

骑行的乐趣

□张景想

有人说，绿色是生命的颜色，绿色是环保的颜色；有了绿色便有了清新的空气，有了绿色便有了沁鼻的花香，有了绿色便有了健康的生命。

犹记当年，天空格外蓝，小草格外绿，花儿格外红。马路两旁的大树，个个精神抖擞地挺立着，树叶绿油油的，放眼望去，就像两列整齐的绿旗。人们走在路上，阵阵清新的空气扑鼻而来，倍感清爽。可现在，取而代之的是一棵棵落满灰尘的小草，孤零零的树木，奄奄一息的花儿，灰蒙蒙的天空，污浊的空气。

地球是人类赖以生存的家园。生命的延续，人类的生存，一刻也离不开自然资源。面对地球的现状，我们无时无刻不在忧虑。保护环境，保护地球

要从小事做起，从眼前做起，从低碳环保做起。

低碳生活既是一种生活方式，也是一种生活理念，更是一种可持续发展的环保责任。低碳生活是保持一种健康绿色的生活习惯，是更加时尚的消费观，是全新的生活质量观。

在出行中，采用能降低二氧化碳排放量的交通方式，谓之“低碳出行”。骑自行车出行就是一种很好的低碳生活方式。

以前，我上下班都是乘坐班车或公交车。上班期间，我在办公室里也是坐得多，活动得少。时间一长，我身上毛病便多了起来，先是颈椎痛、肠胃炎症，后来血压也变得不怎么正常了。去医院检查，医生告诉我，是长期缺乏运动所致，若仅靠吃药、打针并不能解决根本问题，必须在日常生活中做适当运动。

为了身体健康，也为了节能减排，我按照医生的要求，开始骑自行车上下班。在骑行的这段时间里，我认识了很多有共同爱好的车友。

一位车友曾对我说：“以前开车上下班，路上还容易堵车；现在，骑自行车上班，健身又环保，再也不会因为堵车而心烦焦躁了。骑行还有一个好处就是能很好地改善我们现在的生态环境。”我身边的一位同事也说：“以前一整天坐得腰酸背痛。自从骑行上下班后，自己的身体状况有了明显改善。骑行不仅让自己身体健康起来，也让自己的心情越来越好，真是两全其美。”

受身边车友的感染，渐渐地，我也爱上了骑行。骑行启发了我对工作和生活的思考，锻炼了我的心智，让我体验到挑战困难的成就感。当我奋力骑行到山顶俯瞰中原大地时；当我用尽气力到达景点，心满意足地到此一游时；当我凯旋回到家里，精疲力竭地躺在沙发上时，我的心里就会有巨大的满足感，就会升起一股战胜困难的快乐感。

现在看来，骑行并不是降低生活的质量，而是从另一方面让生活变得更有趣，亦能强身健体。在倡导健康生活、环保节能的现代生活中，低碳骑行既不占用过多的时间，又可解决日益紧张的能源问题，还锻炼了身体，增强了体质，陶冶了情操。它让我们的生活多了一些绿色、多了一点文明、多了一份健康。

(作者供职于许昌市卫生计生委)

鱼回家园人安康

□王泉滔

槐颖浦村后有一个很大的池塘，村民们都亲热地称它为“荷花芦苇塘”。池塘有二三平方公里大。在池塘周围时常能听到各种鸟叫声，水中的鱼类种类繁多，体肥肉鲜，养育了一代又一代槐颖浦村人。在物质匮乏、没有电器的年代，方圆百里村民家中用的凉席、其篾儿，都是来自这个池塘。槐颖浦村的村民都引以为傲，快乐地生活着。慢慢地，村民们拆旧盖新，废墟断垣，杂物秽垢都被倒进这池塘里。清澈的池水开始变得浑浊，慢慢地失去了光泽。没过几年，池塘变成了臭水沟。槐颖浦村里到处飘着一股怪味。那天，村里突然有人吆喝：“池塘里没水了，都去捞鱼呀！”池塘没水了，鱼、虾和鳊鱼痛苦地在池底仅有不多的水里挣扎着。一阵儿折腾，大家满载而归。

问号是村里的少年。当父亲把满桶的鱼拎回家时，他看到有一条鱼很可爱，就留了下来，养在水缸里。说来也怪，村里很多人把捕到的鱼养在水缸里，都没有活下来，只有问号留下的这条鱼活了下来。池塘几近枯竭，成了瓦砾场，没有了花香，没有了鸟鸣。每次村民经过池塘边，都感慨不已。

自从池塘被污染后，槐颖浦村里得怪病、绝症的人多了起来。不是这家得了癌，就是那家有了癌。后来，每谈到池塘，村民们都觉得村里得病人数的增多和池塘的污染有关，他们这才意识到环境的重要性。

正当村民们纷纷议论疾病和池塘污染息息相关时，政府提倡低碳节能，保护环境，为每个村设立了垃圾处理站。槐颖浦村积极响应政府号召，努力投入整治环境的活动中，大家有力出力，有钱出钱。没过多久，槐颖浦村后的池塘又恢复了原来的生机，污水没有了，清泉长流。为了不忘过去，警示后人，村民们自发组织了剪彩仪式。在剪彩仪式上，问号放生了自己养的那条鱼。

后来，政府对槐颖浦村家家安装了自来水管，甘甜的自来水流入村民家中。村民们沐浴在大自然的清新空气里，缕缕芬芳沁人心脾，鸟声蛙鸣稻花香让人陶醉。环境变好了，生病的人也就少了。

(作者供职于沈丘县人民医院)

心灵絮语

碘伏的故事

□吴向东

我的父亲是一位乡村医生，俗称赤脚医生。事实上，父亲有几次机会可以招工考干，但爷爷想让他留下来，就一再、再而三地阻止。终于，父亲被留了下来。

在我的印象中，父亲的两个剪影完整地刻画了六七十年代乡村医生的形象。一个是他煮针头的情景。现在回想起来，我还有些害怕。那时，还没有一次性针头。父亲把针头放在针盒里，然后在茶杯里扔一团棉球，倒上酒精，就成了一个简易的酒精炉，再用两个高一点儿的杯子支起针盒，把针头煮上几十分钟，就算完成了消毒。完成这些后，父亲再挑一个直的针头，装在玻璃管上，抽入药水，就可以给大人或小孩扎针了。另外一个情景是父亲去砍柴时，总要在扁担上绑一个塑料袋，砍柴回来时，塑料袋鼓鼓的，斜挂在木杈上。父亲意气风发的模样，好像捡了不少大元宝似的。打开塑料袋，里面就是柴胡、桔梗、苍术、薄荷以及灵芝等草药，偶尔也会有一把板栗，几个生柿子。因此，和其他农户相比，我家总是多了一份丰收，布袋里装的，地上摆的，屋外晾晒的，几乎没有空地。

每次病人到我家来看病，父亲都会先给他们递上一杯清茶，然后拉会儿家常，转移一下他们的注意力，再开始望、闻、问、切。一个病人至少花费半个时辰。有时，病人走得晚，赶上要吃饭了，父母一定要留他们在我们家吃一点儿再走，很是热情。

后来，父亲开始使用碘伏。庄稼人手脚割破或是扎针时消毒都用碘伏。父亲给多少人免费抹过碘伏，我觉得数也数不清。父亲经常对我说，不要觉得吃亏，因为庄稼人最重情谊，有德报德，有怨报怨。点滴之恩，涌泉相报。

前年冬天，哥哥一家去海南过年。一天傍晚，哥哥打来电话，说是在海南他们受到了大牛一家的情感款待。大牛还告诉哥哥：“你家老爷子是个好人啊！不知道给我擦过多少次碘伏。最关键的一次，是我玩刮胡子刀把手割破了，你家老爷子给我抹了碘伏，包住了伤口，没要一分钱。当时我就想，以后要报答这份恩情！”

无独有偶。去年，我送儿子去郑州上大学，联系上了二牛，也就是大牛的弟弟，他现在是一家省直单位的处长。酒兴一浓，话就多了起来。二牛给我讲了他的传奇经历。中专毕业后，二牛被分配到畜牧局工作。单位里有一个大院子，一到星期天，很多小孩都来院子里骑自行车。因为二牛周末爱待在办公室看书。有一次看到有个小孩摔倒了，身上好几个地方在流血，二牛就拿出放在办公室里的碘伏，帮小孩抹了药。几天后，有个女士掂了两瓶酒来找二牛，说她是前几天受伤小孩的妈妈，特意来感谢他为小孩抹了药。二牛推辞不过，只好收了酒。直到酒喝完了，二牛才知道，那个女士是县长的爱人。一天，走在大街上，二牛碰到了县长的爱人。从县长的爱人那里，二牛得知县政府办公室要招几个年轻人。自此，二牛勤奋努力，直到有了现在的岗位。

二牛说：“那天真是碰巧了，看到小孩受伤，手头又有碘伏，脑海里一下子浮现出你父亲给我们擦碘伏的画面，就不由自主地去做。谁料这举手之劳，影响了自己的人生，真要感谢你家老爷子潜移默化的教诲啊！”

二牛喝多了，嘴里还念叨着：“莫以恶小而为之，莫以善小而不为。”搀着他走出了酒店，我惊奇地发现，城市的风也是那么凉爽。

(作者供职于新县卫生计生委)

人生感悟

端午节的鸭蛋

□蒋妍

我很喜欢汪曾祺老先生的书，对《四方食事》里的美食更是梦寐以求。

记得上初中时，我读了语文课本里的《端午的鸭蛋》这篇文章，便对高邮鸭蛋产生了浓厚的兴趣。

高邮鸭蛋的特点是质细、油多、蛋白柔嫩，蛋黄颜色是通红的，不像其他鸭蛋那样发干、发粉。高邮鸭蛋的油多尤为别处所不及，用筷子头扎下去，红油就多得出来了。

那时还没有网上购物，运输也不像现在这么方便。每次读完《端午的鸭蛋》这篇文章，我都因吃不到冒红油的高邮鸭蛋而闹脾气，最

了。当时，我懊恼死了。

现在方便多了，有了快递，在网络上买高邮鸭蛋，三四天即可送达，这让我解了不少馋。拿着高邮鸭蛋，敲开一头儿用筷子戳着吃，连壳切开吃，拌菜吃……怎么吃，我都觉得吃不够。

又是一年端午节，妈妈提前给我送来了一箱高邮鸭蛋，说：“你小时候天天吵着要吃高邮鸭蛋，那时候买着不方便，现在方便多了，在哪儿都能买到，让你吃个够。”没想到，那么久的事，妈妈都还记得。

(作者供职于永城市人民医院)

摄影天地



忆往昔

朱沈飞/摄

午夜，我送爱人去分娩

□陈述明

有人羡慕科比的成功和辉煌，科比反问他们：“你见过凌晨4时的洛杉矶吗？”科比用这句话说明自己训练的勤奋与辛苦。近日，一个偶然的机会，我见识了午夜中医学人员的敬业与辛苦。

2017年11月某日凌晨1时，怀孕37周多的产妇——我的爱人，突然从睡梦中惊醒，一阵紧过一阵的宫缩，让她的额头上渗出豆大的汗珠。我看情况紧急，赶紧穿衣戴帽，送爱人去医院。

那时已进入冬天，路灯照在寒冷的街道上，一路无人迹，也鲜见车辆，整个城市像是进入了深度睡眠中。我驱车直奔郑州市妇幼保健院秦岭院区。到了医院，我匆忙推开掩着棉帘的候诊厅大门，大厅里静悄悄的，还未看清候诊厅内设置，这时一个声音传了过来：“是看急诊的吧！请到二楼护士站。”循声望去，在大厅的角落里坐着一位值班的安保人员。来到二楼，护士站的柜台后面坐着一位年轻的护士。看到我们上

来，她起身拉了一把椅子，让我爱人坐下，然后详细地询问情况，并记录在案。随后，我赶紧跑去挂号。当我返回护士站时，护士已经为我爱人做完了各项检查，安排她到一个床位上休息，并给护士长杜素宁和值班医生周斌打电话汇报相关情况。在爱人休息期间，我到医院的热水供应处接水，看见电梯口有两位护士在婴儿家属的陪同下，正推着婴儿车走出电梯。在和护士的聊天中，我了解到：原来有两个孕妇连夜生产了。就这样静悄悄的，两个新生命来到了这个世界。此时，我看了一下手机，已是凌晨3时。我惊讶不已，护士一脸平淡，见怪不怪地说：“这在咱们医院是司空见惯、习以为常的事。”

回到病房安顿好爱人后，我在旁边的空床上躺下，不一会儿就酣然入梦了。忽然，我听到爱人惊叫了一声。我闻声坐起，看到爱人按响了床头的呼叫器。很快，主管大夫丁仁波、周斌和杜素宁以及两位护士来到了病房里。检查后，他们决定由周斌主刀，立即为我爱人施行剖宫产手术。经过充分的术前准备后，我爱人被推进了四楼的手术室。

我在手术室外焦急地等待着。等候的还有七八名年龄各异的家属，他们或翘首以盼，或坐立不安……每隔一段时间，随着手术室房门的打开，护士会抱着婴儿叫出产妇名字，报出婴儿性别，其家属笑盈盈地迎上前去，观察一番后眉开眼笑而去。忽然听到“李某某家属”的一声轻喊，我赶忙上前，听到护士说是一名女婴，母女平安时，我心里的一块儿石头才落了地。此时，再看手机，已是4时53分。

经过一夜的焦急和奔忙，我已身心俱疲，劳累不堪。然而，当我们在夜晚酣然入睡时，想想辛勤的医务人员，他们却在静悄悄的夜里，完成着一轮又一轮的迎接新生命的全部过程，并且这是一年四季常态化的工作，其辛苦可想而知。

记忆中的打谷场

□陈健

“爸，我妈呢？”“你妈在稻场那儿的地里锄草呢！”电话中，老爸告诉我，“稻场”这个词勾起了我内心深处的记忆。

出生在21世纪之前的农村孩子应该对“稻场”并不陌生，因为它是农忙时期最热闹的地方。每到夏收、秋收，“稻场”上昼夜都有忙碌的身影以及追逐嬉戏的垂髫小儿。

“稻场”也好，“麦场”也罢，统称打谷场，就是晾晒农作物果实的场子。

打谷场大多建立在紧挨着村庄、地势相对较高的地块。一家分一块地，各自建各自的；也有几家联合起来建立的，那大样场子就很开阔，可以对运到场子里的农作物集中进行碾压脱粒。

建立打谷场可不是一件容易的事，在小麦、水稻成熟的前10天左右就要开始着手。在那个年代，打谷场的地方一般是不耕种庄稼的，因为种了庄稼的土地再去平整，是非常费力的，要先把打谷场上面的野草铲尽，然后运到场边堆放，继而套上一头牛拉着犁，在场上反复耙，直到场上出现一层薄薄的灰土为止。做完这些还要在打谷的灰土上撒些麦糠或稻糠，接着泼水，直到泼透为止。

中间停上几个小时，待到土不沾脚时，牵来一头老牛套上石碾，在上面一遍遍地碾轧，一直碾轧到上面平展才算是大功告成。

那时，每到打麦、收稻的日子，打谷场上劳动者的说笑声、呼叫声以及牲口的鼻响和号叫混合在一起，热闹非凡。特别是到了晚上，若天气突变，大家着急忙慌地开始收庄稼，你帮我，我帮你，邻里之间的感情在这个时候得到增进，得到升华。

改革开放的春风徐徐吹来，舒展了老百姓的面容，也逐渐吹散了老百姓的荷包。自从国家实行农机购置补贴后，大型联合收割机、旋耕机、大马力拖拉机等现代化农业机械渐渐得到普及。进入21世纪后，随着农业机械化的进一步提升，打谷场逐渐退出了历史舞台，光荣地结束了使命。大型联合收割机驰骋在广袤的田野上，转瞬即逝地装进了袋子，运到了家里。

打谷场上繁忙的景象一去不复返，但我依然忘不了打谷场，忘不了打谷场上繁忙的景象，更忘不了打谷场上浓浓的乡亲情谊。

(作者供职于正阳县卫生计生委)

肛肠全程无痛技术培训常年招生 学痔疮技术送鼻炎技术

联系人：田长修 电话：13653737333
地址：卫辉市人民路北段田氏痔瘁专科门诊

河南省唯一具有中医专业招生资格的中专 洛阳市中医药学校中医专业招生

洛阳市中医药学校是国家中医药管理局确定的河南省唯一具有中医专业招生资格的中专，为省级重点中专。该校2018年面向全省招收中医专业学生700名，学制3年。

国中医药办教发[2016]13号：“经备案后招收的中等职业学校中医类专业所取得的学历，可作为参加中医医师资格考试和乡村全科执业助理医师资格考试的学历依据。”此类毕业生可参加应届对口高考，继续深造。学生在校期间全部免收学费，贫困县学生和困难家庭学生还可享受每年2000元助学金；建档立卡贫困户家庭学生还可享受每年2000元生活补助。

报名条件：年龄15周岁以上，初高中以上学历及中医爱好者。

报名时间：2018年6月1日~9月30日
学校地址：洛阳市嵩县城关镇北园
联系电话：13838823726 冉老师、13783181393 刘老师、13938866519 杨老师



资料图片

征稿

征稿栏目：《影视天地》《医者手记》《身边的哲理》《悦读》《书法》《画作》《读书时间》等。

征稿要求：文章主题突出，形式灵活多变（散文、小说、诗歌、笑话等），语言生动活泼，字数在900字以内。

投稿邮箱：568689252@qq.com