

多情多韵

说洗澡

刘吉娜

现在的我正站在窗前，太阳暖暖的照在身上，心里也暖暖的。看到对面楼顶的太阳能，忽然想起我的小时候。

小时候夏天洗澡，妈妈用很大的黑色热水包放在房顶，大太阳把凉水晒热，就可以在南屋的洗澡间里洗澡。到了冬天，太阳光弱晒不热水，我们就不能在家里洗澡。需要去我们村村北的一个旧厂房改造的澡堂里洗澡，那里的洗澡间分为外屋和里屋，外屋放着一张单人床，用来坐在上面换衣服，里屋是两个浴缸，泡个热水澡一身轻松，别提有多舒服了。

晚上，姐姐拿上手电筒，约上大叔家的女儿思思姐姐，还有邻居家的女儿永娟，我们四个人一起，从麦地里经过走着去洗澡。其实有通向澡堂的一段土路和公路，只是路稍远些，且公路上照明不好，还有大货车通行，村里人都习惯了从

麦地里过，路近一些又安全。妈妈总是会叮嘱姐姐，让她把我的脖子洗干净一些，在我洗完澡以后，身上发潮不好穿棉裤，要姐姐记得帮我穿。记得那时，她们仨都穿着束腰的棉裤，而我穿着带主腰的棉裤（上半身是半袖的，似背心一样和棉裤连在一起的样式），现在想想，觉得这样的棉裤好有特色。后来旧厂房因为拓宽公路拆掉了，也就不能去洗澡了。

2007年左右，我们搬到老家，家里按上太阳能，春、夏、秋三季洗澡很方便。只是冬天南屋的洗澡间没有暖气，凉水管会冻住，也就不能洗澡。我和妈妈会去哥哥或姐姐家洗澡，他们都住在小区的楼房里，冬天洗澡还是很方便、很暖和的。

2013年结婚时，老公家里原本有太阳能，后来又按上热水器，在初冬不太冷时，可以在家洗热水澡。到了深冬，洗澡间也是在南屋没有

暖气，凉水管会冻住不能洗澡。洗澡的话去礼义村一个叫“快活林”的地方洗澡，澡堂陈设倒是和小时候我们村村北的那个澡堂差不多。后来我有了小孩，冬天在家给她洗澡，先打开空调让屋里暖和起来，再去烧一壶热水，兑一些凉水倒在澡盆里，孩子一边玩水一边洗澡很开心。

前几年攒了些钱，在城里买了小区的楼房，装修好按上热水器，一年四季都可以洗澡。慢慢孩子长大了自己洗澡，一边洗澡一边哼着歌曲，透过热气腾腾的水汽，孩子开心的笑脸，像极了小时候我洗澡的幸福模样。

现在冬天快来了，天也冷，妈妈不能在家里洗澡。今天恰逢农历九月九日，是“敬老节”，也是内丘过庙会，我要做一锅香喷喷的熬菜，再把妈妈接到城里来，舒服地洗个热水澡，这样的日子也很美啊！

中丘诗行

满江红·抗美援朝颂

石润生

历史已证，抗美援朝战略雄。雄纠纠，卫国战霸，气贯长虹。不许美帝使任性，奋出奇兵斗豺熊。谁能料弱国胜强兵，举世惊。

团结紧，目标明，有凝力，旗帜红。一令调千军，万马奔腾。十六国军师无名，败北半岛铁律定。国人颂润之最英明，冠群雄。

纪念抗美援朝70周年有感

刘全贞

穿越七十多年前，鸭绿江畔起烽烟。
美帝侵朝我险，中华岂能袖手观。
抗美援朝众志成城，浴血邻邦卫家园。
一拳阻得百拳来，扬我国威高歌旋。

霜降

马永红

深秋纤柳染清霜，百草凄凄漱水凉。
阡陌纵横烟渺渺，暖风萧瑟野茫茫。
群燕长空排兵阵，残叶凋花对夕阳。
远望犹怜梅菊傲，近收更见满粮仓。

欢乐港湾度重阳

贺顺兴

天涯海角度重阳，何必登高闻艾香。
欢乐港湾花映树，伶仃洋水泛金浪。
危楼万丈沙滩起，大铲湾区塔耸忙。
鼎故革新收硕果，整装待发创辉煌。

“红马甲+小红帽”俯身创城忙

张华

在内丘大地上
有这么一群人
他们放弃自己的休息时光
来到交通路口、城市公园
来到校园操场
来到店铺商场

他们有不同的样貌，
但他们有着共同的着装
他们来自医院不同的科室
但是他们有着共同的名字
他们虽然都不一样
但是他们又都相像
他们就是伟大的志愿者

身着红马甲

头戴小红帽，
红灿灿的装扮
红彤彤的情怀
多了一份责任
多了一份荣耀
小腿不停步
顺手捡“宝物”
因为垃圾是
放错地方的资源

发现问题
记录美好
这是一抹鲜艳的 红色
照耀在金秋的内丘
这是一股持久的力量
点亮文明城市之光

馨香一瓣

金黄芬芳野菊花

张坤棉

今天周末，早上五点多醒来，突然想去野外走走，享受一下徒步的快乐。早晨的空气是湿润的，清新的，有着淡淡的芳香，那是泥土的清香，玉米收获后粉碎秸秆甜甜的香，秋天野花的浓香的大集合。

刚走出村子，就和路边的野菊花撞了个满怀。这些小黄花犹如漫天繁星，争奇斗艳，散发着甜甜的芳香。嫩黄色的小花，中间是个圆圆的花心，花心上有密密麻麻的小孔，那是花种子的宫殿。花心四周的花瓣，尖尖的。小菊花的形状酷似向日葵，只是太小了，它们开得密密麻麻，层层叠叠，你不让我，我不让你。我忍不住牵来一朵，把鼻子凑上去，闭上眼睛，丝丝缕缕的花香，一漾一漾的，直入肺腑，浓郁而亲切。我贪婪的嗅着花香。那香味浓浓的，熏醉了看花人。

游览有感

周口店遗址

刘振新

今年9月2日我从北京西站坐地铁来到周口店广场。广场中竖着三房多高的条石写：人类的摇篮文明的脉源。这是神奇又充满生机的地方，放眼向正北一看，嗨！葳蕤茂密的林木覆盖的龙骨山坡，有数千片象鱼鳞一样的猿人洞保护棚，被人们誉为“森林中的鱼”甚为壮观。猿人洞前边有条小河潺潺流过。

猿人洞是周口店遗址群中最著名的一处。原是一个天然石灰岩溶洞。这里水源充足，又有供北京猿人遮风避雨又防止野兽侵袭的岩溶洞穴。北京猿人在这断断续续生存了50万年，漫长的时间里，北京猿人的遗骨、遗物、遗迹和洞顶塌落的石头，洞外流入的泥沙在洞内一层一层填充起来，形成了巨厚堆积层。1918年3月，最早发现猿人洞的人是瑞典的地质学家安特生，他惊呼“我们祖先的遗骸就躺在这里”。震惊世界后，经中外几代人的挖掘研究。发现近200件人类化石（代表40多个个体），上万件石器，

数层灰烬和近200种动物化石。猿人洞涵盖了直立人、早期智人和晚期智人，三个古人类阶段，是一个连续的古人类演化序列。

猿人洞的上方，便是山顶洞，这是3万年前到1万年前山顶洞人生活的洞穴。在此发现了三颗完整的头骨、一些脊椎骨、肢骨、膝盖骨和牙齿，共代表8个不同个体的古人类化石和少量石制品、140余件装饰品。山顶洞人已经有审美意识，属晚期智人阶段，其体质特征基本与现代人一样。

山顶洞向北向下为科普体验馆，它以穿越远古为主题，通过原始采摘、打制石器、远古狩猎与远古捕鱼等大型互动展项，让观众穿越时空回到远古时代。所采用的手段是现代高科技的声光电技术，给人以身临其境的现场感。我来到VR体验台，有人告诉我，70岁以上的老人不能看，我不信，硬坐到一个半球形的座位上，戴上特制的高级宽厚眼镜套，一通电，嗨！眼前便是

人不同。”这些漂亮的野菊花，在源远流长的历史长河里，凭借顽强的生命力，繁衍生存。它们在这野外土路边，安家落户，默默无闻，静静开花。我被这小黄野菊花感动了，没有人松土、施肥、浇水，却是没心没肺地开得烂漫。它安然的呆在路边，接受着晨露的滋润，阳光的温暖，默默地守候着过往的行人、车辆。不管有没有人欣赏它，都尽心尽力的去绽放，快乐地迎风舞蹈，做着自己该做的事。这多像经常行走在这条路上的朴实的农民，在广阔的田野上辛勤耕耘，劳作，“汗滴禾下土”也不说苦，不叫累，过着属于自己的生活，做着自己该做的事情，守望着丰收的喜悦，贡献者自己的一份爱心。

自己穿山越岭空中俯视北京猿人英勇与顽强的盛况：一会是猿人狩猎，一会是虎狼逃跑，一会是猿人采摘果实，一会是猿人捕鱼。自己一会降到山谷，一会又飞上山顶，突然老虎张开血盆大口咬我的头，心一惊，罢了罢了！摘下体验镜，不看了。

体验馆向南走是博物馆。博物馆也叫“北京猿人展览馆”馆内展示藏品有古人类、古动物、文化遗物1000余件，让游客清楚了解周口店遗址的发现、发掘、研究和保护的过程。

周口店遗址是国家4A级景区，是“北京猿人”及其后代的摇篮，是人类发祥地之一。北京猿人数十万年前就学会了用火，是火光照亮了人类文明之旅。北京猿人直立行走，是从猿到人进化过程中“具有决定意义的一步”。目前全民的健身疾步走正在悄悄兴起，蓬勃发展，正是契合这一伟大的变革规律。离开周口店我每天用微信运动行走5000步左右，想拥有健康的我，不能不走起来！

咏河畔牵牛子

张集中

仲秋，你在环城河畔
开得恰恰好
开得重重叠叠
开得挤挤撞撞
开成一片，花的海洋

亦粉亦紫，或白或蓝
花色虽然有所不同
但，你的花型
却是千篇一律
都长成了“喇叭”状

你，有着太好的适应性
田埂地头，皆可见
你青翠碧绿的叶蔓
草丛中，你缠缠绕绕
陪着萋萋小草
一起铺展、一同生长
你，生命力是那样顽强

河沿堤旁，处处有
你俏丽娇媚的芳姿
柳树下，你舒展腰身
奋力攀上枝头
随着柳梢，一起摇荡

夜幕降临，你便开始
悄悄地绽开新花
旭日攀升，你用笑脸
迎来第一道霞光
在这爽朗秋日
你敞开心扉

娓娓讲述
一花一世界的凄美故事
在这环城河畔
你高擎扩音的喇叭
向着四野
把醉心的歌儿放声高唱