

我心中的粮食情怀

“民以食为天”的“食”主要指粮,也可以说“民以粮为天”。粮食是人生的宝中之宝,一天也离不开,粮食是国家的压舱石。手中有粮,心中不慌。粮食安全是国家的头等大事,我一生珍惜粮食。

与我的经历有关,“三农”(农村、农业、农民)和国家粮食生产让我牵挂一生。我少年时代是在农村长大的,青年时期又在农村工作了一年半,上世纪八十年代前每逢“三夏”“三秋”都要去农村劳动十天半月。现在每当听到粮食又丰收了,我便会高兴不已。

回想解放前,我家五口人种了十多亩薄田,因为没有水浇地、肥料不足,无处选优良种子、不懂科学种田,粮食产量很低,种的一年

两季小麦、玉米亩产不足200斤,遇到大旱、虫灾、台风等自然灾害,粮食会绝收。那时农民种地的辛苦、吃不饱肚子的情景,永远留在我的记忆里,抹不掉、忘不了。

广积粮,不称霸,备战备荒为人民是中国人民要永远铭记的古训。

新中国成立七十多年来,党和国家大力发展农业,把“三农”摆在头等重要的位置,把更多的资源投向“三农”,用更多的力量建设“三农”,全社会各行各业支持服务“三农”。农村发生了翻天覆地的变化,昔日的落后贫困已不复存在,今年人民生活将全部实现小康,脱贫攻坚取得了决定性胜利。农村贫困人口实现了“一收入、两不愁、

三保障”,这是过去想都不敢想的,是世界脱贫奇迹。

2019年我国粮食生产实现“十六连丰”,连续六年粮食产量保持在1.3万亿斤。根据最近的报道,今年夏粮、秋粮丰收已成定局,2020年可称为“十七连丰”了,连续七年粮食产量都达到了1.3万亿斤,比1949年的2263.6亿斤增长了近五倍。人均粮食占有量已达到940斤,较1949年显著增长,高于世界平均水平 and 400公斤的国际粮食安全的标准线。在灾害频发的年头里,粮食生产仍获丰收,来之不易,这是多么振奋人心的大好消息啊!我们中国人已经把自己的饭碗牢牢地端在了自己手中。我国以占世界总量7%的耕地养活了占

世界22%的人口,充分彰显了中国特色社会主义制度的无比优越。国人不必担心我国的粮食供应,我国的粮食供应是有保证的。

这些年人们的日子过得好了,衣食无忧了,舌尖上的浪费也随之抬头,在餐饮消费领域尤为突出。习近平总书记为此作出重要指示。他指出,餐饮浪费现象,触目惊心、令人痛心!要进一步加强宣传教育,切实培养节约习惯,在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围。我们要积极响应总书记的号召,不忘过去的艰难岁月,倍加珍惜今天的幸福生活,从我做起,大力推进舌尖上节约的热潮,做到不浪费一粒粮食。

(陈日先)

南苑乡有位坚持传承太极拳精神的段老师

段政军,福海棠华苑社区本地红人,陶然亭公园太极拳团队老师,原宣武区体育总会的武术会员,精通杨氏、陈氏太极拳,多年来义务教学,目前有学员近百人。

因机缘练太极拳,门外汉变达人

见到段政军,您一定想不到,他今年已经70岁了,更难想到,在1984年,他曾被医生断言最多只能活三年。“可现在啊,我又整整活了36年喽!”段政军笑着提起曾经的过往。

当年,还在东北做知青的他,与病魔不期而遇,但他和妻子张淑芝从来没有放弃,定期去医院检查,闲暇时就去公园散心,也正是那时,段政军第一次接触太极拳,跟随老师练习杨氏太极拳。1995年因工作调动回北京也没有放下,直到2005年搬迁至陶然亭公园附近居住,跟随陶然亭的师父学习陈氏太极拳。

由简到繁,由易到难,段政军越发感觉到了太极拳的精妙,对这项“静中求动,动中求静”的拳术着了迷。他从不旷课缺席,遇到不明白的动作就追着请教师父,或者与师兄一起探讨切磋。在家里也是拳不离手,想起某一动作就立马起身演练,就连睡觉前都要在脑海里回顾一遍动作作式。由招熟而渐悟懂劲,段政军慢慢掌握了太极拳的运动规律,从“门外汉”升级为“达人”。

不忘初心,“定海神针”段老师

有邻居提出想跟随段政军学习太极拳的想法,2018年5月,福海棠华苑社区太极拳班正式开班。从最开始的2、3名学员,到现在近40名学员,段政军的名字在邻里间越叫越响,又因为时常会在社区举办的活动中登台表演,他慢慢成为了社区“红人”,许多人见到他都会亲切地向他打招呼,喊一声“段老师”。

早晨8点半陶然亭公园,下午6点半社区旁的公园空地,天天都能看见段政军的身影。“一天固定的两节课,我比上班族还规律呢。”段老师笑着说。自2005年起,段政军每日都在陶然亭公园做晨练,

直到2018年,接过老师的“接力棒”,带领学员们习练拳法。为了不耽误每天早晨8点半的课程,7点不到,段政军就换好衣服,带着收音机出发了。晚饭过后,稍作休息又下楼等待着下一拨儿学员。“既然做了老师,就得认真负责,这是原则。”段政军是这样想的,也是这样做的。

学太极,首先要做到身法身形,步法步形合乎规范,由此他在教课时,一个动作、招式,都会反复指导示范,做到沉稳与灵巧并行,经常是三五天时间才继续进行下一步教学。他还专门拍摄了教学视频,供徒弟们私下练习模仿。学员们都调侃说:“您老就跟定海神针似的,有您,我们心里踏实!”但他每次都乐呵呵地回应:“我的初心就是让大家了解太极拳,调养身体,只要你们愿意学,我就愿意一直教!”

感悟其道,传承太极拳精神

多年如一日,他义务传授,不收取任何费用,练拳使用的收音机也是自费购买,到今年,已经是第六个了。学员们要是哪天没来练功,他也都关心惦记着……学员们都夸赞说:“段老师拳好,人更好。”跟随着段政军练太极拳,他们都发现自己不仅拳法日益精进,身体状况也大有改善。“这两年身体越来越好了,气色也大有改善。”郝长莲、张国英等等也都表示大受裨益,十分感谢段老师的耐心指导。段政军却说:“和大家一起练拳,我的身体也健康呀!我特别愿意大家都能健康幸福,把日子过得红红火火!”

对段政军来说,太极拳不仅仅是一种拳术更是一种文化。“36年坚持不懈地练习,太极拳不但给了我一个健康的身体,还教会了我很多做人做事的道理。”段政军推己及人,更坚定了内心“应该把这么好的传统文化传播出去,让更多人受益”的想法。随着年龄的增长,段政军更是着意培养打太极拳的好苗子,希望有人能接过他手中的“接力棒”,让更多人接触和了解太极拳,传承这项传统文化。

丰台区老年书画研究会书画作品

江山如此多娇
风景这边独好

作者 沈全兴



作者 褚文忠



作者 李小华



作者 金丙申

话说丰台

丰台的山

丰台区位于华北平原和太行山系交界地带,西南部和东部为平原,占全区面积的四分之三,仅在西北部有部分浅山区。地势西北高、东南低,呈阶梯下降,有低山、丘陵、台地、河谷、平原等几大类型的地貌单元。最高海拔690.33米,最低海拔35米。

主要山体分布在长辛店镇北部和王佐镇东北部,属于太行山余脉。由永定河畔的鹰山,往西到马鞍山,岗岭道道、沟谷条条,高低起伏,至今保留下来的云岗、太平岭、槐树岭、太子峪、留霞峪等地名,是这里丘陵景观的反映。随着城市生态休闲功能开发,在鹰山、廊坡顶、马鞍山附近分别形成了园博园、北宫森林公园、千灵山三大景区。

鹰山位于长辛店镇北部,北面是永定河,与石景山区相望。平

川、沟谷、陡坡、崖壁相互错落。该山在永定河治洪防洪中有着重要地位,清代官员李鸿章、王德榜等倡议并建造了鹰山嘴至卢沟桥之间的水利工程。1982年起,电子工业部和丰台区各单位相继到鹰山嘴荒山区义务植树造林,到1986年形成千亩片林,丰台区决定将此地改建为森林公园,1990年正式命名为鹰山森林公园,是北京市第一家开展定向运动的公园。2013年被纳入园博园成为其中一部分。

廊坡顶海拔349.8米,秀丽挺拔。2004年围绕廊坡顶充分利用极具文化底蕴的山场资源规划建设北宫森林公园。公园所在地曾是石板场、石灰厂,经过多年开发后,形成现在的美丽风光。这里新建了许多仿古建筑和观景台,地形起伏、坡峰错落、沟谷幽深、林木茂

盛,园林艺术与自然风光相映成趣,是北京市著名的大型红叶观赏园。廊坡顶上现留有地震断裂带遗址。

马鞍山为京西山名,西北部位于门头沟区的潭柘寺镇和永定镇境域,东南部位于丰台区的王佐镇和长辛店镇境域,距丰台区政府驻地18公里。该山山势和缓,属西山东麓的低山,因顶部呈马鞍形,故名为“马鞍山”。明代《宛署杂记》写道:“马鞍山,在县西七十里张各庄。山前有大石碑一座,大书念佛二字。桑峪村相连,其形似马鞍……”《长安客话》《帝京景物略》等杂记类书籍都提到了此山。马鞍山后有一山峰耸立,侧目远望,宛如一尊卧佛的头部,人们取西方极乐世界之意,称为“极乐峰”,是丰台海拔最高地。

这里重峦叠嶂、奇峰怪石,明代《西山纪游》中“极乐峰如驼脊出,行吟客上马鞍来”描写了马鞍山的壮美景色。山中有岩洞及钟乳石,较大的溶洞有孙猴洞、观音洞(虎洞)、极乐洞等,是北京最大的洞窟群,当地人有“千佛、千洞、千灵山”的说法。自古以来,山区盛产石灰,供应北京和丰台建设需要。在后营至大灰厂一带有石灰岩开采区,建有石灰厂和建材化工厂。土壤为山地淋溶褐土,山区植被较为稀疏,山前及附近的丘陵区散生着酸枣、荆条、白羊草、黄草、狼尾草等灌木丛。坡麓一带产核桃、柿子、山里红等。附近山区多古迹,东有著名寺庙戒台寺,西有名胜古迹潭柘寺等,千灵山风景区就坐落在马鞍山东麓。

(丰台区委党史工作办公室)

魏国元送进步青年到南苑军训团学军事

1934年夏,由于党的活动在群众中产生较大影响,引起了国民党政府当局的警觉,于是宛平七区区长李复华(魏国元的同学)、八区区长谭元串通一气,调动军警抓捕了赵铭鉴(赵曼卿)、高连勇等人。经宪堂警察分所刑讯,押解至卢沟桥监狱。魏国元得知情况后,直接找到国民党宛平县政府,以“一元春”药铺老板的身份要求当局放回药铺的人。国民党当局不仅不放人,反而将魏国元当即逮捕。并罗织罪名称“贯匪魏光汉勾结共匪,私造军火、包庇鸦片……”魏国元慨然入狱,他这样做是为了能进入监狱和同志们在一起,共同应对敌人的刑讯逼供,保守党的秘密,力求保全组织。在狱中,为了坚定同志们的斗争意志,魏国元写下了:“宁死堂上,不死堂下”八个字的字条传递给同志们,让其坚持斗争。不久,魏国元、赵铭鉴、高连勇等从卢沟桥监狱押解到北平铁狮子胡同平津卫戍司令部军法处(河北绥靖公署),秋天正值司令部易人,王树常换为宋哲元。军法处当时积案很多,为了加紧处理积案平解民愤,有很多案件都从轻快处理。魏国元的家人和同志们了解到这一情况后卖房子卖地卖牲畜凑钱买通军法处,将他们转送河北省高等法院提起公诉。聘请两位律师给予辩护,并发起36村联保,终将

此案化险为夷。魏国元以“危害民国罪”被判刑两年半,关押于河北省第二监狱,其他同志获得释放。

1936年春,刘少奇同志主持中共北方局工作,提出建立抗日民族统一战线的方针。积极争取和团结宋哲元及第29军将士抗战。遵照北方局的指示精神,结合中共宛平县党组织发展武装力量的需要,时刻准备将共产党员送入军队中学习军事。不久,天津《大公报》果然登载了一则消息,说是国民革命军29军准备在南苑开办一个军事训练团,招考青年学生。党组织认为这是一个学习军事的好机会,应该安排人去参加军事训练团的考试。共产党员魏国臣(魏国元小弟弟)和贾兰波准备联合一些进步青年和中学生参加考试,并在初夏时到监狱探监见到魏国元,向他汇报和请示相关事宜。魏国元当即就同意该事,并说他可能要提前出狱了。

1936年7月,由于国民党当局没找到魏国元是共产党的直接证据,在中共地下党组织派人出面作保的情况下,魏国元被提前半年释放。魏国元出狱后经过上级党组织(中共河北省委、中共

魏国元,宛平县第七区青白口村人,字光汉,生于1906年。早年毕业于宛平县立师范学校,后在当地小学任教。1930年,受进步思想影响,他加入中共外围组织“反帝大同盟”和“革命互济会”,1932年,经中共地下党员崔显芳、贾汇川、陈非介绍加入共青团。1933年夏,转为中共党员。这一年的春天,赵曼卿等人正式组建中共宛平县委,由赵曼卿任县委书记,师永林任组织委员,张又新任宣传委员。魏国元入党后,将他家开办的“双合堂”杂货铺改为“一元春”药铺,作为中共宛平县委的秘密机关,魏国元任药铺掌柜,崔显芳任中医,师永林常驻药铺帮助管账,高连勇为药铺学徒伙计。1933年冬,魏国元接替张又新担任中共宛平县委宣传部长,1934年春,又任宛平县委副书记。

北方局)审查,恢复了党籍,迅速开展工作。上级组织决定让魏国元回本乡工作,并布置了两个主要任务,恢复宛平县地下党组织和积极组织武装开展游击战争,并任命魏国元为中共地下宛平县委书记。积极组织武装就得有懂军事的人才,那么培养懂军事的人员就非常重要,让地下党员和进步青年去29军训练团学习军事就是非常关键的一步。当时为了接触到宋哲元和29军,魏国元在北平大亨公寓的《大训通讯》期刊担任组稿工作。《大训通讯》是宋哲元在北平招训的一批大学生、失业党员

谭廷生等人办的同学通讯期刊。在党组织和魏国元的精心安排下找了3名共产党员(赵曼卿、魏国臣、贾兰波)和7、8名山区进步青年去参加军事训练团的考试。由于参加考试的人大多数没上过中学,魏国元便托人搞到了文志、育英等几个中学的毕业证,还通过党的关系从29军军训处搞到了考试题目。由于试题很难,有英文、日文、几何、代数、文学,大家基本没学过,考生就分开住在东兴、万顺等客店里背了一个月的考题。10月初开考,月底发榜公布成绩,结果大家都顺利考上了。12月1

日,魏国元亲自送大家到南苑第13营房报到,并且每周日,魏国元都前往南苑与赵铭鉴等会面,进行联系与领导。

当时军事训练团团长是佟麟阁,他是第29军的副团长,并兼任训练团团长。训练团下设了3个大队,第一、二大队是步兵科,第三大队是骑兵科。学员们在学校学习的科目非常多,功课也很紧张。有步兵操典、筑程规范、夜间教育等等,室外训练有个人教练、班排教练、刺枪、劈刀、上杠子。每天早晨五点起床,围十三营跑一圈,进营房后走个分列式。吃饭时间仅5分钟,随即集合上课,下课后还要操练。其中练习单杠最吃劲,很多学员根本就做不了几个引体向上和屈身上。训练团基本上每月一小考三月一大考,如果考核中谁一个屈身上都做不了,除了要挨班长打外,还要受到一些人的讽刺,而且自己也感到难受。所以每天熄灯后都还有学员私自进行锻炼,这也是共产党员进行秘密联络和开展活动的时间。上级党组织为了避开国民党特务的怀疑,要求党员在军事训练团公开场合“不讲三民主义,也不讲共产主义,只讲爱国主

义”。所以大家爱国热情都非常高,训练也非常刻苦,军事素质自然也就提高很快。但是共产党员时刻没有忘记自己理想和任务,秘密成立了3人党小组,赵铭鉴任组长,利用业余时间开展活动。党组织又派共产党员冯洪国(冯玉祥长子)、朱大鹏、曹洪勋、蒋旺成、范菊秋等人进入军训团,并担任要职。其中冯洪国任军训教官和第三大队队长,朱大鹏(朱军)负责全团的宣传工作兼任第三大队副大队长。朱大鹏、冯洪国、曹洪勋、蒋旺成、范菊秋等党员组建党支部,朱大鹏任书记,蒋旺成任组织委员。

“七七事变”发生后,南苑成为国民党军队与日军争夺的军事要地,7月28日,日军的空军和陆军联合对南苑发起突袭,驻守在这里的第29军军事训练团以及随之赶来的第132师殊死抵抗,战斗中佟麟阁副军长、赵登禹师长相继殉国,军训团学员大部分壮烈牺牲。为避免全部陷入日军包围全歼,29军余下的一部奉命南撤和东撤。留存下来的共产党员则纷纷组织起抗日武装,以游击战争的方式走上了抗日救亡战场。

(丰台区党史办张尚美根据魏国元女儿魏京云和魏云平提供资料及党史相关资料整理)



乘坐电梯注意安全



作者 原永红

仓库安全

