

努力到感动自己

□刘亚华(湖南常德)

小雅在朋友圈里这样写道:今天,我终于被自己感动了。我有些好奇,追问她是什么事,她说今天终于坚持跑完十公里,她一直以为她最大的极限就是八公里。我想象那十公里的漫长路程,她汗流浹背地跑,跑得畅快淋漓。

小雅说她常被自己感动,做出一桌丰盛的晚餐,或是写了一篇优美的文字,或连续踏步三千步,或是一晚上看完一整本书,她都会被自己感动。因为感动,她自信满满,对未来充满信心;因为感动,她觉得日子细碎而美好,每一天都觉得幸福快乐。

我常常被别人感动,一段荡气回肠的爱情故事,一件舍己为人的好人好事,一首词曲都非常优美的歌,一本赞扬青春敢于追求的小说,都会让我感动万分。而我,从没有试过被自己感动,我也很想体会一把被自己感动的滋味,朋友说,这很简单,你只要把你的目标定在你认为的极限就行了。

业余时间,我喜欢写些文字,但我没

有恒心,心情好就写一点,心情不好半字不写。那天,我突然就想,我能不能每天写三千字呢,如果坚持一个星期,我会不会被自己感动呢?于是,我决定每天写三千字。怕自己上网聊天购物,我给自己买了一款打字软件,这款软件最大的功能就是你设定了一个目标,限定你必须完成,否则它一直停留在这个界面,你打不开其他的网页,必须达到目标才能退出这个软件。

第一天,我写了三千字,第二天,我又写了三千字,第三天因为有事,到晚上十一点我才写了两千字,但我不想就此放弃,写完三千字才睡觉,尽管那时已经接近十二点。第四天、第五天,我都坚持得不错。第六天、第七天,有朋友约我出去玩,到了晚上才回家,想起还有任务未完成,马上拿出电脑使劲地敲了起来,直到完成三千字才罢休。

看了连续七天的成果,我兴奋极了,截图给小雅看,说我也被自己感动了。我一股脑儿地跟她谈我的感受,她也被我

的好心情感染了,说她真的被我感动了,而且她说,我们所设的极限,其实都只是一根稻草,只要坚持坚持再坚持,这所谓的极限,就很容易突破。突破之后,就会越来越轻松。

而今的我,每天都写字三千,有时候会写四五千字,我幸福而快乐,我常常被自己感动,我相信某一天,我会写出一万字来感动自己。小雅呢,也是好消息一个接着一个,从十公里到十二公里,到十三公里,到昨天的十五公里,她一点点地突破自己,越运动越健康,气色越来越好,更重要的是,她常常被自己感动着,她觉得她是一个勇敢、积极、有正能量的人。

被自己感动,这是一件多么美好的事情,它能让你有勇气和信心面对生活里的艰难困苦,它能让你看到自己无限的潜能和力量,它还能让你带着愉快的心情,走向更加幸福美好的明天。

坚持到底,努力到感动自己,人生便会无怨无悔。

微历史

576.收回成命

公元1088年十二月,宋哲宗下诏任命礼宾司官员王汾为右谏议大夫。监察部长(御史中丞)李常等大臣提出异议,认为王汾患有严重的口吃,而且整天嘻嘻哈哈,不适合担任纪检工作。王汾自己也表示无法胜任这个职位。皇上终止了这项任命。

577.游寺新规

公元1089年三月,宋哲宗下诏:“首都开封所有寺院除非初一、十五这类公开接待香客的日子,一律不许妇女出入游览。官员不得身着官服礼拜僧人。”宋朝时的男女有别依然根深蒂固。

578.苏轼赴杭

公元1089年三月,宋哲宗下诏将苏轼由翰林学士改封龙图阁学士并兼任杭州知府。临行前,苏轼上疏自辩说:“近来我屡次请求皇上考虑我胳膊有疾,允许我到地方任职。原以为让我去杭州是体恤微臣,今天才知道是陛下为避免有人弹劾我而采取的保护之策。陛下呀,我本无错,您这样处理,好像我真犯了啥错一样!”

579.奶妈风波

公元1089年十二月,监察部官员刘安世让家中保姆为兄嫂家婴儿请个奶妈,一个多月了也没音信。刘安世责备保姆办事不力,保姆说:“不好找啊,人家皇宫一下子就要了十位奶妈。”刘安世怒曰:“胡说八道。皇上尚小,还没立皇后,宫中请奶妈干啥?”刘安世一打听,竟然属实。刘安世立即上疏,要求查清此事。皇太后私下里找到宰相吕大防说:“别让这家伙追问了。不是皇上的事,是先皇的几个小女儿需要奶妈。”

580.写诗酿祸

蔡确(1037-1093),字持正,泉州人,宋哲宗时任宰相。蔡确曾是王安石变法的主要支持者。年仅10岁的宋哲宗即位后,朝廷大权落入其祖母高太后手中。高太后起用以司马光为首的保守派,王安石为首的变法派遭冷落。不久,高太后借故把蔡确贬出朝廷,任陈州(河南淮阳)知州,后又改任安州。从相位跌到地方官,其心情可想而知。苦闷中,他游览附近景区,山光水色让他一扫心中郁闷,一口气写下了十首绝句。

当时的汉阳军区司令员吴处厚与蔡确有旧怨,抓住机会,随意曲解诗意,无限上纲,上奏朝廷。此事闹得满朝风雨,一帮人随声附和,落井下石,高太后将蔡确贬到偏僻的岭南新州。蔡宰相从此一蹶不振,死在了岭南。

(老白)

鹰城写手

夏天的野菜

□曲令敏(河南平顶山)



毛茛菜开花、面条菜出蔓儿的时候,夏天就来了。夏天来了,荠菜、白蒿、蒲公英、颠倒菜(苦菜、曲曲菜、兔儿菜)、驴赶棍儿、野胡萝卜秧、开花的开花,起身儿的起身儿,它们都老了。一起老的还有榆钱儿、柳絮儿和桐树髓儿。悄没声的,野苋菜、马齿菜、鸡冠菜、泥鳅菜(山莴苣),新一轮野菜取代这些春天的宠儿,成为最受欢迎的主角儿。

野苋菜和菜园子里种的苋菜差不多,吃法也一样,只是有点涩,有点木木的。如果在它们足够嫩的时候掐下来,焯掉淋麻油加蒜汁儿凉拌,那种沙沙的香,园子里种的苋菜望尘莫及。

马齿菜肉肉的,生命力很强,蹲下来扔房顶上晒了好些天,见雨就又活了。拌高粱面或是玉米糝儿蒸蒸吃,很当饭,只是味道比扫帚苗差远了,酸、黏,不爽口。按季节,扫帚苗和灰灰菜都是春天吃到夏天的野菜,长再高,嫩尖儿依然很好吃。三伏天来客人了,临时掐两把,或蒸或凉拌,都是现成的菜。

鸡冠菜学名青葙,也叫昆仑草、百日红,是鸡冠花的近亲。和荠菜、蒲公英、颠倒菜不同的是,鸡冠菜喜欢生长在熟地,路埂、荒坡、碎砖乱石堆放的地方很难见到它的踪影。农历四、五月,没来得及拉秧的红薯地里,鸡冠菜支楞楞的,一出就是一大片,掐下来也不用择,热炒凉拌丢面条锅都很好吃。和鸡冠菜一样味美的是泥鳅菜,又叫山莴苣,不择地而生,耐水耐旱,棵大叶肥,幼苗嫩茎都可以吃,热凉荤素,随便怎么吃都行。

还有一种泼皮的野菜,南阳叫刺角芽,叶边有刺,春天夏天都有,一茬老了,新一茬又长出来了。它的学名叫小蓟,开花像红花,粉色,我小时候叫它一撮毛儿。上世纪六七十年代,人们还不知道它是好菜,说这东西杀血,别的野菜吃光了才会吃它。淡淡的清香很特别,纯正到无与伦比。刺角芽,白根韧长,扎得很深,剥

笋儿磨利利的,不大会儿就剥一大篮子。刺角芽的根茎不能吃,合着的叶尖有股铁腥味儿,也不能吃,吃的时候把叶子一片一片摘下来,炒吃蒸吃都行。糠菜半年粮的时候,刺角芽和蒲公英、荠菜一样能救命,拌玉米糝儿搦成窝头儿上笼蒸,是挖河、修路、打坝子饿得半死的民工们的主食,每人两个,一天吃两顿,晚上想吃还没有。如今刺角芽上了大都市的餐桌,据说富含胡萝卜素、蛋白质、脂肪、碳水化合物、膳食纤维、维生素、钙、磷、钾、钠、镁、铁多种元素,成了价格不菲的稀罕物。

能蒸着吃的野菜还有两种,一是白蓬,一是毛苜蓿。白蓬是蓼子的一种,尖尖的叶子带黑点儿,干涸的沟壑坑塘是它们最喜欢长的地方,路边也有。掐尖儿拌面,蒸出来浇蒜汁儿,从农历春三月吃到四五月。毛苜蓿是野菜中生命力最强的,河沙滩上,茅草窝儿里,到处都有它们的身影。当然了,能在一块好田土上扎根儿,扑棱开长,它会更加肥嫩嫩的有精神。毛苜蓿要是与叶子像胡萝卜秧、土名破鞋底的野菜一起蒸,才会散松爽口有嚼

头儿。这两种都是遍地扑棱贱生贱长的野菜,不到饥年荒岁也只是尝个鲜,不把它们当回事儿。

能炒肉炒鸡蛋吃的,荠菜之外就是野蒜了。长坟上的孩子们叫它死人头发,长荒坡里的又细又瘦,孩子们叫它老爷胡子。长在春地(种大秋作物的休闲地)或麦地里的又粗又嫩,不用工具,用手就能连蒜骨朵薅出来,生吃有点辣,特解馋。后来写河的时候,我吃过山韭菜炒柴鸡蛋,味极鲜,比野蒜炒鸡蛋好吃多了。在鲁山的大山里,有叫韭菜坡的山村,山韭菜最茂盛的季节,清早上山,一响能采一大麻袋,那是真正的山珍。包饺子,烙菜馍,做春卷儿,想想就让人直流口水……

能烙馍吃的还有一种,南阳老家叫癞肚皮,叶子上兜兜窝儿,特别像癞蛤蟆的皮。鲜癞肚皮切碎和面烙馍吃,苦苦的,不是一般的回味无穷。晒干揉揉和面炕干饼,小孩子吃了清热去火打食气。

也许你还不知道,自从使用农药和除草剂之后,许多野菜都不能吃了。

安一峰医疗美容

ANYIFENG 安一峰医疗美容

安氏翘睫双眼皮、开眼角, 注射微整形, 鼻综合整形, 微拉美面部年轻化提升术, 隆陶术, 抽脂术, 激光祛斑美肤脱毛术, 眉、眼、唇文绣。

美丽热线: 0375-2210666
地址: 平顶山市中兴路曙光街交叉口金健医院四楼

23

安一峰医疗美容
年整形专业 致敬更美丽的您

@ 投稿/邮箱

ycby2013@qq.com