体的 细微变化,几次悠长的深呼和深吸就慢 慢让自己内心里回到宁静饱满的状态。

### 养生之道在于早睡早起

俗话说"一日熬夜,百日不复" 人本身就是自然的,所以更应该遵从 自然规律,日出而作日落而息,熬夜不 仅伤肝血,继而上肝火,大家都会有这 样的感受,如果晚上没有睡好,白天除 了精神不好,还比较爱发脾气。

"一年之计在于春,一日之计在于 晨。"一年有24个节气,一天有24个小 时,一天就是一年的缩小版,如果我们 每天早睡早起,那一天的精神饱满情绪 稳定。一天如此,一年如此,四季交替, 周而复始,健康在朝朝暮暮中被养成。

### 养生之道在于健康饮食

吃是人生中的一件大事。可是如 今外卖很火,却不知,吃只是结果,做 饭也是一种美学,一种整理心情的方

外卖很火,可是自己下班后,回到 家,换上家居服,穿上舒服的拖鞋,淘 米、洗豆子,慢火熬一锅粥,不管是养

我与"粮票"结缘,是从读高中时开

回想当年,"粮票"可不是任何人都

始的,但对"粮票"的最早印象始于童年。

能得到的"免费餐券",它是持有"粮食

供应证"(俗称"粮本")的城镇人口才

有的。城镇人口拿到"粮本"有两种途

径,一是按照登记的人口定量去国营粮

店平价买回粮食,另一种选择是兑换成

"粮票"拿到国营餐馆就餐。"粮票"分

"全国通用粮票"和"地方粮票",拿着

"全国通用粮票"就可以到国内任意一

家国营粮店购买平价粮食。在我的少

年时代,大人们起早贪黑在生产队里干

活挣工分,一家人还是填不饱肚子,父

母非常羡慕在城里吃"公家粮"的亲戚,

做梦都想让自己的孩子吃上"公家

粮"。在我读高中的时候,县里一纸录

取通知书,让全家人兴奋不已:凡是被

县一中录取的"优等生",户口及粮食

关系可以转到县城。但通知书后面附

带一个"条件",每个学生家庭必须向县

粮站上交800斤小麦,粮站方能与学生

建立"商品粮"供应关系。可当时正是

家中严重缺粮之时,父母、姐姐、嫂子4

个劳力全年在生产队里出满勤,全家9

胃的小米粥还是除湿气的红豆薏米 粥,清淡的青菜白粥、还是八宝粥抑或 是海鲜粥,认真准备的过程是那么迷 人,一想到这劳动果实将温暖自己的 胃,给自己健康,那刻已然是元气满 满,更别提煮完后热气腾腾的粥盛到 喜欢的器皿里,不管是通透的白瓷碗, 还是像澄明的玻璃质地抑或是温柔敦 厚的木头碗都是好的。

古代医家治疗虚病,如果是有钱 的病人,就叫他用上好的人参;如果是 穷人,就叫他每天喝浓浓的米汤,补 的是脾胃之气。米汤乂被称为"穷人 的人参汤"。人参还有诸多禁忌,而 米汤却平和无偏,再没有比它更安全 可靠的补品了。古人对于各种粮食 的功效了解得极为细致,因此能把这 些寻常食材通过恰当的搭配吃出大

### 养生之道贵在养心

《黄帝内经》说我们的心是身体的 国王。

心,是管思考的。思虑万千会让 心非常累。养心第一步就是让心休 息,停止纷繁的心绪。如果你繁忙,那 就将复杂的事情简单化,抓住本质,厘 清思路,呈现的将是清晰明了。 什么年纪就做什么事,该读书就

读书,该工作就工作,适婚年龄就结 婚,养儿育女。 好好睡觉,好好吃饭,好好工

作,好好生活,这大概就是生命的秘 密吧。养生之道靠自己,就在当下,

作者单位:中铁二十二局房地产公司

久违的日光 驱散了晨雾 仿佛拉开帷幕 山城舞台上活跃着 一群戴帽子的人 或奔行在泥泞小道 或站立在山脊高梁 或伏身于凌乱书案 头顶的帽子 或白 或红 或蓝

雾凇奇景



保卫他们的安全 也仿佛王旗 宣告他们的到来 若从高处眺视 帽子们 逐山势而上 随溪流向下 他们相信 这些走过的地方将会 成为高速道路 犹如巨龙蜿蜒 奔袭远方 作者单位:中铁十八局四公司

□牛英

# 目新月异

# 我与"粮票"的故事

他们

或明黄

却如同钢盔

口人方能分到2800多斤带皮的粮食,其 中大部分是玉米、蚕豆等五谷杂粮,主 咽菜,也不让我错过进城求学的机会。

记得去县城粮站交粮的那天,在队 里当干部的父亲破例借来一辆大木轮的 牛板车,找来5个麻袋把家里仅有的两 个盛小麦的盏子(盛粮的隔板仓)舀了个 底朝天,大清早父子俩啃了块豆面饼喝 了碗玉米糊就匆匆忙忙出发了。去往县 城的路况极差,八九公里的路程足足走 了两个多小时,前3公里是泥土路,说是 "路",实际上是多年来牛板车在盐碱沼 泽中碾轧自然形成的两道深深的车辙。 行至名为"贺家板地"的一处灌溉水沟 时,由于早前的小桥垮塌失修,别无他

路,父亲只好卸下几袋粮食,赶着牛车从 沟里硬闯,结果车子还是陷到沟底的泥 潭里,我和父亲挽着裤腿下到泥沟里又 抬车又拽牛,幸有过路熟人帮忙方脱离 临泽饭店"正在营业,父亲从交粮款中 抽出两元让我买点吃的,走进餐馆一打 听,小黑板上写有3种食品:"馒头每个 2两粮票外加5分钱,包子每个1两粮票 客面前的一盘盘"美食",馋得我口水直 流,可当我好不容易挤到收银窗口时, 卖票的胖姑娘冷漠地告诉我:"对不 起,没有'粮票'不卖饭!"没办法,我们 只得饿着肚子继续赶路,两个多小时的 返程途中,父子俩坐在牛板车上默默无 语,我暗下决心,等我拿到粮本,领到"粮

1978年冬天,我应征人伍,在离家的 前几天,我特地赶到县城,凭着一纸人伍 通知书,把父亲几年来一直不愿接手的 "甘肃省地方粮票"统统兑换成"中华人 民共和国粮食部全国通用粮票",交到父 亲手里。但父亲最终也没舍得把这些 "粮票"兑换成粮食。党的十一届三中全 会后,家乡很快推行土地"联产承包到 户"责任制,粮食产量连年大幅提高,市 场上粮食敞开供应,"粮票"作为计划经 济时期若干种有价票证中的最后一员退 出历史舞台,当年交给父亲的"粮票"最 终又返还到我的手里,变成收藏品。

去年返乡探亲参加亲朋子女婚宴, 席间把当年父亲饿着肚子赶牛车交粮, 拿全家口粮为我一人换取国家"粮票"的 故事讲与同桌宾客分享,没想到几位后 生满脸惊讶,胆大着反问笔者:您讲的是

粮小麦还不到1000斤,就是在这种条 件下,父母非常果断,宁愿全家人吃糠

泥沼。到达粮站后,排队过筛、过秤、人 仓、开票又等了3个多小时。出了粮站 大门,我俩已经饿得饥肠辘辘,路过县 城西街口时,县城里仅有的一家"国营 外加1角5分钱,猪肉臊子面每碗2两 粮票外加3角钱",闻着服务员端到食

票",一定先保证父亲进城时有饭吃。

哪个年代的笑话……

作者单位:中铁二十局四公司

邮发代号:1-57 地址:北京市复兴路40号 邮政编码: 100855 电子报网址:www.crcn.com.cn 新闻部电话:(010)52689207 政文部电话:(010)52689202 记者评论部:(010)52689208 美术摄影部电话:(010)52689215 办公室电话:(010)52689219 广告部电话:(010) 52689201 传真:(010) 52689200 广告经营许可证:京海工商广字 0250号(1-1) 经济日报印刷厂印刷 星期二、四、六出版 单价:每份1元 季价:39元 全年定价:156元