



高档福利

■杨亚爽



邻居刘大娘这几天高兴得合不拢嘴。我好奇地问：“大娘，你咋这么高兴啊，有啥喜事？”

刘大娘说：“当然是喜事啊，如今这日子越过越好啦，国家不光让我们这些老人免费坐公交车，明天还有一趟免费旅游呢！”

“啊，真有这么事？你小心别上当！”刘大娘儿子在外地工作，托我们平日照看刘大娘一下，我赶紧提醒她。

刘大娘拿出一张印制精美的材料，上边写着：“通知，全国老龄委和西部大

学志愿者同盟关爱糖尿病患者爱心行动。为了使老年糖尿病患者早日康复，快乐安度晚年，特举办糖尿病患者免费旅游治疗活动。活动一，免费给糖尿病患者检查治疗，并由著名教授讲授糖尿病康复知识，发放治疗糖尿病的药品。活动二，老年糖尿病患者均可免费乘坐豪华旅游车前往省城二日游，路上由大学生志愿者全程照顾起居。”

我看了将信将疑：既然是老龄委举办的活动，怎么不是由本地的老龄委组织的呢？我又想想，小区不是每年都给老

人免费体检吗！说不定还真是国家给老人们的福利，要真是这样，那倒是值得高兴的事。

刘大娘见我还有些迟疑，就说：“没事，报名的人可多了。这周围几个小区有40多人报名呢，都是熟人，可以互相照应。路上还有大学生志愿者照顾我们呢。明早就在小区门口集合。”

次日早上，小区门口果然有5个身着统一制服的少男少女，胸前挂着大学生志愿者的牌子，白色的帽子上印着“西部大学生志愿者”字样。这些充满青春活力的年轻人，亲密地搀扶着一些行动不便的老人，并按照名单仔细清点人数。参加的都是小区里熟悉的老人，其中李大伯更是夫妻俩一起去的。见此情景，我的心放了下来。

两天后我放学回家，见到去旅游的老人们满面春风地聚在小区门口，刘大娘也在跟人说说笑笑。我心里的一块石头落了地，兴奋地问刘大娘：“回来了，玩得开心吧？”

刘大娘说：“好着呢，逛了几个地方，看了病，专家还给讲课。我们还买了些专家推荐的药品。”

“哦，不是说是免费发放的吗？”

“哪能呢，人家这么好的药，咋能白送？优惠价还5000呢！”

我接过药盒仔细看看，全是一个药厂的产品。这些药很普通，药店就有销售，几盒加起来也不过百元。看来天上真的不会掉下馅饼来。省城离我们这儿不过90公里，两天怎么也花不了5000元啊。

故乡颂

■杨明堂

家住豫东平原上，历经风雨和沧桑。
光阴荏苒几十载，家乡面貌大变样。
花香鸟语处处春，桃红柳绿一行行。
村村贯通柏油路，千年茅屋换楼房。
吃水不再人肩挑，自来水管安锅旁。
耕地实现机械化，所有牲畜全下岗。
石磨农具也退休，民俗馆里全收藏。
三夏农忙到来时，拖拉机器在奔放。
又是一个丰收年，麦浪滚滚放金光。
公路交错通九州，郑合高铁过家乡。
南水北调见成效，沙颍河水增流量。
内河港口已营运，通江达海圆梦想。
周口古称小武汉，今日发展更辉煌。
抚今追昔多感慨，国富民强奔小康。
惠民政策化春风，吹暖大街和小巷。

诗词七首

■姜玉海

耄年书怀

朝霞夕照映衰颜，君梦浮生竟忘年。
阵阵秋风吹落叶，晶晶银霜冷心田。
梨园依稀留残梦，往事仿佛如昨天。
菽麦果蔬滋瘦骨，缘于颍水胜甘泉。

金秋诗社学诗

耄年寻趣学填词，仄仄平平浑不知。
莫道桑榆时日晚，云霞灿烂尽成诗。

无题

春风拂晓浸敲窗，唤醒红梅送暗香。
嚼碎冰魂成妙境，剪裁月色续华章。

咏松

霜袭雪欺不易容，四时挺举郁葱茏。
百花凋尽我独翠，唯与竹梅结友情。

一剪梅·寄忘妻

日暮陵园风渐寒，花叶凋残，啼鸟无言。
盈盈倩影忆当年，杨柳桥边，衣袖初牵。
几度蹉跎岁月迁，一种相思，两处魂牵。
冷衾空帐月窗寒。两界相间，相会难难！

注：拙荆辞世将近四载。时逢清明、祭日，吾不觉热泪湿襟，遂草成小词。

浣溪沙·思亡妻

惊见花飞万木秋，思卿梦里荡孤舟，
觉醒更添几多忧。
仙界凄清魂渺渺，燕巢空寂夜悠悠，
昏鸦老树暮云愁。

蝶恋花·忆

木叶萧萧秋已老，篱下黄花蝶梦知多少。
闲品淡茶烟袅袅，心尘已尽何须扫。
两鬓斑白霜降早，追忆当年，往事羞重道。
梦醒临窗翻旧稿，陈年痴梦随风了。

有种智慧叫放一放

朋友在民政大厅上班，负责办理婚姻登记手续。一次，我陪一对新人到她那儿去领结婚证，前面是一对来办离婚的年轻夫妇。朋友询问了两个人离婚的原由，然后对他们说：“实在不巧，今天电脑连不上网，请你们改天再来吧。”那对夫妇悻悻地走了。我问她是不是我们也得改天再来？朋友笑笑说：“不用。一般初次来办离婚的，我都是找个借口让他们过几天再来。现在一些年轻人容易冲动，动不动就闹着要离婚。其实，很多夫妻并没有到非离不可的程度，让他们回去冷静冷静，好多人就不想离了。”原来，朋友是让他们把离婚的想法放一放，给他们留下认真思考的空间。

小的时候，我家有棵柿子树。到了秋天，柿子一黄，我便猴急猴急地爬到树上，摘下柿子便吃。可那柿子又硬又涩，根本就不能吃。母亲告诉我：“柿子摘下来，得放一放，等软和了再吃。”果然，柿子放上几天，渐渐地由浅黄变成了金黄，捏在手里软软的，这时候再吃，由

舌舌尖一直甜到心口窝。

我从20多岁开始写文章，到现在已有30多年了。起初，写好后顺上两遍，看看词能达意，没有错别字，便匆匆投出去，可发出后常常如泥牛入海，音讯皆无。过段时间，见文章没有发表，不免又会翻出来想改投别处。这时候再看，往往会发现文章还有不少问题。于是，加入更加成熟的思考，融入更加精妙的文思，再投出去，常常会使那些沉寂的文字得见天日。如今，除非时效性很强的文章，我写好后都要放一放，多来几次自我否定，让思想的火花完全绽放，让每一个观点都经得起推敲，让每一个文字都尽量精致，这样再投出的稿子，几乎无所不中。

俗话说：“心急吃不得热豆腐。”生活中，有些事操之过急，可能事倍功半；对一些热问题加以冷处理，可能会事半功倍。一时不知从何下手去解决的矛盾和问题，别心急，先放一放，交给时间。时间是最好的老师，它会教你最好的答案。放一放，不失为生活的智慧。

（网文）

扫帚苗好吃又养生



到了春天，扫帚苗就开始生长起来。嫩嫩的叶子宽窄就像韭菜叶，毛茸茸的，一撮一撮，绿绿的，招人喜爱。

要找没有打药、没有污染的地方采摘扫帚苗，将采摘回来的扫帚苗择去硬梗，洗净，用清水浸泡十几分钟，可以蒸吃、凉拌、做馅等。

蒸吃 将洗净的叶子稍微控水后，用刀切碎，拌少许面粉，放在蒸锅里蒸10~15分钟，蒸熟后，佐以蒜泥、酱油、香油等调料，或蘸或拌，滑爽、筋道、美味。

凉拌 将洗净的扫帚苗用开水烫熟，放在冷水中冷却，攥干水分，用刀切碎，加食盐、味精等调料拌匀即可，清口开胃，使人食欲大增。

做馅 将洗净的扫帚苗用开水煮熟，放在凉水中冷却，攥干水分，剁成碎馅，与猪、牛、羊肉拌匀，包饺子、蒸包子，都别有一番风味。

另外，为了冬季能吃上扫帚苗，可冷冻保存。方法是：将扫帚苗洗净、烫熟、冷却后，攥成拳头大小的菜团子，装进保鲜袋，放在冰箱的冷冻室，吃时拿出化开即可。

扫帚苗富含蛋白质、矿物质和膳食纤维，有清热解毒、清肠通便的功效。春天吃些扫帚苗，不但能使我们换换口味，增加食欲，对养生保健也会起到一定的辅助作用。

（网文）