

咱爸
咱妈

父亲难舍庄稼地

周五下午，父亲突然打电话让我回老家收麦。我不情愿地说：“现在都是机械化收割，我回去也帮不了忙，再说我还得加班呢！”父亲说：“就是请假也得回来一天，这是最后一次收麦！”

当晚，我坐车回到老家。父亲告诉我，各家各户的地都被村里收走了，准备承包给几个种田能手，每年每亩地补偿500公斤麦子钱。

我安慰父亲：“这样也好，种地太辛苦，还不如您外出打工，再说您也该歇歇了。没了地，以后就不用惦记浇水、除草、打农药这些事了，不就轻松多了吗？”父亲叹了一口气说：“话是这样说，但我种了大半辈子的地突然没了，心里一下子空落落的。”

第二天一早，父亲将镰刀找了

出来，认真地磨了磨，然后开着三轮车带着我和母亲来到了庄稼地。麦子早已经成熟了，不少人家已经用联合收割机收割过了。父亲将镰刀递给我，我有些吃惊地问：“不是有收割机吗？”父亲说：“多少割点儿吧，以后没有机会割麦了。”

我接过镰刀开始割麦，割了几分钟后，我退了回来。母亲接过了镰刀，她身体不好，走路都不稳，但她也想再割一次麦。

父亲小心翼翼地扶着母亲割了一会儿，又从母亲手里接过镰刀开始弯腰割麦。他那庄严的神情就像一个虔诚的佛教徒要去见佛祖一样。

半个小时过去了，父亲还在那里乐此不疲地割麦。我喊了好几次，父亲才停手，感慨地说：“我要是年



轻十岁，非承包几十亩地不可。”我知道，庄稼地是父亲心中永远难以割舍的情结。其实，我们每个

人心中不都有一片属于自己的庄稼地吗？

(张宏涛)

闲话
茶馆退休后
十个切记

退休后怎样生活，各有高招，我们要把心态调整好，就要注意十个切记。

岁数大了不是本钱。心里千万别有那么多的“应该”或者“不应该”。喊你声“老头子”不必计较；叫你声“老先生”是对方的教养；年轻人凭力气抢先占优，那是本能；有人给你让个座，一定要说声“谢谢”。

“想当年”不是人人都爱听的话。如今不是忆苦思甜的年代，时代不同了，有些事不必强求年轻人去理解。因此，“想当年”的话题要适可而止。

少管家中的闲事。孙辈的教育是子女的事，不是你的责任。与子女相处，千万不要喋喋不休，既要到位，又不能越位和错位。大体上表个态，他们听不听别计较。要主动追求自己的清闲自在。

年轻人一定比你忙。你想孩子了可以打个电话，孩子想你了可能连打电话的时间都没有，千万不要为这种事较真儿，抱怨多了会“两败俱伤”。如果孩子来看你，千万不要找理由强留着，孩子们“花时间”与“花钱”一样，如果不给孩子一个“花时间”的宽松环境，今后看你的次数只能越来越少。

自愿付出时别想着回报。不要总把为别人做的那些事挂在嘴上，权当为社会做义工了。有些事不一定就能将心比心。“尊老爱幼”永远是把“爱幼”放在第一位，因为“朝阳”总比“夕阳”让人憧憬。“付出”是送给别人的东西，千万不要想着再“找补”回来，那会让所有的人都个不愉快。

不要总想改变别人。如果老伴做事丢三落四，无法完美，那是多年难改的“顽疾”，不必强求她改变。其实，每个人都有自己的习惯和活法，原本没有绝对的对错。改变不了别人就试着改变自己，来个和平共处。

待人处事别太抠门儿。对亲朋好友自不必说，就是子女买来东西孝敬，也一定要说声谢谢，想着付钱。虽然咱们老人也不缺钱，但咱要的是那种坦然。

邋邋遢遢不是小事。人老了懒点可以，但千万别懒在穿衣戴帽、洗涮卫生上，别因为自己的邋邋遢遢影响了家庭的生态。要知道你的穿戴、你的形象不光是你自己的事，也是家庭的招牌和子女的脸面。

千万别像存钱那样存着破烂儿。“破家值万贯”，那是老说法儿；见什么都稀罕，那是老化的征兆。留存东西不能看有用没用，要看常用不常用。不常用的东西，还是早早处理掉。

消除寂寞靠自己。小家庭的日子就像私家车，虽然都在一条路上跑，但没人愿意去拼车。老年人要练好自己的车，即使独守长夜，也要勇敢地往前走，广交朋友、储蓄友谊才是老年人应当尽早做的事情。当你不能再走动时，依然可以给新老朋友打个电话，聊天、叙旧，才能保持生活的常态。

(综合)

怡情
乐园

退休之后，我有两大爱好，养鸟和收藏。有幸收藏到一个全瓷鸟笼，正是难得一见的孤品。鸟笼的收藏较为冷门，藏友手中较为珍贵的也不过是“袈裟红”、“鳊鱼黄”之类的竹制鸟笼，全瓷材质的简直可遇不可求，以指弹之，铿锵悦耳，犹如画眉啼鸣，可谓构思巧妙、匠心独具。

我收藏的这个全瓷鸟笼，从器型和釉色来看应该是清末景德镇烧制的，高36厘米，直径20厘米左右，通体天蓝，釉色精美。这个鸟笼的整个笼身除木门之外都是纯手工制作，笼

空笼亦闻鸟鸣声

身周围有很多瓷雕小鸟附着其上，它们造型各异、体态优美、形象逼真。笼体和上面的装饰应是两次烧制而成，工艺复杂。虽然这个鸟笼是清末所制，但这些小鸟的色彩依然清晰而鲜艳。从远处看，它们就像一个个跳跃的音符，奏出灵动的旋律。若此笼是一幅画卷，展开此卷，就是一幅美轮美奂的百鸟朝凤图。笼的顶部，是一个金属的龙形挂钩，龙嘴衔笼，龙身翻腾，苍劲有力，使得整个鸟笼在静止中又得以彰显大气，可谓锦上添花。

透过精致的鸟笼，穿越亘古的岁月，能工巧匠的汗流浃背、金属撞击的铿锵作响、高温升腾的神奇窑变，不断在我脑海中浮现。先辈们的聪明才智让我顶礼膜拜。望着这精美绝伦的鸟笼，我仿佛已经置身于山林之中，听见了幽幽鸟语……

鸟是空中的精灵，总能让人产生美好的遐想。人们经常把鸟和春天联系在一起，而全瓷鸟笼似乎有超越季节之神奇，任光阴流转，四季皆是春。

(刘英杰)

孝顺
儿女

岳母的生日快到了，妻子征求我的意见，看买些什么礼物合适，我让她去超市买一些老人喜欢吃的东西。妻子很高兴，却为此一夜没睡好，因为她根本不知道自己的老妈喜欢吃啥。

我让妻子给老人买喜欢吃的东西是有原因的。小时候，我家很贫寒，母亲为养活我们兄妹六个，吃糠

咽菜没享到福，等家中生活稍有好转时，母亲却患了高血压，按照医生的嘱咐，有些食物是不能吃的。等我们兄妹能挣钱为母亲治病、有能力让母亲吃上既有营养又美味的食品时，母亲却离开了我们。每当想起母亲，我心中便有一种愧疚感。正因为如此，我常常告诫妻子，行孝要尽早。

就在我想取笑妻子的时候，我突然反问自己：母亲生前喜欢吃啥

母亲爱吃啥

呢？我想了半天，竟然和妻子一样，根本不知道。我打电话问哥和姐，他们竟然也不知道。不知怎的，母亲生前常说的一句话忽然浮现在我脑海：“一个老能养十个小，十个小难养一个老。”

我不由得想起了“孝”字，对老人尽孝心，应该体现在衣食住行和精神愉悦上。生活中，母亲喜欢吃什么，似乎不是大问题，因此常常被人

忽视。在超市里，我和妻子看着琳琅满目的食品，都不知道买啥好。最后只好根据岳母的年龄和身体状况，买了两兜自认为老人爱吃的食品。临行前，我跟妻子说：“这次一定要问清妈喜欢吃啥。”

同时，我也把一道家庭作业交给了儿女：“想想你们的妈妈喜欢吃啥，答对了有奖！”

(皓然)

老年
健康上了年纪
要小声说话

很多老人由于性格关系，喜欢高声说话，并且一着急，就会大喊大叫。这不仅显得没礼貌，影响听者的情绪，对老人健康也是危害极大。

一些人总过早地患上咽炎、耳鸣、耳聋等疾病，恐怕与其常年大声说话、叫喊不无关系。说话声音的大小、语速与健康息息相关，如果想活得更健康，平时可以尽量低声、慢速说话。尤其对于老人来讲，高声说话危害更大，说话声音每提高一次，就是对身体的一次刺激，老人心跳逐渐加快，呼吸急促，可引起气逆、肺胀、气喘咳嗽，一些慢性疾病如高血压、心脏病等也可能急性发作，甚至危及生命。语速太快很容易使老人情绪激动，焦躁的情绪既伤肝伤肺又伤

脾，还会影响到人体内分泌及机体的正常运转，对健康造成伤害。低缓的讲话，如同讲故事，给听者以和蔼可亲之感，令听者愉悦，反馈给说者的情绪也是正面的。低声细语的人通常比较中庸，这类人容易随遇而安，受环境影响较小，长寿的可能性因此就更大些。

低声慢速说话有利于刺激大脑细胞兴奋、减缓大脑衰退，对预防老年痴呆有一定作用，还可以锻炼语言能力，消除孤独烦恼，促进相互交流，增进友情和亲情，延缓衰老。老人不妨和亲朋好友多说话，同时随时提醒自己心平气和、语速放慢、声调降低，以保持冷静的情绪和清晰的思路。

(华时)

家长
里短

老伴儿原来耳聪目明、手脚利索，上了年纪以后，耳聋眼花、手脚变笨，因此也就常办出一些让人啼笑皆非的事来。如果按一般人来对待，就会有不完的气、生不完的气，我却来了个逆事顺待。

有一年初冬，我们点着土暖气后，为了室内保温，我说，把窗户缝糊上吧。她登梯爬高，费劲地糊上了。我一看，她只把纱窗的缝糊上了。我就说：“都说冬天的风是‘贼风’，它是不敢从正道跑进来的。”



逆事顺待

她听了才恍然大悟。年三十晚上，饺子煮熟以后，大家都让她坐下等着吃，她非要去拿碗，眼睛还紧盯着电视机，脚下一绊，身子一趔趄，一擦碗全“报销”了。她自己也很懊恼，我却说：“碎碎(岁岁)平安！这预示着咱们全家下一年平平安安。”朋友送我一把手提壶，我使用多年，乃是我心爱之物。她有一次为我擦写字台时，将壶碰到地上，摔了个粉碎。我心疼得不得了，可嘴里却说：“我正想换新茶壶呢。”有一次蒸馒头，锅里没加水，她把馒头放进锅里，结果可想而知。我说：“我就爱吃你这样做的烤‘面包’。”

一件错事、坏事，换个角度去看，就会产生不同的结果。我们遇到顺事乐呵呵，遇到逆事也乐呵呵，整天乐呵呵，没有急可着，没有气可生，也就整天有“喜神”光临。

(徐洪志)