

朝花夕拾

难忘那次麦场失火

■王兴山

又到麦子成熟时,我不禁想起了上世纪 60 年代的一个夏天。那时太阳火辣辣的,烤得田里的庄稼都卷了叶,割下的麦子铺在麦茬上。生产队里唯一一辆马车把麦子往麦场上运送。“焦麦炸豆”一点不假,刚从三年自然灾害中熬过来的百姓们,惜粮如金。于是,我们这些十一二岁的小学生不得不停课,到生产队里搞颗粒归仓。

低着头,弯着腰,追着麦穗来回跑,从课堂里来到广阔天地,我们的心情无比欢畅,全不顾似火的骄阳,全不顾扎人的麦茬根,一个个争先恐后,欢呼雀跃。突然,在我们前边的 200 多米处,蹿起一股浓

烟,一会儿就变成了冲天的火光。我们顾不得拾麦子了,向着冒火的地方跑去……

火是在生产队的打麦场上燃烧起来的。打麦场就是在割过的麦田上犁上一片场地,然后水浇碾轧碾实,使其像路面一样坚硬,割下的麦子集中放到那里,然后经过一道道工序,加工成麦粒。其中最主要的工序,是用两个大马碾接上电动机的“电碾”,在晒干的麦子上来回碾轧,再人工将麦草和麦粒分捡。此次着火,是“电碾”在碾轧麦子时不慎轧到了电线上,引起火灾的。

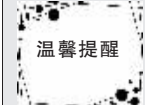
“社员同志们,快来麦场救火

吧!”我们还没跑到麦场,就听到有人呼喊!这时,打麦场上的麦子正滚滚地燃烧着,逐渐向堆在场上的麦垛堆围逼。生产队长一面派人去大队部打电话报警,一面组织人救火。火太大,用盆浇手泼是杯水车薪,大家只好抢着把麦堆同附近的麦垛堆断开,然后用盆浇罐洒的方法,往没燃烧的麦子上灌水,以防造成更大损失。

从水源到麦垛有 100 多米,四面八方赶来的人排成了长队传水。我和同学们自动加入到传水的队伍中,几分钟后,消防车赶来了,消防队员紧张有序地展开扑救,大火终被扑灭。

通过救火,我感到集体的力量,感到消防的重要性。我把这种感受写成作文《一个有意义的星期天》用在升初中的考卷上,在这次八取一的考试中,我被录取。两年后遇上“文革”停课返乡,开始征兵后,我不顾身单力薄,毅然决然地要求参军,参军后竟干上了消防工作。

不知道是不是当年那场火决定了我干消防的命运,不过,我知道在征兵时如果自己前顾后怕、不敢应征,那么肯定像许多同学一样还在乡下打拼。看来,把握前途是在机遇面前的自信,关键时刻的自信,可能会影响一生的命运。



钱包失窃记

■沈鸿年

前段时间,我骑自行车回家,途中赶上集市。我顺便买了两个塑料花盆,式样、质量也看得过去,价格也不算贵,每个才 2 元。我将盆卡在车后架上,随即从放在车前筐内的手提袋里取出钱包拿了 4 元钱付给摊主后,把钱包又装回手提袋内,顺手把手提袋捆扎在车把上。

我正准备推车离开时,过来两个中年男子,一个喊了声“大叔”,手拿一条小绳说:“我帮你捆一下,不然到路上会掉下来摔破的。”他用小绳在后架盆上缠来绕去忙活了足有两分钟。我很受感动,连声道谢(我误认为他也是卖花盆的),认为他对老年人真关心。捆好后,中年人迅即离去。当我转身推车时,发现一直在我背后的另一个戴近视镜的中年男子也不见了,车筐内手提袋的提袋已被解开。我打开手提袋一检查,发现钱包不翼而飞,包内 70 余元及我的离休优待证等也随钱包而去。我询问摊主那两个中年人是你什么人,答曰:不认识。

这时,我才悟出这两个中年人是合伙作案。帮我捆盆的是在我面前作秀,诱导我的注意力,给其同伙窃取钱包拓展空间。

作为教训和借鉴,两个花盆我一直使用至今,见物思情,舍不得抛弃。损失事小,总结经验是大,以后外出我不带多余的财物,不去人多的场所,对不熟悉的人不接触,对帮助我的人要提高警惕,已成为我不成文的戒条。

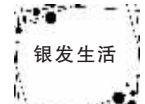
窃贼一般作案,针对老年人“思维反应迟钝”和“认为世上好人是多数”的心态,投入你所好,而施展其盗窃阴谋屡屡得逞。奉劝老年朋友们外出时,无论在什么场所都要提高警惕,虽然不应以小人之心去度君子之腹,但是提防坏人之意却不可无。



夕阳红热线:
13592220003



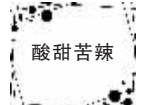
演出归来 河山 摄



我这一生,酷爱写作,尤其是 2002 年退休后,更加痴迷,这也正如俗语所说:“萝卜白菜,各有所爱。”

我 2003 年 12 月动笔,2005 年 3 月搁笔,2007 年 7 月成书,写了 30 余万字的自传式回忆录,后又成为一些报社的常客,不断写点杂文和小文章。

写文章,不像说话,要写好,除了要有一番文字功底外,还需经过一番细致构思和词语的巧妙组合,才能成为一篇人看人爱的好文章。我因为是半道出家,文化程度又有限,所以在刚写稿件时,往往抓不住主题,词语也用得不当。每逢这



我是一个 66 岁的老太太,真不知道,我的命运居然被“一碗水”左右着。

我出生在上世纪 40 年代中期,兵荒马乱的,奶奶领着我们娘儿五个一起投奔到我姑家。农忙时节,妈妈去姥姥的村子里做短工,早出晚归,一岁多的我和双胞胎弟弟及大我们 3 岁的哥哥留在亲戚家里,由奶奶一人照看。

一天,妈妈收工回家,不见了我,问我奶奶,老人家挺随便地回答:“给人家啦!”原来,堂姑的女街坊没孩子,就想抱一个养着。妈妈寻思,跟了人家,兴许能吃口饱饭享享福,给就给吧,也不在乎了。

我把写作当乐趣

■冯树德

时,版面编辑总能够点石成金,把一篇水平不怎么样的文章,打造成读者喜闻乐见的好文。

多年来,我早已与写作结下了不解之缘,把它当成了我晚年生活中一项必不可少的乐趣。每当报纸上登出了我的某篇拙文后,我就高兴得像个孩子,爱不释手,反复端详,害怕它会跑掉似的。过后,我再把它保管珍藏。每当家中来人时,我都要把它拿出来,自傲一番,侃上一会儿,成就感油然而生,好不快活。

人各有志,爱好也多有不同。自从我爱上写作后,感悟颇多,受益良深。写文章,不像抹桌扫地,是

需要经过周密和反复思考的。题目是什么,开头咋下笔,中间啥内容,结尾咋写,没有金刚钻,这个活是不太好揽的。这需要有一定的专业知识和一股韧劲与钻劲,只要用心,功到自然成。

经过多年实践,我会写出写作有如下几点好处:一是它可以让以人快乐,让人年轻;二是它可以动手动脑,修身养性;三是它可以锻炼身体,播撒文明。

要写出一篇好文章,是难,但也并非不易,只要下决心,有恒心,总能看到自己的文字被印上报纸的那一天。

那碗没泼出去的水

■王明琴

几天后,妈妈趁着歇工,抱着我弟弟去姥姥家玩。大舅妈见状,问:“咋不抱来小闺女啊?”“她奶奶把她给人家了。”大舅妈问明了情况,帮妈妈分析,那女的只是懒得晚上去开会,想抱个孩子占着怀,好找借口,哪是为了照顾孩子呀!跟了她,孩子肯定少不了吃苦,不会享福的。妈妈这才醒过神来,不知所措。大舅妈询问:“你给人家泼水了没有?”“我没在场,没泼水。”“那就办好,能更改。”大舅妈决断地说,并催促我妈,“赶快回去!把孩子要回来。”妈妈连忙一路小跑找到那街坊,没费多少口舌就把我抱回了家。于是,我重新回到了母

亲的怀抱。

时光飞逝,花甲一轮回,母亲已是百岁老人。往事如烟,记忆依稀,但对于我的失而复得,母亲记得清楚准确。如今,母亲谈及此事,仍对早已过世的大舅妈深怀感激。朴实的农民,常用“泼碗水”这种原始的方式表达事情的不可逆转,正所谓覆水难收,永不反悔。

幸好母亲没给人家泼那碗水,多亏有主见的大舅妈提醒,否则,我将永远不能与母亲团聚,永远无法享受到深如海、重如山的母爱。那碗没泼出去的水,成就了我的人生轨迹——读书、教书,一辈子跟书打交道。



左右扬臂益健康

两腿分开与肩同宽,左右两臂分别上下扬动,胸腹微挺,头部呈后仰状,呼吸随左右臂膀的运动,深呼吸,每秒各一次,时间为 2~3 分钟,每日早起后和晚睡前各做一次。

此法对老年性上肢麻木、肩周疼痛、脖颈发硬、驼背弯腰、胸闷气短、肝脾不适、心肌功能不良等症均有很好的疗效。

老人应常晒脚心

早晨或傍晚脱掉鞋袜,将两脚心朝向太阳晒 20~30 分钟,专家称之为脚心日光浴。此法的妙处在于让阳光中的紫外线直射脚心,促进全身代谢,加快血液循环,提升内脏器官的活力,使其功能得到充分发挥。此法对佝偻病、鼻炎、贫血、低血压等疾病有较好的疗效。

经常张闭嘴 保护脑血管

张闭嘴:经常做“张闭嘴”运动,即最大限度地将嘴巴张开,同时伴之深吸一口气,闭口时将气呼出,如此一张一闭,连续做 30 次。作用是通过面部的神经反射刺激大脑,可改善脑部的血液循环,增强脑血管弹性,有利于预防中风及老年痴呆症的发生。

老人要学会自控

随着物质生活的充裕,人们的健康意识增强了。不少离退休老人为了自己的健康,不惜出资成百上千元,去购置高档医疗器材和高级营养保健品。此举若是适合自身,对养生有益自然无可厚非,然而,千万不可忘记个人的主观内因——健康能力,即自我控制能力,对防治疾病、保障健康所起的关键作用。

生活中常有一些老人,对所发生的不快之事耿耿于怀,以致成了心里挥之不去的阴影,虽也自知坏情绪会日久致病,却又控制不了自个的情绪。还有一些老人,也深知生命在于运动的道理,也曾每天坚持锻炼,但经不住牌友的招呼,失去了自控,一天到晚不离麻将桌,久之坐成了麻将腿、麻将腰。更有个别老人,深受吸烟的毒害,咳嗽、吐痰,气吁喘喘,多次试图戒烟而未果,究其原因是在烟民们的让烟诱惑下,不能自控重蹈覆辙了。

一般认为,一切有关健康的主观意识、知识、智慧,都必须经过实现健康的行动能力,才能达到期望的健康效果。当然,人们的健康能力——自控力,不是天生就有的,只有在日常生活中一点一滴、坚持不懈地长期磨砺,才能锤炼出来,才能恰如其分地驾驭好个人实现健康的行为,达到健康长寿、尽享天年的目的。