

往事追忆

**年饭**，是人生最温馨、诱人、令人期待和向往的亲情大餐。无论贫穷富有、百姓高官、老人孩子、家居何方，对于华夏儿女来说，吃年饭，盼团圆，祈幸福，待来年，是大家共同的追求和心愿。然而心情不同，年饭也会吃出不同的味道。

1972年回家过春节，真是归心似箭，家里香甜的年饭犹如巨大的磁场吸引着我。由于当时执行任务，直到腊月二十八的晚上领导才批准我回家过年。屈指一数，满打满算只有3天。从部队回河南老家，要坐火车、转汽车、搭便车。正逢年关，车票紧俏。如果顺风顺水不耽搁，除夕还能赶到家吃上团圆饭；如果途中稍有不顺，就会竹篮打水——一场空，途中过年。为赶年饭，我绞尽脑汁，终于想出一个“滚雪球”沿途一路搞接力的办法。充分利用一切人脉关系，为我顺利到家保驾护航。天津出发的车次敲定后，我当即和在北京当兵的好友刘相学取得联系，无

1967年春节，是“文革”中我在部队第一次过年。因除夕夜我们班要站岗值勤，作为班长，年夜饭前我召集全班战士开会，对值勤做具体的安排。刚从军事院校分配来的大学生、代排长柳青树也参加了我们的班务会。会上当我讲到：“今天是除夕，常言说：‘人逢佳节倍思亲’。此时此刻，我想大家和我一样一定会思念家乡和亲人……”“停！停！”我的话刚刚开头，柳排长就一脸严肃地打断了我的话，摆出一副“唯我独尊”的架势，瞪着我扫视了一下四周说：“同志们听听，班长说此时

1975年冬季我训练新兵当指导员。这年大年初一早晨，我被分到三班和新兵一块儿包饺子过年。这批新兵来自江苏，当兵前都是吃大米炒菜，很少吃饺子。不少人连饺子馅咋进饺子肚都不知道，你说还让咋他们包饺子？

部队包饺子，都有炊事班事先和好面、调好馅，然后把面团和饺馅按人头分到各班。至于擀面皮，包饺子，煮饺子，就有各班“八仙过海，各显其能。”我和三班的正、副班长都是北方人，包饺子是好手。俺仨分头把关：班长带一个新兵拽面蛋，副班长领一个新兵擀面皮，

## 香甜的年饭

论有无车票和座位，要他一定想法把我送上腊月二十九上午从北京开往漯河方向的火车；然后又打电话给在漯河当兵的本家哥哥，求他想尽办法给我弄到大年三十去老家项城的公共汽车票。实在不行，坐货车、搭便车都可以，回家过年心之切可见一斑。最后我又通过在县城的老同学告诉我家人，大年三十下午去县城汽车站接我。那真是为吃团圆饭：日夜间程，接力不停，众多亲友，送我一程。由于计划周密，众人相助，年夜饭前我

## 苦涩的年饭

此刻，你们和他一样想念家乡和亲人，这不是贬低你们吗？我们是革命战士，为消灭帝、修、反，为解放全人类，咋能想家和亲人啊？这是私心杂念作怪！大家要帮他斗私批修！狠斗私心一闪念！”他劈头盖脸不着边际的一席话，一下子把我说懵了，我如坠五里雾中找不到北。这突如其来的阵势，也让全班同志惊呆了。平时大家都情同手足，亲如兄

## 风趣的年饭

我指挥10个新兵包饺子。俺仨一条龙操作，配合默契。遗憾的是，包饺子对这些新兵是新课题。别看训练场上他们登高爬低身手矫健，敏捷如燕；包起饺子却笨手笨脚，老虎吃天——无从下口。无奈，有的拿面团捅个洞往里填饺馅，用手一团像元宵；有的用两张面皮夹点馅一拍成馅饼；有的用面片包点馅一撮似包子……躺着的、趴着的、滚着的千奇百怪，煞是热闹。



终于赶到了家。看到风尘仆仆归来的儿子，一直站在村口等待的父亲高兴得拉着我的手直抹眼泪。老娘更是欢喜不尽，站在街口一个劲嚷：“谢天谢地，终于到家了，这下吃团圆饭他的碗就不用再空着了！”

迈进家门，看到一家人欢天喜地和早已备好的丰盛年饭，浓浓的亲情和扑鼻的年饭香顿时陶醉了我。心里那个美甭提啦！

弟，谁见过这场面？大伙儿面面相觑，低头不语。班务会顿时陷入尴尬的境地。柳排长在校时是个“造反派”的小头头，习惯了“左”的那一套。他本想大家会跟着他“斗和批修”，没想到竟落个骑虎难下的局面。看无法收场，他忙站起来自我解嘲：“我还有事，你们继续开会。”说着匆匆离去。

班务会草草收场。会后丰盛的年夜饭我毫无食欲。夜里站岗听着远近迎新辞旧的爆竹声，心里真是百感交集，五味杂陈。啊！那时我真的好想家和爹娘。

饺子一下锅，奇迹出现了：除我包的“示范饺子”小游艇似的颤簸在沸腾的水面上，其余皆“全军覆没”进入“海底世界”。捞笊一搅，成了一锅“片汤”。找不到饺子捞，大家只好放下捞笊操起铁勺舀起来，边舀边打趣逗乐。这个说：“指导员，别‘喝’饺子了，快去专利局申请咱们的‘片汤’专利吧！”那个说：“老班长，明年春节你带咱们班去参加全军包饺子大赛，定能拿个‘海底捞’冠军。嘻嘻哈哈……大伙儿乐得前仰后合，东倒西歪，眼泪都流了出来。在一片诙谐、幽默的说笑声里，同志们“喝”了一顿风趣的年饭，过了一个风趣的春节。

金色的夕阳里，神采奕奕。后来，随着老太太病情的逐渐加重，小院沉寂了。偶尔见到老先生，他瘦了，也步履踉跄，脸上布满一层层的愁绪和憔悴。几周前，老太太病逝了。他们的子女都从外地赶回来了。料理完老太太的后事，老先生被子女接走了。小院也落了锁，里面空无一人。

这个小院，见证了老夫妻患难时的爱情。逝者的灵魂会常常回到这里，留恋徘徊。身在远方的老先生，也会思恋这一个印满亲情与爱情的小院，梦中与妻子相会在这里，回忆曾经的温馨温暖与相恋。虽然年纪一大把的他没有向老伴说过年轻人常说的那些火辣滚烫的字眼，但他用忠贞、责任和毅力，在妻子患病的时间里，迈动同样苍老多病的身躯，精心侍候呵护老伴儿，用真情真爱默默陪伴她走完了人生的最后的旅程。

暮年的爱情，美丽、感人。

候服用芒果。水蜜桃、荔枝和葡萄，也很受她的喜爱，只是银杏和龙眼让宋美龄敬而远之，其中原因外界不得而知。

宋美龄在常吃水果借以美容的同时，还喜欢直接以新鲜的花瓣洗脸或沐浴，因为这样做可以使花的香气在沐浴过程中弥漫她的全身。

宋美龄的保健医生们还极力建议她每天服用一碗燕麦粥，这主要是因为宋美龄自1963年以来，患上了习惯性便秘，燕麦粥是医治这种慢性疾病的最佳食品。宋美龄在坚持服用燕麦粥以后，发现这种食品不仅对治疗便秘大有益处，还可以降低体内的胆固醇。据说，宋美龄服用的燕麦，并非当地出产，而是到新加坡、泰国等东南亚国家和地区去购买，然后空运到台北市。这些看起来便宜的燕麦片被运送到台北的官邸后就相当昂贵了。

(新华)

往事追忆

## 跟着女儿跳爵士

马艳丽

健身房又来了个教爵士舞的新教练，二十多岁。与众不同的是：她每次来上课都带着她的母亲，而她的母亲也和大家一起跟着她学跳爵士舞。这让我们很好奇。

据她说父亲常年在外工作，家里就她和母亲。母亲自退休后天天呆在家里，很少出门，而她整天在外边教课，家里就剩母亲一个人。看着母亲孤独的背影在屋里走来走去，很是担心。她曾为母亲想了好多点子，譬如养些猫狗、种些花草、上老年大学、参加老年团出去旅游……但母亲都拒绝了。母亲说她喜欢静，不喜欢人多太吵闹。可眼见母亲的精神头和体质一天比一天差，可母亲却偏说这是人老的症状。

她看在眼里急在心里，不知该如何是好。母亲平时一个惯常的动作让她又有了主意——只要她一回到家，母亲就像孩子似的跟着她，嘴里还不停地说着自己在家里都干了些什么……既然母亲离不开，何不带着母亲一起去上课？慢慢地把母亲从家里拉出去呢？

母亲一听，又是摇头又是摆手。她便使出杀手锏说：“您要是不跟我去，我就不再去上课了，和您一起呆在家里。”母亲一听，急了。她最怕影响女儿的事业，只要是女儿喜欢的她都支持。

从那以后她就开始跟着女儿去各个健身房。给女儿整理换下来的衣服，给女儿准备好开水和毛巾，帮女儿接电话……成了女儿的得力助手。

她说母亲由不适应到慢慢地适应，也开始爱动了，还认识了好多和她同龄的健身会友。受她们的影响，她的母亲也开始跟着一起健身，话也多了，笑也多了，脸也红润了，身子骨也越来越硬朗了。

尤其是女儿的爵士课，她是必跳的。如果在健身房没学会，回到家便缠着女儿教她。学会了就到健身房教她的那些姐妹们。

她说母亲现在不但跟着她跳爵士，还跟着其他乐队去学跳民族舞、交谊舞、打腰鼓；衣着也越来越讲究，人也更精神了。

每次爵士课结束，看着她们母女俩有说有笑地走出健身房，心里很是羡慕和感动！

孝顺儿女

## 暮年的爱情

李自强



每天上班都要经过一个小胡同，胡同口住着一对老夫妻。记得10年前刚搬到这一带居住

活到106岁

## 传奇夫人宋美龄养生术

年过六旬，她依然看上去青春焕发、光彩照人；在百岁高龄时，她的皮肤依然白净、柔软润泽。宋美龄能活106岁，其养生之道不仅体现在饮食上，还涉及作息起居、衣着服饰、心态调整等诸多方面。

1965年以后，宋美龄把她喜欢的巧克力奶糖也请出了冰箱。这时，官邸里的医官们为她想了一个替代巧克力的权宜之计：多吃水果以补充体内所必需的糖分。据悉，宋美龄最喜欢吃的水果是台南的西瓜。在夏季天气炎热的时候，宋美龄的房间里几乎每天都要摆放一两个大西瓜，以便随时食用。

猕猴桃也是宋美龄身边必备的鲜果。她之所以喜爱猕猴桃，是因为这种亚热带水果含有丰富的维生素。官邸里的医生曾告诉她：“多吃猕猴桃的好处就在于它的果汁可以美容，并让夫人的皮肤永远保持白皙无皱的现状。”

在宋美龄的冰箱里，存贮较多的还有芒果。她认为这种热带水果内含的维生素A和维生素C较多，不但有利于美容，而且有助于消化。医师姜必宁谈起宋美龄的生活时说：“当她向我请教有关芒果对人体的养生价值时，我告诉她，芒果虽然有益于养颜，但不宜多吃，因为吃多了容易造成腹泻。”因此，宋美龄通常在便秘的时

候服用芒果。水蜜桃、荔枝和葡萄，也很受她的喜爱，只是银杏和龙眼让宋美龄敬而远之，其中原因外界不得而知。

宋美龄在常吃水果借以美容的同时，还喜欢直接以新鲜的花瓣洗脸或沐浴，因为这样做可以使花的香气在沐浴过程中弥漫她的全身。

宋美龄的保健医生们还极力建议她每天服用一碗燕麦粥，这主要是因为宋美龄自1963年以来，患上了习惯性便秘，燕麦粥是医治这种慢性疾病的最佳食品。宋美龄在坚持服用燕麦粥以后，发现这种食品不仅对治疗便秘大有益处，还可以降低体内的胆固醇。据说，宋美龄服用的燕麦，并非当地出产，而是到新加坡、泰国等东南亚国家和地区去购买，然后空运到台北市。这些看起来便宜的燕麦片被运送到台北的官邸后就相当昂贵了。

