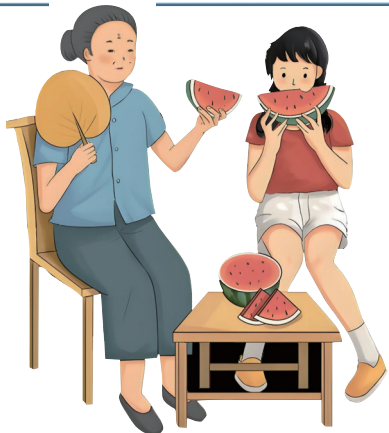


到父母身边消暑



每年夏天，我都要带着孩子回到父母身边住一阵。父母也早就为我们准备好了消暑妙方，所以，伏天到父母身边消暑，已经成了我多年不变的习惯。

这不，我刚回到家，就看到父母亲正张罗着安空调。安空调的师傅见了我笑

着说：“怪不得你爸妈一个劲儿催着赶紧装，敢情是你们回来了。”父亲解释道：“城里现在都用空调，他们都用习惯了。去年夏天回到老家，因为没空调，孩子总说热。”看着忙得满头大汗的父亲，我其实很想说，乡下不太热，空调安上也成了摆设，况且总吹空调也不舒服。母亲像是洞悉了我的心思，说：“你爸就是怕你们热，装上就装上吧，用不用你说了算。”

母亲早就就把我们的房间收拾得干干净净。我们的窗外就是一棵大槐树，撑起了足够大的阴凉，清风顺着窗纱吹进屋，别提多惬意了。我知道，父母特意为我们留了这间最凉快的屋子。母亲打开衣橱，拿出几件衣服：“瞧，这是我为你们做的睡衣。”“妈，我带着睡衣呢。”母亲笑眯眯地说：“你们的睡衣肯定不如我做的穿着舒服。我做的睡衣又软和又吸汗。”母亲这是做了全方位的准备。

在城里的时候，一到夏天就没胃口，什么饭菜都不想吃。到了乡下就享福了，母亲每天变着花样炮制清凉美食。我家小园里有菜园，里面种着豆角、黄瓜、西红柿等蔬菜。母亲每餐必做一道拌凉菜，从小菜园中就地取材。凉拌豆角、拍黄瓜、凉拌西红柿，每道菜都美味爽口，让人胃口大开。母亲还喜欢熬绿豆汤来消暑。熬好的绿豆汤放凉了，里面稍微放点糖，喝上一碗，周身清凉。我最爱吃的，还是母亲做的凉面。手擀面煮出来，过几遍凉水，加上菜码、调料，吃起来就停不下来了，尤其是孩子。

最喜欢吃过晚饭后，一家人坐在院子里乘凉。微凉的夜风荡漾，我们与父母坐着闲聊。母亲轻摇扇子，为我们扇着蚊子。孩子调皮地跑来跑去，父母时不时操心地说着“慢点，别磕着”……所谓岁月静好应该就是这个样子吧。 马亚伟

我的养老“神器”

下午在楼下散步，邻居刘妈盯着我的手表直咂嘴：“陈姐，这手表真方便，还可以量血压。”我笑着晃晃手腕：“这算什么，现在我家的新鲜玩意儿可多着呢。”

前些年我可不这样。记得刚退休那会儿，我对这些“花里胡哨”的东西嗤之以鼻。“都是骗老人钱的！”我常这样对老伴说。直到有次重感冒，女儿送来一台智能药盒，能定时提醒吃药，女儿还能远程查看我是否按时服药，我第一次觉得这些智能产品有点用。

我手上带的健康智能腕表，能测心率、血压、血氧、睡眠这些指标。以前总担心睡不好，现在它每天显示我能睡六七个小时，深度睡眠两三个小时。知道了这些，我反而不再纠结睡眠，睡得也踏实了。在电脑前坐久了，它还会发出滴滴声，提醒你该活动了。有一次下午测血压时，智能腕表突然报警，在外地出差的女儿立刻打来视频电话问怎么回事，我只好将贪吃咸菜的真相如实汇报。

我最喜欢的是电子书阅读器，能调字号，还能语音朗读。现在我常躺在摇椅上，闭着眼听报纸，偶尔遇到感兴趣的新闻就放大看看。邻居李大姐第一次见我这样“看”报，啧啧称奇。

卧室墙上挂着电子温湿度计，连着手机。女儿在单位就能看见家里温度的冷热，有回她突然打电话来：“家里温度这么高？怎么不开空调？”她说，天热别舍不得开空调，小心得热射病。

年纪大了，弯腰拖地都很累，有了扫地机器人，我的负担减轻了。大大小小的角落，它都能打扫得干干净净，工作完还会返回基站自动充电。看着洁净的地面，我的心情也舒畅很多。

厨房里的智能蒸烤箱更是解决了我们老两口的做饭难题。从前我最怕做饭：火上熬着粥，进屋溜达一圈就忘了，直到闻到糊味，才跑到厨房关火。这台蒸烤箱有一键模式，蒸包子时自动设定时间温度，到点就“叮”一声；烤红薯能感应湿度，外皮焦了里面还软乎。最绝的是可以在手机App上远程操控，只需要把制作的菜品放入蒸烤箱内，然后在手机上选择蒸汽模式，等我到家时，山药排骨汤正咕嘟咕嘟冒着香气。

这些养老神器刚来时，我总抱怨太复杂，学不会，如今成了我养老必备的伙伴。上周社区组织活动，我现场演示怎么用手机查看家里的智能设备，身边的老邻居围着我看得目不转睛。

新时代的银发族要学会用科技改善生活，转变消费观念，购置智能设备和服务不是浪费，而是对健康生活的智慧投资，它们更像是通往新时代的船票。我们这代人，年轻时扛过饥荒，中年时赶上改革开放，老年时也要乘上科技的东风。

这些神器看着是不起眼的小玩意儿，可凑在一起，就成了晚年生活的好帮手。最关键有了这些智能玩意儿，儿女放心，自己舒心，何乐不为。 陈虹



爱请吃饭的父亲



周末回家，刚走到家门口，看见门前空地上停着一辆大卡车，车上装满了较易贮藏的水果，有红彤彤的苹果，黄澄澄的橘子，我笑着对儿子说：“今天外公家有客人。”

推开客厅门，果然，餐桌上坐着一位黝黑、憨厚的中年人，他应该就是外面大卡车的主人。看见我们，他腼腆地忙站起来笑着，我赶紧说：“您别拘束，当自家一样。”

我家在村头，门前有一大块空地，从记事起，来来往往的小生意人都喜欢把货担子放在这里卖。有卖小鸡小鸭的，修理锁配钥匙的，换豆腐换油条的，铜锅铜盆子、收酒瓶书本收头发辫子的，还有摇着拨浪鼓、挑着货担的李大伯。无论是新来的还是旧相识，午饭时，父母亲肯定会拉着他们来家里吃饭。

李大伯是来家里最频繁的客人。无

论风吹雨打，他半个月肯定会来一趟。大伯的扁担油亮，货担是两个半人高的大箩筐。这两个大箩筐像神奇的魔法箱，里面玻璃格子分门别类地放着银白色的顶针、针头线脑、诱人的糖果，还有婶婶们喜欢的蛤蚧油、红头绳等。大伯把箩筐往空地一放，拨浪鼓一打，鼓声像集结号，不一会儿就把村里村外的人们给集合过来了。

李大伯来得极早，等太阳挂在天空时，大箩筐的货物已经去了大半。这时他慢悠悠地挑着箩筐走进我家，餐桌上肯定已经放着倒好的土烧酒，菜也是些乡下地里新鲜采摘的辣椒、苋菜、南瓜藤，再来一碗自家的鸡蛋，用蒜叶一炒，下酒正好。大伯酒量好，但父亲只给他倒一杯，下午赶路有劲，但不嗜睡。小买卖人肩上挑的是一家人的生活，懈怠不得。

来得次数最少的是崔叔，他一年只来一次，一住就是个把月。我家山上种着一大片泡桐树，每次泡桐开花的时候，养蜂的崔叔就来了。养蜂人总是深怕自己的蜂子蜇着人，所以在离村庄稍远的村边、山脚下随便找个空地，搭个帐篷，条件可想而知的艰苦。

崔叔两夫妻初来的第二天就来村里

转了，好客的父亲拉着他在家里吃了饭，又去看了他们住的地方。一走进帐篷，一股热浪袭来。“这个帐篷住着，闷得肯定不舒服，就一层布，靠山又近，虫子太多……”父亲回家越想越不放心，从菜地回来，就拿着木板和工具，在菜地里搭了个大木棚。

崔叔两夫妻千恩万谢住了进去。这一个月，父母亲时常拉他们来吃饭，他们也常带蜂蜜给我们。崔叔收完蜜又马不停蹄地跑到别处去了。他经常写信来，父亲念信时，我们就像跟着崔叔“走”过好多地方。

我曾经问过父亲，为什么要请陌生人来家里吃饭。父亲说他年轻的时候，去外面村子里卖苦力，帮大户人家割稻割麦，晚上要赶回家吃饭。有时候割麦子后，身上都是麦芒，奇痒无比。他每次走到山边小溪旁，都会擦个身再走。这时候，溪边一户人家的老奶奶，总会帮忙给他递一块掸衣服的布，有时候还会塞给他几块红薯，或者几把玉米。

生活艰辛，恰是这些不经意的温暖，一下子让人感受到来自身边的善意。父亲这些年是把这些善意又转赠给了需要的人。 张宁

父亲是我的好“酒友”



喝酒这件事很有意思，遇上合适的“酒搭子”，喝起来畅快极了，真可谓人生快事。我的“酒搭子”中，父亲无疑是最佳的一个。

我第一次陪父亲喝酒，是考上大学的时候。此前父亲喝酒，我都是在一旁看着。他爱喝酒，几乎每天都喝一点。干活累了，喝点酒解乏。我是闻着酒味儿长大的，但父亲对我管教很严，考上大学之前，我从来没尝过酒的滋味儿。上大学后，父亲特别开心。那段时间家里

经常有亲朋来祝贺，父亲就陪着人家喝，有几次还喝醉了。我去外地上大学之前，父亲突然对我说：“今天中午咱们父子俩喝两杯。”“你都18岁了，是男人了，到喝酒的时候了。”对爱喝酒的父亲来说，让儿子喝酒大概相当于“成人礼”吧。

那次我给父亲和我各倒了满满一杯。父亲竟然向我竖起大拇指：“有气度，刚学喝酒就敢喝一杯。”我笑说：“这些年被您这酒味儿熏得也有酒量了，今天小试一次。”我像酒场“老江湖”一样，熟练地举起酒杯，对父亲说：“爸，我敬您。”我微微地抿了一口酒，品咂酒味儿的时候还发出了“滋”的一声。我喝第一口酒并没像一般人那样感觉辣，不停地咳嗽，居然品出了酒的香味。显然，父亲对我这个“酒搭子”的表现也很满意。

酒桌上，父亲的话多了起来，不停地嘱咐我，去外地上学后该怎样。我借着酒劲表达了对父亲这些年供我上学的感激之情。那样的话，如果不借点酒我很

难说出口，毕竟两个男人之间表达感情着实有点尴尬。

从那以后，我就成了父亲的“酒搭子”。每次遇到高兴的事，父亲总会说：“让你妈弄俩菜，咱俩喝点。”

跟父亲一起喝酒，特别舒服。我们俩喝酒的节奏一致，都是喝掉多半杯酒的时候，就进入状态了。微醉的时候，我和父亲谈天说地，很有点“酒逢知己千杯少”的味道。我还跟父亲学到了好酒品。我们喝酒很少喝多。喝酒勿贪杯，这还是父亲告诉我的。

陪父亲喝酒，他每次都很开心。母亲说：“你爸最好的酒友就是你，话可以随便说，不用藏着掖着。”母亲说得有道理，喝酒成了我和父亲的交流方式。

至今，和父亲做“酒搭子”也有些年头，高兴的时候喝一点助兴，不高兴的时候听父亲酒桌上开解一番，常有醍醐灌顶之效。真希望就这样做父亲长长久久的“酒搭子”。 王国梁