



# 赞奥运精神

慕国瑞

这两天，巴黎奥运赛场上，一场场激烈地角逐看得我心潮起伏。在这个世界最高级别的竞技大舞台上，有体育界的超级盛宴，有各路高手的绝顶比拼，项目之繁多，场面之壮丽，让你享用不尽。而每一次，五星红旗冉冉升起，中华人民共和国国歌高奏，中国体育健儿站上领奖台的时刻，我总是激动得热泪盈眶，他们手捧奖牌时富有个性化的表现，又常让我忍俊不禁。

我在脑海里一遍遍回放那些经典的时刻，英雄的篇章：

正值青春的全红婵，淡定地站在10米跳台上，轻轻地弹起脚尖，几个翻腾后，像雪花一样落入水中，竟然没有水花溅起；体操运动员邹敬园身怀绝技，视双杠如无物，在上边闪转腾挪，沉稳果断地腾起、翻转、落地，教科书式的动作，让人无不惊艳；还有那个身材修长，面孔红黑的姑娘郑钦文，似推不倒的长城，一拍一拍地出手，一拍一拍地回杀，鏖战三个小时，终于捧回金牌，书写了中国网球奥运史上的新篇章；乒乓女单冠军那场决战让世人难忘，身置波涛汹涌的逆音中，陈梦置若罔闻，心如泰山沉稳不乱，专注于比赛，一丝不苟、一板不乱地对决，终于站在最高领奖台上；乒乓球男子团体赛是全国亿万人关注的一场比赛，这场世界级乒乓球大战的确是巅峰对决，厮杀得惊心动魄，樊振东、马龙、王楚钦，他们曾多次身处险境，但临危不乱，展现出大将之风，最终捧回了让全国人民期待的有巨大含金量的金牌；还有那个不得不令人敬佩的张雨霏，看似文静爱笑的姑娘却是个硬茬儿，她在身体发烧的

情况下，抱着死也要死在游泳赛场上的决心，收获6枚奖牌……

我思忖，是什么原因让他们取得这些战绩，大的方面当然是国家的力量，但从运动员的层面去探讨，是他们有立志夺金牌的雄心、有霸气自信的气魄、有专注无杂念的心态、有死拼不松劲的精神。

从国乒运动员身上，你会感受到那种舍我其谁的斗志；从游泳运动员潘展乐的赛后感言中，你会发现霸气和自信；如果侯志慧在残酷激烈的挺举中有一丝丝杂念，她还能夺得那可贵的金牌吗？我们的摔跤运动员庞倩玉若没有拼死的付出、以命相搏的气势，又怎么会站上高高的领奖台？

我还想，我国的运动员是如此，那些参加奥运会的各国运动员又何尝不是如此，我没有记住他们的名字，但是他们那田径场上，一往无前地冲刺，撑杆跳高凌空地飞起，莱茵河10公里游泳比赛中那劈波斩浪的身影，你又怎能不为他们喝彩？

这就是感人至深的奥运精神，这就是能令中国人和全球人接受的奥运精神，这就是能够鼓舞世人向更高更快更强发展的精神。如果把这种精神运用到学习中，学习就会天天向上；如果运用到生活中，生活就会多姿多彩；如果运用到经济工作中，经济就会日新月异。

其实，推而广之，如果把这种精神推行到世界上任何事务中，我们的世界就会充满了和平，因为，奥运竞争是追求公平的，是追求友谊的，台上是对手，台下是兄弟。

奥运精神万岁！

# 被奥运点燃

杨文革

四年一届的夏季奥运会，让炎热的夏天变得与众不同，变得热烈而激情飞扬。

2024年7月26日（巴黎时间），随着巴黎奥运会开幕，这个夏天沸腾了。在赛场上，中国体育健儿为了梦想挥洒汗水，全力以赴，让我们见证了太多激动人心的瞬间：射击小将黄雨婷和盛李豪摘得巴黎奥运会中国首金。潘展乐一骑绝尘，在清澈的游泳池中，在碧波里飞跃着激情，令人惊喜。郑钦文获得首枚奥运会网球女单金牌，刷新了中国队在奥运网球女单项目上的最佳战绩，传奇故事，振奋人心。中国的国球——乒乓球，包揽了该项全部5枚金牌，用行动续写了属于国乒的荣耀与辉煌！

升国旗，奏国歌，当鲜艳的五星红旗一次次在巴黎奥运会赛场冉冉升起，当振奋人心的国歌奏响，守候在电视机前的人们，心中热血沸腾，强烈的爱国之情油然而生。

每当电视屏幕上有“升国旗，奏国歌”的场面时，86岁的老妈就会激动地从椅子上站起来，挥动着手臂，眼含热泪，跟着旋律放声而歌。唱完，她还会教育我们：先有国，才有

家，人人都要热爱自己的祖国。

在运动项目中，我和老妈最喜欢乒乓球和排球。每当有这两项比赛时，老妈总是按时打开电视，一场不落地全程观看，不怕熬夜，只为给运动员加油。比赛到了关键得分点时，老妈还会念念有词地不停祈祷。

樊振东力挽狂澜，勇夺奥运会乒乓球男子单打冠军，整个比赛过程，老妈看得惊心动魄。说到中国女排，从上个世纪八十年代开始，女排精神就激励着一代又一代国人不断努力拼搏。犹记得，2016年里约奥运会，中国女排勇夺冠军之时，我发朋友圈后引发的共鸣。巴黎奥运会，中国女排止步八强，姑娘们泪洒赛场，心有不甘。坐在电视机前观看的老妈也流下了惋惜的泪水。我劝导老妈，中国女排精神不在于常胜不败，而在于永不言败。

巴黎奥运会上，还有许多“00后”不畏强手，展示出最好的自己，他们是中国体育未来的希望。

这个夏日，一颗心，随比赛起伏，被奥运点燃。

# 儿子的饺子经

李启胜

儿子打小爱吃饺子，甭管是鲅鱼馅、白菜馅、虾仁韭菜馅，还是猪肉大葱馅的，只要是饺子，他见了就挪不动步。家里就这么一个独苗，从小被呵护惯了，以至于十六岁还没和过面没包过饺子。为此，我和老婆没少拌嘴。

头伏饺子，二伏的面，三伏烙饼卷鸡蛋。在头伏的前几日，恰巧老婆去几百公里外的娘家探亲，儿子放暑假在家上辅导班。趁着这个空档期，我想锻炼一下儿子的生活技能，就和他商议：“人伏你想吃什么馅的饺子？老爸征求一下你的意见！”我先给他下个套，打算请君入瓮。

儿子想了想说，最好是茴香肉的，“我看见抖音上有的餐馆包的茴香饺子特诱人，就想吃！”

我说：“茴香馅的可以，但老爸有个小小的要求……”我说到一半，欲言又止。这下吊起了儿子的好奇心，他瞪着眼睛，郑重其事地大声说：“老爸你说，只要我能做到就答应你！”

见儿子彻底放下了戒备心，我笑呵呵地说：“那你可不能反悔啊。简单，就是让你学着包饺子！你跟着我学着包十个饺子就行，其它的我包，老爸就是想让你体验一下包饺子的过程。”

起初，儿子把头摇得跟个拨浪鼓似的，抱怨我撵鸭子上架，说，“那我不吃饺子了！”没过一会儿，他又主动找到我，转着眼珠说：“老爸我想明白了，我包饺子给你看。”边说边眨巴眼皮，也不知道想出了什么鬼主意。

人伏那天，我和好面，调好茴香馅，等儿子从辅导班回来就开

工。我把包饺子的面剂子一个个团好，用擀面杖擀出一张面皮，放在手里，放上馅，一边示范一边让儿子学着包。儿子嘴里答应着，转身从书包里拿出一个小东西，在我眼前摇晃了两下。我还没明白过来怎么回事，人家捡起一个面剂子，放在小工具上，轻轻一压，一个标准饺子皮做出来了。

他又把饺子皮放到这个工具另一面的模具里，放上馅，合上盖子，对折后用力一压，一个带着花边、肚子圆鼓鼓、非常好看的饺子就包出来了。

儿子告诉我，这是他同学从淘宝上买的包饺子神器，他借来一用。我拿过“神器”，学着儿子的样子操作，很轻松，一个饺子就包好了，根本不用擀饺子皮，包得又快，又省工又省力。

儿子开导我说，不能老是用过去的方式生活，要学会接触新鲜事物，看看，这包饺子神器多么好用！

儿子一番话说得我内心五味杂陈，一代人有一代人的智慧，一代人有一代人的生活，做父母的真不用瞎操心。

那天，儿子和他妈视频时说饺子是他包的。老婆特别惊奇地问我：“你用了什么方法，让儿子这么快就学会包饺子了？”

我说，这是秘密。



# 女儿的暑假

于新良

放暑假，女儿回乡下姥姥家避暑，在微信朋友圈每天发布新发现：花生叶子到了傍晚会闭拢；井水泡西瓜比自来水甜脆；喜鹊会像强盗一般偷叨小鸡雏；火腿蚊子下午五六点钟咬人最凶；鸭子除了爱吃田螺，居然还敢吃青蛙和小蛇；姥姥每次烧饭取草之前，会让老母鸡刨吃掉在草里的虫子……

除此之外，女儿还制作了N多只昆虫标本，非常郑重地赠送给四周的亲朋好友，并叮嘱大家一定要好好珍藏。

我去接女儿回家时，小家伙要上瘾了，高低不肯走，做姥姥的也在一旁打帮腔：“你们总说孩子挑食，可到了我这里，不挑不拣什么都吃，我再帮你们喂几天，保管又白又胖！”

我暗中给丈母娘使眼色，老人却假装没看见，自顾自带着外孙女喂鸡去了。我一瞧局势不妙，急忙找老丈人求援，没成想老丈人也说孩子在乡下四处多跑

跑，看看绿色，对身体和眼睛都有好处。

这是怎么回事？我百思不得其解。

吃过晌饭，邻居二婶拎着蒲扇来到胡同口树荫下乘凉，丈母娘问二婶吃了啥饭？二婶说：“我自己个在家，瞎凑合一下呗。”丈母娘听了就说：“还是吃点热汤饭对身体好，自打俺外甥女放暑假回来，我一天三顿饭调剂着做，不仅孩子胖了，孩子她姥爷胃肠病也好多了。还有，我这高血压引起的头疼病，近些日子也再没犯。家里有这么个小东西捣乱着，感觉真是有滋有味儿呢！”

听了丈母娘絮絮叨叨地唠嗑儿，再看看邻居二婶满脸羡慕信服的样子，我心里突然涌起了百般滋味。

临走的时候，我除了叮嘱女儿在姥姥家不要太淘气外，在路上又给兄弟姊妹们打了个电话，说：“有空闲，带着孩子多回家看看老人，避避暑、歇歇伙！”