

退休生活

乐享“五子”生活

家庭和谐

在一次聚会上，老友听了我的退休生活后，笑着说，这就是你退休后的“五子登科”啊。我一琢磨，还真是，退休后“五子”陪伴我度过了多彩多姿的幸福生活，优哉游哉，岂不乐乎！

陪妻子。几十年来，我和妻子相敬如宾，感情甚笃，但我很少有时间陪伴她，总感到愧疚。退休后总算有时间陪她了，我们一起在国内旅游，还一起去了泰国、日本。每天清晨，我会同妻子下楼散步，沐浴晨风，陶醉于晨曦，慢慢找回年



轻时的浪漫情怀。

带孙子。小孙子出生后，带孙子的重任就落到我们俩人身上。当时我还受聘于一家金融单位，我想钱是赚不完的，亲情是最重要的，我毅然放弃高薪回家带孙子，享受天伦之乐。在和孙子玩乐时，我似乎又回到天真无邪的童年。

写稿子。多年来，我是“左手金融，右手文学”。退休后，从2007年至2010年，我应邀在一家刊物开设理财专栏，每周一篇股市随笔，受到读者的欢迎。每当我游山玩水后，总会有许多感慨想告诉我的亲人和朋友。如今我已出版两本游记和一本散文集。

兜圈子。访胜探幽、跋山涉水是我人生一大快事。退休后的几年，我去了向往已久的巴西、阿根廷等国。每年国内走两个地方，出国旅游一次。“读万卷书，行万里路”，此话不假。如果经济条件允许，腰腿还算硬朗，我还会乐此不疲地继续在国内外兜圈子。

拎篮子。我家小区后门就挨着菜市场，每天清晨，我都和妻子一起去买菜。回家后，我会在厨房里变着花样地精心烹饪各种美食。看到儿子儿媳大快朵颐，孙子也连声称赞，我的心里总是会乐开花。

有生之年，沉浸在“五子”生活中，足矣！
(王文)

理解老人的“炫耀”心理

时下，很多老人在一起聊天时总会有意无意地“炫耀”自家的小辈如何有出息：儿子最近被提拔了，孙子考上重点大学了，媳妇给自己买新衣服了……如此这般，不亦乐乎。

别以为这是虚荣心使然，其实，这是老人聊以自慰的一种表现。人在年老后，各种能力都进入衰退期，孤独、寂寞感增多，很需要通过与他人分享自己生活里的种种幸福，宣泄负面情绪，并获得安慰和支持。而对他们来说，最大的幸福莫过于自己的儿孙有出息，对自己孝顺。

在笔者看来，适度的“炫耀”不仅能让老人感到高兴和满足，还能促进他们彼此之间的信息交流，共享幸福。作为晚辈，我们不妨投其所好，带老人看看电影、听听音乐会，或是参观博物馆、外出旅游……让他们能经常在朋友面前讲讲自己的见闻以及如何被晚辈敬佩的事。

当然，作为子女也要注意，如果发现老人的“炫耀”有些过度，也要适时制止。只要心平气和地讲清道理，老人们也会乐于接受。

(杨建明)

书法雅集



刘连营，男，汉族，1939年生，河南省淮阳县人，终身从事教育事业，曾任淮阳县葛店一中教师。现为中国老年书法家协会会员、上海榜书协会会员、河南省书法家协会会员。

刘连营多年来从未脱离过书法写作。他的书法遒劲洒脱、笔法流畅。如今，他已74岁高龄了，仍然笔耕不辍。他经常义务为乡亲们书写匾额、中堂、对联等，退休后更是把书法写作贯穿于自己的生活之中。其作品曾获周口市“教育杯”和“羲皇故都杯”书法比赛一等奖；部分作品入编《中国书法艺术博览会》和《中国老年书法全集》；2003年7月，在纪念毛泽东诞辰110周年“桔子杯”全国书法大赛中荣获二等奖；2007年、2008年分别获河南省十六届、十七届书法作品展三等奖；2010年，部分作品入编《纪念毛岸英牺牲60周年全国书法大赛集》；2011年，部分作品入编纪念辛亥革命100周年《书画雅集》。

