

秋兰花开迎国庆

阅读提示

距离国庆节前半个月时间,我看花盆上的兰花长势喜人,发出了许许多多的花梗,我每天给叶面喷洒净水,用雨露滋润,支支花梗如雨后春笋,花枝招展,含苞待放……

原创天地

10月1日清晨,我打开窗户,一股浓郁的兰花芳香扑鼻而来。

上午10时,全家人聚精会神收看中华人民共和国70华诞庆典和盛大阅兵式,全家人欢欣鼓舞,为伟大祖国生日祝福,深感骄傲和自豪,为人民军队的威武雄壮而深深震撼。

说起兰花我有一段特殊的情缘,我喜欢兰花到种养兰花已有20多年的历史,最早一盆兰花是20年前,我在文成、景宁、青田三县交界的岭根乡工作时,在海拔700多米的石柱山尖采来的,每年随气温冷暖在国庆前后盛

开,香气四溢,沁人心脾。

北山移民后我搬了好几次家,每次搬家我都把兰花视为珍宝带走,辗转南北,经常给它浇水,一天下来要看上几次,从叶绿到花开,仔细端详,百看不厌,陪我度过了20个春秋岁月,迎来送往了20多个国庆节。

凡爱兰花的人都知道,兰花有三喜,喜阴、喜净、喜伴。有一年我家放在阳台的兰花叶子突然变得有点枯黄,家人以为营养不良,养分不足造成,便向花盆里撒了一点化肥,结果拔苗助长,事与愿违,眼见兰花日益枯萎下去,差点丢了命,幸好我抢救及时,进行洗根洗泥,重新放置生土,把它移至雨棚下阴凉的地方,才使它获得重生。今年夏天,

我见窗外的兰花枝繁叶茂,看去一片生机勃勃,心里满是高兴,指望在新中国70华诞能够花香叶茂,盛开明媚鲜艳的花朵,为国庆献礼。

距离国庆节前半个月时间,我看花盆里的兰花长势喜人,发出了许许多多的花梗,我每天给叶面喷洒净水,用雨露滋润,支支花梗如雨后春笋,花枝招展,含苞待放,国庆的前一天,所有的花苞全部绽放,呈现了兰花盛开喜迎新中国70华诞的欢乐气氛,还不知从哪儿飞来几只小蜜蜂在花蕊中爬行采蜜。

兰花在微风中摇曳飘香,70华诞,新中国正以矫健的步伐迈上新时代新的征程,焕发蓬勃生机和活力,令国人自豪,让世界瞩目。

(青田 徐相巧 57岁)

行行摄摄

国庆节期间,与一家老少乡村游,在抵达龙泉与庆元交界的地方,看到了这一片金色的田野,心中被触动到了,赶紧按下快门。

(市区 夏兰 68岁)



百岁刘姥姥弹得一手好琴

百岁老人

重庆江津的刘炽昌今年103岁,她不仅弹得一手好琴,而且还会反手拉筋,身子柔软如小孩。

刘炽昌虽身材瘦小,但很精神,皮肤也很白净,脸上没有老年斑。她每天早上6点钟准时起床,洗漱干净后,就开始站在窗前锻炼拉筋。

刘炽昌说:“长期拉筋可以减少身上的病痛,达到强身健体的效果。我50岁开始做拉筋锻炼,从一个动作开始练,慢慢地几十年下来,才可以使身体和手柔软,进而达到锻炼目的。”

刘炽昌退休前是一名老师,平时喜欢读书看报,书柜里堆放着上百种报纸杂志。通常,她会一边放音乐,一边看报,“听音乐,可以使我大脑的思维活跃;而看书读报,

能使我增长新的知识”。刘炽昌还喜欢弹琴,每天要弹好几首老歌,“我很享受双手轻快灵活在键盘上跳跃着的感觉,每天弹弹琴,能够使人心情愉快,预防大脑衰老,提高记忆力,对身体有益”。

此外,刘炽昌喜欢熬莲子粥喝,将莲子、粳米、红枣洗净后,放进高压锅里熬煮,简单易操作。这一道普通的粥,刘炽昌吃了几十年,都没有觉得腻过。

(据《中国妇女报》)

开心一刻

细嚼慢咽

在减肥这个问题上,光迈开腿管不住嘴是不会瘦成闪电的。我一边吃饭一边发表我的减肥失败感言,老妈突然说:“你吃饭太快了,试着吃饭细嚼慢咽,肯定能变瘦。”我问:“您在哪里看的减肥秘诀?你是说肠胃无需过多蠕动,热量就会变少?”老妈说:“我的意思是你吃饭太快了,这盘红烧肉我和你爸才吃了两口,你先消灭了多半,你若吃慢点儿,和大家一个速度,至于那么胖吗?”

(马海霞)

幸福一瞬间

每当我挖白胖胖的莲藕、红通通的番茛、黄澄澄的生姜,摘绿油油的青菜、饱满的大豆、弯弯的秋葵时,我就会感到自己生逢好时代,虽然年过七旬,依然能到田间劳动,真幸福呀!

(缙云 赵成义 71岁)

只要用心发现,幸福就在身边。多观察多体会,留住那些让人愉悦、满足、心动的时刻。您生活中的每一个“幸福一瞬间”,火热征集中。来稿请寄:丽水市中山街北126号丽水日报报业传媒集团704办公室,或发送至邮箱 c215166610@163.com。

扫一扫加入桑榆群

处州晚报桑榆读者群已正式成立,通过这个平台,我们将组织丰富多彩的文娱活动,以打造中老年人快乐生活的崭新平台。扫描二维码,加入进来吧,众多活动等您来。

