

跨越半个世纪的师生情

本报记者 梁智玲

除了亲情、友情、爱情,还有什么样的感情能被记住半个世纪?师生情!在65岁的老人李永德心中,今年75岁的杨桂云是值得他一辈子铭记的恩师。虽然他只做了杨桂云两年学生,但那两年美好时光,足以温暖他的一生。

10月11日,连续多日阴雨后难得的晴天。李永德来到位于市塔南路旁的某个小区,轻轻敲开了门:“杨老师,我来看你了。”“快进来坐,快进来坐……”一阵寒暄后,他们坐在客厅的沙发上,又回忆起了当年在市东方红小学(现为塔南路小学)读书的情形。

记得那是1970年,13岁的李永德从安阳林州老家来到焦作,成为市东方红小学四(3)班的一名学生。杨桂云老师当年23岁,是四(3)班的班主任兼语文老师,对班里40多名学生十分熟悉,唯独对班级名单上“李用德”这个名字陌生。她轻轻问了一句:“谁叫李用德?”“我。”一个微小的声音从角落传来。循声而去,她看到了一个又黑又瘦、身材矮小的孩子。“你是新转来的学生吧,以后我就是你的老师。”杨桂云说。随后,她又把“李用德”这个名字改成了李永德,告诉他要永远讲道德。听到老师这句话,他紧张的心情一下子放松了下来,反复念叨着“李永德、李永德”这个新名字,激动得眼里含着泪水。

从那以后,李永德时刻都能感受到老师的关注、关爱,他敢张口说话了,也敢主动和班里的同学交朋友了,变得自信了很多。“别看他个子小,却是班里最勤快的孩子,热爱集体,乐于助人,每天早早到学校,把教室打扫干净,把课桌椅子摆放整齐,等着同学们来上课。”杨桂云回忆起当时的情形。那两年,杨桂云除了带他



们在课堂上学习,还带他们参加劳动,在学文化知识的同时,也学会了很多生活技能。“杨老师好几次到家里家访,了解我们的家庭情况,让我感觉特别亲切、温暖,对我的成长给予了很大力量。”李永德回忆。

遗憾的是,小学毕业后,因为一些原因,李永德被迫结束了学生生涯。“杨老师桃李满天下,但对于我来说,她是我教育生涯中最重要的一位老师。”李永德说。

后来,随着工作的需要,李永德自学了社会科学、园林绿化等方面的知识,直至退休。如今,年过花甲的他还保持着浓厚的学习兴趣,他学习游泳、骑行等健身项目,学习诗歌、写作等文化知识,还学习豫剧、舞蹈等文艺课程,把每天的生活安排得满满当当。他坦言,杨老师的教诲让他受益良多,在多年的自学过程中,正是杨老师教的学习方法、学习态度起到了很大作用。每次刻苦钻研的过程,耳边总会有杨老师的叮嘱,激励着他不断学习,不断进步。如今,杨桂云像当年对待学生一样,对这名65岁的“小学生”提出

表扬:“他小时候就勤学好问,积极的心理状态、良好的习惯伴随着他的一生。”

退休后这些年,李永德有了更多时间,和杨桂云老师联系的次数也更多了。他和当年班里几个同学相约,一起到老师家里看望,他们一起回忆那段难忘的小学时光,一起聊天、读报纸,共叙难忘的师生情。“当年的孩子们已经都退休了,转眼都成了老人,可如今看到他们,仿佛还是当初的孩童。”10月11日,看到自己的学生,杨桂云感慨万千。

微信、电话等更加便捷的联系方式,更是拉近了李永德和老师之间的距离。每天早上,他都会通过微信向杨佳云问好,杨佳云也会在第一时间回复信息,送上祝福。“这种感觉特别好,能带给我们彼此满满的力量,仿佛穿越了半个多世纪,重回到那段最美好的校园时光。”李永德说。他们相约,找个机会,一定要再回到学校看看,听听校园的铃声,寻找这段难忘的师生情。

上图 李永德和恩师杨桂云。

本报记者 梁智玲 摄

老年人秋季养生菜品三味

秋季空气干燥,老年人很容易消化不良,胃口不好。因此在秋季,老年人要多注意自己的饮食平衡,从而获得均衡的营养。养生保健是老年人秋季必不可少的一个环节。

下面笔者为老年朋友介绍三道秋季养生食谱。

灵芝红枣乌鸡煲

原料:乌鸡1只,灵芝25克,菜胆50克,黄酒10克,鸡精、味精、盐、鸡油煮熟,即成。

功效:益精气、止喘、安神、降血糖、利关节,适用于老年性慢性气管炎、支气管哮喘、高血糖等症。

银耳杏仁白果羹

原料:银耳1克,甜杏仁、马蹄粉各50克,白果10个,马蹄250克,大枣、冰糖适量。

做法:银耳浸透,洗净。甜杏仁、白果去壳除心,用水浸泡3个小时后洗净。大枣去核。马蹄粉用水调溶。冰糖打碎。马蹄去皮、洗净,切小粒。把银耳、甜杏仁、白果、大枣放入滚水锅中,大火煮滚后改文火炖3个小时。然后放入冰糖,冰糖溶后搅入马蹄粉,即成。

做法:灵芝切成片,用鳖血炒制。乌鸡去毛和内脏后洗净,红枣去核洗净,竹笋用温水发透,菜胆洗净,姜、葱切段。灵芝、乌鸡置大火烧沸,再用文火蒸25分

钟,加竹笋、菜胆、鸡精、味精、盐、鸡油煮熟,即成。

黄精鸡翅

原料:黄精60克,鸡翅10个,大豆50克,核桃仁、海带各30克,调味品适量。

做法:黄精洗净,放入砂锅内,加适量清水,熬取汁液。将大豆洗净,放入热水中浸泡一夜。海带洗净泡发,切成条状。鸡翅洗净,沥干水。锅中放水,下入鸡翅,再放入黄精汁、大豆、海带和调味品,加盖煮30分钟以上即可。

这三道菜品不仅能使老年人获得自身所需的充足营养,并且能滋阴补肾,活血化瘀,强健体魄,对老年人的身体健康大有裨益。

李学杰



连载

忠孝家国情

——道德楷模王春来五十年行孝日记

作者简介:

王春来,作家,一级警督。照顾瘫痪的父母12年,发明照顾老人的护理工具数十件(收藏于孝道博物馆),被誉为“造器孝亲”的当代著名孝子,身体力行地诠释了忠孝两全

的不凡人生。

其曾获得“感动洛阳十大年度人物”“当代中华最感人的十大慈孝人物”“当代中华新二十四孝”“河南省直十道德模范”“推动中国家庭文明十大致敬人物”等诸多荣誉。

子,你自己悟吧,悟出来的东西才是自己的。”

O二六 您的笑容我却没有

1974年10月3日

姥姥总认为母亲在城里享福,为母亲能过上好日子而高兴。

母亲见姥姥时总是收拾得干干净净,一副在城里享清福的样子,姥姥高兴得脸上纵横交错的皱纹变成了花儿。

我时常观察母亲,她总是面带微笑迎接生活给予的酸甜苦辣,甚至死亡的危险。

可我知道母亲正承受着天大的痛苦,她怎么还能笑出来呢?

母亲从来没有抱怨,天大的委屈也不骂人,母亲心里放不下的唯有姥姥,见到姥姥,总把自己的生活说成跟在蜜罐里一样甜,姥姥好满足。

姥姥,您知道吗?您的女儿得了重病啊,您走后妈妈就换上破旧的衣服,当装卸工去了!

半夜里我有时睡得像死猪,听不到火车的鸣笛声,母亲从不叫醒我,即使如此“逃避”干活,我还是觉得自己已经累得吃不消了。

●今悟

多年来,我上万次地问自己,为什么我与母亲面对同样的苦累,我总是禁不住一脸苦相,挤不出一丝笑容,每天抱怨生活在苦水中,而母亲多年带病忍受委屈和繁重的劳作从不言说。

46年后,我的孩子问:“爸,咱家生活也难,为什么您有微笑,而我笑不出来?”我对孩子说:“当年你奶奶也是这样的,爸爸也想问你奶奶这个问题却没有问。咱老百姓常说:‘有汗擦干,手里的活不能放下;有泪抹去,脚下的路不能后退;有难扛起,肩上的担不能躲避!’爸爸加上一句,能露出来的只有笑容。孩

知子莫若母。早晨,母亲推开窗户,一阵风吹来。母亲转身对我说:“你们这个年纪的同学就像没有长熟的苹果,看上去很漂亮,咬上一口会甜吗?”

青春萌动的我闻言心头一惊。邙山上到处都是苹果树,我吃过不熟的苹果,太苦涩了,我忙冲母亲摇一摇头。母亲又问:“不熟的苹果被咬了一口,将来苹果会怎么样?”

我茫然地摇摇头说:“它受伤了,或许会坏掉的……”

母亲说:“男女孩都一样,甭想别的,一起学习就好。”

●今悟

如何面对青春期的躁动,母亲给了我思考的空间。当年母亲简单明了的提醒和教育,让我慢慢地从认识人的自然属性上升到了遵守社会属性。人与动物有别,人与人也有区别,保护好自己就好。认识的提升解除了烦恼。

45年后,我的孩子问:“爸,上学期间能恋爱吗?”我对孩子说:“人少年时春心萌动,但还处于成长期,像没有长熟的苹果,滋味苦不堪言,何必呢?等待是最优的选择。人之所以为人,不在于人的自然属性,而在于人的社会属性。你奶奶说得好,小心毁了还在成长的‘小苹果’,还有你自己。” (未完待续)