

红菱情结

内心有一个红菱情结,来自我幼时的生活经历。

从小我就听祖母讲戏文。祖母一生坎坷,不识字,却是个戏迷,从锡剧《珍珠塔》《双推磨》《庵堂相会》到沪剧《借黄糠》《陆雅臣买娘子》……如数家珍。其中有一出戏就是沪剧《卖红菱》,讲一对有情男女因封建包办婚姻被拆散,男主角还银铛入狱六年。出狱后,男主角以卖红菱为由,找到了已嫁人的赵丽芳女主角,互诉衷肠。那时我还小,但“红菱”这个意象,就此进驻我心。不久,农村拉了有线广播,祖母听到喇叭里赵春芳、杨飞飞夫妇唱的《卖红菱》,大喜,我也随着一遍遍地听,后来就会跟着哼唱。

还因为我家村前河里种的菱角。我们村总共七户人家,几十口人。村前的河叫大圆泾,河水清澈,在村西南拐个弯,向南流淌。这个河湾就是种植红菱的好地方,河面上的菱叶是一

夏独特的风景。

采菱之日,是每年秋天的节日。只听一声“采菱喽”,孩子们就欢呼雀跃,成人也欣然。在那个物资贫乏的年代,唯有夏天自留地里的甜瓜、秋天的枣子和红菱,是无需花钱买的水果。我们这里称其为“腰菱”,或许是剥出的菱肉有点像腰子吧。

“池中植红菱,扁舟摇丽人。”村里的年轻女子是约定俗成的采菱人,她们没有扁舟,而是抬着木质浴盆,一人一盆,小心翼翼地坐进去,用手划水到达菱田。我们正担心浴盆一侧翘起会侧翻,不料,一会儿就平衡了。因为那一侧渐渐装满了菱角。等女子们悠悠地划水回程,孩子们在岸上急叫:“快点,快点啊!”

这时,三桃伯伯闪亮登场。在村里,他是被公认为行事最公平的男人。他帮女子们把浴盆拖上岸,将菱角倒出来,堆成一座小山。大胆的男

孩早就抓起一只,剥开塞进嘴里。三桃伯伯先拿几只菱角,放到我们女孩手里,再根据每户在家的人口分配菱角。大人们任由孩子把装了菱角的竹篮拎回家,让我们也享受一下收获的快乐。

我和大弟把菱角拿回家,祖母说她牙齿不好,只吃一两个,然后为我们姐弟五个平分。我们各自找容器——或盆或篮或布袋,装起藏好。我最喜欢吃嫩菱,慢慢地剥去红艳艳的外壳,露出洁白的菱肉,品味它的鲜、嫩、脆、微甜和多汁。那时的我觉得,嫩菱是最美味的水果。

直到我住读高中,这个秋的节日方才从我的生活中消失。后来,不知道是什么原因,村前河里不再种菱,可那采菱的欢快场景还时不时地浮现于眼前,成了我心中的一个小小情结。

十多年前的黎里古镇,我们于河边漫步,忽有小船靠岸,我眼前一

亮,船头有一小兜红菱!船上阿婆见我热切,犹豫了一会,说:“那就卖点给你吧。”我如获至宝,洗净后急急品尝。前些时去荻江古镇,又一次邂逅红菱。一老妪在荷塘边卖红菱,先生知我酷爱此物,即刻停车买下两袋。我很想去看看植菱的河面和久违的菱叶,老妪说“很远的哦”,只得作罢。

先生总不解我何以如此青睐这平常之物,回程时,听我一路叙说,才知道我心底有这些关于红菱的美好记忆。

(赵丽芳)

关爱独居老人

近日,奉新县赤岸镇华林社区的党员干部和志愿者深入到困难独居老人家中走访慰问,为老人送去温暖与欢笑。同时,认真检查老人们的居住环境,重点关注用火用电安全情况,增强老人消防安全意识和自救自救能力。

(吴传媛 金星 摄)

保留合适的距离尽孝

在我国传统文化的长河中,孝文化如同一股不息的清流,滋养着代代华夏儿女的心田。古语云:“子欲养而亲不待。”这句沉甸甸的话语,不仅是对时间的无奈感慨,更是对孝行的深切呼唤。

然而,在现代社会的快节奏生活中,如何在繁忙与陪伴之间找到平衡,如何在传承与创新中践行孝道,成为了一个值得深思的话题。曾几何时,一家老少同居一屋,其乐融融,是许多人心中理想的家庭模式。在这样的环境中,父母与子女在生活、情感上相互陪伴,共同面对生活的风风雨雨。老人身体硬朗时,他们甘愿成为家庭的坚实后盾,帮忙带孩子、做家务,为年轻人减轻压力;而当老人孤独或身体欠安时,子女的照顾与陪伴则成为他们最温暖的依靠。然而,随着时代的发展,这种传统的家庭模式正面临着前所未有的挑战。

教育、经历、观念和习惯等方面的差异,如同一道道无形的墙,横亘在老人与子女之间。住在一起的便利,往往伴随着矛盾的频发。不同的生活方式和思维方式,在日复一日的相处中逐渐凸显,有时甚至会引发激烈的争执。这不仅影响了家庭的和睦,也让孝道的践行变得举步维艰。

那么,如何在尊重差异与传承孝道之间找到一条可行的道路呢?笔者认为,在城市中,随着房地产的兴起,许多家庭拥有了多套房子。对于能够自理的老年人来说,保持个人空间和自由独立的生活,与孩子保持适当的距离,既能够享受生活的宁静与自在,又能在需要时得到子女的及时关照。这种既不过分依赖又不至于疏远的关系,让老年人既能感受到家的温暖,又不会因过于紧密而失去自我。

在广袤的乡村,年轻人背负行囊,踏上外出务工的路途,成为一道无奈的风景线。他们身后,是年迈的父母,默默守候着空荡荡的院落。这留守与离别的背后,是尽孝难题的深刻映射。难道尽孝只能局限于身边的陪伴吗?不,笔者认为,尽孝之心,不应被地域所限。电话里的问候,节日里的礼物,都是尽孝的方式。更重要的是,那份对家的牵挂,对父母的思念,应化作努力工作的动力,用实际行动回报养育之恩。同时,社会也应关注这一

情暖夕阳

宜丰县新建养老中心建设项目顺利竣工

本报讯 丰轩报道:近日,宜春市宜丰县新建养老中心项目顺利竣工,标志着宜丰养老服务体系建设再上新台阶。该中心将为宜丰县老年人提供更加优质、舒适的居住环境和全方位的照护服务。

这个养老中心项目是宜丰县养老项目的子项目之一,位于宜丰新昌镇光华大道西侧,占地约50亩,建筑面积约2万平方米,投资约1亿元,其中主体工程建设投入7000万元,配套设备采购投入3000万元。项目主体工程于去年12月全面竣工完成。项目建成投入使用后,可提供395张养老床位,设有失能照护区域、老年公寓、行政办公等6栋功能楼,集生活照料、医疗康复、文化娱乐等功能于一体,能充分满足宜丰县老年群体多元化需求。

该养老中心的建成是宜春市积极应对人口老龄化,完善社会保障体系的重要举措之一。未来,宜春市还将继续优化养老服务体系,推动县域养老服务向专业化、智能化方向发展,为老年群体创造更加幸福美满的晚年生活。

上高县田心商会天寒送物资温暖老人心

本报讯 郑炜宸报道:近日,宜春市上高县田心商会携手多家爱心企业走进田心敬老院,开展了送温暖、献爱心活动,商会成员及企业代表们带着温暖的问候,为老人们送上实用的生活物资。

活动中,商会成员为老人们送上精心准备的礼物,陪他们聊天解闷、倾听他们的心声,开展了爱心理发、游戏互动等内容丰富的爱心服务活动。老人们脸上洋溢着幸福的笑容,纷纷表示感受到了来自社会的关爱与温暖。商会成员还详细了解了敬老院的生活设施和服务情况,并表示将继续关注和支持敬老爱老事业。

此次走访活动不仅为老人们送上了物质上的帮助,更是给予了他们精神上的慰藉,以实际行动践行了社会责任,传递了正能量,展现了企业的良好形象。田心商会表示将继续开展此类公益活动,为构建和谐社会贡献力量。

活过百岁有仙感

新年来了,活过百岁的我有一种飘然若仙的感觉。98岁时老花镜不用戴了,居然能看清手机上未放大的小字。80岁时听力不好,坐在沙发上看电视,1.5米的距离音量小一点听不清,现在听得清清楚楚了。7年前拍的照片上一头白发,如今变成了灰白色,黑发还不时长出来。我可不是AI机器人,是如假包换的钱伯伯,出生在1924年2月,即将跨进101岁。

在职时我任国棉27厂总工程师。退休后遇上了新时代,养老生活不愁吃穿,就是住房条件不满意。女儿有孝心,18年前买了一套两室一厅的新房让我们住,明显改善了养老生活质量。我经常在朝南阳台,上午晒半小时到一小时太阳,浑身很舒服。我喜欢唱歌,老伴爱弹琴,当年我们加入街道老年歌唱队,我买了一架海伦牌钢琴送给队里,大家越唱越开心。后来搬家又买了一台钢琴自用,我写的《夫唱妇随》文章上了《上海老年报》。比我大一岁的老妻99岁无疾而终,回想起来唱歌是健康的生活方式。

(钱福田)

晨练十年增强体质

要说我的养生经,那就是晨练。迄今,我已坚持养生晨练10年。晨练治好了困扰我多年的过敏性鼻炎。之前,每当换季或嗅到刺激性气味我就会打喷嚏、流眼泪,痛苦不堪。如今,过敏性鼻炎竟奇迹般地自愈了,且连续多年未曾感冒。晨练,既增强了我的免疫力,又使我做事变得更有耐心和毅力。

我的养生晨练是从退休以后开始的,春、夏、秋季6点出发,冬季晚半个小时出发,使作息有规律。每天清晨走进家附近的公园,面朝大海背靠山,一路上嗅着山林里特有的清新空气,令我心旷神怡。

来到健身广场,跟随手机播放的舒缓音乐,先做三节有氧健身操。第一节,舒展脖子。右手按左头部向右上尽力弯曲,左手按右头部向左尽力弯曲,再将头做前点后仰运动,以增加脖子的柔韧性。第二节,舒展双臂。左手尽力前伸,右手握左手掌向上弯曲;左臂贴胸往右伸直,右手抱着左肩膀往胸前压;左手臂从脑后面和右手拉上,然后,右手臂同理照做一次,充分拉伸、舒展双臂。第三节,舒展腰部。双脚打开同肩宽,双手交叉反掌向上头部、头左侧、头右侧使劲伸直双臂;再掌心向下往两脚中间的地面压,双手从后面交叉,向下弯腰,双臂尽量往上伸直,充分舒展腰部,锻炼腰部柔韧性(以上三节操做多少次可根据自身状况决定增减,我一般每组做10次)。做完健身操,再拍打全身,进行压腿、做器械、牵牵引等。

广场锻炼结束后,从公园回家的路上我也在继续运动。回程需走120多个上坡台阶,此时,经过锻炼的身体早已舒展开来,轻轻松松走上这些台阶。记得刚开始晨练时,我需要最少歇3次才能到达坡顶,而现在,一口气就能走到,仅微微出汗。抵达坡顶后,再继续走下坡路,我通常把走这段路当做放松运动。走到家时,正好一个小时,晨练使我精神抖擞,充满活力。

(胡丹赤)