

龙年迎新兼贺
两会胜利召开

宗 西

风舞龙腾奏凯时，
春风又度绿千枝。
扬帆破浪潮头立，
再赋朔方奋起诗。

探 友

宗 西

钱塘秋色富春裁，迎客芙蓉次第开。
卧榻孤悬抗顽疾，同窗共济渡殃灾。
狮山犹忆书生影，双浦曾培俊逸才。
昔日弄潮江岸处，夕辉晴好又归来。

注：学友仁永重病痊愈入“金秋钱唐”颐养。园址恰是他上世纪60年代担任过校长的学校故地。时逾六秩养老又归来也！

小寒吟(新韵)

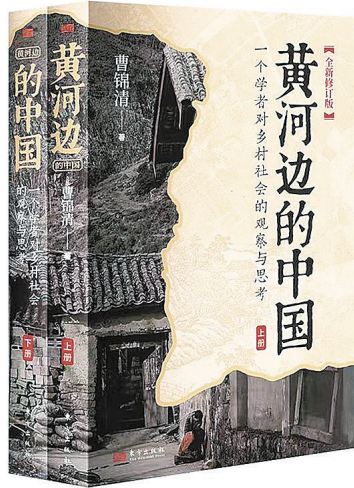
西 玉

寒暑更迭岁月华，琼花漫漫地无涯。
鸟踪藏盖田畴旷，龙子冬眠黑水峡。
梅雪欲求残腊舞，松竹挺秀剪枝芽。
大寒即到春风好，浩浩湖光映曙霞。

荐 读



《黄河边的中国》

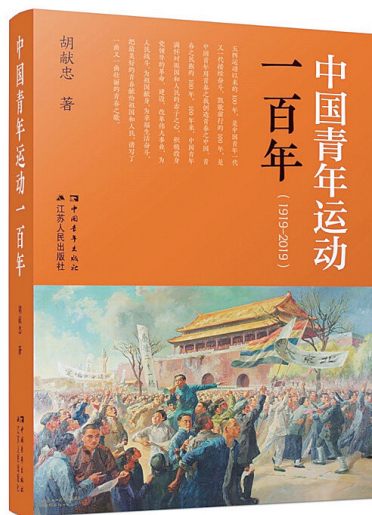


作 者：曹锦清
出版社：东方出版社 2023 年版

本次全新修订版，增加了作者近20年来对于中国“三农”的新观察和新思考，与原本本中20世纪90年代的情况形成对比，体现了“三农”领域发生的翻天覆地的变化，展现了国家多年来对“三农”问题的持续关注以及为更好解决“三农”问题而进行的坚持不懈的努力。



《中国青年运动一百年》



作 者：胡献忠
出版社：江苏人民出版社

全书包含时代背景、党的领导、团的组织、青年参与、逻辑分析五个方面的内容，框架结构清晰、史料信息翔实、表达方式新颖，较为完整地梳理和总结了中国青年运动的发展历史和发展规律，对于团干部知史鉴今、提高意识形态工作和群众工作本领，对于广大团员青年读史明今，自觉坚持党的领导，听党话、跟党走，把个人理想融入民族复兴的伟大实践具有促进作用。

槐花飘香

王淑兰

和温暖。

当树上的槐花开得最盛时，母亲就会将新鲜的槐花用清水洗净晾干，并将花朵剪下来。然后，在蒸锅里放一半清水，铺上干净的白纱布，接着将刚刚晾干的槐花裹上面粉放入蒸屉中。开始蒸槐花的时候很简单，只需将炉火捅旺即可。一开始，我总是怀疑槐花蒸不熟，但在尝过蒸槐花之后，我才相信这神奇的蒸锅可以服人。待锅里飘散出阵阵的香气时，才能说明蒸的过程已经结束。这时打开锅盖，满满的蒸槐花冒着热气，微黄的颜色扑鼻而来，仿佛蒸锅中展示给我们的不仅仅是美食，更是厨艺的精湛。吃起来槐花微甜清香，细嫩可口。每一瓣槐花仿佛带着阳光的味道，让人沉醉其中。

不仅仅是我的家乡，其他地方也有以槐花为食物的烹调方法。比如江苏的“槐花炖墨鱼”“槐花海虾”、山东的“槐花羊肉汤”等等，这些都是根据当地特色发展出来的美味食物，充分展示了槐花的独特价值。无论是蒸槐花还是其他烹调方法，都能够将槐花的香气和鲜美升华到极致。

槐花不仅仅是一种美食的原材料，它还有很多药用价值。在古代中医书籍中，常常可以看到槐花被用于治疗眼部疾病、疏肝理气、养颜护肤等方面。槐花的香味能够让人体心情愉悦，还具有清热解毒的作用，对于有内火的人来说，适当食用槐花可以起到调理身体的效果。当然，对于每个人的体质和需求不同，在食用或使用槐花之前最好还是咨询专业人士的

建议。

除此之外，槐花还有很多具有现代科学研究支撑的功效。据研究表明，槐花中富含大量的维生素和益生菌，具有抗氧化、抗衰老、降低血脂以及改善肝功能等多种健康益处。因此，将槐花加入日常饮食中，不仅可以增加营养，提高人体免疫力，还可以帮助人们保持健康和活力。

槐花飘香的季节总是掠过我思念的窗棂，仿佛冲进了我的梦里。站在阳台上，眺望远处的槐树，看见树枝上嵌满了鲜艳的花苞，心里不由得涌起一股喜悦之情。我想，或许每个人的心里都有一个槐花的窝。槐花飘香，给我们的生活带来了一份温暖与安宁。

槐花飘香的同样也温暖着岁月的斑驳。多年后，当我们经历了喜怒哀乐，学会了宽容和坦然，当我们回首往事，这份感动便如槐花飘香一般，令人心旷神怡。我们的夙愿与雏志，我们的成长与理想，都融入了槐花的缕缕清香之中。

槐花虽然最一开始是温婉地绽放，但风吹过，它们变得轻盈起来。不再是那鲜黄色的堆砌，而是一片飘散，我看见没有一片相同的槐花，仿佛空气那样无论走向哪里，都有清新的香气几度轻扬。在这一刹那，我还能从远处听到槐树上形成的鸟语花香两鲜明的奏鸣曲。槐树下，一朵朵槐花罗列成行，仿佛在向世人微笑，他们曾把美丽给予世间，让所有的生灵都有机会欣赏。

槐花犹如乌金般的光影，在岁月的长河中，把那些属于自己的美好瞬间镀上

一层温情的煌光。无论是春夏秋冬，槐花总能带给我灵魂的洗礼。轻轻地飘舞在空中，它们的姿态那么优雅，仿佛是最美的舞者，跳着人生的华尔兹，带来暖和的味道。

槐花飘香，每年的这个季节都会陶醉人心。仿佛是生活浸泡在无尽的花海之中，氤氲出一层五彩斑斓的光晕。槐花散发出的香味是淡雅的，像是山野清新的气息，让人沉思忘返。这种感觉使我感到平静宁和，仿佛回到了那曾经的岁月中，重新找回了那段遥远而珍贵的记忆。

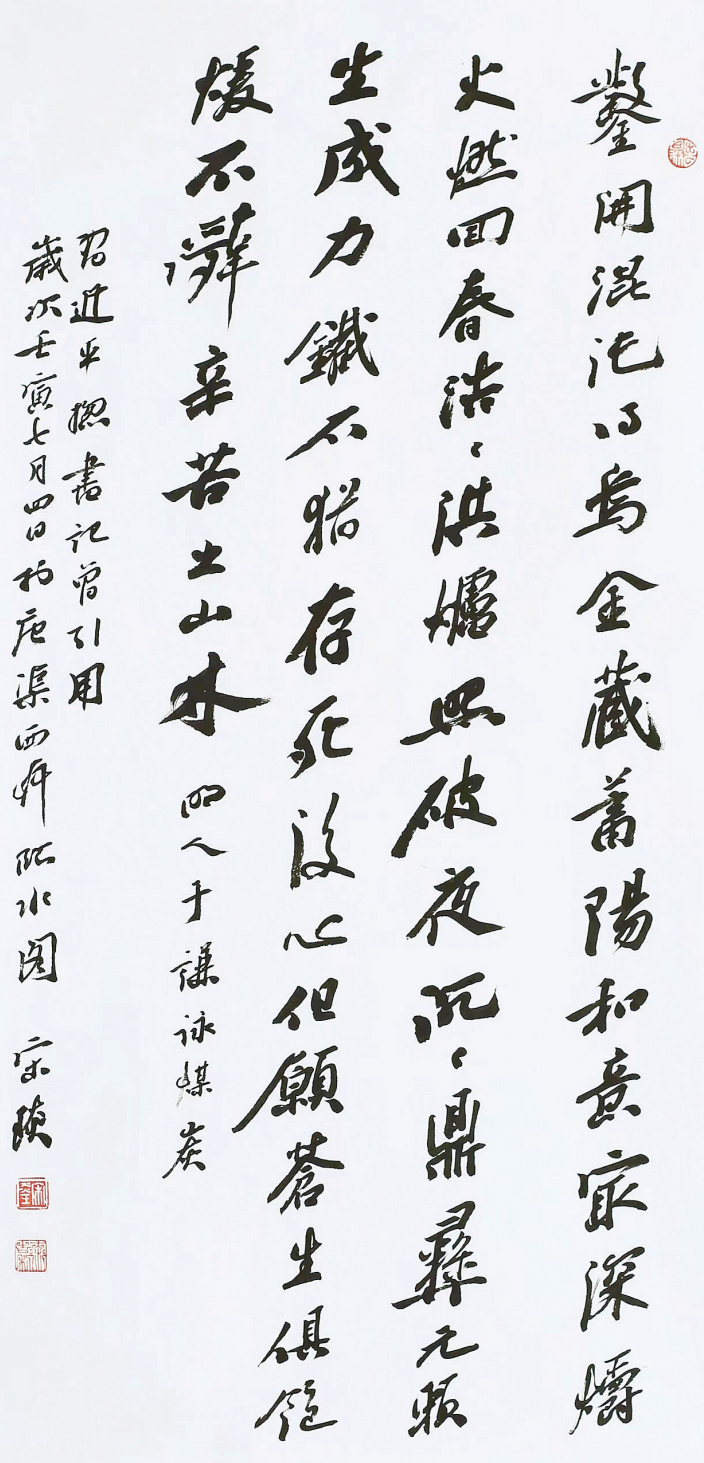
槐花飘香的季节总有让人心生向往的力量，它不仅给我们带来美丽与温暖，更是一种心灵的抚慰。站在槐树下，眺望远处的田野，我会看见那片悠闲地啃食着青草的成群牛羊，仿佛听到它们在快乐地歌唱。有了槐花的季节，生活才变得更好，我们才能沉淀心灵中的烦恼和不安。

槐花飘香的时候，人们走出屋子，在槐树下摊开躺椅，翻开一本关于槐花的诗集，让文字的墨香与槐花的清香交织在一起。无论是站在槐树下饱览鸟语花舞的画面，还是抬头仰望那片黄色的花海，都令我感到岁月静好，生活真谛在这一刻展露无遗。

槐花飘香，像是一缕飘逸的清风，给生活开启一扇窗户，让我们获得一份温暖和感激。它不仅是大自然的奇迹，更是对生命的礼赞。让我再次感受到这份美好，时光流转，岁月如梭，槐花飘香便永远留存在我的记忆里。

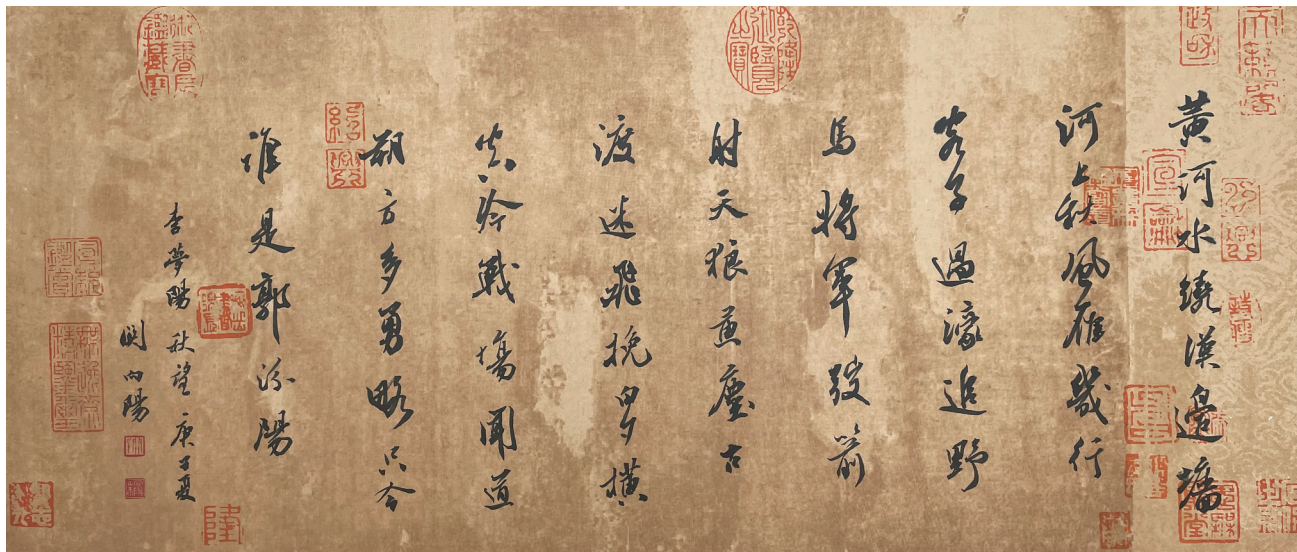
（作者系平罗县新的社会阶层人士、宁夏作家协会会员）

书画欣赏



书 法

宋 琰 作(民进会员，自治区政协委员，宁夏文史研究馆副馆长。民进中央委员，国家一级美术师，中国书法家协会理事、宁夏书法家协会主席。)



▲《山 跃》

马惟军 作(民进会员，宁夏美术家协会副主席，中国美术家协会会员，民进宁夏开明画院画师)

◀《秋 望》

关向阳 作(民革党员，中国书法家协会会员，宁夏书法家协会副秘书长，银川市书法家协会副主席，宁夏青年书法家协会副主席)