

老来多交忘年友



我是十多年前从教书育人的三尺讲台上退下来的老师。从繁忙紧张的教学一线到赋闲在家,一时很难适应。为了排遣孤单寂寞,我就有意识地结交了几位老年朋友。刚开始还说得来,合得拢。为了增进情感交流,我们还成立了“五百岁联谊组”(8人总共536岁),定期喝茶聚餐,轮流做东。也就是一边吃吃喝喝,一边海阔天空侃大山……可时间一长,某些老友的性格缺点就暴露出来,释放出的尽是些琐碎消极的负能量。如A友年长我十余岁,他退休早,养老金低,这是不争的事实。尤其是每年调整养老金后,他总是满腹牢骚。“你

看刚退休的小赵,已拿到九千多元的养老金,我才拿四千余元,同样在央企干了一辈子,差别这么大,到哪儿说理去?”起初,人们还对他抱有同情心,可抱怨的次数多了,就让人十分厌烦。大家都说:“抱怨半天,自寻烦恼。不如面对现实,端正心态。把身体搞好,不怕养老金少,就怕走得早。”还有一位B友,患有糖尿病,逢人就说他的病:“我从‘小糖人’快变成‘糖高宗’了。糖尿病不致命,致命的是并发症。我是当一天和尚撞一天钟,和尚死了庙子空”……听到这些,让老人们脊背凉飕飕的,全是负面的东西,太沉重,太压抑,我不想听。

于是,我就赶紧转向掉头,开始结交一些忘年朋友,有的三四十岁,有的才二十多岁。这些“小”朋友中,有的是我教过的学生;有的是通过我儿子认识的;还有的是在图书馆借书,或是在书店买书认识的……

三四十岁,二十多岁,正是人生的美

好年华,朝气蓬勃。他们身上那股清爽干脆的利索劲儿最是吸引我——少抱怨、少忧虑,洒脱地活在当下。职场不顺心就跳槽,薪酬给的少卷铺盖走人,不窝窝囊囊、不卑卑怯怯。

他们还有一个好处就是不怎么搬弄是非,不多管闲事。

跟他们在一起,我还能跟上时代的步伐,不会与快速发展的社会脱节。什么AI人工智能,什么机器人下线以及新型养老模式等,我都有所了解。他们这些忘年友教会了我使用智能手机、平板电脑以及上网和网上购物等,让我与时俱进。

他们这些年轻人大多不计较别人如何看待自己。喜欢的事,尽心竭力地去做,合不来的人远远地躲着,绝不活在别人的嘴巴里、视野中。

和他们常聚在一起,我已经忘记了年龄。 王瑛

有益的老人言



有些话语,像种子,落在心田,会在岁月里悄然生长。在我的生命中,有3位老人,他们用朴素的言语为我点亮前行的灯。

父亲一生在泥土里刨食。那年春耕,我站在田埂上看他扶犁。泥土翻卷,散发着湿气。他直起腰,抹了把汗,望着无边的田野:“人活一世,跟伺弄庄稼一个理。春天你下多少力气,流多少汗,秋天仓里就有多少粮。别想着偷懒,也别光瞅着别人家的地。埋下头,把自家的垄沟犁直了,苗儿自然就壮。”那时年轻,只觉得是农人的老生常谈。后来在城里,第一次独立负责项目竞标,熬夜做的方案被无情驳回,挫败感像冰冷的潮水,几乎将我淹没。深夜伏案,眼前忽然浮现父亲弓着背

在烈日下锄草的身影,田垄笔直,绿苗青翠。我深吸一口气,推开窗,让夜风拂去我的焦躁。我重新梳理客户需求,一点点核对数据,带着团队把方案打磨到无可挑剔。最终,我们拿下了那个项目。那一刻,我尝到了汗水的咸,也品出了父亲话里的深意:俯身耕耘,自有回响。

公司一位退休的老领导,常邀我们几个年轻人去他小院喝茶。紫砂壶嘴腾起袅袅水雾,他目光悠远,像是看着棋盘上的残局。“年轻人,世事如棋局,落子,就得认。眼光要放长远,看到三步之外,心胸更要开阔。斤斤计较眼前一子得失,格局就小了。记住,公心为上。”这话起初听着有些玄。直到我牵头一个社区儿童活动中心的改造项目。预算有限,各方诉求繁杂。一位颇有背景的供应商想塞进一套华而不实的游乐设施,团队里有人劝我妥协,省心省力。老领导的话在耳边响起。我顶着压力,坚持采用专业设计师的方案,把钱花在刀刃上,优化阅读角和活动空间。项目落成那天,看着孩子们在明亮宽敞的场地里奔跑嬉笑,让我明白了“落子无悔”的分量。

高中政治老师姓陈,板书遒劲有力。在他的课上,他说过“原则是明辨是非的智慧加上做人的良心。世道再复杂,心里那杆秤不能歪。站稳了,路才走得正。”他的声音不高,却像重锤敲在心上。工作后,我负责产品质量监督。一次,一批即将出货的重要产品被抽检出轻微瑕疵,返工会延误交期,损失巨大。上司暗示可以“灵活处理”,睁一只眼闭一只眼。巨大的压力袭来,利益与规则在拉扯。深夜独坐,陈老师镜片后那双锐利而清澈的眼睛,清晰地浮现在眼前。我最终提交了详实的报告,坚持返工。公司承担了损失,我也一度感到前途黯淡。然而,几个月后,当对方客户因为我们的严格品控而主动增加订单时,我收获的不仅是业绩,更是心底那份踏实的安宁。陈老师的话,是悬在头顶的星,指引着暗夜里的方向。

父亲教我俯身泥土,踏实前行;老领导教我放眼棋局,胸怀宽广;陈老师教我仰望星空,持守良知。他们的话语,没有华丽的辞藻,却像三盏不灭的灯,静静悬在我人生的路上。灯光交织处,脚下的路,便清晰起来。 诸纪红

婆婆的“警报”



晚饭后,我正在洗碗,门“咣当”一声开了,刚出门去遛弯的婆婆又风风火火地闯了进来。

我有点奇怪,平时晚饭后,婆婆出去溜达至少一个小时以上,今天怎么这么快就回来了?“快,给勇于(老公小名)打电话,问他在干嘛?”婆婆急吼吼地对我说。“他说今天有饭局,这会儿肯定是在吃饭呀。”我边说边继续洗碗。

“别磨叽,让你打就赶紧打,听我的!”婆婆一脸严肃,甚至带上了命令的口吻。“妈,我这儿忙着呢,您有啥事自己给他打呗。”

“唉,你可真是……”婆婆瞪了我一眼,颇有点恨铁不成钢的味道:“实话

告诉你吧,我刚刚看见他了,跟一个长头发的女人一起进了饭店,就是公园附近那家店,叫什么炖铁锅的,俩人还边走边聊,说说笑笑的呢。”“就他们俩人吗?”“对,就两个人,我远远瞅见他们进了包间,就赶紧回来跟你说,你现在就给他打电话,看他怎么解释。”

老公给我电话报备时,只说今晚有个聚餐,不回来吃饭了,但具体跟谁他没说。被婆婆这么一说,我心里登时也犯了嘀咕,赶紧擦干手去拿手机。“对了,别打电话,直接跟他视频。”婆婆急急补充,我依言行事。

视频接通瞬间,老公正鼓着腮帮子大嚼,嘴里的食物硬是嚼了十几秒他才勉强出声:“哎,正吃着呢,咋啦?”“在哪?跟谁?”“铁锅炖鱼呀,来来来,都亮个相,你们师母查岗呢。”屏幕一转,七八个年轻面孔突然挤进画面,有男有女。我一下子就尴尬啦,赶紧笑着回应:“大家好大家好,那个,我也没啥事,你们继续啊,继续。”

挂掉电话后,婆婆跟我再三确认老公是跟多人聚餐才重新出门、接着遛弯

去了。晚间老公回家后,婆婆把他叫过去,又关上门仔细审了一遍:

“今天跟你一块进饭店那女的是谁?为啥当时就你们俩人进的饭店?”“嗨,今天就是这个女同学请客,庆祝自己考试通过,我最后一个到的,别人都在包间坐好了,她出来迎接我的。”“就这?”……

“我可提醒你,以后少跟女的挨那么近,容易让旁人误会。”

“您看到啥了?我就跟那女学生一块走了几步路,大街上那么多人都能做证,亏我是您儿子呢,咋就这么不相信我?”

我听着这哥们儿都被整得有点哭笑不得了,于是忍不住进去打圆场:“妈,时候不早了,咱都休息吧。”婆婆继续教育着儿子:“反正你给我记住,跟别的女人保持距离,别搞那歪门邪道,不管啥时候,我只认这一个儿媳妇。”说到最后这句时,婆婆的手指向我,一脸的认真严肃。

唉,这较真的老太太呀,相处这么多年,没少给我挑刺儿,但关键时刻真不含糊呢。我笑着笑着,眼睛忽然有点湿……

刘继红

退休后爱上朗读

退休后的日子平淡得像白开水。每天除了买菜做饭,就是看电视,刷手机,时间在指缝间悄然流逝,留下的只有空虚和寂寞。直到那个周末的下午,一次偶然的朗读,为我的晚年生活注入了新的色彩。

当时,7岁的小孙子正坐在沙发上,皱着眉头读语文课本,明显不情愿。我坐在一旁织毛衣,听着他毫无感情地念着“春眠不觉晓,处处闻啼鸟”,忍不住开口提醒:“宝贝,读诗要有感情,要把诗里的意境读出来。”

小家伙不服气地撅起嘴:“奶奶,你来读读试试。”

我放下手中的毛衣针,接过课本,仿佛一下子回到年轻时站讲台的时光。我调整了一下坐姿,清了清嗓子,开始带着韵律读:“春眠不觉晓,处处闻啼鸟……”我的声音随着诗句的意境起伏,读着读着竟有些读进去的样子。

读完一抬头,发现儿子儿媳不知何时站在了门口,随即还鼓起了掌。小孙子也拍着小手,眼睛亮晶晶地说:“奶奶读得真好。”

儿媳走过来,拉着我的手说:“妈,真没想到您朗读这么有天赋。您不是总说退休在家无聊吗?要不每天朗读起来?既打发了时间,又能锻炼肺活量……”

小孙子立刻附和:“好呀好呀,以后有奶奶陪我朗读,我也不孤单了。”

其实,平时刷视频时,我也经常会刷到教朗诵的博主,他们声情并茂地朗诵,还时不时抽查学生的朗读情况,让我心生向往。只是总觉得那是别人的世界,与我无关。现在,在家人的鼓励下,我决定把这份“心动”变成“行动”。

第二天一早,我特意起了个大早,整理出一个小角落作为我的“朗读角”。一张舒适的椅子,一个小书架,上面摆着我年轻时喜欢的诗集和散文集。我还找出了尘封已久的笔记本,准备记录每天的朗读心得。

刚开始时还有些拘谨,声音放不开,节奏也把握不好。但我坚持每天朗读。有时是唐诗宋词,有时是现代散文,有时甚至是孙子的童话故事。渐渐地,我找到了感觉,声音越来越自然,情感也越来越饱满。

最有趣的是,我和小孙子之间因为朗读产生了许多温馨的互动。他会认真听我朗读,然后模仿我的语调和情感。有一次,我读朱自清的《春》,读到“盼望着,盼望着,东风来了,春天的脚步近了”时,小孙子竟然激动地跳起来,仿佛真的看到了春天的到来。我们还玩起了“角色扮演”的游戏。读《三只小猪》时,我扮演猪妈妈,他扮演小猪;读《小红帽》时,他扮演猎人,我扮演小红帽。客厅成了我们的舞台,书中的角色在我们声音中栩栩如生。

朗读不仅丰富了我的生活,还带来了意想不到的健康益处。以前我经常感到胸闷气短,现在每天朗读,呼吸都变顺畅了。

半年过去了,我的朗读角已经扩大到了整个客厅。书架上摆满了各类书籍,墙上贴满了我和小孙子的朗读照片。每周五晚上,我们还会举办“家庭朗读会”,一家人围坐在一起,分享各自喜欢的文章和诗歌。

退休后的日子,因为朗读而变得丰富多彩。我不再是那个整天无所事事的老太太。每当看到小孙子专注听我朗读的样子,每当听到家人为我的朗读鼓掌时,我感到一种前所未有的满足和幸福。 苏应纯

