



老年作品

## 祭华敏兄文

惊悉老友邹公讳华敏客逝异乡，不胜老泪纵横，夜不得寐，追思往昔，撰此祭文，以悼亡友。

嗟嗟邹公，祖籍新蔡，蒙业乡师百泉。解放之初，恩师士栋，奉招新城。萧公慧眼，荐能举贤。邹公自此而后，踌躇满志，躬耕芹宫。簞箝者我，思乐育才。适会永明，喜结连理，恩爱相随，融融乐乐，何等幸福美满。呜呼！前路难测，人生多舛。一场反右风暴，来势凶险。邹公夫妇，同时罹难。人，不人兮任宰割，鬼非鬼兮遭冷眼。终日惶惶然，惟恐言之不逊、行之不忠、思之不端。如此这般二十年，在凄风里度日月，于苦雨中盼晴天。嗟夫！青天在上，苍天有眼！小平复出，力挽狂澜。逆流而反正，顺民心而拨乱。当是时，邹公已逾百，骐骥伏枥，宏图大展，教书育人，科研斐然。太史公曰：“桃李不言，下自成蹊。”信夫！巨料老妻身染重疴，先赴泉台。继而长子傻虎，离家迷路，饥寒交迫，暴尸荒郊。妻离子别，其哀动地，其痛惊天。邹兄忍人之不能忍，为人之不可为。退而不休，自费兴学，校曰弦歌。弘扬国粹，崇尚儒学。其绩辉煌，其心拳拳。陈州，羲皇故都，古迹累累，文化灿灿，邹公为之倾情，握管撰文，《太昊陵》、《太昊陵庙》、《陈州华章》相继出版。耄耋之年，拟编《龙典》。宵衣旰食，查阅三坟九典，摘抄诸子百家，洋洋二百万言。草稿未就，抱憾而去。呜呼痛哉！邹公遗愿，我辈秉承。来日书成，必奉灵前。

呜呼痛哉，魂兮归来！祝公一路走好，含笑九泉。

张春沛拜祭

## 自题

■明玉

我是一个犟老头  
爱山爱水爱自由  
春来旧去随自然  
春夏秋冬乐悠悠

# 那年知青“五一宴”

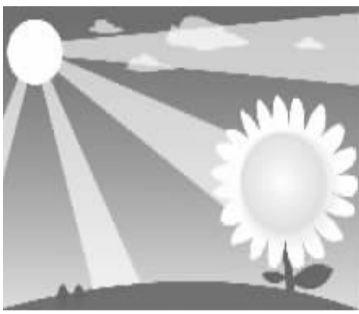
■薛韬

1970年“五一”临近时，我们几个城里下放的知青，期盼着“五一”能改善一下伙食。原因是平素日子太苦，一天两顿稀粥早已令我们饥肠辘辘。终于，在4月30日那天，当政治辅导员徐大爷来到我们知青组时，特别能吃的知青“牛肚”向他提出了要求：“明天是劳动节，劳动人民自己的节日，你该带领我们庆祝一下。”

“劳动节？”徐大爷诧异地问，“我怎么没听说过？”大家就向他宣传“五一”劳动节是怎么回事，我还找出前一年“五一”时中央领导和首都工人阶级一起庆祝的报纸，向他证明这个节日应该庆祝一下。

徐大爷被说服了，于是，和大家一起商量如何庆祝。还是“牛肚”最直率：“中国人最好的庆祝方式就是吃！我们知青组来顿‘五一宴’庆祝一下，请政治辅导员徐大爷一起参加。”

大家几乎同时鼓掌通过。可我们知青都是“穷光蛋”，办宴会岂不是痴人说梦？大家一阵沉默，谁也拿不出什么好建



议。许久，一直深思着的徐大爷开口了：“好了，你们别管，明晚我来，保证让你们吃上‘五一宴’！”

“五一”那晚，油灯点上了，仍不见徐大爷的身影。连晚饭都没有做的我们，都有点沉不住气了，“牛肚”甚至说：“徐大爷不是吹牛皮哄我们吧？”就在这时，徐大爷跨进门，将手里拎着的箩筐往桌上一放说：“‘五一宴’开饭啦，吃麦稔子（用未成熟的麦仁搓成的淀粉面条）。”

顿时，屋里响起欢笑声，大家争先恐后抢到箩筐前，抓起

一把麦稔子就往嘴里塞，一股清香立时溢满嘴巴。半箩麦稔子不一会儿就见了底，这时，大家才想起徐大爷一点也没吃，都让他也吃一点。徐大爷却直摆手：“我在家里吃过了，你们吃，你们吃。”

徐大爷带着满意的笑容走后，我们都为十分过瘾的“五一宴”兴奋不已。熄灯后，我们回味着这一少有的美味，许久都睡不着。

然而，少不更事的我们事后才得知，为了让我们吃上“五一宴”，徐大爷将家里一分多自留地里即将成熟的麦子，都做成了麦稔子。做麦稔子时，他那比我们还小的女儿也想吃，偷偷抓了一把正想往嘴里送，被徐大爷发现了，一把夺下来，训得她哭了起来。在那缺粮的年月，一分多自留地的麦子，也许够他们全家凑合吃半个多月了；然而，却让我们一顿就“糟蹋”了。那种惭愧呀，使我们以后见了徐大爷就心虚脸红。后来，我们知青在农村又过了几个“五一”节，但再也没有人提出要吃“五一宴”了。



银发生活

## 不同老伴打“口水仗”

■沈苗生

我和老伴同年退休，十多年里朝夕相处，形影不离。我们一起晨练，一起买菜，一起逛街，一起走亲访友……人们说我俩像一对儿老鸳鸯。

其实，我俩性格外向，好胜逞强，常为一点小事、一句话你争我吵，打口水仗。不过，我俩的战争只是热战，不会冷战。战

罢两人会借故说话，和好如初。

我冷静地想想，50多年来，老伴很不容易。刚结婚的时候，我俩收入只有六七十元，远离父母和兄弟姐妹，无人照应，还要每月寄20元给父母养老。吃饭少口粮，穿衣少布票，新建的小家庭缺这少那，那时全靠老伴精打细算，凑凑合合过日子。

如今退休了，老伴还忙活着，家务活儿她一人做，还要照顾我。我还不自觉，挑她的错，和她打口水仗，实在对不起她。

我俩都已70多岁了，为了以后的日子过得温馨、和谐、幸福、快乐，我一定克制自己，多多忍让，不再和她打口水仗了。

## 《中华孝德故事》

■主编 王芸廷 副主编 王建钧

连载之四十七：

# 乐羊之妻自刎救婆母

古时候，河南的乐羊子有一个妻子，不知姓什么，但她做事见识广，是很有节操的一位女子。

有一天，乐羊子在路上拾了一块金饼，他兴冲冲地拿回家。妻子见后不以为然地说：“我听说有志气的人不喝‘盗泉’的水，廉洁方正的人不接受他人傲慢施舍的食物，何况是拾别人的失物、谋求私利来玷污自己的品德呢？”羊子听后十分惭愧，就把金子扔弃到野外，然后远远地出外拜师求学去了。

一年后，乐羊子回到了家。妻子赶忙跪起身问他回来的缘故。羊子说：“也没有什么特殊的事情，只是出行在外久了，心中想念家人而已。”妻子听后，就拿起刀来快步走到织机前认真地说道：“机上的布

是一丝一丝积累而成的。先织一寸，再织一寸，累寸不已，才成布匹。现在如果割断这些正在织着的丝织品，那就会丢弃成功的机会，迟延荒废时光。您要积累学问，就应当‘每天都学到自己不懂的东西’，用来成就自己的美德。你现在求学半途而废，那同切断这丝织品又有什么不同呢？你怎么能成大器呢？”乐羊子被他妻子的话感动了，又回去继续求学，直到修完自己的学业，七年中就没有回来过。

乐羊子离家求学期间，妻子辛勤持家，照顾婆婆。有一次，邻家所养的鸡误闯入乐羊子的园中，婆婆便抓来杀了做菜吃。到吃饭时，乐羊子妻知道鸡的来历，直对着那盘鸡流泪，不吃饭。婆婆感到奇怪，问

她原因，乐羊子妻说：“我是难过家里太穷，不能有好菜吃，才让您吃邻人家的鸡。”婆婆听了大感惭愧，就把鸡丢弃不食。

后来，强盗入室，想侮辱乐羊子的妻子，就先劫持了婆婆。乐羊子妻听说，毫无畏惧，操刀而出。强盗却说：“你答应我的要求，我决不会伤害你，也不会伤害你的婆婆。如果你不答应，我就杀死你的婆婆。”乐羊子妻不甘受辱，仰天叹息，然后举刀刎颈自杀了。强盗十分害怕，放掉婆婆就仓皇逃跑了。

养生参谋

## 让皮肤年轻十岁的秘密

我今年67岁，皮肤细嫩、光滑、白里透红，又不显皱纹，也没有老年斑，总会有人问我为什么皮肤那么好？

其实，我除了冬天外出前在手上涂点普通护肤膏外，平时从不用化妆品，只是比较注意对皮肤的洗护保养而已。归纳起来，主要有以下几点：

1.晨起后，先将自来水管中的水接一盆，留着洗衣服、冲厕所用。因为这些水富含重金属，刷牙、洗脸、做饭、烧开水都不好。

2.洗脸要用与皮肤温度差不多的温水（最好用流动的水）。用凉水洗脸虽可预防感冒，但对皮肤不好，防感冒可用其他很多方法。

3.洗手后先在双眼上沾点水让眼周围湿润几分钟，以便让眼屎容易自然洗掉。

4.洗脸时，除洗脸可以横着洗外，其他地方（尤其是在鱼尾纹处）都要用手擦水上下竖着洗（可以侧着脸左右两边分别洗），这是最重要的一条，可以防止和延缓皱纹生长。

5.洗脸后，要用干毛巾（与平时的擦手毛巾要分开）轻轻蘸干脸上的水，不能用力擦。

6.除非脸部较脏时，一般不用香皂洗脸，只要用水洗完脸后，用肥皂或香皂洗干净毛巾，晾干下次洗脸用即可。

这样洗脸看起来很麻烦，但只要养成习惯就好了，常年坚持下去对皮肤和身体大有好处。

(孙荣)



夕阳红热线：13592220003



由周口升盛劳务派遣公司 赞助连载

公司常年招工、培训、安置 16 至 45 岁务工人员，跟踪维权，最低工资 2000 元以上。

咨询电话：8688566

【感言】

乐羊子妻废金断机，激励乐羊子求学上进，用心良苦，早已被世代的人们所称颂。后来，强盗入室，她不甘受辱，以死抗争。在生死存亡的紧急关头，舍生取义，一救婆母之命，二保自身名节。性情之刚烈，丹心照汗青！

