

父辈的聚会

□魏伟

暑假,父亲和母亲在我工作的南通住了不到20天,他就又急着要回江西老家了,原因是他们老朋友要聚会。十多年来,父亲和他的老同事是每月聚一次,而且这次是轮到父亲做东请客。我说,千里迢迢,好不容易来了,多住些日子,聚会可以推迟的。父亲说,不行,已经推迟一周了,这次必须得回去。父亲一向说一不二,只得依他,我和儿子开车送他们回去。

回到老家第二天,父亲就电话一一通知老友,明天何时何地聚会照例举行。父亲是中学退休教师,因此来聚会的也大部分是共事二三十年的老朋友,其中很多是教过我的老师。父亲提议我一起参加他们的老友聚会,好好拜见下那些我曾经熟悉的恩师们,我欣然接受。

聚会那天,父亲一早买好西瓜、花生等食品,又把我们买给他的好烟好酒带上,兴致勃勃地和我来到他们经常聚会的酒店。老师们年事

已高,有的搭车来的,有的骑电动车来的。都是在本地中学从教几十年的老教师,有白发苍苍的藤朝德校长、有历年为毕业班数学担当把关的陈广美老师、有任劳任怨管后勤的卢洪其老师……年岁不饶人,如今他们多年过古稀,头发白了、脸上皱纹更深了,幸好都还健康。有不少老师,我毕业后二十多年没有见过,像教过我数学的陈春兰老师,此次相见分外感慨。亏她还记得我上中学时喜欢写作,得知我在工作之余坚持写作,在报刊发表了许多作品后,陈老师很是欣慰。父亲和老朋友们虽然只一个月未见,见面了依然分外亲切,忙着互致问候。

饭桌上,我虔诚地给老师们端茶递水,听他们谈论过去的岁月,回忆教师生涯的往事趣事。从刚参加工作时,一个月拿十几块钱工资辛苦养家到如今退休拿数千元退休金安享晚年;从一个一无所知的毛头小伙到如今阅历无数白发苍苍;他

们为成就一批又一批学生而自豪,也为一小撮有才气学生的不争气而叹息;谈到胡涵章校长今天因为生病缺席,又引发了他们对自身身体健康要重视的话题,一致认为要管好自己,尽量不给年轻人添负担。陈春兰老师见我父亲偏瘦,尤其叮嘱我一定要带他去医院做体检……父亲和他的老友们聚会就这样天南海北、无拘无束,一起品评生活的苦与乐。

谁家的孩子考上了清华北大?哪一届的某个学生取得了了不起的成果?在父辈聚会的饭桌上,时光仿佛停留在昨天,仿佛他们还在执着教书育人的鞭子……学生、学校和教育是他们终生关心的话题。他们为高价学区房而担忧,他们为取消课外辅导叫好……古人说“不在其位,不谋其政。”他们不是。从前,在教育战线,他们牢记使命,以赤诚之心奉献了一生。如今,作为一名退休教师,他们不忘初心,对教育关心关爱的拳拳之心仍然没有变。

红色故事大王

□李斌

近日,崇川区钟秀街道红色初心老兵宣讲团团长宗顺生,在百花村社区给市实验小学(南区)四(4)班的同学讲述红军长征路上的中秋故事。

1974年,宗顺生在部队演练中为救一名战士,不幸失去了左手,成了四级伤残军人。为了讲好红色故事,已是耄耋年岁的宗顺生与时俱进,学习网上阅读。“时代在发展,我们单靠嘴说大家都不愿意听,所以要紧跟潮流,想出新法子吸引大家的注意力。”



开眼老四篇

□张垣

开门七件事,柴米油盐酱醋茶,这是生活必需品,当然需要。而我自从退休后,反正有的是自由,每天清晨告别梦境,开眼还有老四篇,坚持十几年,对健身强体大有裨益。

首篇做减法——解大便。粪便是肚子内的渣滓,含有多种毒素,若不及时排出,往往使人身体慢性中毒,害人不浅。长期以来,我养成了清晨解大便的好习惯。活到七十多,从无便秘过,肛门出血等麻烦事也从不麻烦我。

二篇做加法——喝开水。人体通过一夜休息,从小便和出汗中流失大量水分,致使血流量减少,于是血液黏稠度增强,容易导致心肌梗塞或心绞痛。我排便后洗手、漱口、刷牙毕,就喝一杯温开水,还加一点儿盐,能很快地被已排空的肠道吸

收利用,使血液稀释、血管扩张,从而加快血液循环,增加血管弹性,降低血压,防止心脑血管疾病的发生。

三篇做除法——做卫生。这除法就是对环境的大扫除,我抬头擦窗玻璃,块块玻璃清又净。俯首拖地板,拖把净灰尘。墙上门上都抹一把,窗明几净,空气流畅,生活在这样的环境中,心旷神怡。搞卫生,当然要出力流汗,其过程也是晨练的最佳形式。用汗水换来洁净环境,自我感觉太美了,有益健康。

四篇做乘法——唱戏曲。以唱、念、做、舞熔一炉的中国戏曲,是最能代表中华传统文化的艺术。我自幼喜爱戏曲,虽然爹妈没给我一个金嗓子,却爱哼唱南腔北调,退休后有的是时间,又有我自己营造的清洁环境,我何不利用起来。我先

效京剧《智取威虎山》中杨子荣,首先引吭高歌“今日痛饮庆功酒,壮志未酬誓不休。来日方长显身手,甘洒热血写春秋”的豪放曲,接唱一首越剧《梁祝》中祝英台的“我家有个小九妹”的抒情曲,然而转入黄梅戏《天仙配》中七仙女董永的对唱“树上的鸟儿成双对”,再来一段豫剧现代戏《朝阳沟》中三老太轮唱的“亲家母”,过渡到体现乡音乡情的家乡戏海门山歌剧《淘米记》对花调。当然每天有变化,不千篇一律。男腔女调一起哼,传统现代一齐上,豪放婉约一同试,似做乘法积累多,心情舒畅多快乐!

加减乘除老四篇,篇篇都在室内做,风雪雷电也不怕,清晨开眼天天做。做出了平和的心态,做来了乐观的精神,做成了健康的体魄。退休十几年,从没进过医院,该是奇迹。

平凡生活

有一种闺蜜叫女儿

□王阿丽

“约吗?今晚7:30去看电影,我今晚下班比较早。”看到微信中小鱼儿发来的消息,我赶紧做饭,坐等就餐完毕,一起观影。这是我和我的“闺蜜”——女儿二人日常生活的一个缩影。

和闺蜜一起,共享读书好时光。女儿喜欢拍照片、写公众号,燕子、王小猴等网红人物都是她关注的对象。女儿喜欢读麦家的书,也想让我一起分享他的作品,不久前,她向我隆重推出《人生海海》这本书时,是以朗读者的形式推出的。连续一个月,每晚八点,我俩准时开启读书模式,女儿是朗读者,我是听众。而到了周末休息,我们俩闺蜜都会抽出半天时间泡书吧,或者去我喜欢的图书馆读报,渐渐的,女儿融入了我的读报生活,我也在新潮的阅读方式中感受着温情。

和闺蜜一起,与青春重新握手。以前在老家,热衷于读书、写作的我,几乎不怎么看电视连续剧。现在,在女儿的推荐下,我喜欢上了青春偶像剧,时不时跟着女儿追剧,那些《二十不惑》《三十而已》《你是我的荣耀》等等连续剧,我都一一看过。在观剧过程中,让我与青春一次又一次握手,原来青春不曾走远,此时,我的心还年轻。

和闺蜜一起,逛吃逛景乐逍遥。逢休息必出行,已成为我们周末度假的不二模式。化好妆,穿上闺蜜服,走在街上赢得了众多的回头率;在网红甜品店门口,我们取号后会耐心等待近一个小时;在抓娃娃机前,我们会为一次性抓到5个娃娃相拥狂呼;去鱼嘴公园拍夕阳,我们从下午一直拍到夕阳西下,女儿教会我许多拍摄技巧。

和闺蜜一起,互诉衷肠乐开怀。每晚睡前,我们会拥被而谈。女儿讲着她单位发生的新鲜事,讲同事小徐最近崴了脚、行走不便,次日还要去客户处办理业务时,我打断了她的话:“不违反规定的话,你可以申请代替小徐去,同事间要互相帮助的。”女儿忽然抬起我的手,猛然击掌:“妈,英雄所见略同,您调教的女儿肯定是这样的!”我对女儿讲我白天遇到的一些事,讲快递员送货联系我,找不到我家,我因刚搬来也说不清具体路线时,使得人家花费二十分钟才送达,为这事,我内疚了半天呢!讲到动情处,我竟流下了泪水。女儿递给我纸巾安慰道:“妈,下次这个快递员就熟门熟路了!我教你一个方法,明天你去我们小区周边踩点,看看我们小区的周边情况,你就可以实时导航给快递员啦!”我拍了拍脑袋:“对,这是个好方法!我咋没想到呢?”女儿抱了抱破涕而笑的我:“小丽丽,你今晚可以睡个安稳觉啦!”“去!你这没大没小的,快关灯去……”

和闺蜜相伴的岁月,将我拽回了青春好时光。她陪你哭、陪你笑,吹散了阴霾、迎来了阳光。携手闺蜜,走向花开锦簇、灿若朝霞的明天!