

# 母亲的手表

■王郁

母亲是位乡村教师，在她年轻时的  
那个年代，物资相对匮乏，手表不仅仅是计  
量时间的器具，更是一种身份的象征、一种  
奢侈品。由于家里穷，用钱的地方多，母  
亲参加工作好几年了，都没能拥有一块属  
于自己的手表。

直到结婚后，有一次，父亲去省城办  
事，花了大半个月的工资，给母亲买了一  
块瑞士机械手表。表买回来后，母亲嗔怪  
父亲乱花钱，父亲对她说：“你是老师，没  
有手表，工作起来不方便。”

父亲给母亲买的这块手表做工很精  
细，白盘银针，清清爽爽。手表滴滴答答  
的声音，十分清脆，而且不失力度。在没  
有灯的地方，表的指针和时间刻度还会发  
出绿光。母亲将它视为“掌上明珠”，十  
分珍爱，很注重保养，每天都把它擦得  
锃亮。

小时候，家里没有石英钟，一家人全  
靠着母亲的手表来掌控时间。白天，母  
亲把手

表戴在手腕上；晚上，把手表摘下来给  
我，让我晚上写作业、第二天起床掌握时  
间。日积月累，母亲用她浓浓的关爱把  
这种摘戴手表的动作养成了一种习惯。

在我的记忆里，这块手表不仅是母  
亲的忠诚相伴物，还是哄孩子的“高级玩  
具”。每当我我和弟弟调皮捣蛋或不写  
作业，遭到训斥流泪后，母亲便将手表  
放进被窝，让我们把脑袋钻进去观赏“神  
秘的光”。此招儿真灵，不一会儿我们  
便破涕为笑。小时候我经常先摆弄母亲  
的手表才入睡，在我幼小的心灵中，母  
亲的手表可真是一件稀世珍宝。

这块手表质量很好，母亲戴了十多  
年，没有丝毫的偏差。高中毕业后，我  
考上了省城的大学。临行的前夜，母亲  
要把这块表送给我，说在大城市求学要  
有一块好手表，还说几个兄弟姐妹中只  
有我上学读书用得着。我不肯要，说：“  
这块手表是当年父亲特

意为您买的，是父亲送给您的珍贵礼  
物。”那时，父亲已因病去世一年了。

母亲执意要给我，我拗不过，最终  
将这块还留有母亲体温的表戴在了手腕  
上。在我看来，这块手表已不仅仅是一  
个物件，它凝结了母亲殷切的期望和嘱  
托。

我很喜欢这块手表，晚上睡觉都不  
舍得摘下来，常常放在枕边，听摆轮快  
速的滴答声，像在欣赏美妙的音乐。但  
同时，我也深知这块表的分量，总是小  
心翼翼地使用，洗手、洗脸时，生怕弄  
丢了，或是进了水。每天晚上，雷打不  
动地给手表上弦。

戴着这块沉甸甸的手表，我走过了  
充实的大学生活。毕业后，我用第一个  
月的工资给母亲买了一块无须上发条、  
无须换电池的名牌手表。同时，我也把  
那块瑞士表还给了母亲，因为，那块表  
是母亲的心爱之物，凝聚了父亲对她  
的爱，那块表是属于母亲的。



## 别让老人心“着凉”

■梁彩仙

邻居老大娘有两个儿子，一个在广  
州打工，一个在郑州经商，收入颇丰。  
两个儿子都给了老人足够花的钱，让老  
人吃喝不愁，只是因为工作忙很少回  
家。前几天，老人得了重感冒，俩儿子  
回家探望，临走时再三叮嘱老人要小  
心别着凉，不料老人却出乎意料地回  
答：“身子不着凉有啥用？我的心已经  
‘着凉’了！”

初听此言，笔者深思良久。老人需  
要的是心情好，而不仅仅是吃好吃好。  
在吃不饱的时候，饿着肚子把吃的给父  
母，是孝；在父母寂寞的时候，陪父母  
说说话，也是孝；在父母年迈的时候，  
搀扶着父母出去走走，替父母完成未  
了的心愿，更是孝。孝本没有统一的标  
准，能让父母开心，就是最大的孝。

怎样才能使老人的心不“着凉”而  
快乐常在呢？笔者认为，做儿女的应  
做到以下“三常”：

常回家陪老人聊聊天。一项调查表  
明，老年人最羡慕的、在一起经常“攀  
比”的，不是住得有多好、有多少积  
蓄，更不是孩子挣没挣大钱，而是孩  
子多长时间来看望自己一次。作为儿  
女，千万别相信老人说的“你要忙就  
别来了”、“我这里都好，不要你惦记”，  
因为这些话的真实意思往往是反的，  
老人的本意是“常回来看看我吧，孩  
子，我想你”。常回家看看，陪着老  
人聊聊天，可以避免老人产生孤独、  
自尊感不强和老而无用的感觉，儿孙  
绕膝，欢声笑语，才是老人的最大快  
乐。

常带老人亲近大自然。英格兰埃  
塞克斯大学的研究者曾进行过一项研  
究，他们将受访者分成两组，一组在  
林荫道上走，一组一直待在室内。结  
果显示，前者中有90%的人觉得信心  
大增，而压力缓解；后者中只有22%  
的人觉得压力减轻，50%的人感觉压  
力更大。实践证明，常带老人走进大  
自然，接触阳光，呼吸新鲜空气，就  
可以唤起老人体内新陈代谢功能，犹  
如给老人注入了天然的“减压剂”。春  
夏秋冬，四季美景，快乐就蕴含在大  
自然的恩赐中。

常鼓励老人参加社会活动。要鼓励  
老人根据身体条件和兴趣爱好，把生  
活内容安排得充实些。如练书法、学  
绘画、种花草、养禽鸟、读书报、看  
影视剧等，既可舒展心灵，又能学习  
新知识，使生活更有意义；要让老人  
多做运动，快走、登山、游泳、跳舞，  
在大自然中，在优美的音乐陪伴下，  
融心情于情境中，自然会感到心宽气  
顺；要帮助老人多交朋友，经常和好  
友聊天谈心，交流思想感情，在集体  
活动和人际交往中取长补短，汲取生  
活营养，使自己心情舒畅、生活愉快。

无须讳言，对于老人来说，未来属  
于自己的时间已经不多，唯有心情永  
远属于自己。在这不多的未来生活中，  
做儿女的一定要记住，让老人心底的  
“风景”永远开阔明朗。心中有这翠  
绿的“风景”，自然会快乐常在，健  
康长寿。



## 对弈

■张雨义摄

## 人老了是什么感觉

一天，一个年轻人问我：人老了是  
什么样的感觉？我一下怔住了，因为我  
从来没有想到过——我已经老了。

或许在我的生命中，这是第一次，  
我感觉我活出了理想中的自我。很多时  
候，我也对自己的身体感觉到绝望：满  
脸的皱纹，松弛的眼袋，下垂的屁股，  
但我不会为这些事情痛苦不堪。

我永远也不会用真挚的友谊、精彩  
的生活或温馨的亲情，去换取少一些白  
发和扁平的肚子。我老了，也就更懂得  
去善待自己，对自己少了一些苛刻。我  
成了我自己的朋友。我不会因为自己多  
吃了一片甜饼，或没有整理床铺，或花  
钱买了自己根本不需要的膨胀螺丝而  
斥责自己。

我见过太多的好友过早地离开了这  
个世界，还没有来得及安心享受这伴  
随着年老而来的宝贵的自由。

如果我愿意，我可以看书、玩电  
脑一直到凌晨四点，然后再一觉睡到  
过午；如果我愿意，我可以独自一人听  
着五六十年代的优美旋律而翩然起舞；  
如果我愿意，我可以为我逝去的爱情  
一洒伤心之泪，想哭就哭；如果我愿  
意，我可以穿着被发福的身体绷得紧  
紧的泳装在海滩上悠然漫步，然后纵  
情跃入海浪之中，才不管那些身着比  
基尼的人向我投来的怜悯目光。她们  
也会变老的。

我知道，我的记性不好了。可话又  
说回来，生活中的有些事情该忘记的  
就应

该忘记。当我们到达生命的终点，我  
只带上一生中那些最美好的回忆。

我竟有这样的福气，黑发变成了银  
丝，青春的欢笑在我的脸上雕刻出了  
道道皱纹。有多少人，还没有开心地  
笑过，又有多少人，还没有熬到皓首  
就已经悲戚地离去。当你慢慢老去时  
候，你就会变得更加达观，你就会更加  
不在乎别人对你的看法。

我喜欢现在的我。我不会长生不死，  
但只要我活着，我不会浪费生命去悔  
恨过往，也不会为将来而去忧虑，每  
天餐后，我还要吃香甜的点心——这  
就是年老的感觉，我喜欢年老，它给  
了我自由。

(网易)