

做一个被别人祝福的人

林艳红

其实“祝福”对于我们任何一个人来说都不陌生,并在不同的时刻,我们每一个人,都曾经收到过很多很真诚的祝福。

中国是一个古老而又有着悠久文化传统的礼仪之邦,从几千年前的远古时代到21世纪文化经济迅猛发展的今天,“祝福”的外延又被无限放大,且又披上了很多精致的光环。在这样那样的节日和特殊的日子里,比如过生日,结婚纪念日,朋友乔迁之喜,高升之喜等真是层出不穷,变着花样的“祝福”,成了现代人生活不可缺少的“一门必修课”。在不同节日我们总会收到亲朋好友的排山倒海般的祝福。声声祝福就像插上了吉祥的翅膀在天空任意驰骋,载着对未来的无限憧憬和祈盼,让梦想飞翔,让生活多了许多期许与快乐。

可在几年前,我在大庆的公交车上,看到一位白发苍苍的老妈妈手里拿着三个购物袋,笨重且吃力地上了

车。她白皙细腻的面容中,纵横交错的纹路始终镶嵌着淡淡的笑。花白的头发,像一朵优雅的百合花精致地悄然绽放。她挤过人群,把东西放在座椅旁,稍稍直了一下腰,一只手紧紧握住公交车上的把手,另一只手还弓着腰拎着那些物品袋。我就不经意间的一次回眸,心动了一下。我便绕着身边的几个人,让大妈坐在我的座位上。并帮大妈把那些重重的购物袋并排放在大妈的脚下。刚刚坐稳的大妈用她白皙的手急切地一把头发后说:“真太谢谢你了,祝你一生好运!”

我一边看着大妈宽宽额头上的一层层皱纹里渗出的细密汗珠,有些受宠若惊地笑着说:“感谢您的祝福,您也会一生好运!”那一刻我看见大妈好看的眼里瞬间就像闪电一般释放出耀眼的光,暖暖地说:“我已经82岁了,没有多少时日了,你的一生却还很漫长,所以你一定会一生好运的。”

那一刻我分明看到周围不少人的目光,齐刷刷地聚到我的脸上,好像大

妈的祝福披上了五彩的光环,好像我的命运正因为大妈的祝福而开始好运连连。那目光隐着羡慕,带着惊讶,怀着好奇,让我心里有无数暖流一层层轻漾。窗外飘进四月丁香的浓郁,路边淡紫的丁香花饱满的骨朵就像一串串小铃铛,摇曳着唱着欢快的歌。

那一天我的心情爽爽的,就像全世界的人都在羡慕一位陌生的、耄耋之年的老妈妈,对我的深情和真挚的祝福。我欣然中感觉自己就是全世界最幸福的那个人。就好像可怜的灰姑娘突然变成了白雪公主。

虽然在公交车上给老人让座的小事,实在是那么微不足道和不值一提,因为在全世界各地,每一秒钟都在上演着尊老爱幼的美好助人故事,甚至还会更感人;但老妈妈的那声感谢和祝福,却比任何一声感谢更加热烈和真诚。因为加上“一生”两个字,其含义和份量更厚重和饱满且流淌着一位老人心里满满的祈福;就因为多了两个字,其意义却在瞬间被升华和放大,甚至也引起周围人的关注和

羡慕或是自责。我只是在老妈妈需要帮助的时候做了一个最普通的善举,但却得到了更深更浓的祝福,且让我铭记在心。

也许同样是给需要帮助的人送去关爱,但因为那颗感恩的心所折射出来的感谢程度不同,产生的效果和释放的正能量却大径相庭。正因为这声浓浓的祝福让我总有一份责任和使命在肩。无论何时总会坚信,举手之劳时,把方便和温暖留下,把关爱和快乐传播。那句“不以善小而不为,不以恶小而为之”便悄然划过心海。特别是在人生路上遇到一些困难和痛苦时,于是我便一步步走向坚强。在人生的长河中行走,我们经历了这样那样的沧桑巨变。蓦然回首中,老妈妈的祝福就像一个禅语一直深深印在我的心田。我总想:做一个被别人祝福一生的人,那将是多么幸福和珍贵啊!

人活着简单就好

刘嘉瑞

一个人
一口锅
一张床
简简单单
人活着就好

不去多想
有事自己扛
淡化了空间
浓了意志的坚强
有吃有喝
身体健康康康

由此 何不
慷慨解囊
生命由谁做主?
质量快乐向上
生存的分分秒秒
都是分享幸福的好时光

征稿启事

如果您有精彩的老年故事,可以提供线索或拍成视频;如果您有丰富的出游体验,或是您有满意的书画作品、诗词也可以投稿;本报设立《贺寿》栏目,家中老人寿辰,可以刊发照片及祝福文字,留作纪念哟!

如果您希望自己的身影、作品在生活报或者龙头新闻作品频道展示,那就快快来吧!投稿邮箱:sbbsxy@163.com(注:本版《书画斋》栏目只接收电子版复印件,投稿人请留下联系电话、身份证号、银行卡号、大号)

寻春的脚步不停歇,一直持续着、持续着……

寻找春天



郭丽阳 邓佳音

一抹暖阳,温柔地撒在时光里,寻找的脚步走在清冷的空气里,我用简单的期待寻觅。这寻觅,承载着太多太多的思念。

在思念里,春的印记如光影斑驳,带着冬的不舍、雪的羁绊,散落在初春的角落里,散发着微暖。

就是这点微暖,让我在漫长的寒冬里保持了清醒,也充满了

期盼。我期待春日的来临。

捡拾一片落叶,那是去年秋日的落叶,经过寒冬的洗礼,枯萎干黄,它隐约的脉络,在时间的打磨下透出岁月的痕迹。这干枯是生命独有的色彩,它也曾绚烂,不该被遗忘。只有“化作春泥更护花”的付出,才有满树繁花的时刻吧!

春,是需要寻找的!她从沉寂的、冰冷的冬日里姗姗而来,带来的是希望。

不信,你找找看。就在一个不留意里,它落在你的肩头、拂过你的衣袖、爬上你的眉梢,不经意间来,不随意地离开。

怎会不留恋呢?那顶着冰雪绽放的冰凌花,略带颜色的花瓣,在初春显得笨拙不驯。纵是一个小小的草芽,也令人欣

喜万分,满是希望哩!

悠然自得的云儿,随意飘荡,在阳光的温暖里,铺满春的天空。春风,吹起悠扬的曲子,多么浪漫的情愫啊!在悠长的日子里慢慢地升起,抚摸多情的柳枝,在慵懒的阳光里舞动,带着绚烂的笑,吹绿了整个世界。

走出去,去听鸟儿欢快的声音。这声音,吐出了郁闷,被人们欢快愉快地接纳了。鸟儿的嘴里含着思念的种子,振翅高飞,带着飞去远方,无论在高山或是沟壑,深潭或是浅滩,戈壁或是荒漠,种子被带到哪里,它就慢慢地生长。

这是春的希望。走出去,去看杨树抽出新绿,杨絮挂满枝头;走出去,感受黑土解冻,机械轰隆,流水潺潺……

寻春的脚步不停歇,一直持续着、持续着……

拍卖公告

黑龙江农垦宝隆拍卖有限公司接受委托,定于2024年5月15日上午9时30分在平台举行公开拍卖会。

拍卖标的为:

1. 装载机设备一批(位于哈尔滨市哈平路,香福路)预估92.3吨,起拍单价约434.6元。
2. 履带机设备一批(位于北安市北郊农场都西湖北安收储公司,九三食品安公司)预估94.2吨,起拍单价约224.9元。

以上标的按序拍卖,以实际成交数量为准,提货地点按不同设备分别装车。买受人负责拆卸、装卸、运输。有意竞买者请携带相关证件、身份证、驾驶证、交强险保单和驾驶证到本公司办理竞买手续。

北京看样时间:5月9日
地点:哈尔滨市南岗区公大6号90栋1号九三北安公司办公楼830开始
哈尔滨看样时间:5月8日
地点:哈尔滨南岗区公大6号90栋1号九三食品公司门11830开始。
展期时间:1个月(自公告之日起)
展期地点:1号标的在哈尔滨19069933000 2号标的在哈尔滨19069933700
联系电话:1号标的杨先生19069933000 2号标的王先生19069933700
联系地址:哈尔滨市南岗区珠江路29号8楼805室
联系电话:0451-55195722 魏分机8001 13384807706 庞经理

出租出售 电话:13946092977

出售松北花园洋房

哈尔滨松北区天鹅湖花园小区31号楼洋房一套,因房主迁往外省着急售,价格可面谈。房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室二厅二卫带阳台,地热房,私产房屋。房屋紧邻松北虎园、哈尔滨大剧院,小区园林面积占比30%以上,环境好,位置佳。

19845256893

低价急售别墅

哈尔滨私产别墅,因房主出国急售,6000元/平米。房屋建筑面积约400平米,车库2个,毛坯房,别墅内自带庭院面积1000平米,院内山林约2000平米。小区还配套高尔夫球练习场、钓鱼池、滑雪练习场、温泉等设施,免费对业主开放。

19845256893

招聘信息 电话:13946092977

黑龙江盘古胜禾广告有限公司

诚聘

黑龙江盘古胜禾广告有限公司专注手机广告推广业务,整合线上优质资源,公司主营业务包含:微信朋友圈广告、微信视频号广告、腾讯新闻信息流广告、抖音信息流广告、快手信息流广告、小红书信息流广告、三大运营商5G短信广告业务等。

招聘:广告销售顾问5人

岗位要求:
1. 有广告行业销售经验
2. 房产、金融、政府、快消品行业有一定人脉关系
3. 学习能力强,人品正直
薪资待遇:
4000元-6000元底薪+高提成,试用期3个月,转正后缴纳5险

地址:哈尔滨市南岗区比乐街29号
联系人:齐先生
电话:18686832188

百业信息 电话:13946092977

金福来全屋定制 家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所装修;家装、工装整屋家具定制;承接同行二手单柜体定制;工厂一站式服务—设计—加工—安装。

橱柜门、衣柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等级自选);工厂设有样板展厅,欢迎参观选购。

定制热线
18904515815
15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号,金福来家具有限公司

生活报中缝广告

受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅
刊登 84681180
电话 15004697804

为国家队输送蔡雪桐 张可欣等名将 弟子斩获数十个世界冠军

自由式滑雪教练温晓彬: 我“隐入山林”送你上世界之巅

龙江力量 · 基层体育人⑤



温晓彬与蔡雪桐

生活报记者 周陈娜
温晓彬好像是进体育圈“服雪役”的。在过去的27年里,他每年有将近10个月在深山度过。亚布力的皑皑雪峰和玉泉的莽莽山林,看着他从小伙变成中年大叔,也将见证他为雪白头。

“每次下山我都有点不适应,街上人多,人也多。”23日下午,趁着队伍休整期返城招生的他,见到记者时朴实地笑了。

今年49岁的温晓彬,是哈市阿城区滑雪重点体校自由式滑雪队的教练。隐入山林的这27年里,他把一个个城郊孩子送上了“世界之巅”,为国家队输送了蔡雪桐、史万成、徐德超、王雪梅、毛秉强、张可欣等一批优秀滑雪运动员,其弟子斩获数十个世界冠军以及至少60个全国冠军,有的还成为了国家队教练……



温晓彬与张可欣

跑遍乡镇学校寻苗

温晓彬坦言,由于自由式滑雪训练艰苦、危险系数较高,城区里不好招生。为了寻找好苗子,多年来他跑遍了大岭、小岭、亚沟、玉泉等地的乡镇学校。

男子单板滑雪U型池的全国冠军徐德超,是温晓彬从大岭乡挖来的。他相中了这个弹跳好的小孩,带回来练了一年。由于家里困难,徐德超一度想要放弃,温晓彬特地到他家一番苦劝,最终把他领回了队里。“练好了成为专业运动员,不仅能改变命运,还有机会代表国家参加世界大赛!”温晓彬的话点醒了徐德超,他凭借刻苦的训练,当年冬天入选省队,后来进入了国家队,还拿过全国冠军。

“00后”名将张可欣,是温晓彬从双丰镇的学校操场上带回来的,她年仅15岁就夺得了世界冠军;在北京冬奥会上,她获得女子U型场地技巧第七名。这个受伤也要滑向终点的坚强女孩,感动了很多很多人。温晓彬记得,张可欣刚进队时,父亲和哥哥身体不好,她特别懂事,“平时几乎不花钱,每次揣几块钱来训练,再把钱原封不动地揣回去。”温晓彬从最基础的抱头滚翻开始教起,张可欣训练非常刻苦,主动给自己加课,她经常在角落里反复练习,胆子也比男孩子大,是同批队员中进步最快的。

前单板滑雪国家队队员、全国冠军王雪梅,从9岁起便跟随温晓彬训练,“这孩子从小玩单杠,能在杠上翻来翻去,跑步时腿上还绑沙袋,她的转体和空翻很有力量。”温晓彬回忆道,当年王雪梅是队里最小的,训练结束后,经常因为想家哇哇大哭,他就耐心地哄着她。在队里练了一年半,王雪梅就被省队相中,派了两个男队员把人“抢走”了。“她前几天还给我打电话,邀请我‘五一’去成都参加她的婚礼。”温晓彬欣慰地说。

20多年前,阿城的队员们大多使用的是省队淘汰的滑雪装备。为了省钱,有时也买一二百块的廉价滑雪服,摔一跤衣服就破了,温晓彬经常晚上给孩子们补衣服。让他记忆犹新的,是当年由于训练经费紧张,只够在亚布力练“半冬雪”,他们只能克服困难、加紧训练。

劝田径选手改项 如今成国家队教练

温晓彬的弟子们不仅在国际大赛上斩获金牌,有的还成为了优秀的教练员,葛达就是其中之一。葛达最初是在玉泉的一所高中练田径,温晓彬去当地选材时,发现这孩子很灵巧,便劝他改练滑雪。

“进队的时候,我已经15岁了,其实没抱太大希望。没想到,这次改项彻底改变了我的命运。”葛达说,他后来进入了省队,现在是北欧两项的黑龙江省队教练。在北京冬奥会期间,他担任北欧两项的国家队教练兼领队,他的

弟子赵嘉文是北京冬奥会开幕式备受关注的火炬手,也是第一位站在冬奥会北欧两项赛场上的中国选手。几个月前,葛达还带田径,温晓彬去当地选材时,发现这孩子很灵巧,便劝他改练滑雪。

“我真的很幸运,很感激温晓彬教练,他的付出,我们一直记得!”葛达说,当年温晓彬训练很严格,但平时待人很好,他在山上帮队员们刷“卡尺”,还自掏腰包给队员买鞋和衣服,连过春节也不回家。

既是教练也是“保姆”

作为一名基层教练,温晓彬的工作的确相当琐碎。他负责招生、与家长沟通,还有日常训练和带队参赛等。由于长时间无法下山,他学会了给队员们理发,帮孩子们洗滑雪服、给雪板打蜡,还会缝补蹦床网。冬天,他会细心地帮孩子们把鞋垫放在暖气上烘烤……“他不只是教练,还像个保姆一样。”阿城区滑雪重点体校校长王宝清感慨地说。

每年除了在上山训练的十个月,春天放假回家的两个月里,温晓彬也不闲着,经常要去各地招生。“结婚可千万别找滑雪教练,这是我的亲友们总结出的‘教训’。”温晓彬的妻子赵玉妍苦笑道,他们的女儿今年高三了,曾向她抱怨过:“我长这么大,我爸都没咋陪我。”这几年过春节,温晓彬忙着训练和比赛,没能回家。赵玉妍早就习惯了啥事都自己扛着,她知道丈夫也不容易,“他总是晒酸黑回来,

冬天脸被风吹得直掉皮,还得了风湿。”
春天去学校选苗时,温晓彬留意到,以前去招生时学校大力推介,现在似乎也没那么热情了,主要是担心孩子训练受伤。但他也欣慰地发现,自从北京冬奥会以后,很多人开始了解、关注雪上项目,他不必再跟学生和家从长讲起……

2022年北京冬奥会上,温晓彬有4名弟子参赛。他当时也在张家口执裁越野滑雪,进入奥运闭环后无法见面,没能留下一张合影。明年,师徒们将会在哈尔滨亚冬会聚首,希望能把这个遗憾补上。

再过半个月,温晓彬又要带领16名小队员进山了。“青山不老,为雪白头。”这像极了他与滑雪项目的誓言和约定。“我希望能教出一个奥运冠军!”温晓彬的眼睛里满是期待……

图片均由受访者提供