

亲情无价·

父母爱情

赵思芳

母亲嫁给父亲那天是1962年农历2月16日。父亲说那是个好日子,因为这几个数字中有“9”,表示将来一切都会有的,不再受贫困之苦;两“2”表示他俩成双成对,执子之手,与子偕老;两“6”表示他们一生会很顺利,六六大顺吗。父亲的这一番话让年仅18岁的母亲认定了父亲这个年仅19岁的男人。

母亲很早就失去了外祖父,姐弟几个跟着外祖母相依为命。在那个闹饥荒的年代,母亲连饭吃都没有,更别说受教育了。母亲过早地承担起生产劳动。有一次犁田,牛将她的脚踩伤,从此落下了残疾。可她一来父亲家,父亲一点儿也不嫌弃她,反而十分疼爱她。因为父亲的身世也好不到哪儿去,过早失去了父母,可想他的处境。两个苦命人组成一个家庭,同风雨共荣辱。

母亲在怀姐姐时,家里没吃的。父亲外出劳动,一天都没回来。天黑了,听说母亲一天都没吃饭,十分愧疚。就从街道的一个老人借点稻谷,连夜碾成米,给母亲做了点稀饭,母亲非常感激父亲。

母亲从二十几岁就开始不断地生病,可父亲总是细致入微地照顾她,从没流露出满的情绪。有人就在他耳边说,你看人家的老婆多能干,你家怎么弄个病包。可父

亲说:我这辈子有了她不容易,就凭她为我养育了四个孩子,我就非常感激。

2005年夏天,母亲又生病了,十几天滴水不沾。我几次打电话询问家里的情况,父亲怕影响我的工作,始终向我隐瞒这一情况。直到有一天,他可能觉得自己一个人撑不住了,才向我吐露了实情。当我得知消息后,一路哭着回去,回家后看着母亲确实病得只剩下皮包骨了。看着我回去了,父亲似乎松了一口气。乡里的医疗条件差,当我提出带母亲来信阳看病时,父亲好像还不大乐意,他愿意在老家倾尽全力为母亲治病。后来经过我苦苦劝说,父亲才同意到信阳来。怕母亲在路上出现什么意外,父亲还请了救护车和医生。一路上,母亲呕吐不止,可他紧紧地抱住母亲。有好几次来不及找塑料袋,父亲就用手捧着母亲的呕吐物。看着这一幕,我的眼眶湿润了。父亲啊,人世间有几个人能做到你这样呢?当弟弟和医生将母亲从救护车上抬下时,父亲长吁了一口气说:我终于将你娘带到信阳了。住上了医院,他对母亲百般呵护。母亲上厕所站不起来,父亲对母亲说:我就像拔树根似的也要将你拔起来。父亲啊,我不知怎样感激你。

母亲出院后,轮流住在我和弟弟

家,父亲独自一人回去看工地了。母亲在我们这儿住了近一个月。没有母亲的日子,父亲感到孤寂,每隔十几天就前来探望。有一次来看母亲,进门就牵着母亲的手仔细打量说:娘气色好多了,怎么手还这么瘦,要娘好好吃饭。想吃什么尽管跟孩子说。又埋怨我说:怎么不将娘送回去。有好几次回去,以为我们将娘送回来了,在家里到处找,可每次都失望。

去年父亲和母亲聊天时说:他身体好,母亲常年有病,将来他一定走在母亲后头。要母亲好好地活着,他一定照顾好她的。母亲听后,就为父亲做了好多双鞋垫。然而没想到父亲走在母亲前头,而且去得这么猝然。

今年8月15日做完了加强CT,父亲预感到不妙。我将他带到浉河公园,父亲说:毛,下午结果出来了,千万别向我隐瞒病情。如果有什么不测,我最放心不下的是你娘。我想趁我还在,要回工程款。这样我真的走了,你娘的晚年就好过多了。

几十年风雨同舟,于父母亲而言,对方早已不是丈夫、妻子的身份象征。彼此间好似突破肉体的隔阂,骨髓相连,心肺相通,既割不去,也舍不下。

诗品时空·

腊八抒怀

江声中

陌上梅花报早春,粥熬腊八煮山珍。
逢年望拜衣冠整,载酒焚香敬祀神。
游子他乡千里别,梦思故土九天巡。
招财接福吉祥兆,笑语欢歌贺岁辰。

亲情(外二首)

汤兴

父母对儿女问长问短,
儿女们彼此亲密无间。
血浓于水,割舍不断,
亲人彼此是最强的靠山。
无言,却情深似海,
远在天边,心中总会挂念。
啊,至真的爱爱意绵绵,
亲情是此生最美的遇见。

儿女对父母问寒问暖,
兄弟们彼此携手并肩。
骨肉情深,手足相连,
亲人彼此是最深的依恋。
无声,却情重如山,
近在眼前,唯愿朝夕相伴。
啊,最暖的情情丝连连,
亲情是一辈子最美的情缘。

过年回家乡

故土难离,家乡难忘,
过年谁不想回趟家乡?
给爸爸捎带两瓶好酒,
为妈妈挑选两件衣裳。
与兄弟姐妹见见面,
陪爸妈干家务共度春光。
啊,过年回趟家乡,
就图个团团圆圆喜气洋洋。

故土难离,家乡难忘,
过年一定要回趟家乡。
为老人家捎带些礼品,
给小孩子购买点果脯果糖。
乡里乡亲串门走一走,
陪亲朋好友唠唠嗑叙家常。
啊,过年回趟家乡,
就图个祥和幸福情深意长。

给母亲画像

端起画笔作画,
画母亲一头秀发。
却不料画成昆仑巍峨,
画就母亲走过的坑坑洼洼。
啊,给母亲作画,
画来母亲剪不断的牵挂。
山川河流融注母亲的力量,
显示母亲激情勃发。

调好色调作画,
绘母亲斑斑白发。
却奔涌来沧桑久远的黄河,
画出母亲拥有的苦乐年华。
啊,给母亲绘画,
绘出母亲留不住的芳华。
蓝天白云蕴蓄母亲的寄托,
绘就母亲圣洁无瑕。

持之以恒·

冬日晨练

田连合

豫南的冬天也是寒冷的,大多时间人们室外活动都会注意防寒保暖。冬日的早晨更冷,温度在零摄氏度以下的天气占比较大。特别是进入三九季节后,让人感到不适的零下四五摄氏度的日子更是不间断有之。尽管如此,365日不间断户外晨练的我和众人一样仍旧坚持,包括在风雨冰雪等恶劣天气里。

寒冬季节里的早晨,很多人都不愿意早早起床,因为那温暖的被窝儿真的让人无比留恋、难分难舍,一旦离开它,就感觉像来到另一个天地,这个天地不再温馨暖和,而是处处冰冷、处处寒意,缩手缩脚,不敢面对。尤其是不少小学生起床都很困难,极其少数娇养的孩子还由大人先把衣服烤热才肯穿上,上学迟到的危险苗头天天存在。甚者极个别成人亦是如此,我有一个同学和一个朋友居然也爱赖床,在被窝里依赖着、留恋着、磨蹭着,不到最后必须起床时间是不肯起来的,甚至是把必须起床的时间卡到以秒来计算。

2023年12月21日的《新华网》载:已故英国运动员罗恩·希尔在1964年12月至2017年1月期间,每天跑步至少1英里(约1.6公里),连续跑了52年39天。而当今的一个11岁英国男孩塞布·杰利马从2023年1月开始,每天跑步至少3公里,决心超过罗恩·希尔保持的记录。可是我,一个年逾半百的运动爱好者,并不想保持什么拟于扬名的记录,只是和众多爱好锻炼的人一样,想通过每日早晨的跑步锻炼,使得我们身心健康、精

神愉悦,坚韧毅力、坚定意志。

每日早上6点,我与很多人一样,都会准时起床,穿衣、如厕、洗漱约需20分钟时间。打开家门,一股寒意扑面而来,让我直打冷战;对此已经习惯的我来到家门口的社区文化体育广场,顶着寒冷,先做热身运动,随后开始慢跑。之所以慢跑,是因为医学说冬季里晨练不宜剧烈运动,慢跑或者快走相对而言是较为理想的运动方式。由于冬晨气温较低,快走的锻炼效果不如慢跑,所以我就选定了慢跑。慢跑锻炼的很多冬晨里,天上繁星点点,有时候还有残月伴随。广场和场外道路的两侧,比起其他季节为数减少的晨练者也都在跑步,速度或快或慢。我每天都是在广场上一般跑上15圈左右,每圈长度大概200米,所以每早大约跑步3000米,用时近40分钟。跑步结束,天也亮了。虽然在这近40分钟里寒气逼人、冷风刺骨、冻手冻脚,但是一旦跑起来,热量慢慢产生,身体逐渐开始出汗。尽管是微汗,但是身体得以舒展,不再畏手畏脚,心灵得以放开,更加轻松自如,那种感受真的很好,甚是惬意。

冬晨,我慢跑在广场上,开始时光线较暗,有时甚至是漆黑,但是凭着熟稔的环境,跑起来还算轻车熟路。跑着跑着,光线逐渐亮了起来,一步步地看到了地面、看到了稍远的前方、看到了熟悉的跑友、看到了初生的红色旭日。我戴着口罩,哈出的口气是白白的热气,带着温暖;还有那眉毛上的白霜,让人联想到

武侠小说里的“白眉大侠”;更惹人注目的是个别时间在雪中运动,锻炼结束时那一身“银装素裹”让人惊叹。围着广场跑着,一圈、两圈、十圈、十几圈的跑着,三分钟、五分钟、二十分钟、三四十分钟的运动,直至达到既定目标。跑步中,我两脚轻轻交替跳动向前,全面舒展肢体,身体逐步发热,我感到气血流畅,筋骨活络,更加坚强地认定:健康在运动中成长,幸福在运动中酝酿,迈开轻快的脚步,绽放生活的阳光。坚持运动健身,我们距离健康和幸福必然很近!

郑板桥诗曰:咬住青山不放松,立根原在破岩中;千磨万击还坚劲,任尔东西南北风。对于我数年如一日的365日不间断晨练,特别是冬日晨练的执着努力和持之以恒,不理解之人也是有之,或说我顽固,或说我做作,甚至冷嘲热讽。但我和众人一样,就是笃信科学、深信医学。我务实的坚信晨跑不仅可以放松身心,还能欣赏早晨的风景;奔跑在早晨的户外,可以把一腔热血燃成绚丽的火焰。我清楚地知道黎明是阳气生发的大好时机,此时到户外去呼吸吐纳,运动肢体,活络筋骨,定能使我们气血流畅,体质增强。我深层次地明白伏尔泰说的“生命在于运动”真的名不虚传,因为凭着晨练那股坚韧不拔的毅力,我们终将会造就坚强的意志,练就强健的体魄。

坚持不懈的跑步运动定能给我们带来无穷乐趣,持之以恒的冬日晨练必然让我们收获颇多益处。