

带着母亲

去

旅游



带母亲看海。

母亲年近八旬,身体一年不如一年,做儿女的看在眼里,痛在心上,只希望岁月待母亲温柔一些。父亲去世早,未能有机会尽孝多一点,因此,带着老娘去旅游,一直是我的计划。奈何母亲节俭惯了,舍不得花钱,总以各种理由推辞。

我问母亲:“您见过真正的大海吗?”母亲说:“没呢,只在电视里看过。”我说:“那这次就带您去看看真正的大海吧!”于是趁着休年假,我带着母亲和妻小一起快乐出发。

经过5个小时车程,我们到了福建南平市,这是一座美丽的闽北城市。南平是福建文化的发源地之一,“福建”之名取古建州(今建瓯)首字而来,是闽越文化、朱子文化、武夷茶道文化的发源地。我们参观了潘盖桓建盏基地、朱熹的考亭书院、考亭村的侨心渡、书坊乡的康宁古街等地。在书坊乡康宁古街的一幢老屋内,母亲认真端详着一副对联,上面写道“世间数百年旧家无非积德,天下第一件

好事还是读书”。也许是对联通俗易懂吧,她随即告诫我们,不管什么时候,都要行善积德、多读书。

带着对大海的向往,我们又驱车抵达平潭岛。平潭岛为我国第五大岛,被誉为福建的“马尔代夫”。我们首选地为北港文创村,这里背靠平潭海拔最高的山峰——君山,可谓面朝大海,春暖花开。见到真正的大海,母亲开心得像个老小孩,不喜欢照相的她很配合地让我拍了好多张。妻子则带着女儿兴奋地赶海去了。

这里有坐快艇项目,母亲说会头晕,只得作罢,但还是牵着她到浮台延伸段走一走。母亲小心翼翼地走了一段,海风吹在她饱经风霜的脸上,我们一块欣赏着海天一色的美景。我跟母亲说:“平潭东面与台湾省新竹港相距仅68海里,是大陆距台湾最近的地方。”母亲也跟我讲起看过的台湾电视剧《汪洋中的一条船》的故事:“主人公丰喜是个双足畸

形的残疾人,却自强不息,克服各种困难,取得优异成绩。大学期间他一边打工挣钱,一边把自己的经历写成小说《汪洋中的一条船》,成为畅销书。大学毕业后,他回到家乡任教,成为一名受人爱戴的教师。”母亲最后说:“人的一生就像这大海,很少有风平浪静的时候。只要像她那样自强不息,不畏艰难困苦,就能走向成功。”

在北港文创村,我们决定就在这里吃中饭,点了几个海鲜特色菜,让老娘品尝一下。饭后,我们来到长江澳,这里系平潭三大海滨沙滩之一。妻小在海边踏浪拾贝,追逐奔跑。我便陪着母亲聊聊天。我们沐着海风,观大风车空中曼舞,看大海潮起潮落,我想大声说:“大海,我带着妈妈来看你了!”真想就这样一直坐在海边,让时间停留在这一刻。

傍晚,我们决定去龙凤头沙滩游泳。天空突降暴雨,母亲不想去游泳选择待在车里。我和妻小来到海边,担心母亲乱走,和孩

子逐浪嬉戏了半个小时便上岸了。天黑后,我们随机找了个民宿。次日吃完早饭,我们便驾车愉快返程。

有人说:“所谓的父母子女,是在不断目送中看着彼此的背影渐行渐远。因为分别,每一次相聚都显得尤为珍贵。”带着母亲来一次说走就走的旅行,跨越山海,注定是我生命中一次最难忘的经历。

(丁够生 文/图)



即刻行动 点亮记忆之光

本报讯 彭云报道:为了让广大居民深入了解阿尔茨海默症,懂得如何预防疾病的发生,延缓疾病的发展,9月18日,宜春市第三人民医院(袁州老年公寓)工作人员、市医学会老年卫生健康专业委员会、市老年护理专业委员会部分成员来到袁州区凤凰街道富润社区,开展主题为“即刻行动 点亮记忆之光”的义诊活动。

活动现场,工作人员向过往居民发放健康宣传手册,讲解阿尔茨海默症的

相关知识。对于高危老年朋友,热心引导他们进行阿尔茨海默症的筛查,让更多的人了解阿尔茨海默症,消除对疾病的恐惧,掌握科学的手段积极预防疾病。同时,针对老年人常见病、多发病给予相关指导,为过往居民免费量血压、测血糖。

此次活动共服务居民120余人次,为12名高危人群进行阿尔茨海默症筛查,并进行了相应的健康指导。

老人醉酒摔倒 民警暖心救助

本报讯 吴隽 傅家鹏报道:近日,宜春市公安局特警支队五大队凤凰警务站接到群众求助称,在袁州区黄陂路润达百货,有一位老人摔倒,急需民警救助。

凤凰警务站处民警辅警迅速赶到现场,发现一位老人瘫倒在地,嘴角处全是血迹,浑身酒气。经询问周边群众,了解到老人因饮酒过多,行走过程中不慎摔倒,导致脸部受伤。民警立即联系120救

护车到场救治。其间,老人因醉酒意识混乱、情绪激动,不配合救助。在民警长达半个多小时的安抚下,老人终于平静下来,并告知民警身份信息。

随后,民警与老人的儿子取得联系。经过民警与其儿子的共同劝说,老人表示愿意配合医护人员救治,乘坐救护车前往就近医院治疗。临走时,民警再三劝导老人日后饮酒要适量,避免造成身体不适或导致意外发生。

母亲打造缤纷国庆节

母亲习惯通过美食来庆祝喜庆节日,国庆节也不例外。摆上琳琅满目的美食,亲戚们欢聚一堂,把酒畅饮,确实很有节日气氛。这些年日子越过越好,母亲不再满足只通过美食庆祝喜庆的节日。这几年,在她的精心打造下,每年的国庆节都过得很有意义。

记得2019年,母亲在国庆节前开始着力打造她的小花园。她特别喜欢花花草草,我家院子里有各种各样的花草。国庆节那天,远在外地的叔叔一家要回来,母亲忙着收拾院子。她想着如果院子里开满美丽的花,让她洋溢在花海中国庆节过得应该更有意义。我赞成地说:“花开万朵代表祖国越来越繁荣富强,代表百姓的生活越来越美满富足。人们庆祝国庆节,都喜欢把最漂亮的花摆出来。”母亲听我这样说,很开心。她翻了两个花池,分别在院子的东南角和西南角。花池有了,里面的花草得有点档次才行。母亲觉得院子里的花草太普通,什么太阳花、一串红、月季花之类的,单靠这些花撑不起国庆节这样的大场面。

那几天,母亲每天都去附近的花草市场逛,有时一天要跑好几趟。她买来最漂亮的花,栽种在花池里。五色梅、金鸡菊、紫薇花、长春花、大丽花,这些花为院子大大增色。母亲还选出院子里的鸡冠花、月季花、一串红之类的,也移栽到花池里。母亲最擅长侍弄花草。我们都说她像花神,无论什么花到了她手中,保管长得生机勃勃,开得缤纷灿烂。两个花池都被母亲装扮得漂漂亮亮,一家人有空的时候就围着花池欣赏。

这些花里,母亲最喜欢的是红色的大丽花。她说:“大丽花名字好,图的是

大吉大利。这种花开起来非常艳丽,能为国庆节增色不少。”母亲的花池里,每种花都很漂亮。各种颜色的花都有,五彩斑斓的,跟国庆节的气氛很搭。我家的小院,经过母亲的巧手装扮一番,像花园一样漂亮,连老屋也显得有了几分光彩。

那年国庆节,叔叔一大家子十来口人都回来了。他们见到母亲打造的花园式小院非常兴奋。堂弟、堂妹举着手机“咔咔”拍照,还把照片晒到了微信朋友圈。我给母亲看他们拍的照片,高兴地说:“妈,看到没有,照片拍得多好!瞧,小丽还给这组照片取了名字,叫‘老家的缤纷国庆节’。”母亲笑得合不拢嘴。她满足地说:“‘缤纷国庆节’,这个词儿真好!咱们现在吃得饱、穿得好,日子还是得缤纷一点,这样就更幸福了。”母亲识字不多,但她根据语境完全领会了“缤纷”的含义。她觉得我们的物质生活好了,要注重精神生活的享受。有多姿多彩的花朵相伴,大家都觉得愉悦。叔叔提议,以缤纷的花朵为背景,一家人多拍照。我们拍了很多张全家福,大家的脸上都笑开了花。

那年之后,母亲每年都要打造“缤纷国庆节”。她带回一盆盆漂亮的花,装点着花池和小院,装点着隆重的国庆节,也装点着幸福的生活。

(王国梁)



转眼人生一百年

我是一名参加过淞沪抗战和淮海战役的老兵。一百多年来,我经历过战火,面对过无数世事变故,如今依然思维清晰。听说我要过105岁生日,许多人向我讨教眼不花、耳不聋、手脚灵便、头脑清晰的经验。我想了一下,也许和我的四个养生习惯与健康有关。

幸福感的做人习惯。我热爱生活,拥有幸福感。我每天关注中央广播电视台的新闻节目,了解国际形势,也看到了祖国的繁荣和发展,更坚定了信念。我始终保持党员的先锋模范作用,老而弥坚。30年来,我担任社区关心下一代工作的顾问,每年开学前,都会给青少年上第一课,用红色教育帮助娃娃们扣好人生第一粒扣子。

仪式感的生活习惯。我养成饭前便后洗手、洗脸习惯,爱干净,衣着朴素大方。平时注重健康饮食,喜欢吃粗粮杂粮,如红薯、南瓜之类,饮食清淡。

氛围感的交流习惯。我与

邻里关系融洽,遇见邻里办喜事,也会主动分享快乐,并随上份子礼,略表祝福意。我时刻谨记,自律是线,自信是路。我一生没有跟人拌过嘴、红过脸,踢过腿,不吵架、不闹心、不烦恼。

趣味感的锻炼习惯。寿命长短不可预计,可是生命质量可以改变。我喜欢“四个浴”。一是太阳浴,就是爱晒太阳。只要有阳光的天,都会出去走走逛逛。二是汗水浴,就是动手做起来,做饭、洗碗、扫地、擦桌、抹窗、洗衣,都是最好的锻炼。三是书香浴,即走进图书馆,接受书香的熏陶,感受文化的气息。四是鲜花浴,就是到花园看看花,闻闻香。我觉得看见鲜花,人就像回到了小时候那样无忧无虑。

我不喜欢讲自己的战斗经历,因为我热爱和平。面对生活,悦纳自我,看得开,放得下,就越活越年轻。

(聂明元)

暮年“藏”之乐

人到老年,乐趣多多。我个人认为,除了传统的琴棋书画、花草虫鱼之外,老年人也不妨涉足收藏领域,品一品收藏之乐。

老年人搞收藏,有很多得天独厚的条件。

首先,时间相对充裕。老年人从工作岗位上退下来了之后,把家当成了新的工作岗位。这个新岗位对时间要求不会像朝九晚五那样苛刻,老年人可以任意、自由支配自己的时间。这给收藏活动提供了时间上的保证。

其次,阅历相对丰富。老年人阅尽了人间世事,社会经验和各种知识比较丰富,所谓“世事洞明皆学问,人情练达即文章”。这为老年人从事收藏活动提供了坚实基础。

最后,交流比较广泛。老年人社交面比较广,这有利于收藏活动中的互通有无。藏友们经常在一起切磋交流,有利于拾遗补阙,增进知识。

我当初正是基于我个人的这三种优势才踏上收藏的。经过几年的收藏实践,我认为,老年人搞收藏活动至少有三点好处——

生活添趣味。一些老年人离开工作岗位后,往往心里不舒服,有一种失落感、寂寞感,而一旦加入到藏友的队伍中来,心里

就有了新的寄托,因为收藏本身就是一项不断创新、惊喜和收获的过程。老年人在玉器、陶瓷、书画、油画、雕塑、钱币、古籍、钟表、连环画、文房四宝等等五花八门的藏品中闪展腾挪,手抚青花瓷,端详大龙票,把玩五铢钱,翻阅金刚经……心中该是何等的快慰和惬意!大千世界全部浓缩在藏品中。走近藏品,就如同走进五彩斑斓的世界。我迷上收藏后,和一些老年藏友经常外出采风、淘宝,或者聚在一起开藏友Party。大家在一起交流藏品,让我每天的生活都更加丰富、充实,也让我越活越年轻。有事做、有人爱、有期待,这就是幸福的主要内涵。

视野更开阔。老年人可以根据经济条件、兴趣爱好和身体状况去选择和确定收藏的门类和主攻方向。老年人通过收藏,不仅能学到知识、开阔视野,还能陶冶情操、愉悦身心。这些年来,我收藏了皮影、邮票、连环画、年画、瓷器、老家具、古籍、老唱片等。每收藏一种门类,就要钻研一种门类的相关知识,久而久之,我便成了一个杂家,知识量剧增。在我的倡议下,我们30多位老年藏友加入了辽南民间收藏协会。经过几年

的运行,现在协会会员已经发展到160多名,且涵盖了老中青,覆盖辽南、辽西、辽东等地区。藏友们不分年龄、不论性别、不谈藏龄,经常外出采风、聚会、交流,还坚持每季度开一次藏品交流会。这一系列活动,开阔了藏友们的视野,增进了藏友间的友谊,也提升了藏友们的人生价值。同时,老年藏友们在收藏过程中,沉醉在各种藏品中,两耳不闻世间浊事,胸中常存清浊之气,达到了物我两忘的境界,使身心得到了净化和涵养。

囊中不羞涩。老年人通过收藏,使藏品在一定时间内实现自身价值的提升,收藏者从中获得应得的利益。几年来,我一直秉承“以藏养藏”的收藏理念,不断将藏品变现,以藏品的升值来保障自己的收藏活动。老年藏友队伍中,有很多有过捡漏的经历,例如:今年75岁的张老师,曾经在民间淘到一个晚清瓷盘,在以1.8万元的价格收藏。我也曾经有过几次捡漏的经历,虽然都是“小打小闹”,但那份惊喜真是难以用文字来形容,因为每一次捡漏的成功,都是对收藏者经验与眼力的肯定与褒奖。不过,我们这些老年藏友在从事收藏

活动中,都要心怀尺度,对于那种价格高昂、摸不清底数的藏品,一律不碰,绕道走开。因为我们不是奔着一夜暴富去的,而是奔着愉悦身心、充实晚年生活去的,所以精神享受第一。

从接触收藏到现在,也有些年头了,我最大的收获和感受是:老年人适当地参加收藏活动,有助于提升晚年的生活质量。通过参加收藏活动,让我总有一份念想,让我晚年的生活过得充实而有奔头。有事做、心情好,百病自然不来找。这些年,除了感冒引起的头疼脑热外,我几乎没得过什么大病、重病,身体和心理都很健康。当我们抛弃“以藏获得”的想法,秉持“以藏乐晚”的心态时,收藏就会像调味品一样,把我们的晚年生活调剂得多滋多味、耐品耐嚼且富有营养。

(刘会琴)

