

空谷幽兰梦

“我从山中来,带着兰花。种在小园中,希望花开早……”童年时就很喜欢这首《兰花》,悠扬的旋律让我对兰花有一种莫名的向往,那时我常梦见自己是一株美丽的兰花。

豆蔻年华的我,希望自己做兰花一样的姑娘,淡雅芬芳。走过花季的我,仍然对兰花情有独钟,时常在脑海中勾勒出一个地方,兰草幽香。

人到中年的我,没有被喧嚣的社会所淹没,仍然保持着纯真的向往,做一个像兰花一样清丽的女子,于是不苛求自己永远保持美丽的容颜,只要心不老;于是不奢望千万的财富,只要心愉悦;于是不求仕途通达、不沽名

钓誉,只要心踏实。希望自己如兰花般清雅、高洁。没有烦恼,没有压力,心中只有一片宁静与和谐。

曾经在一家茶室里看到的一幅悠闲画面,一直在我的脑海里挥之不去:一处农家小院,一片菜地,屋顶有炊烟,屋前有池塘,屋后有青青竹林,池塘上面有荷花,青山绿水,蓝天白云,一个极清秀的女子在窗下细读。一个憨厚的男子在池塘边撒网捉鱼。画面下古色古香的茶桌边,悠闲的茶客们喝着聊着,从百叶窗帘的缝隙里透进斑驳的碎阳,桌上的碎阳和墙面上画遥相呼应,给人一种宁静祥和的感觉。这样的安谧犹如兰花的幽香,袅袅娜娜,升腾于心的海洋,于是心更静了。

王惠萍

一直以来,我追求宁静的生活和淡然的心境,喜欢与文字为伴,喜欢在心灵深处编织着那片属于自己的安宁和幸福。一个人走在空旷的马路上,感受时间于月明星稀、云淡风轻之中流转,心中一阵感动。“月亮还是那个月亮,星星还是那颗星星……”突然想起那首脍炙人口的歌曲,轻轻地哼唱起来,天空还是那么美。

想想平日里恬淡的生活,幸福的小家,爱我的家人,心灵上的挚友,一切的一切是那么的美好。一种前所未有的满足感溢满心头。兰花的清香悠悠地飘过,即便时光匆匆而过,我仍记得《兰花》带给我的记忆和感动,我仍渴望成为一个兰花一样的姑娘。

咏春

高道忠

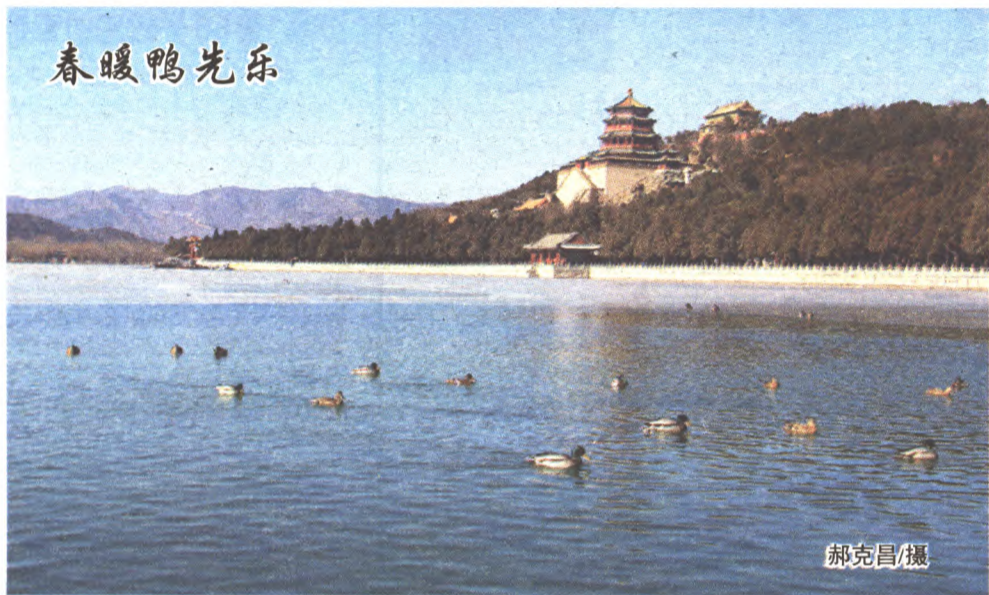
红日高照春来早, 景山映辉风光烧。 花红叶绿展盛景, 中国梦圆在今朝。

西江月·山花

孙继恕

纵遇寒风冷雨, 仍是山花烂漫。 春英开谢青帝(1)唤, 哪管风雨纠缠? 放眼卢师(2)青龙(3), 更是桃白如练。 赏春何须全寻遍, 京西处处花园。

注:(1)青帝,乃花之王。传说,百花开谢全从帝命。(2)卢师,即卢师山,属八大处公园三山之一,位于园东部。(3)青龙,即青龙山,系卢师山向东的延伸,端至西五环边。



风景 就是风景

张希武 雷锋利

唐朝诗人杜牧曾写下脍炙人口的诗作《清明》:清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。借问酒家何处有,牧童遥指杏花村。

在一千多年前的唐朝,清明节首次成为国家节假日,有《唐六典》为证:每逢清明,唐朝官员都有“假宁之节”。唐玄宗的时候,还把寒食节和清明节搁在一块,放假4天,算是小长假了。

又是清明节了!劳作了一段时间了,案牍劳形,殚精竭力,想想穿花度柳,西山观花,老婆孩子都“欣欣然有喜色”了!

杜牧也是唐朝的官吏,碰上这么个小长假,该怎么打发呢?

当然是旅游!然而,不去天涯,也不去海角,也不去九寨沟大理城,当然更不是远涉重洋去欧美,而是去普通的郊野。虽然不是著名旅游区,但不等于没有旅游元素。

我们看这些旅游元素。有雨,其实,落在普通郊野的雨,和落在风景名胜区的雨一样

有情调,关键在于人的情调。

就是花吧,开在风景区的叫花,开在山野的更芬芳。落英缤纷是美艳,含苞待放更精致。外出赏花,远比蜗居在家,扳着手指头算算挣了多少钱要有品。所以这是情调,郊野漫步的情调。

人的情调如何?断魂,在南朝四百八十寺的烟雨中可以断魂,在普通的郊野春雨中也可以断魂,清明时节,何处不断魂,未必要花大钱跑到大江大海大山大谷处去凭吊断魂。

在伤感的季节出游,适合饮酒,酒店在哪里?不用预约,不用排长队,就在那一树杏花的地方,有家饮酒之处,指路的牧童,也不是和酒店挂钩的业务员。也不是借此抽成拿一点蝇头小利就沾沾自喜!

其实,在车水马龙的地方,攒动的人头,一身的汗渍,你早就没了赏鉴的意志。那就走走别处,到杏林桃园转转:花蕾堆叠,春意

堆叠也让人惊喜。俯卧憔悴首,嗅嗅野花香。没有蝶飞蜂舞咋了,你可以想象啊!田间的小花开着,野菜生长着,坐在田埂上,晒太阳,细嚼鲜嫩的野菜,泥土的气息芬芳沁脾。偶然一抬头,西山的花如晴雪一般……

杜牧的清明小长假之旅,一切旅游元素皆具备,经济实惠,省钱省气,而且旅游空间广阔,从而有足够的心情去体会路上行人的断魂,写出名垂千古的名诗。

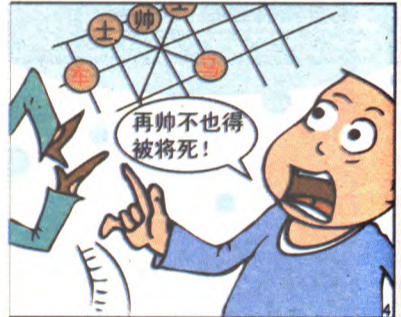
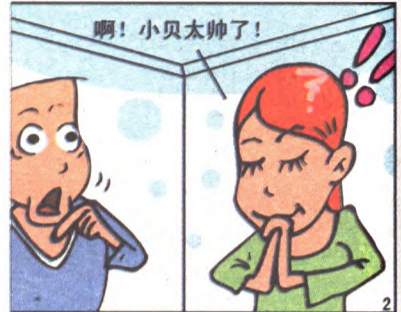
风景未必在风景区,诗意未必在名胜区。清明来了,去无名的乡野走走,欣赏开在微雨中小溪畔的一树树杏花桃花,你便是杜牧,你便是唐朝。

清明过梨园

李士杰

无意春风上祭台,斜阳欲落正徘徊。 满山遍树招魂纸,却与梨花一样白。

给力生活



嫉妒 青年楼社区 张志刚

征稿启事

有一首歌唱道“生活,生活,会快乐也会寂寞”。我们的内心会因为关注生活中最微小的情节、收获生活中最质朴的感动,变得充实而欢喜。

2013年,也希望与您一起分享生活中的所见、所闻、所感。我们就生活在这里。

投稿邮箱:nakuzai@126.com

首都卫生发展专项“巨刺运动疗法治疗肩关节周围炎的临床观察”在北大首钢医院开题

近日,北京大学首钢医院康复医学科召开首都卫生发展专项——巨刺运动疗法治疗肩关节周围炎的临床观察(首发2011-4026-01)项目开题推广会。该课题评审专家组成员,北京大学首钢医院副院长张祥华,科研处处长苑学礼,项目合作申报方、老山社区卫生服务中心主任刘淑琴及项目技术支持方、医学影像中心主任张滨参会。康复医学科郑慧敏主持。

张祥华在致词中祝贺课题开题,对各位评委专家予以感谢,希望课题小组用好专项资金,以客观、科学的态度完成课题。他指出,开展课题的意义在于锻炼科研团队,在完成科研目标的基础上,更重要的是将科研成果积极临床转化,更好地为患者服务,希望课题小组成员积极听取专家建议,对课题不足之处虚心请教,努力完善课题相关问题。

作为课题项目总负责人,康复医学科主任赵臣来做了开题报告,他介绍了课题立项背景、意义以及课题研究小组的基本情况。评审专家组组长、解放军总医院针灸科主任石现,北京中医药大学针灸学院副院长于天源、主任医师刘清国,北京中医药大学附属东直门医院针灸科主任赵吉平,北京中医药大学第三附属医院主任医师唐启盛以及首都医科大学附属北京中医医院

针灸科主任王麟鹏等评审专家组成员讨论了课题相关内容及科研难点,提出了意见和建议。

该课题由北京市卫生局支持,是康复医学科首次获得的首发基金项目资助,旨在为社区卫生服务中心培养熟练使用巨刺运动疗法的全科医生,是一项为期三年的临床研究,现已进入收集病例阶段。

康复医学科