

“洛阳万安山” 国际自行车邀请赛落幕

4月22日上午9时,第四届“洛阳万安山”国际自行车邀请赛在万安山七彩峡谷景区鸣枪发车,共有来自国内外的3000余名选手参赛,参赛人数为历届之最。赛事设公路赛和山地赛两个项目,共有6个组别的比赛,分别是全民健身组、公路精英组、本地竞赛山地组、女子山地组、男子山地大众组和男子山地精英组。

最终,台湾选手巫帛宏获男子公路精英组冠军,蔡卫龙获本地竞赛组冠军,张俊英获女子山地组冠军,孙成义获男子山地大众组冠军,封宽杰获男子山地精英组冠军。

此次赛事旨在大力倡导“绿色出行 低碳生活”新观念,打造“和谐伊滨 健康伊滨”新形象,此次赛事被CCTV5、《人民日报》、新华社、央广网、中华网、中国网、人民网、凤凰网、搜狐体育、新浪户外等国内上百主流网站竞相报道。

文/图 任宝英 张瑞红 郑双明

说伊滨



生活小记

阳光照进你的房间

□ 雨山

朋友的女儿小鱼刚大学毕业,本该积极找工作,谁知她却郁郁寡欢,整日宅在家里。朋友很焦急,让我去劝劝,于是我敲开了小鱼的房门。

开门进去,屋内很昏暗,东西摆设还算整齐,但厚厚的窗帘严严实实地挡住了窗户。我小心地问:“小鱼,为什么白天也拉着窗帘呢?”小鱼小声回答我:“没什么,习惯了。”“其实,我们不能完全拒绝阳光啊,让阳光照进房间,才能照进心里。”我鼓励小鱼拉开窗帘,阳光落在干净的书桌上,屋子里顿时换了一种格调,身在其中的人仿佛脱掉了重重的铠甲,轻快许多。

我跟小鱼没聊什么人生大道理,只是聊一聊春天的事。我给她讲前两天跟随几位驴友徒步去山里的经过,遇见了山下的鸡鸭、山上的野兔子,下山的时候有一段相对平坦的路,阳光照在上面,让人一下子喜悦起来,我们情不自禁在这条路上奔跑追逐,欢快地享受阳光。

小鱼也跟我回忆起在学校的时候,她跟同学有一次期末考试考完,如

释重负,搬了小马扎坐在宿舍楼下晒被子的地方晒太阳,闭着眼睛,感受温暖和静谧,内心充满美好的向往……

我告诉小鱼:“人和大多数植物一样,要与阳光亲密接触,进行一下光合作用。”小鱼没有说话,轻轻地点点头。

从朋友家出来,我看到窗口露出一张面带微笑的脸,我知道,这孩子接受了阳光。

又过了十几天,听朋友说小鱼正在积极准备简历,也在赶集似地参加各种人才招聘会,并真的找到了工作,在一家私企做文员。

真的,生活需要阳光,就如花儿需要阳光一样。当我们遭遇挫折,或者面对压力的时候,当我们内心灰暗,无所适从的时候,就让阳光照进房间吧,慢慢地阳光也会照进心里。

若有所思

唯有时间最公平

□ 张展

周末和友人小聚,晓丽说自己的同事跳槽到了她一直想去的公司,令她“羡慕嫉妒恨”。听到她描述起那个公司的优厚待遇时,我们也同样“羡慕嫉妒恨”。

晓丽不禁笑了,顿了一下继续说:“我说恨,其实是恨自己。”我们一听,好奇不已。

“我当初和同事是一块儿入职的。”晓丽说,当初进入公司的时候,两个人的业务水平都差不多,可是上个月公司准备裁人的时候,自己成了备选。那个时候她焦躁不已,三十多岁的女人没了工作是可怕的,几经周折才勉强保住工作,而她那个同事谢绝主管的挽留跳槽到了更好的公司。

经过和主管恳谈,回想起那位同事的日常,晓丽终于明白,自己和同事的区别在于,同事把时间用在了提升内在,而她却用在了提升自己的外在。当初选择的差别,造成了现在命运的差别。

晓丽和那位同事关系不错,所以对她很了解。自己午休的时候,同事埋头学习专业知识;自己一到下午就盯着下班的时间,同事总是最后一个回家;她周末刷题,同事狂练外语;面对加班,她总是找理由能推就推,同事却一声不吭地全接了……晓丽总是笑话同事太傻,职场上怎么能这么“老黄牛”,却没想到,在不知不觉中,她和同事的差距越来越大,收获的结果也截然不同。

听到这里,我突然想起一句话:唯有时间最公平。

我们每个人都有那一刻——羡慕别人的成功,但却忘了,成功的前提是付出。我们不知道别人付出了多少时间和精力,却应该知道自己浪费了多少光阴。与其羡慕别人,倒不如将这段时间拿来提升自己,哪怕看上一页书,也终会有所得。

你怎样对待时间,时间也会怎样对待你;你投入了多少,才会收获多少。在沉甸甸的收获面前,唯有时间最公平。

至爱亲情

母亲的冰箱

□ 赵自力

从记事起我就知道,母亲一直很节约,有什么吃的都留给我们兄妹。

后来我们都参加工作了,不能经常回家,母亲留给我们的东西,时间一长,经常坏掉。我们劝过母亲,现在条件好了,不缺吃的喝的,没必要留给我们。母亲口头答应,习惯却一时改不了。很早就想为母亲买台冰箱,但老人家嫌贵,坚决不让买。

去年夏天,母亲打电话说想买一台冰箱。我心里别提多高兴了,心想母亲终于想通了,懂得享受生活了,我立马网购了一台冰箱。

有了冰箱后,母亲告诉我非常方便,什么东西都可以放。我马上担心,脑海立刻出现了这样的画面——母亲舍不得倒掉的剩菜剩饭,把冰箱塞得满满的。

有次我带着妻儿回老家,在路上就一直在猜母亲的冰箱里到底放了些

啥。到家后,一眼就看见冰箱放在客厅最显眼的地方。母亲笑呵呵地拉着儿子的手,招呼着父亲上菜,饭后我们一直在开心地聊着天,一家人其乐融融。

临走时,母亲又提着大包小包的东西塞给我们。“差点忘了,还有东西没装上去,等一下啊。”母亲走到冰箱前,小心地打开了冰箱,一冰箱的鸡蛋呈现在眼前,全是绿壳鸡蛋。儿子看见了那些绿壳鸡蛋,高兴地跳了起来。我们才想起,儿子有次跟母亲说过,他最喜欢吃绿壳鸡蛋。儿子这随口一说,却被母亲牢牢记在心里了。跟邻居换绿壳鸡蛋,放进冰箱保存着,就成了一件很有意义的事情。

儿子高兴地和母亲拿绿壳鸡蛋,边拿边数,仿佛那一枚枚鸡蛋就像宝贝似的。那一刻,母亲笑得最甜。

忽然明白,母亲的冰箱里,装的全是满满的爱。

生活感悟

感谢那些“否定”

□ 王一麟

在我的记忆里,印象最深的有很多“否定”。

记得小时候有一次写作文,“尴尬”两个字我不会写,可是字典忘在学校了,抱着脑袋拼命地想,还是不会,跑去问姐姐,却被姐姐骂了一顿,她无奈地说:“你真是笨啊,‘尴尬’两个字不会写,就不会换成‘难堪’吗?”我的脸“腾”地一下烧了起来,心虚不已。

自那以后,我变得谨慎又努力,作文写不好,便省下早点的钱,买下一堆作文选刊,只是想使自己看上去不那么笨。

四年级的时候,在城里上班的父亲想把我接进城读书,去原来的学校办手续的时候,班主任担心地说:“你到城里去,脑子要灵光一点,不要被城里的小孩给比下去了……”一席话说得我忐忑不安,只怪自己不够聪明,成绩不够好,让老师操心了。

进城后,我很努力地学习,虽然老师每学期写评语的时候总是说“该生学习很努力,就是没掌握好学习方法”。于是,我开始寻找好的学习方法,多年以后才明白,这句话的意思,其实就是说我笨,只会读死书,不会动脑子,只是用另一种含蓄的方式告诉我而已。

或许,我是真的很笨,所以并没有考上大学。可是,因为一路上有这么多的“否定”相伴,我却因此能够平静地接受失败,而对成功充满了感恩,也因此我虽然不自信,但却很阳光,笑容时常挂在脸上,不论走到哪里,人际关系都极好。

因为不聪明,所以我格外地努力,并通过自考拿到了大学文凭;我不知道怎样才能讨人喜欢,但却能真诚地对周围的每一个人。只是我从来都不知道,努力与真诚,可以使一个人变得聪明,曾经我受到过多少否定,现在我便承受了多少赞美。

正因为谷底呆过,所以我不会因为各种赞美,而忘乎所以。我一直在“否定”中前行,早已将“否定”当成了另一种鼓励,它使我清楚看到我的人生是怎样一点一点地变得温馨而闪亮!

因此,我很想说,感谢当年的那些“否定”!

丝路花雨

最是春日好读书

□ 孙培蓉

林语堂说“或在暮春之夕,与你们的家人,携手同行,共到野外,读离骚诗经;或在风雪之夜,靠炉围坐,佳茗一壶,十数本书狼藉横陈于沙发之上,然后随意所至,取而读之,这才得了读书的兴味。”

相对于雪夜读书,我更喜欢在春日迟迟的午后,坐在藤椅上,桌边放一杯冒着热气的清茶,拿一本厚厚的书,看俏皮的春光在泛黄的纸上跳跃,听风吹开书页的声音。就这样,一个人静静地坐在时光里,任调皮的风娃娃拨弄着耳边的长发,看一会儿书,吸几口清茶,空气中全是淡淡的茶香混合着泛黄的书卷的味道。

记得18年前,我刚刚19岁,师范毕业被分配到寇店镇偏僻的朱容小学

任教。那时的学校除了我,其余全部是本村的老师。放学后,偌大的校园只有我一个人,安静极了。那时学校连一台电视都没有,一到晚上,我就早早把自己反锁在屋里,透过一尺见方的窗口看天上的星。恐惧和孤独让我几乎失去了坚持下去的勇气和决心。

慢慢地,我开始用读书来打发又一个又一个难熬的夜晚,书籍给了我莫大的慰藉。多少个静谧的夜晚,一个人静静地坐在桌前,一本书,一个本,一支笔,心渐渐静了下来,独处山村的惶恐,看不见未来的迷茫都在书本中一点点消融。现在回想那段日子,因为有书的陪伴,虽苦犹甜。

最是春日好读书,让我们一起读书吧。