

海棠文苑

从“草根”到“特师”的升华

——我所认识的刘友开先生

邹雷



我与刘友开先生接触始于2021年3月18日,当时因为我要去淮安市新安小学采风,写一部反映“新安旅行团”的长篇文学作品...

闻、散文、论文200多篇,大多数都跟新安旅行团有关。《淮安报》社还邀请他去给通讯员们作过《我是怎样搞好“新旅”宣传报道的经验介绍》...

我改变了这种想法。2021年7月间,我再次深入新安小学体验生活,专程到他家对他进行深度采访。那天我的采访非常顺利,需要什么资料,刘友开先生总能找到...

“草根”离不开田野,教师离不开学生。刘友开退休后的这几年,他没有离开过校园,没有离开过课堂,总是把自己的教学经验无偿地传授给青年教师...



信步月季园 赵长顺

今年五一假期因为疫情不能外出,我就在小区周边转悠。在淮安越秀桥西南约200多米的地方,有一片园子,不经意的朝内一瞥,尽管还隔着一条小河,但还是可以看到里面开得正艳的花朵...



回眸

金志庆

回眸逝去的岁月 侧耳踏过的足音 虽历经沧桑曲折 依然初心不改、步履未停...



归鸿 王兆奎作

我的爷爷叫姜荣尚,今年98岁,年轻时曾在卫监局工作,是一名拥有55年党龄的老党员。爷爷总说他生在动荡的年代,大半生坎坷,却因小半生的安享晚年饱有一丝确幸。

爷爷总是爱和我讲述他年轻时的故事。淞沪会战后,日本鬼子占领了苏南一片,爷爷说“小鬼子当时在常州作孽很多的,当时,村子都用竹篱笆拦起来,我们种田要到竹篱笆外面去种,出了篱笆桩的时候看见鬼子就必须向他们鞠躬,不照做就是一枪托砸过来,把你打个半死。”

在一次饭桌上,一跑步爱好者绘声绘色地向我描述自己多年坚持跑步的感想,从他喜形于色的语言,兴高采烈的脸庞,精瘦健壮的体型,看得出他尝到了坚持跑步的甜头了。

我以跑步爱好者的心去感受他跑步的快乐。在他的鼓动下,我每天早上坚持慢跑,我的两个球友得知后也加入了跑步的行列。一个球友坚持了一个星期便半途而废,而另一个球友坚持不懈,如今她已是民间自发组织的“跑团”负责人,多次参加“全马”、“半马”的跑步竞赛,球友们称她是跑步“达人”。

三月的古城风光旖旎,里运河两岸通过改造,如今已经成为休闲健身的公园绿地了。修整一新的道路整洁靓丽,跑步、骑自行车都有明显的地标显示。沿途还有很多休闲锻炼场所、篮球场、羽毛球活动基地、吹拉弹唱跳舞的人群,跑累了,随便进去一个,或者去看,或者自己参与,都能别有一番风景。

春暖花开时,路途两旁盛开的桃花、樱花、油菜花,与堆成上成片的各色不知名的各种颜色的花草,随风摇曳,争奇斗艳。放眼望去,拍照的游人、遛狗的市民、抖空竹的老人、放风筝的孩童、三五成群的跑者,构成了一幅春天风景的水墨画。

间。一晚上,这两段路就变得坑坑洼洼,别说是走汽车了,连走路都得跳着走。村民和励志团的骨干青年干得十分起劲,手都磨出泡也不肯停下来,一直把扒路的钉耙全部崩坏才肯撤退。天亮后鬼子发现后气得要死,就抓壮丁去修路,更加放肆的烧杀抢掠。

过了两个月,他们琢磨着干脆把湖塘桥给烧了。当时的湖塘桥虽然是木头造的,但桥面和桥脚都用柏油抹不容易被点着,于是他们挨家挨户的询问,凑到了很多破被絮和洋油,在桥中间和桥脚上扎上被絮,浇上洋油,点火,顿时火光冲天,人们都爬起来看热闹,连小孩子也屁颠屁颠地跟在后面笑得欢脱。大半天下来桥已经烧得不成样子了,没倒但也不能通车了。第二天日本鬼子赶来抢修,不几天桥就修好了。

爷爷和励志团的青年们不死心又和当地游击队头头鼎鼎生联络,请他在中凉亭抵抗掩护撤退,没想到蒋鼎生竟是个奸奸,暗地里把情报透露给了日本人,励志团受到了重创。

爷爷看着一个个青年们在身边倒下,看着一批批伤员因为缺乏救治丢了性命,从那时起,治病救人的理想就开始在爷爷的内心里生根发芽。

新中国成立后,政府性质的卫生局也陆续在地方设立,爷爷作为第一批同志为中国卫生安全奉献出自己的青春力量。爷爷见证了我国卫生事业的每个阶段,从起初懵懵懂懂不知何人手的形成阶段到自省自知,及时调整的“真空”阶段,再到如今蒸蒸日上的发展阶段,爷爷都在尽心竭力的为卫生健康事业添砖加瓦。

从一座桥跑到另一座桥,不同风格的现代化桥梁横跨河面,将生活在河两岸的居民连在一起。跑累了可以和他们闲聊,感受到他们的心情与生活乐趣。还可以坐下来静静看看湖中柳树倒影,鱼跃落水,鹅鸭嬉戏,捞鱼摸虾……运气好的时候,还能买到刚从河中捕到的鱼虾,饱餐一顿新鲜的美味佳肴。

爷爷在卫监局工作期间,每天都要来回奔走各个医药公司,参与药品的质检审核;每天都不辞辛苦的深入人群中普及卫生健康相关知识和法律法规。在爷爷和其他同志的相关努力之下,常州的卫生健康有了显著效果。医药公司合理化发展,人民生活、劳动随着健康水平的提高有了明显的改善。

我的爷爷历经上山下乡,经受了磨难和锻炼,他给老百姓带去了新知识,新观念,为常州的卫生发展做出了很大的贡献。诚然,他也失去了很多,但是正如他在同我回忆往事时感慨的一样:他生在动荡的年代,大半生坎坷,却因小半生的安享晚年饱有一丝确幸。

这就是我的爷爷,带给我故事与力量的人。

爷爷在卫监局工作期间,每天都要来回奔走各个医药公司,参与药品的质检审核;每天都不辞辛苦的深入人群中普及卫生健康相关知识和法律法规。在爷爷和其他同志的相关努力之下,常州的卫生健康有了显著效果。医药公司合理化发展,人民生活、劳动随着健康水平的提高有了明显的改善。

我的爷爷历经上山下乡,经受了磨难和锻炼,他给老百姓带去了新知识,新观念,为常州的卫生发展做出了很大的贡献。诚然,他也失去了很多,但是正如他在同我回忆往事时感慨的一样:他生在动荡的年代,大半生坎坷,却因小半生的安享晚年饱有一丝确幸。

这就是我的爷爷,带给我故事与力量的人。

跑步风景别样美

谈天



一条河的历史是城市历史的一个侧影。遥想当年,运河两岸码头繁忙,河面上船来船往,热闹非凡。偶尔,会在空闲而天气又好的傍晚,换上运动服和跑步鞋,环着运河慢跑。因为我喜欢傍晚时分看运河风景。河面上,行驶的一艘艘船只在夕阳余晖中,被染成金色,伴随着习习的凉风,像轻轻蠕动地“五线谱”,在水面上颠簸行驶。远远望去,夕阳、水面、船只,沿河两岸的树木、民居,也是一道城市优雅的风景区。

上午9点左右去跑步,准确地说叫慢跑。在大自然中放飞自我,用心去感受花香鸟语,蓝天白云。跑步的速度虽然很慢,身边风景随着步伐也会慢慢褪去,但追逐着前方,告诉自

己坚持一公里风景会更美,太阳照在后背上火辣辣的,汗水划过脸颊,大汗淋漓,那真叫一个字“爽”。

跑步的路上也是思考、增长知识的过程。把一切烦心事放在身后,边跑步边问自己,今天做了那些事,那些事还没有去做,明天如何安排?一切安排妥当,聆听手机中播出的美文,古诗词,欣赏自己写过的文章,寻找不足之处。离终点还有1公里想打退堂鼓,回放荡气回肠京剧《打虎上山》,铿锵有力集体致敬词《请党放心 强国有我》,为自己加油鼓劲呐喊,感受快到终点冲刺时的激情与喜悦。

坚持跑步的日子里,养成良好的生活习惯。每天6点多钟起床,上网浏览报刊。习惯了隔一天跑步,就不觉得累,也不用当成一个任务来完成而影响生活。在我看来,跑步不仅是净化身心、检验自己做事毅力的过程,也是充实了退居二线的业余生活。

每周跑三次,每次5公里,这种方式坚持四个多月了,觉得整个人精神面貌好了很多,肥肉少了,身体紧了,体重轻了,打球移动的步仗变了,“三高”也从从不沾边。

跑步犹如人生。人生的道路有终点,而跑步的道路永远是起点!