编辑/杨 柳 校对/贺心海

洛阳晚报

2010年5月8日 星期六

母亲的原则

母亲节快到了，前几天，我回家看母亲，和她聊天的时候，母亲又说起了她常教育我的那句话：“你敬我一尺，我敬你一丈。”

母亲今年七十多岁了，这句话是母亲一辈子为人处事的行为准则。

母亲很大方。我记得小时候，每次父亲从城里带些新鲜的瓜果点心回来，母亲总是让我给邻居们送些。可我不愿意，因为这些东西我们一年到头也是难得吃一回啊！但是母亲说：“要想人敬你，你要先敬人！”

逢年过节，我常常听到母亲和父亲商量怎么给亲戚们回礼。母亲挂在嘴边的话就是“你敬我一尺，我敬你一丈”，所以他们回给人家的礼物一定要比对方送来的贵重一些。因此我经常觉得他们是“打肿脸充胖子”，也经常暗自嘀咕：咱们这不是永远吃亏吗？

“你敬我一尺，我敬你一丈。”这就是母亲的做人原则。母亲一辈子没读过书，大字不识几个，但就凭着这句话，无论在哪里都有好人缘。

（西工区 马全红）

制图：阿幽薇

母亲那盏灯

我的心中有一盏灯，在漆黑的夜里闪着如豆的光芒，那摇曳的灯影里有母亲的笑脸和忙碌的身影。

母亲爱看书，记得我小时候，母亲常常在床头亮一盏煤油灯，那灯散发出一种温暖、柔和的光，母亲就在这光下搂着我看书。年幼的我瞪着好奇的眼睛，望着母亲把书一页又一页地翻过。后来我上学了，识了几个字，母亲再搂着我看书的时候，我便也进入了那个奇妙的世界。母亲的怀抱和那一本本有趣的书，是我最美的回忆。

小时候家里很穷，一到冬天我就手脚冰凉，笔都握不住。母亲想了一个好办法。她在房顶上钉了两个钉子，中间扯上一根结实的绳子，再把煤油灯挂在那根绳子上，这样煤油灯就悬在半空并且可以来回移动。每到夜晚，母亲就让我坐在被窝里看书学习，她则坐在床的另一头做针线。母亲总怕我看不清，常常悄悄地把煤油灯移向我这边，我也总怕带着老花镜的母亲看不清那小小的缝衣针，常趁她不注意的时候，把灯移到她的跟前。被她发现后，我们就相视而笑。

就这样，母亲，还有那盏昏黄的灯光，使一个个寒冷的夜晚变得温暖。如今已寻不到煤油灯的踪影，在明亮的白炽灯下，我常常想念那一盏昏黄的灯。那灯光把我的心照亮，也把我的世界照得温暖。

（新安县仓头乡 王玉红）

我为妈妈买礼物

母亲节快到了，我想给妈妈送个特别的礼物。

思来想去，最后我和老公商量，干脆给妈妈买个金戒指。早在几年前回老家时我就曾听到一些邻居私下议论谁家的孩子给妈妈买金戒指金项链了，我也曾经试探性地问过妈妈想要点啥，她总是摇着头笑呵呵地说：“我啥也不缺。只要你们都好好的，比啥都强。”尽管妈妈很满足，但我还是想送她点什么。

前几天，我和老公带着儿子去逛街，在金光闪闪的黄金柜台前，面对着各式各样的戒指，真不知道哪个更适合老妈。

我先排除了带有“发”、“财”二字的戒指，因为妈妈老了，也不需要再发什么财了；再就是在“福”和“寿”之间选择了，老公说就选“福”吧，寓意妈妈晚年享清福，我却想选“寿”，希望妈妈能够长寿。

最终还是按我的想法，给妈妈买了个带有“寿”字的金戒指。戴在妈妈的手上，我顿时感觉妈妈能活到一百岁！

而且我想对妈妈说：“妈妈，我爱你！我们都爱你！”

（中建二局二公司医院 杨宏林）

母亲的电话

一天，我正准备午休，电话响了。我匆匆起来接电话，是千里之外的母亲打来的，我忙问母亲有啥事，母亲说：“没什么事就不能打电话了吗？等你打个电话来还不知要等到何年何月呢！”这句话一下子让我羞愧无比。

我赶忙解释工作忙，事情多。母亲要我注意休息，别太劳累，接着她又说了一些无关紧要的事，然后才吞吞吐吐地问我暑假还回不回来。我回答：“今年我参加了心理学考试，又要参加全省警察技能大比武，恐怕回不去了。”母亲沉默了片刻，强作轻松地说：“不回来也好，安心工作吧。”聊了一会儿，母亲才恋恋不舍地挂断了电话。

母亲挂了电话，但我握着电话的手，久久不愿松开。母亲打电话不为别的，就是想和儿子说说话而已。再想想自己，已有多长时间没给家里打电话了？都忙了些什么呢？工作忙，事情多，但这些都不应成为淡忘亲情的理由。

我感恩我的父母还健在，我感恩还有那么无私的爱在我耳边絮絮叨叨。假如有一天我再也听不到这样的话语，我的心会很痛。多陪陪父母，多陪陪家人，哪怕是一个电话，哪怕只是一句简单的问候。

（黄河桥劳教所 杨连彬）

副 刊

投稿：bxxieshou@163.com

电话：65233688

电解脂肪 好享瘦

减肥 美白 祛斑 祛痘 嫩肤 除便秘 六效合一

带电的减肥药 减肥轻松很周到

美国carol生物科技亚洲区研究员发现，该沿海区内的雪蟹的身体内，含有一种叫‘海洋电脂素’的离子物质，其内部含有大量的‘+’电离子，能够在进入人体后，大量吸附自身重量10～12倍的脂肪（呈酸性，带“-”电荷）和毒素，并以普通代谢5倍的速度随着尿液以及排泄物排出体外，促进人体新陈代谢。

研究人员对雪蟹进行精度提纯，把十几个雪蟹进行凝结提纯，效果是原来的50倍，再在其中加入美白养颜的生物成分，能够更好的促进皮肤的美白，减缓皮肤衰老，让人体验完美女人的感觉！

猛"电"一个月狂减30斤

27岁的公司白领刘小姐说道：“办公室坐久了，身材慢慢变走样。想运动减肥吧，又太累了，真的很矛盾！现在好了，老公给我买的’海洋电脂素，服用了一个月，体重就减了30多斤，身上的肉发现像是被蒸发一样，完全不出肿前的脂肪，身材又变回了曼妙的新身材，现在我去哪里都引得人家一片侧目，真是越秀越开心啊！”

饭后两粒电脂素 2个周期“电”掉将军肚

啤酒肚、将军肚，令男人大腹便便，不仅难看，更是引发糖尿病、高血压、脂肪肝等疾病的元凶……现代医学证实，腹部脂肪堆积不但增加心脏供血负担，引起高血压，还会使糖代谢活性减低，引起高脂血症、糖尿病、脂肪肝等。名医表示，腹部脂肪，完全可以通过服用海洋电脂素来消除这些疾病，而且越早消除越有利。

触电1个周期腰瘦两寸半

面对美食我是经不起诱惑，腰围也渐渐变粗了，男友看我的眼神也没有原来般炽热了。我便下绝心要减肥！但是又不愿意受罪，听说现在流行一种叫海洋电脂素的减肥产品，效果非常好，一“电”就瘦，而且不会反弹，我便去买了一个疗程的，服用半个月后，体重竟然直降15斤，腰围减了两寸半！而且吃再多的美食也不反弹，再次见到男友的时候，他看我的眼神比原来的感觉更炽热了！

原价69元 现价39元

买3赠1

活动仅限5天

指定专销地址

- 百草大药房(金谷园路原市四院北侧)
- 上海市场万国大药房
- 七里河开心人大药房
- 七一路神鹿大药房
- 关林仁爱大药房（镇卫生院斜对面）
- 南昌路丹尼斯西博安大药房
- 老城青年宫麒麟大药房
- 中央百货南草珊瑚大药房
- 百家好一生健康城(盛德美对面)
- 偃师西亳大药房
- 市中心医院对面万家康大药房
- 中央百货5楼药品柜
- 关林南街爱心大药房（邮电局对面）
- 孟津恒康大药房（中医院南50米）
- 吉利天天好大药房（吉利区医院西50米）

瘦身热线 0379-65655076

诚招各大药店经销（市内免费送货）（各县（市）免费邮购）

电解脂肪的五大优势

① 减肥新方式，让你的身材会放电

海洋电脂素饭后减肥电解脂肪，是全新的海洋生物减肥法，谱写了瘦身新公式，开创了减肥新纪元，让你的身材会放电！

② 电脂又塑身 电掉肥根难反弹

现代海洋生物电解脂肪法，可以重新激活人体自身的脂肪分解酶，高速电解吸附多余的酸性脂肪（程“-”电离子），电除肥根，难反弹！

③ 瘦身又美肤 妙曼身姿水灵灵

海洋电脂素饭后减肥不节食，让你在减肥的同时又美肤，瘦出了好身材，皮肤依然光滑有弹性，曲线玲珑的妙曼身姿、近看更是水灵灵！

④ 电解脂肪 瘦身周期缩短5倍

纯海洋生物提纯，不含违禁、化学成份及重金属成份，只需饭后两粒、便可享受到2小时的慢跑+30次的美式汗蒸带来的效果，轻松安全又方便。

⑤ 平民的价格 高档的享受

海洋电脂素采用国际最先进的生物超浓缩萃取工艺提取精制而成，每天不到3块钱，平民的价格，贵族的享受！

卫食证字（2008第540000-000010号）