

致十年后的自己

■翟国胜

古稀之年的自己：

你好。花甲之年的我想对十年后的你说几句心里话。

一晃，你退休已经整整十年了。还记得刚退休时的情景吗？那时，你猛一下子没了工作，不再朝八晚六，不再忙忙碌碌，尽管说对此你早有心理准备，但一旦这一切真的成为现实时，你还是有些不太适应，整日里手足无措，心烦意乱。现在想想，挺可笑的。十年过去了，对退休后“天天都是星期天，我的时间我做主”这种生活方式你还满意吧！

记得你刚退休的时候，曾写过一篇《六十岁感言》的文章，谈到六十岁后要努力做一个健康的人、一个快乐的人、一个不讨人厌烦的人、一个有情趣的人、一个有为的人，十年过去啦，回忆当年的打算，看看今天的现状，我最想问你的是，你兑现当年的诺言了吗？

记得多年来你都有锻炼身体的习惯，十年前你还学会了陈式太极拳老架一路、陈式太极剑，当时你每天早晚都要练一下，尽管说动作不是那么规范，但也常常是沉浸其中，那时你还写了一篇《享受太极拳》的文章，下决心要“将太极拳进行到底”，许多人称赞你在锻炼上“有毅力”，其实，我知道，你也有过半途而废的经历。你第一次学太极拳，是在1993年，练了一年多后放弃了，主要是静不下心。这一次练太极已经十年了，有句话叫“一年少林，十年太极”，你应该入路了吧！

你过去喜欢读书，现在还保持着这种良好的习惯吗？退休啦，没有更多的事，就认认真真地读书吧。在书中和哲人对话，也是一件快乐的事情。记得退休时你计划每月要读一本书，全年是十二本书。十年过去啦，按预定目标你应该是读完了一百二十本书。你能把书目晒一些吗？可不许掺假啊。

你喜欢旧体诗。记得当年你每到一个地方，回来都要用律诗写一个“纪行”，尽管平仄上不是太讲究，但读起来也是蛮有意思的。当时你很喜欢台湾著名诗人余光中的一句名言：“一个人可以不当诗人，但生活中一定要有诗意”。你计划要出一本《岁月诗痕》，这本书出版了吗？可一定要说到做到啊。你现在还写诗吗？有理想、有激情、有奋斗、诗性地栖息在大地上，这可是你一直向往的生活方式啊。

退休的第一个元旦，你申请加入中国作家协会，材料早早寄过去了，左等右等，等来的却是失望。记得你当时发誓，要年年申报。现在你被批准入会了吗？我想对你说，能否批准并不重要，你也不靠它发工资，给自己一个目标、一个希望，乐趣在于追梦的过程。王安石《游褒禅山记》里有一句话讲得很好：“尽吾志也，而不能至者，可以无悔矣”。你喜欢写点文章，这是

好事，基础也可以，可千万不要辍笔啊。黑龙江省的姜淑梅，60岁跟着女儿学习认字，75岁开始学写作，2013年10月，出版第一部作品《乱时候，穷时候》，2014年8月出版第二部作品《苦菜花，甘蔗芽》，2015年加入中国作协，被人称为“奶奶作家”。湖北作家陈勇为自己写作提出了终身奋斗目标：读万卷书，行万里路，出百部书，并遵奉“生命有限，文学永恒”的格言，连续申请八年最终加入了中国作协。这两个人的故事都很励志，可以经常以此激励一下自己。

你现在每天还在写毛笔字吗？记得十年前，你的办公桌上放着一个陶瓷杯子，里面有少许墨汁，快见底时，你就往里面添些水，每天都要写上一个小时，经常是一遍遍地抄写古诗。你自认为既练了字，也熟悉了诗词。现在想想，你的字长期没有长进，很可能与你的这种习字方法有关系。你舍不得投资，不愿用宣纸，不愿用墨汁，在旧报纸上写，固然是节约了，但你在下笔前会一遍遍地揣摩吗？还有你一直没有用心临帖，只是例行公事式地写上一阵子，经常是“身入”了，但并未“心入”。不过，甭管水平高低，有个爱好，不寂寞，有事干，生活得很充实，自得其乐，也很好嘛。记得当时有人还向你索字，你很有自知之明，没有送过人。经过这十年的练习，你的作品敢送人了吗？

儿子也快是不惑之年的人啦，他已成了家里的主角，你不要再像过去那样什么都不放心啦。遇事不要自己再做主张，要放手让他去做。成敗得失，都是他必须面对的，任何人也代替不了。至于孙子、孙女的选择，那更是他们自己的事情。相信时代在前进，他们一定会比你过得更好。

你已进入古稀之年，陪你走下来的亲人身体都还好吗？亲情是世界上最珍贵的，亲人永远是最值得你珍惜的人，要好好地珍惜他们。兄弟六人，你是兄长。父母在，你要为兄弟做好榜样，带头孝敬老人；如父母不在，你要承担起自己应承担的责任，让一家人和睦相处，常有来往。

年龄大了，切记不要封闭自己，要和朋友多联系。别人有酒友、牌友，你有文友、球友嘛。朋友之间要多交流，多沟通，这样有助于了解外面的世界，也有助于你的身心健康。在四十多年的工作生涯中，你遇上了广恩、国顺、平安、恩亮等好朋友，尽管现在天各一方，加之你们腿脚都不方便了，彼此很少见面，但通讯发达了，可以经常打个电话问候一下。牵挂和被牵挂，这也是一件幸福的事情啊。

纸短情长，容后再叙。当你读完这封信后，可一定记得要给我回信啊！

祝健康长寿！

花甲之年的自己
2016年6月26日

群众利益大如天

——共产党员范耀民先进事迹有感

■杨学颜

共产党员范耀民，他是河南太康人。城西三十清集镇，住在马集自然村。范耀民是忠厚人，做的好事说不尽。立志当好活雷锋，一心一意为他人。任劳任怨肯吃苦，虚怀若谷向前奔。热爱科学肯钻研，惜日惜时惜光阴。木工手艺响当当，诚实善良待友邻。心中想着大家伙，谁有困难他帮衬。马集村民王永义，建房需请木工人。经济紧张请不起，这下忙坏范耀民。上门做活架木梁，工钱不收一分文。义务护校几十年，桌凳损坏全修完。栽种花木浇花园，修补院墙保安全。当初马集成集市，他是义务管理员。筹集资金创条件，自费买来水泥板。垒起砖台建摊位，群众商贩都喜欢。当时道路条件差，柏油路面全坏完。坑坑洼洼路不平，下雨赶集更困难。他就拉起架子车，碎砖烂瓦路上搬。坑坑洼洼都填满，平坦大道奔向前。他的事迹很突出，县政协里当委员。“十行百星”是模范，邻里乡亲齐称赞。从此工作更积极，力量好像用不完。村里要修水泥路，更是日夜忙不闲。这里还缺一车土，那里路基填平坦。施工线绳壳子板，他来保护他来管。白白忙活无工资，有时还得倒贴钱。有人问他你图啥？他说我是一党员。模范带头应走前，群众利益大如天。中央召开“十八大”，全面小康要实现。习总提出中国梦，前进路上不停闲。共产党员要努力，小康路上永向前。

注：范耀民，现年64岁，太康县清集镇马集村村民，优秀共产党员，县政协十一届、十二届政协委员，几十年如一日，为村里做好事，受到百姓的交口称赞。

七旬夫妻携手相伴

■梁发占

家住扶沟县城关镇桥东家属区的宋洪彩，3年如一日照顾患病的老伴，不离不弃。

老宋今年已是79岁高龄，他1956年入伍，参加过抗美援朝战争。1961年退伍后被安排在县武装部工作。1982年调到县外贸局工作，1997年退休。他和老伴在家安度晚年，享受着儿孙绕膝的天伦之乐。

可天有不测风云，3年前老伴患病，落下了诸多后遗症，记忆力差，说话言语不清，大小便失禁，生活不能自理，一时一刻也离不开人照顾。老宋让儿女们各自忙工作，自己则成了老伴的双手、双腿，左右不离，形影相随。

3年多来，宋洪彩对老伴不离不弃，怀着真诚的爱心，像对待小孩子一样地照顾她。老伴尽管说话不清，但老宋能听懂，他知道她是在表达什么。渴了、饿了、想吃什么，或是要大小便，老宋都能很快满足她的要求。为了加强老伴的康复锻炼，他专门为老伴准备了一个老人健身车，推着她到处转。为了解除老伴的寂寞，老宋推着她走出小院，到附近的河堤上欣赏风景，让热闹的

场面、舒心的环境缓解她疾病的痛苦。为了能带老伴去远一些的地方，宋洪彩专门买了辆老年脚蹬三轮车，他走到哪里，就把老伴带到哪里，让老伴多看看美景，生活得更快乐更舒心。

生活中，给老伴洗手、洗脸、洗脚、梳头、剪指甲、喂饭、喂药、洗衣换衣，这些都是老宋习以为常的事，就连大小便失禁被弄脏的衣被，也是老宋擦洗，从不嫌脏和臭。老宋说：“喂饭还好些，就是吃药最难办，她不肯吃，放在嘴里，光嚼不往下咽。每次看到老伴吃药时的难受劲儿，我就恨不得替她把药吃下去，解除她的痛苦。”

人们常说“老来伴”，老了要有个伴，伴是拐杖，伴是依靠，老宋对此感受颇深。他说：“年轻时她没能享上福，就够遗憾了，现在生活好了，能享福了，她却有病了，我得好好地伺候她，尽心尽力对她。”宋洪彩是这样说的，也是这样做的，他对老伴倾注了所有的情和爱。

老宋对老伴的这份诚心、耐心、关心、爱心感动了周围的许多居民，也使得老伴嘴角常挂着幸福的微笑。

