

厚道的二姐

■贾国正

亲戚邻居都说二姐厚道、心地善良。是的，母亲最相信。

母亲百岁，身体还好，除了耳聋，其余无大碍。我们姊妹五人很有福气。母亲常说：“我的幸福，二女儿给的，懂事、孝顺。”

二姐生于1952年，国家处于恢复建设之中，生活十分艰苦，农村家庭余粮甚少，且细粮不多，吃些粗粮，营养不大。幼小的二姐偏食，比同龄人瘦小、面黄。这样的生活磨练了二姐勤奋、吃苦耐劳的性格。如今二姐生活很美满。

2014年12月2日，《周口晚报》发表了一篇文章，题为《夸夸我的老伴耿金英》，写了我百岁的母亲靠妻子悉心照料、呵护着，很开心，很快乐。母亲说：“多亏有好儿媳妇，我才有好生活。”的确，妻子对母亲的孝顺优于我们其他姊妹，但我认为远不及二姐。

春天，母亲被二姐请去住她家，已三月有余。我想母亲了，开着电三轮去接。到了二姐家，见她正忙着缝被子。母亲见我，站起喜迎，穿着新衣服的母亲甚是兴奋。二姐一边给我倒水，一边说：“昨天买的衣服，穿上了闹着要回家。我紧张着把咱妈的被子洗洗晒晒缝一下。妈有这样的好身体，是咱的福气。”看到二姐的举动，我的心酸了。

二姐唯一的男孩叫卫华，三十多岁，已成家立业，出外做工，收入有限，但他经常惦记着姥姥，邮衣服、寄钱。谈起大姐、三妹、四妹眼前的孩子，他们都懂礼节，但总觉不如卫华外甥给我的印象深。

2000年，我的儿子考上东北大学。二姐得知前来自贺，除随礼金外，又给侄儿买了高档衣服。事过后，我们得知二姐送来的贺礼是向别人借的。多年来，我儿想起他二姑的关怀，眼里总有流不完的泪。“美美品尝着二姑的实在”，我儿常这样说。我的母亲也总是这样认为。

逢年过节姊妹们来看母亲时，二姐的话不多，但说得在理、感人。有些事姊妹商量后大都同意照二姐说的办，二姐说得合情合理，贾家人认可，亲属也满意。

二姐待人亲近，亲朋好友没少夸二姐。见到娘家人，无论如何她都会热情招待。我的一位朋友做粮食生意，长期收小麦。一次下乡走到二姐村时，闲谈说出了地址。二姐得知后，用上等酒席招待了我这位朋友。朋友回来说起二姐的亲情，听得我心里美美的。

二姐厚道的品德给亲人做了表率，贾家人感到光荣与自豪。

诗词几首

■吴敬

十六字令

辱，企图霸占钓鱼岛。白日梦，五星红旗飘。

沁园春·老来乐

花甲之年，上班终结，不再提起。望枫叶正红，习文弄墨，踢腿击拳，无忧无虑。三山五岳，江河湖川，天南地北皆游历。莫言老，要心身兼修，征程继续。弘扬优良传统，须老当益壮创佳绩。虽东隅已逝，桑榆非晚，培养后代，教育子女。老骥伏枥，志在千里，谁说七十古来稀。阎王爷，任千呼万唤，叫也不去。

修身养性强健体

2015年10月31日至11月1日，周口组织42人驱车到安徽省六安市天堂

寨观光旅游，山川秀丽，气象万千，有感而发，并作诗以记之。

欢声笑语天堂寨，高山流水不停息。
忽见瀑布三千尺，犹如珍珠倒卷席。
鲜花异石堪为奇，云雾缭绕山腰里。
弃除人间诸烦事，修身养性强健体。

贺习马会面

2015年11月7日，习近平与马英九在新加坡会面，这次历史性会面，进一步打开了海峡两岸和平发展的大门，为世人瞩目，特作诗以记之。

深秋新加坡，天爽空气新。
习马来相会，握手泣鬼神。
血液浓于水，骨头连着筋。
和平发展路，造福炎黄孙。
团结向前看，复兴梦成真。

碎语养生

■毛德民

▲保持良好的饮食习惯，起居有常的生活规律，坚持不懈的身体锻炼。

▲关爱下一代，传承好习惯、好作风，但不过多干涉子孙后代的现代化生活。

▲社会在改变，要看惯，少埋怨，与时俱进。最好也接触一下现代科技，如手机、电脑之类。

▲要有钱防老，要有房安居，要有朋友闲聊。

▲不要过分相信自己的记忆力，最好预备一个日记本或一块小黑板，将自己的想法

和要办的事记下来，以免误事。

▲要把常用的物品摆在熟悉的位置。居室要通风透光，通道顺畅，避免杂乱无章。

▲不要倚老卖老，要把家人当成朋友，不要把自己的老一套强加给年轻人，更不能乱发脾气。

▲自己能办的事，不要推给他人。

▲少谈论自己的疾病，少舆论死亡的话题，避免恐惧感影响快乐的生活。

▲若行走不稳，最好有一根拐杖来帮忙，增加身体的平衡度，避免摔倒。

我给老伴洗脚

我和老伴结婚三十来年，夫妻恩爱，儿女双全。我给老伴洗脚这是真事儿，虽说微不足道，只是举手之劳，可在老伴心中却成了惊天动地的大事儿。每当她提起来，就觉得这是她一生中最幸福的事儿。

今年麦收前，老伴闹重感冒。起初她不听劝，硬扛着不找医生，也不打针吃药。直到七八天了，实在挺不住了，才上县医院治疗，身体也折腾虚弱了。孩子们都很惦记她娘，可各有各的工作，于是我担起了全程护理的重担。

一天，老伴感到症状减轻了，就对我说：“我想洗洗脚！”我当时听了就责怪自己太大意，因为老伴是个爱干净的人，每天睡觉前必定洗脚，这早成为她的生活习惯。生病这些天，她因为身体不好，没法儿洗脚，她该多么难受啊，可我却没想到，看我这丈夫当得多不够格！

老伴跟我说了洗脚之后，便努着劲儿爬起来，可几次都没起来。我见状赶紧扶起了她，让她半躺半坐在床边，对她说：“你不能动，今天让我给你洗洗脚吧。”老伴听了先是

一愣，继而笑了笑，抬起一只脚伸到我面前，开玩笑地说：“给你，洗吧，今天病房就咱俩，就让你个老家伙给我洗一次脚！敢吗？”“敢哪！别当咱不会！”我说罢，便拿来水盆，先倒上热水，再兑上凉水，试着水温合适后，端到老伴跟前。

老伴用异样的目光注视着我的一举一动，直到我扳她脚时，她才回过神来，赶紧把脚往回缩，满口拒绝着：“不行！你个大老爷们儿，怎能让让你给我洗脚呢！我是跟你开玩笑哩，你拿着棒槌当针（真）了。傻瓜，我自个儿能洗。”老伴挣扎着，可没挣脱，只得顺从我，不情愿地把脚伸出来。我给她脱下袜子，把老伴的脚轻轻放进温水中。不知是害羞还是怕痒，老伴咯咯笑了，我抬头看她，她笑得那么开心，好像全然忘了身体的不适。我仔细地揉搓着她的脚，虽然不懂穴位，还是尽力按摩着。

咦，老伴咋半天没了动静？再抬头看她，她正泪眼婆娑。我一时莫名其妙。老伴不好意思地低下头来说：“我记你一辈子的好！”

(石庄)



专注 苗青/摄

女儿想得真周到

我年近七十，眼睛有点毛病，出门怕光，如果戴帽子，刮风担心吹掉，热天捂一头汗。我便经常举着一张报纸或一本杂志搭在额头上遮阳，这被女儿惦记上了。她不由分说拉我去了眼镜店，详细询问了各种遮阳镜的材质、性能，并让我试戴了几款。我感觉有一副挺合适，原以为三五十块钱，一问，二百多元，我说：“不买不买。”可是女儿毫不犹豫地掏钱给我买了。有了遮阳镜，我出门很方便，眼睛也舒服多了。

我早晚两次遛狗，即使下雨天，只要不很大，我也打着伞或穿上雨披出去。但手牵狗链，伞撑不稳，雨披不贴身，发飘，感觉别扭，这也被女儿惦记上了。一天快递员送来一个邮包，杭州寄来的，是女儿在网上给我买的防雨服。枣红色，上衣宽松带帽子，配直筒裤，像时尚的套装。那天我穿着出门，邻居家大嫂看见说：“下雨还穿这么时髦，不怕浇透哇？”她凑近一摸赞叹道：“哦，是防雨的，真实用，还

蛮酷呢！”

冬天我原来戴的圆顶毛线帽是在地摊上买的，盖不住耳朵，脖子也钻风，有时为了御寒我就在帽子外边包个头巾，这又被女儿惦记上了。她说：“我给你织个带帽耳的帽子吧。”她十五六岁时跟我学过织毛活儿，但只会织平针，都二十多年了，早忘了吧，何况我都不会织帽子。她比量我原来的帽子边琢磨边织，很快织起帽顶，又在帽圈两侧分别挑起二十多针，织出巴掌大的帽耳，还织了两条带子，可以系在下巴底下，又用元宝针织了条长围巾做搭配。我戴着这样的帽子围巾非常暖和，走在路上常有老姐妹问：“这帽子好，哪儿有卖的？”我说：“是闺女织的。”她们说：“你好福气呀，有这样心灵手巧的孝顺闺女！”

遮阳镜、防雨服、保暖帽，置备得可谓齐全了，女儿想得真周到。

(王桂荣)