

家有一宝暖心田



爷爷今年90岁,我每次回家看望他,他总会拿出点心给我吃;每次下午三四点我要走的时候,非要问我肚子饿不饿,说要让我垫补垫补路上暖和,在爷爷心目中我这个快50岁的人还是需要他照顾的。

前年,我买了条鱼回去,爷爷说:“你不会做鱼,不知道怎么挂浆怎么控制炸鱼的火候。”我还真让爷爷动手做鱼了,我则去给他洗衣服。炸好鱼,爷爷把鱼蒸上,说要给我做个零食,起名叫“炸面鱼”,原来是把挂浆的面糊摔到锅里炸成碎碎的小面泡,爷爷特地给我撒上一些白糖,真是好看又好吃。我当时发了朋友圈,配图并留言:“88岁的爷爷给我做的小零食,”获赞无数,我记得有一条评论是:家有一老如有一宝。

确实是这样,做孩子的不管多大岁数,有老人在,总会有被宠的感觉。前几天看到一条视频“老人临终前还给感冒女儿针灸,”这条视频看哭了无数网友,当然,我也落泪了。

婆婆是64岁因为癌症去世的,之前总觉得她能干,每天都不知道疲倦。有一次我给家里买了馒头,顺口说了一句:“现在的馒头不如小时候老酵母馒头有味道了。”婆婆听后便再不让买外面的馒头,一直在家自己蒸。老酵母并不好找,第一次用的酵母还是从一个上岁数的亲戚那里讨来的,我被感动到了。后来只要我在家,就帮着揉馒头。碱面馒头,用的大铁锅,烧的是干柴,蒸出的馒头分外香甜。后来失去婆婆这一宝,我再也找不到当年蒸馒头的感觉了——灶膛里

火是暖的,我们一边揉着馒头一边聊着家常。我也曾试着自己蒸,但馒头总不是当年的那个味儿,也没有当年那般白胖喧腾了。

到了这把年纪,身边尽是这样竭自己所能去给孩子们帮忙的老人,比如我的舅奶。舅奶大字不识一个,但针线活特别好,尤其是做婴儿虎头鞋,特别精致,她会做各种生肖的婴儿鞋,年轻时经常拿到集市上卖特别抢手。70岁以后,舅奶奶做得虎头鞋不再出售了,但她一直不停地做鞋,给家里的后代每人都准备了一双。有一次,我去看舅奶奶,她非要让我带走一双给我以后的孙子留着。

家有一老,是后辈的福气;家有一老,静享天伦,家有一老如至宝。

祝会敏

老年人要走出舒适区

去朋友家做客,沙发坐着不舒服,我建议朋友换个舒适点的。朋友笑着说:“我故意不换的,我家这组沙发坐久了腰酸背痛,这样好强迫自己起来走动一下,若是太舒服了,我坐着看电视,一会儿便睡着了。”听着有道理。

邻居杨老太,90多岁了,还养着几只鸡和鹅,她说养鸡养鹅可以吃到新鲜的鸡蛋、鹅蛋,最重要的是每天需要喂食,还要定期清理卫生,不管想不想动弹,也得给这些活物服务,还能跟它们说说话,聊个天儿,不寂寞。

看来,人不能闲下来,特别是上了年纪的人,儿女都已成家,孙辈也大了,可以安享晚年了,这个安享最易滋生懒惰。人上了年纪,没法跟年轻人比精神头儿,也没法跟中年人比体力,一坐下就不想起来。但久坐久躺都不利于身体健康,所以老年人更应走出舒适区,给自己制造点“麻烦”,强迫自己忙起来。

上周去银行办业务,在大厅里看到一位老太太用手机银行转账,一打听对方年龄,77岁了,我感慨道:“有文化的老人就是不一样。”她笑着答:“啥文化呀,我小学都没读完。”原来她也是强迫自己玩转这手机银行的。我夸她是位走在时尚前沿的老人,她说:“没办法,孙女在国外,我要用手机和她视频,只能逼着自己学。”看来现在不光有“鸡娃”“鸡妈”,还有“鸡奶”。不能因为一把年纪,就对新生事物说拜拜。学习新事物,也是强迫自己走出舒适区的一种方法。

电视上经常看到八九十岁的老年人网购、叫外卖,不是他们多聪明,而是他们肯接受挑战,敢走出老年舒适区。新的一年,我也许下目标,让自己走出舒适区。家里有一架古筝,是孙女淘汰的,一直放客厅当摆设,我决定去报个班学学,活动一下手指、大脑,预防老年痴呆。

李秀芹

诗意的退休生活



对于大多数普通人来说,退休以后的生活就是接送孙辈上下学、做家务、跳广场舞。可我们身边有一对夫妇陈老师 and 赵老师在退休之后,活出了不一样的晚年。

两位老师退休前就去报考了驾照。原因是有一天,他们有急事要回老家,儿子不在家,车就放在车库里,没办法用不上。从那以后,两人暗自下定决心,一定把方向盘握在自己手中。退休前他们就科目一考过了,到正式退休,两人就开始学习科目二,大家都认为科目二、三有技术含量,可不是随便能过了的,谁知他们经过一个半月的反复练习,双双领证。拿到驾照,两口子立刻去4S店提了车,从此开始了他们诗画般的退休生活。

陈老师是一个资深摄影爱好者,喜欢用相机把生活记录下来。春天的近郊游,夏天的避暑游,什么云、贵、川,俩人自驾游了一个遍,还计划下一年要开车去甘肃、青海、西藏。对于他们的出游,连我们这些年轻人都佩服得五体投地。秋天赏红叶,什么光雾山红、唐家河……都留下了他们的足迹。冬天去看雪,西岭雪山、四姑娘山、贡嘎雪山都有他们的身影。陈老师几十年的摄影技术傍身,所过之处皆有美照留痕。

为了让生活更充实,他们两人还报了老年大学。陈老师学习葫芦丝、中国画、二胡、中国象棋,而赵老师报了朗诵和民族舞。两人不到两年时间,技艺突飞猛进,陈老师的画在中国老年协会举办的画展中荣获一等奖,

赵老师也把民族舞跳到市里。这年新春,学校举行的春节团拜会上,陈老师吹葫芦丝,赵老师跳舞,一曲《金孔雀》,让所有人为之倾倒。

有一次,我去看望两位老师。一进门,一本高中数学课本,摆在书桌上,我不解:“你们两人教小学,孙子上小学,高中课本有什么用?”看到我不解的样子,陈老师说:“我们时不时拿来活动活动脑子,以后也能教孙子。”原来这是未雨绸缪啊。

还有一次,我打电话给陈老师,问他们在忙什么,陈老师说:“我们在给别人主持开业典礼。”才半年时间两人又进军新领域,真让我们这些年轻人都自愧不如。

这两位老师呀,这退休生活可真不是别人能复制的。

李辉

你长大了
他变老了

