



到这个年龄 有些事别再凑合

经常听到一些长者说：“活到这个岁数了，就这么凑合着过吧。”他们怕给子女添麻烦，于是对身体凑合，他们当“老好人”，小心翼翼地维系着与泛泛之交的关系。

山东济南78岁的阴玉珍就一直凑合，她对身体凑合，60岁时的健康状况与同龄人差了一截；她对吃饭也凑合，为了改变她这个习惯，儿子只好每天都上门来给她做饭。对此，阴玉珍感慨良多：“人老了凑合不起，否则难受的是自己，麻烦的是孩子。”

吃饭不凑合 健康即节约

阴玉珍对身体健康一直抱着凑合的态度，对饭菜营养、健康体检等问题完全不上心。

2001年，刚过60岁的阴玉珍因营养不良摔成腰椎骨折。出院后，她的腰部用不上力，儿子只好每天来家里给她做饭。后来，阴玉珍的腰伤渐好，她感觉儿子的孝心是一种甜蜜的负担，多次劝说儿子不必每天来吃饭。可儿子回想母亲之前吃饭总凑合，导致营养不良，于是不放心，仍旧每天来给阴玉珍做一荤一素。阴玉珍很感动：“以后再也不给儿子添麻烦了。”

“不能太节省。”福建厦门71岁的马凤琴经历了一场大病后才有所领悟。2014年，马凤琴因中风摔倒，高额的医药费让她后悔不已：“平时就不该吃那么多咸菜、剩菜，不然血压也不会那么高。”出院后，马凤琴彻底改变了。虽然退休金只有2000元，她每个月把三分之二的开销花到了自己身上。她报了游泳班，从国外买回高档红酒，每天喝两口，“身体健康不生病，才是最好的节约”。

穿着不凑合 大妈变女神

“对自己不能凑合，要舍得为自己投资。”湖南长沙56岁的褚云红花了好几年时间才领悟到了这一点。2012年，褚云红和丈夫离异后，每天蓬头垢面、不修边幅地生活着。一次偶然的机会，同事带她去参加瑜伽班，让她开了“窍”。练瑜伽的同学中也有很多离异者，但她们活得都很潇洒。在瑜伽班，褚云红结识了一位做化妆师的朋友。受她的影响，褚云红开始活得精致起来，她染了头发，化起淡妆，气质瞬间从大妈变成了女神。平时有时间，褚云红就和闺蜜们相约喝下午茶，还一起约着出国旅游。

褚云红还学会了养花和做手工，如今还在家里开起了剪纸班，小区不少“粉丝”都慕名来她家上课，“人活得精致，才会有更多人想要靠近你”。

交友不凑合 舒服最重要

友情也不能凑合，家住广东深圳清林径小区68岁的李东林对此感触颇深。

刚退休时，李东林与邻居老张、老梁成了挚友，3个人每天形影不离，一起散步、爬山。不久后，李东林开始在社区活跃起来：加入志愿者协会、成立艺术团。大忙人李东林成了红人，“好多人对我很热情，有人主动请我吃饭，跟之前的朋友都疏远了”。2016年，社区举办元旦联欢会，排练过程中，负责总统筹的李东林由于心肌梗塞倒在台上。住院期间，“朋友”众多的李东林感到很孤独，“没有一个人来探望”。几天后，邻居老张和老梁得知消息后，送来2万元住院费，还每天来病房陪聊。

出院后，李东林以养病为名退出了很多社团，“朋友无需太多，友情不能凑合，和谁在一起舒服最重要”。

（据《快乐老人报》）



张屠夫讨账趣话

■冯永昌

新中国成立前，张屠夫在县衙对面开了一间肉铺，张县长每次路过肉铺，总要割一斤肉带回县衙去，但总不付钱。过了一些日子，张屠夫盘账，张县长欠银若干。但碍于情面，张屠夫也不好当面要账。张县长再来，照割肉，不付钱。张屠夫粗通文墨，于是在肉铺前写个告示：“张县长欠银若干。”张县长视而不见。

没有办法，张屠夫只得写诗一首张贴在县衙门前，诗曰：“官欠民钱该不该？不知苍天怎安排。县长欠银若干两，屠夫催要在阶台。”张县长看过该诗，附诗一首：“官欠民钱理应该，苍天这般巧安排。大堂不生三寸草，我不吃你吃谁来？”张屠夫看过，心想：“张县长要赖账，我不妨和他套套近乎。”于是写道：“你我同供一祖牌，你当官来我宰亥。欠钱当还是正理，不看兄台看祖台。”张县长看过后，提笔在“亥”字左边加个“子”字，令捕快捉拿张屠夫，说他诬骂、阴谋杀害朝廷命官，将他押在监牢，听候处理。

至此，张屠夫如梦方醒：与当官的讲不得理，更套不得近乎。在狱中，张屠夫咬破食指，在墙壁上写下血书：“官欠民钱本不该，苍天自会巧安排。须知官衙金满贯，一厘一毫搜刮来。”



学会开心

那日，遇见友人，羡慕他成天快快活活的。友人笑着说：“连神仙都有烦恼，我这个凡夫俗子又怎会没有忧愁？”

后来我听人讲了他所遇到的一些往事。我惊诧于经历颇多坎坷的友人心境竟能如此的开朗，向他讨教，他只送我4个字：“开心一点。”

如今，这精彩的世界处处充满了诱惑，五花八门的新鲜玩意刺激着人们的感官。都市人失去了昔日平稳安分的生活，显得浮躁不安，有人想钱想得发疯，想得走火入魔，能有几许开心？

那次在上海一个大型商场，看到橱窗里陈列的一个豪华音响，标牌上的一串阿拉伯数字令我大吃一惊：这东西要10多万元。心中顿生一番感慨：何谓钱多，何谓钱少？怀揣三万五万似乎有一点钱了，但站在这台音响面前，却只有惭愧的份儿。有了千元就会受到录像机的诱惑，有了万元便对高级音响情有

独钟，一旦拥有几十万元，难免又被进口轿车搅得心神不定……抵不住林林总总的诱惑，烦恼也就会无休无止。

也许，我们永远不能改变生存的环境，但我们可以尝试去改变自己。钱多钱少是相对的，活得开心就是富有。与其为烦恼所扰，何不让自己开心一点？还是作家铁凝说得在理：“直面生活，并且真诚地爱它，平凡的日子里就会有一份开心和快乐。”

（据《快乐老人报》）

