



“大雪”时节下大雪

2024年的第一场冬雪，在“大雪”节气过后的第三天如期而至。按照“前三后四”的说法，这场雪也算“大雪”节气的雪。尽管“大雪”节气与下大雪没有直接的关系，但毕竟对于这场应景的雪来说，还是令人十分欣喜的。

夏天有多热，冬天就有多冷。大雪不仅带来寒冷，也带来了温柔、美好与浪漫。

清晨，从窗子向外望去，大雪纷纷扬扬，漫天飞舞。我举起手机，以窗台上蟹爪兰盛开的花蕊为衬托，拍了一段视频，记录了仲冬降雪的瞬间。

窗前的洋槐树，大部分叶子都已经落光了，还有一小部分挂在树上不忍离去。那些干枯的叶子，在寒风中的身影虽然有些单薄，却依然固执地坚守在枝干上，好像与春天有个约会，我很佩服它的诚信与忠诚。细一些的树枝根本挂不住雪，在大雪的“重压”下，显得那么落寞与无奈。稍粗一些的树枝就不同了，一旦能够撑得住雪，毛茸茸的枝条立刻变得晶莹剔透，树的灵性也一下子就显现了出来。

小区停车场里的汽车，身上盖上了一层十几厘米厚的雪，像发足了劲的面包，看上去既臃肿又可爱。上早班的人们，只将车前玻璃擦一下，便蹒跚着上路，整辆车只看到车前一个“黑洞”。车多路滑，车辆只能晃悠着前行，像南极的企鹅，憨态可掬。

最快乐的当属孩子们。因为有了雪，他们便在小区的健身场地上不亦乐乎地疯玩起来。掷雪球、打雪仗，嬉笑着、追逐着、呼喊着，久违的欢笑和嬉闹声在小区上空盘旋回响。沉睡了一冬的小区，顿时有了生机与希望。

一些年轻的女孩在没有被踩踏过的雪地上勾画着各种图案：梅花、喜鹊、2024……她们有的双手合十，在洁白的雪地上许下美好愿景。

“‘大雪’不养生，来年找医生”。在“大雪”节气里，为避免寒邪侵袭，冬令进补应该顺应冬藏的生长规律，因此应选择一些富含蛋白质、易消化的食物，如牛肉、羊肉、核桃、山药、腰果，适当选择温热的食物来补充体内阳气，如葱、姜、蒜等辛温食物。为避免口鼻干燥，可适当食用一些滋阴润燥的食物，如银耳、百合、香梨、萝卜等。

“大雪”节气里下大雪，虽然概率很小，但任何事情都没有什么是不可可能的，如此说来，梨城的这场大雪下得还真是机缘巧合，更显得弥足珍贵。

自古以来，文人墨客咏雪的诗篇不胜枚举。如李白以诗句“应是天仙狂醉，乱把白云揉碎”的浪漫，柳宗元“孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”的静谧而深远，白居易“晚来天欲雪，能饮一杯无”围炉饮酒的暖意，陶宗仪的“节气今朝逢大雪，清晨瓦上雪微凝”，展现了雪景的细腻与美丽。这些诗句固然十分美好，但我还是最喜欢唐朝诗人罗隐写雪的诗句“尽道丰年瑞，丰年事若何？长安有贫者，为瑞不宜多”，堪称史上最深情的咏雪诗。

雪，你这天空的精灵，到底怎样表现才能让所有人都满意呢？



梨城的雪

雪花最知晓
冬天的心思
把梨城的冬天
装扮得
如此美丽

龙山像个雪峰
树林中的每一棵绿树
似开满了梨花的
梨树
感动着大街小巷
一路银白的
窃窃私语
和纯白色的
雪花 雪人

原本被雪花
偶尔遗忘的绿洲
静幽幽地藏进
早晨的清香里
似乎一夜间
把患上了
污染的疾病
根除得干干净净

噙着荒凉泪水的
梨城
转瞬间
被暖风吹起的
波浪
将培养成
孔雀河
长流不息
欢笑的
洪流

图/本报记者 薛兵



怀念西红柿酱

在四季的变换中，大人们一刻也没闲着，他们随着季节的变换，不懈地寻找着美食的秘密。因为他们心里比谁都清楚，不同的季节，该制作什么样的美食。

一场春雨后，山洼里的地软（又叫地木耳、地皮菜），柔软糯糯，个头大，品质好。老奶奶、孀媳们提上竹筐，相约一道去山里捡拾地软。回来后，包地软饺子、蒸地软包子，满足家人多变的味蕾。炎炎夏日，一碗碗自家做的甜酪，浇凉了庄户人家焦灼的心。到了秋日，推开庄户人家的院门，菜园子里的西红柿，个个红了整个脸，挤挤挨挨地说着悄悄话。老家人把这种红叫“红丢丢”，言语里充满了对西红柿的喜爱。

满园子的西红柿，一下子吃不完，但也不能眼睁睁地看着它们坏在园子里，于是老辈人便将它们做成易存储的西红柿酱。

西红柿酱的做法很简单：将园子里采摘来的西红柿洗净，用刀在西红柿的光滑表面划个十字，放进开水里烫一下，剥去外皮。再把它切成小块儿放入锅中蒸煮，煮至西红柿软烂成汁，便可出锅。

接下来就是将西红柿酱封装入瓶。以前都是将葡萄糖玻璃瓶子洗干净之后，放进锅里蒸煮消毒。而后，通过漏斗一点点把西红柿酱灌进瓶中，全部灌完之后，再放进锅里继续蒸。蒸十来分钟即可出锅放阴凉处，等美味慢慢酝酿。

别看这是如此简单的一道美食，在中学时代，西红柿酱可帮了我大忙。初中时，学校在离家七八公里路的乡镇。山路崎岖，交通不便，每天回家是不可能的，只能住学校。一日三餐，早晨和中午是开水馒头，晚饭是汤面条。这个倒也没啥。山区的孩子，即便是在家里，早饭和午饭也都是馍馍（大人似乎永远很忙）。我们走着路，吃着馍馍，不意就长大了。最难忘的还是在学校吃汤面条。说是汤面条，其实就是将面条倒进开水里煮，而后放进一些菜叶。

母亲是个普通的农家妇女，她很希望自己的孩子能通过读书走出大山。知道学校灶房的饭不好，她就在每周日下午，想办法给我弄点熟菜，让我背到学校去吃。能背的熟菜，都容易坏，只有西红柿酱，放多久都不会坏。因此，除了炒酸菜、炒白菜，我背得最多的，就是母亲蒸煮的西红柿酱，从秋天一直背到来年春天。从灶房打来汤面条，倒进一点西红柿酱，难吃的汤面条立马泛起了红色，让人不禁食欲大开。

我一直在想，如果当年没有那一瓶一瓶西红柿酱的滋养，自己怕是坚持不到初中毕业便辍学了，也就谈不上后来的上大学，更谈不上读研究生。那么，我的人生跟现在比，又是一种怎样的景象呢？



国家卫健委妇幼司司长沈海屏一行莅临库尔勒市妇幼保健院调研指导

12月17日下午，国家卫生健康委妇幼司司长沈海屏、一级巡视员王巧梅，国家卫生健康委妇幼司出生缺陷防治处处长张宜平、一级调研员刘颖，中国出生缺陷干预救助基金会救助部副主任王可欣一行，在自治区及巴州、库尔勒市卫生健康委相关负责同志的陪同下，莅临库尔勒市妇幼保健院调研指导妇幼健康工作。库尔勒市妇幼保健院党支部书记王建平、院长刘娟娟，副院长傅清华、韩宁以及相关科室主任陪同。

在门诊大厅，王建平向沈海屏一行汇报了该院整体运行情况。在巡查院区时，沈海屏就妇幼健康管理各项业务开展情况进行现场指导，实地查看院区建设情况，了解预防出生缺陷、新生儿疾病筛查和产前筛查以及儿童康复中心各项工作开展情况，对该院孕产期保健管理、妇女两癌筛查以及医学影像科产前筛查区域优势给予了肯定。

沈海屏指出，妇女儿童健康是人类持续发展的前提和基础，关系家庭

幸福和民族未来。做好妇女儿童健康工作，不仅为社会经济发展提供宝贵资源，也是推进健康中国建设，实现中国梦、健康梦的现实需求。

沈海屏强调，要充分发挥妇幼保健机构的引领示范作用，做好对基层的指导帮扶工作，不断夯实乡、镇、村妇幼健康服务网络建设，不断深化妇幼健康特色服务，做好母婴安全保障工作，为儿童成长提供优质的健康管理服务，让更多家庭受益。（文/图/罗嘉豪）



沈海屏（前左二）与库尔勒市妇幼保健院医务人员亲切交流，详细了解各部门工作开展情况。