

童心未泯显年轻

阅读提示

忘记自己的年龄,保持自信快乐的心情,你就会懂得童话故事里蕴含的真谛,你就会在生活中放飞年轻的心情,你就会让生活变得更加充满自信——童心未泯显年轻。



我的童年时代几乎没接触过外国儿童读本,那时听的最多的就是《嫦娥奔月》《牛郎织女》等民间故事。当我憧憬着童谣故事里的美好长大后,这些世界名著般的读物就更是离我渐行渐远了。因为随着我的年岁有太多的事等着我,我也就无暇顾及“小儿科”的它们了。然而当我成为孩子的母亲时,才又渐渐地接触了一些儿童读物。

那时每晚给孩子讲故事是我必做的功课。就这样四十多年前,儿子听着我讲的《安徒生童话》甜甜地进入梦乡,带着童话世界无忧无虑地成长。现在我已是两个孙女的祖母,让我有了更多的机会接触到更多的儿童读物。孙辈呀呀学语开始,我又重拾起有点生疏的儿童读物,先自己看着感受童话的意境,再讲给小孙女们听。看过读过讲过很多的儿童读物,但我讲的最多的还是《安徒生童话》。其中《卖火柴的小女孩》和《皇帝的新装》这两篇讲得最多,孙女们也最喜欢听。这两篇我是在上小学时,语文课本里读到的。

《卖火柴的小女孩》中,小女孩那悲惨的命运,令小孩产生怜悯同情心,让他们感觉到自己幸福的生活,懂得感恩、学会感恩。《皇帝的新装》则揭示了人性爱慕虚荣的弱点,启蒙教育他们要敢于说真话,不附炎趋势,做一个诚实正直的人。故事里的忧伤和快乐,美好和丑恶都能引起儿童的共鸣,对孩子纯真的童心非常受益。这些精彩的故事引人入胜,语句浅显易懂,插图通俗精美,小孩在边听边读边看的过程中,也逐渐认识了很多字,是儿童非常喜爱的一本读物。这不仅是我的读后感,更是孙辈们的读后感。

人生也许会有很多的遗憾,但遗憾也是有机会弥补的!只要你时时刻刻做一个有心人,保持一颗未泯的童心。有人说过,忘记自己的年龄,保持自信快乐的心情,你就会懂得童话故事里蕴含的真谛,你就会在生活中放飞年轻的心情,你就会让生活变得更加充满自信——童心未泯显年轻。

(市区 唐丽丽 70岁)

学太极拳有感

每年市区紫金大桥下都有“太极进社区公益行”活动,免费教学24式太极拳。今年在同学邀约下,我也去学了,在近三个月的学练中有许多感悟。

紫金大桥下太极教学点蔡老师团队把公益当成责任来做。具有三十年教学功底的蔡老师是该团队的灵魂统帅;有十五年太极功底的班长是团队的执行干将;在各届中优选训练出优秀的教练队伍,他们都有十多年的太极龄;每届实行老学员陪练新学员的传帮带模式……冬练三九夏练三伏,365天从不停歇,是一个和谐友爱、团结互助的温暖大家庭。每年吸引无数太极爱好者,有很多夫妻档,有一家七口总动员的,有八九岁的小太极迷,二十多年来教出数千人的太极养生群体。

近三个月的学练中,班长给我印象最深刻了。她每天去得最早,总是事先清理、安排场地;她出勤率最高,总是站在太阳下,把阴凉处留给学员,还自嘲“我黑不怕晒”;她有过目不忘的记人名能力,只要当面请教过或者点名过的新人就能记住;有眼观四路耳听八方的感应力,人们说的后脑勺长眼睛的那种;有一心多用的

特异功能,在前面领打转身就能抓住很多人的毛病;她总有使不完的劲,协调各届学员、统筹教练分工、维护日常事务、分解套路要领、调整动作纠偏,孜孜不倦,一个学员、一个动作都不放过;若赶上汇演比赛更是加时加压,一遍、两遍、五遍、十遍,不厌其烦地耐心施教,直到满意为止。近三个月来,我没有看到她有一天是自己完整打拳锻炼的。在她的感召激励下,学员们也都倍增努力刻苦,功夫不负有心人,所有新学员终于学会了24式基本套路,感恩团队的辛勤付出。

学拳近三个月了,我已养成早起的良好习惯,爱上了这个温暖的大家庭,享受在美丽南明湖畔打太极的愉悦。期间,我尽量少请假,练习从不偷懒,不放过每一次学练、请教的机会,每一遍都认真地打,每一个动作都一点一点地理解改进。平时不忘练练身体基本功,用心用脑用身体,多问多练多思考,做到每一天都有一点点进步,一点点感悟。还暗自发愿争取早日加入教学队伍,为新学员做好陪练,以回报团队的无私大爱,并为全民健身全民健康传承这份爱心和责任心。

(市区 朱会苏 58岁)



一七令·茶

茶。
春早，
新芽。
天气暖，
色鲜嘉。
条索精妙，
滋味声华。
文明生态引，
优质品牌拿。
仁智客商致富，
勤劳农友兴家。
田园挣钱丰裕获，
绿叶添财美名夸。

力溪湖畔新农庄

湖光倒映柳枝飘，
科技兴农产值超。
迁建新楼成示范，
回乡创业起高潮。

热闹的松阴溪畔

灵川美景嘉宾聚，
绿水青山旦气芳。
人泳强身推闯劲，
龙舟竞胜现优长。
回思古堰诗情涌，
仰望云桥画意张。
摄影写生赢赞赏，
纳凉舒畅乃传扬。

(松阳 杨向明 66岁)

经世感言

我这辈子主攻中文和教育,从未涉足医学,所以,无论什么人的什么部位有了病患,我都提不出治疗的方案。但是,半个多世纪以来,我对如何预防生病,却做过较为深入的探究。我特别赞赏《黄帝内经》中“上医治未病”的观点。人在未得病时,一定要居安思危,善待身体,注重“食饮有节,起居有常,不妄作劳。”若天天如此,就不易得病,更不会得大病。久而久之,还有可能“形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”在我看来,这应该是人人都想追求的美好境界之一。

(龙泉 徐龙年 79岁)