



一粒粮食一滴汗

■王天瑞

人们常说：“一粒粮食一滴汗，满仓粮食汗珠换。”“一斤粮，一斤汗，省吃俭用细盘算。”“勤俭节约粮满仓，大手大脚仓底光。”……

本来，我早就想写这个小题目，之所以没有写成，是因为，几位老人闻听后，神情严肃，说，可以写！应该写！赶快写！几位青年人闻听后，嬉皮笑脸，说，噢！唉！哈！嗨！嘿！我当然知道，识时务者为俊杰。不过，我犹豫不决后，还是决定写写这个小题目。

故事是这样引发的。黄村的一位中年妇女，应聘到县里一所中学当校工，其任务是，负责 5 个班的卫生与安全。她对待同学们像对待自己的孩子一样亲。课外自由活动时间，她经常手把手地教同学们刷碗、洗筷、扫地、擦窗、叠被子……同学们聪明伶俐，勤奋好学。她很 是喜欢。但她不满意的是，同学们极度浪费。她劝也劝不住。在走廊里，在楼道里，在操场边，经常能捡到同学们扔掉的馒头、饺子、油饼、油条、面包……这些白米白面做成的美食，并不是坏了，而多是吃不完了随手扔掉的，实在可惜，真的叫人心痛啊！她三五天就能捡到一袋子，下班时便把它带回家，或喂鸡，或喂猪，鸡猪吃不完了，就把它当肥料埋在房前屋后的蔬菜下。于是，她家的鸡做活勤快，每天能下一个蛋；她家的猪长得飞快，不到一年就蹿到 200 斤；她家的蔬菜青葱肥嫩，味道鲜美，是纯正的绿色食品。她把这些情况先后报告给老师、主任、校长，终于引起了学校领导的重视。

一个星期天的下午，学校向每位学生发放一张考卷，考卷上的题目是：一、你是否干过农活？二、你是否知道粮食生产的过程？三、曾有哪些艰辛的劳动使你记忆深刻？朱校长从收上来的考卷上看出，全校大多数学生都来自农村，也都干过农活，即使那些县城里的学生，也都在农村老家或亲朋好友家干过农活，学生们基本知道小麦、玉米、大豆、红薯的生产过程，而对于艰辛劳动的记忆则就五花八门、千奇百怪了。有的说，翻地最累。有的说，打坷垃最累。有的说，收麦最累。有的说，扬场最累。有的说，挖红薯最累。有的说，割豆子最累……总的来说，种庄稼没有轻巧活，从种到收，每一个环节都有苦活累活。很多学生还讲到，小时候，在农村老家，如果把吃不完的稀饭或馒头倒掉扔掉，被爷爷奶奶爸爸妈妈发现后，非挨打不可。

当然，学生们也都知道：“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”“辛苦得来的果实，不要一口把它吃完了。”“不珍惜果实的人，不会真正爱花朵。”“钱币是圆的，很容易滚走。”……

一次，在全校讲故事比赛开始前，马老师给大家读了一段短文，内容是：一天中午，贝尔哈特来到街头一个小饭馆用餐。进去之后，发现临窗的餐桌旁坐着一个 40 多岁的中年人，普普通通的开领衫、普普通通的牛仔褲、普普通通的运动鞋，吃着简单的食物。一转眼中年人就吃完了饭，他起身付款后，急匆匆走出了小饭馆。不一会儿，在厨

房忙活的饭馆老板走过来，问，那个中年人呢？贝尔哈特说，走了。老板说，你知道他是谁吗？贝尔哈特说，不会是总统吧！老板告诉了他那个中年人的名字。贝尔哈特一听，顿时目瞪口呆……读到这里，马老师说，同学们，大家先想一想，看谁能第一个说出那个中年人是 谁，我个人奖励一套《中国学生素质教育读本》。会场上静悄悄的。一个女学生突然站起来，说，那个中年人是比尔·盖茨。老师们一齐鼓掌。比尔·盖茨是美国微软公司总裁，世界第一富翁，40 岁时，个人财产已达到 200 亿美元。同学们恍然大悟，世界第一富翁，穿衣那么朴素，吃饭那么节俭，岂不是我们学习的榜样？

又有一天，同学们在校内的宣传栏里看到一个消息，世界卫生组织宣称：非洲，干旱的非洲、贫穷的非洲、饥饿的非洲、疟疾猖狂的非洲、每半分钟就有一名儿童被夺去生命的非洲，在挣扎、在呐喊、在呼唤，呼唤食品、呼唤粮食、呼唤救援……

恰巧，10 月 16 日是世界粮食日，河南省青少年基金会发微博，号召网友响应中国扶贫基金会的体验饥饿 24 小时活动。学校里立即组织自愿参加活动的同学们体验饥饿 24 小时……活动结束后，同学们如释重负，得出一个闪光的结论：只有体验过饥饿的人，才真正知道什么叫粒粒皆辛苦。全校 3000 多名师生，在朱校长的带领下，举手宣誓：减少浪费，节约粮食！

校园里，很难再捡到馒头、饺子、油饼、油条、面包……

七大景区让您感受最浓烈的夏日气息

5 月 26 日、27 日，惠民卡联合七大景区邀请您出门游玩啦！具体活动景区为：玫瑰小镇·漏明崖景区、陕州地坑院（仅限河南省户籍会员游览）、仰韶大峡谷、小沟背、南阳府衙、云华蝙蝠洞、五指山七大景区。

玫瑰小镇·漏明崖：浪漫山乡，花香四溢

漏明崖景区是中国王屋山—黛眉山世界地质公园的主景区之一。景区共由三部分组成：漏明崖、中国玫瑰特色小镇、韩钧故居，是理想的旅游、休闲、娱乐、度假胜地。

陕州地坑院：地平线下古村落，民居史上活化石

陕州地坑院，作为一种古老而神奇的民居样式，是全国乃至世界唯一的地下古民居建筑，是我国特有的四大古民居建筑之一，被誉为地平线下古村落，民居史上活化石。

仰韶大峡谷：奇峰峻岭，景色俏丽

仰韶大峡谷位于举世闻名的仰韶文化发祥地，属石英砂岩构成的峡谷型自然风景区，以险、奇、清、幽、神、灵、野、秀的山水而著称，景区内共有泉潭 150 余处、瀑布跌水 60 余处，使整个峡

谷充满了灵气和动感。

小沟背：以石称奇，以水叫绝

小沟背·银河峡生态旅游区为中山地貌，由银河谷地及其两边的山脉构成，包括银河谷地、鳌背山、待落岭三部分。小沟背以石称奇，以水叫绝，尤其是色彩斑斓的五色石和网纹清晰的砂岩，具有很高的观赏价值。

南阳府衙：保存完整，规模宏大

南阳府衙位于南阳市区民主街西部北侧。召父杜母、羊续悬鱼等词语便源于南阳府衙。南阳府衙现存明清建筑 100 余间，它是北京故宫的缩影，又是南阳作为国家历史文化名城的一个标志，具有较高的历史、艺术、科研价值。

西峡云华蝙蝠洞：蝙蝠溶洞，洞中奇观

云华蝙蝠洞集自然观赏、洞中探奇、生态览胜、消夏避暑为一体，共 9 个景区，32 个景点。洞内岩壁上布满云朵样花纹，似锦似缎，又因里面有无数蝙蝠栖息，故名“蝙蝠洞”。

五指山：奇山秀水，风光秀丽

太行五指山漂流景区位于邯郸市涉县境内，河道全程 2500 余米，这里的

田园风光，如诗如画，整个漂流河道上下游落差 100 余米，是华北地区落差最大的峡谷漂流。

景区推荐
五道幢和内乡县衙，邀您夏日赏美景

内乡县衙位于河南省南阳市内乡县县城，是我国保存最完整的封建时代县级官署衙门，因保存完整和文化内涵丰富而素有“天下第一衙”之称，现为全国重点文物保护单位，国家 4A 级旅游景区。其丰富的文化内涵被专家学者赞曰“一座内乡衙，半部官文化”。

五道幢生态游览区是一个集探险、娱乐、观光、休闲、避暑、度假、科教、强身健体为一体的综合旅游胜地。景区内 有中原最长的 5D 玻璃栈道，全长 368 米，宽 1.8 米。玻璃栈道内含声、光、电等高科技 5D 技术展示，还有刺激的 5D 玻璃破碎效果，挑战您的视觉极限！

惠民卡邀请您带上亲朋好友游山玩水！具体活动时间和景区活动资料，请登录惠民卡官方平台查询。但不要忘记提前预约景区哦！请结合自己的时间合理安排出行。



生活的碎片（外四首）

■李国印

抓一把黄土
放进泛黄的字典里
揉一揉
生活的碎片
在思想曝光的瞬间
把它们隐藏或者复制
翻开字典
找一找哪一粒尘埃
属于自己
昨晚北风起
清脆的风铃声
把温暖的眼睛唤醒
晨风习习
畅快地沐浴阳光鸟鸣

与妻书

我希望的生活，一直被我们赞扬
生儿育女，四处都是快活的话语
林中小路伸向远方

如今儿女已经长大成人
平坦的原野复述我的甜蜜
天空恢复它的翅膀

因为爱，我深吻满头银丝的妻子
在等待和忍耐中
永葆一颗不老的诗心

清 明

一个让人心下雨的日子
此刻 在路上 在梦里
见到平时见不到的亲人

蒙蒙细雨中
到亲人的坟前上香、烧纸、叩拜
思念与牵挂
聚了散 散了聚

清明
……

我总想从梦里逃走

我总想从梦里逃走
享受月光中的惬意
一次次与现实无缘
月光啊
我向你借一对翅膀
去追赶月光
可我总也走不出
月光下
那斑驳的梦境

雪 夜

雪夜寂静
雪花屏住呼吸
轻轻吻着梦中的窗扉
鼾声如雷
奶奶搂着孙儿
想着千里之外的儿媳