老有所乐

给微信运动点赞

□ 朱正安

不才生来愚钝,加上年纪大了,接受新事物的能力就差,用了二十年电脑了,也玩了好几年微信了,如今还是个“半网盲”。一天,随意把玩手机七揿八揿,竟揿进了微信运动里。四十多个平时常有微信往来和不太联系的微信亲友名字或昵称赫然出现在眼前,有我现在居住地松江的,老家金山的,退休前工作地宁夏的,还有北京、江苏、西安等地四面八方的,每个人的名字后面还有数目不等的阿拉伯数字。这可把我吓了一跳。无奈之下,请教老伴,才知道这叫微信运动,是一个类似计步数据库的公众账号。恍然大悟之后,回揿到步行排行榜,我的名下标明为“0”,也不知咋的,脸上就有点发烧,便不知不觉地带上手机走出了家门……自此,我便成了微信运动群体中的一员。

其实,我坚持快走已经好长时间了,只是有三天打鱼两天晒网的毛病。自从进了这个微信运动圈之后,我就像被“绑架”了似的,也不知是什么魔力之使然,每天都要不由自主地多次点开微信运动打探“军情”。走得多了,看到有一连串的“某某某刚刚赞了你”,就有点沾沾自喜,决心再接再厉,争取更大的胜利;走得少了,还是一连串的“某某某刚刚赞了你”,感觉是鞭策更像是嘲笑,便赶紧安排时间出去快走,一点也不敢怠慢。我万万没有想到也就那么一揿嘛,自己就给自己头上戴上了个紧箍咒,躲也躲不开甩也甩不掉!不过,实事求是地说,几个月来日复一日,习惯成自然,过去那种三天打鱼两天晒网的坏毛病倒是给治愈了。

坦白讲,我也曾经搞过一些“小阳谋”。譬如外面落点小雨,天太冷了,身体有点疲倦想耍赖了等等,就没出门快走,却又不甘心让自个的名字落在排行榜后头,还要让“走友”们在微信运动平台上点赞喝倒彩,便做了些手脚。办法是骑车出门买菜、接送外孙上下学甚至倒个垃圾等,都不忘将手机装进衣袋,以此凑数哄蒙“走友”;还有是在家也将手机装进口袋,将在屋内走动的步数冒充快走步数;再有就是发现自己的步行数与排在稍前的“走友”也就几步、几十步差距时,便怀揣手机边看电视边来回踱步,用以超过他人,将自己的名字挤到前面去……当然,我深知走路的根本目的是为了自己的健康,如此作为,其实是自欺欺人,所以也只是偶尔为之,真的。见笑了,哈哈!

实践证明,微信运动不但是督促锻炼的好方式,也是社交活动的好助手。许多微信上过去没事不联络的人,如今等于每天隔空照了个面,拉近了关系;通过这个平台,还会粗略了解到这些亲友们的生活规律和健康状况,等于互报平安,心里也就多了许多安慰;有时万一发现某位“走友”较长时日没有步行记录了,就发个微信问问,双方的友情又得以进一步提升。

据说有人不赞成加入微信运动,说是容易暴露隐私,如活动范围、出行规律、年纪职业等,可是我想,我们这些老年人也没有多少隐私需要保密的了,只要安分守己,不去节外生枝,又有什么可怕的?所以我还是要给微信运动点个赞。

老夫老妻

都是疫情惹的祸

□ 朱伟

人吃五谷,总要生病,生病只要及时就医,有些病很快会好。但是,突然遇到来势凶猛的疫情,有病不敢就医,小病变成了大病。

去年12月中旬,老伴得了轻微脑梗,及时治疗后恢复得还不错,就是胃口差了点。老伴自嘲“脑梗梗在味觉上了”。就在这时,疫情突如其来,在上海医务人员驰援武汉的那个大年夜,老伴腰疼发作了。

我们不敢出门,不敢出小区,更不敢去医院。凭以往的经验,认为宅家时间太长,端坐沙发太久,是腰椎间盘突出的旧病复发。我们赶紧找膏药贴,每天在家做理疗,实在痛得难受就吃片止痛药。

一个月后,腰渐渐不痛了,大腿内侧开始痛,小腿肿了起来。我赶紧查百度,说腰椎压迫神经会引起大腿痛。我们还是照老办法贴膏药、吃止痛片。原先老伴还能自己在小区里走一个小时,后来要搀扶着走,再后来站立不稳,扶着也不能走。胃口也越来越差,整天昏昏沉沉。我问在医院工作的朋友,是否需要住院几天。朋友说,现在去医院风险比较大,而且不能陪护。

眼看着老伴一个多星期米粒不进、茶水不喝,一天比一天消瘦。我们夫妻相伴五十多年,平时也会为琐事争争吵吵,此时此刻,我却不知不觉流下泪……

在医院工作的朋友配了营养针、葡萄糖盐水,准备在家为她吊针三天。一般补液一瓶就会要上厕所。而老伴补液1600毫升竟然十多个小时无小便,我把这个异常情况告诉朋友。他们马上作出抽血化验的决定。一小时后报告出来,立即叫救护车送到医院急症抢救室。医生说:“送得还算及时。严重贫血,血色素很低,影响到原来就有蛋白尿2+的肾功能。”都是疫情惹的祸!腰椎痛与肾功能不良有些症状相似,我们以为是腰椎病,要在平时,到医院验个血、查个小便就可确诊。

我们在抢救室艰难度过两天两夜,又在病房里住了半个月,总算康复出院。一向要强的老妻,流着眼泪轻轻地对我说:“以后我再不会同你吵了……”

秋明寒翠图 张志荣 作

有一只龙虾在等我

□ 陈光新

龙虾上市,当一家人围坐一桌大吃龙虾时,我不由想起了一件久远的往事。

上世纪六十年代,粮食紧张、副食品短缺。日复一日、年复一年的饿肚皮,让正处十多岁长身体的我感觉肚子整日都是空落落的,随时随地恨不能填塞一点能吃的东西进去。有一次经过家里的米缸,竟无意识地伸手抓起一把生米送进了嘴里。

那时,我家后门百米开外有一水塘,水质清澈,岸柳依依,景致很美。我每天上学放学路过,却也无心欣赏。尤其是中午放学时刻,肚子饿得咕咕叫,一心惦记着家中饭桌上的那一小碗米饭,脚步匆匆往家赶,哪还有什么观景的雅兴?

有一天,上书法课手上沾染了墨水,中午放学路过水塘时,就顺着码头石阶下到塘边洗手。无意间发现,手下的这级石阶搭在下一级石阶的边沿上,它的下面是中空的。我突发奇想,这石板洞里会不会有什么鱼儿藏身其中?

在好奇心的驱使下,我捋起袖子,伸出两臂,从水下的石板两端伸进去,向洞里探摸着。果真在里面摸到了一个动弹的家伙,拿出来一看,是一只活泼的龙虾。

等我拿着龙虾回到家,母亲已经烧好饭菜把煤炉封了,用拌和的煤泥覆盖在煤球炉上,中间留有一个气孔。坐下吃饭前,我先把这只刚抓到的龙虾放在煤炉封口上烤了起来。看着龙虾的一侧被烤得颜色变红了,就起身给它调个面,烤另一侧。当整只龙虾都变得颜色通红时,一股烤肉的香味也随之飘散出来。

丢下饭碗的我,抓起炉子上的烤龙虾,快速地在两手间倒腾几下,等不再烫手了,就剥掉虾壳,大快朵颐起来。吃在嘴里的烤虾肉,柔韧,甜香,可口极了。

自此,每天中午放学我都会从塘里抓一只龙虾回家,饭后美美地“补充”一只烤龙虾。它们就像知晓人类正在遭受饥荒一样,每天都会“派遣”一只龙虾前来舍身相救,从不让我的希望落空。

以后的日子,虽然还是挨饿,但感觉不再那么难熬。我时常会想着,有一只龙虾在那里等着我。

父亲母亲

『农谚』的启蒙

□ 邹浩泉

老年人喜欢回忆往事,温故知新。我今年92岁,读贺知章诗《回乡偶书》,触发了我的思乡之情,更思念恩泽了我一生的母亲。

我的故乡在苏锡交界处的农村,虽属无锡,一河之隔便是吴县,乡亲们说的不是无锡话,而是吴侬软语。从读小学时起,我经常听到母亲讲许多当地的谚语,像顺口溜,又像诗歌,朗朗上口,押韵好记,至今不忘。母亲是种田能手,没文化,但记忆力很好。她的父亲是星相家,有文化,读过《周易》《卜筮正宗》一类的书,我母亲口中的许多谚语,都是从她父亲那儿听来的,这也算是一种口口相传的民间文化吧?

在旧社会,农业生产基本上是靠天吃饭,农民长期跟老天爷打交道,积累了大量有关气象的谚语。母亲常讲的有:“热末热在中伏里,冷末冷在三九里”;“头九暖,二九寒,三九冻得百鸟团”;“天上挂起鱼鳞片(鱼鳞状云片),明朝晒谷不用翻”;“东北风,雨太公”;“东南阵,落勿成”;“夏至西北风,菜园一扫空”;“人在岸边跳(怕热),稻在田里笑”……提醒人们在气温骤降时要重视防冻保暖,否则人畜要遭殃。

母亲从小务农,熟悉农业生产,这方面的谚语她讲得也不少。“人靠饭撑,秧靠水长”;“要想麦丰收,田里多开沟”;“夏季水满塘,秋天谷满仓”;“种田种到老,全靠种子好”;“好种三年,勿选就变”;“种子是宝,越选越好”;“芒种芒种,样样要种,误了芒种,秋后囤空”;“白露白米披(灌浆),秋分稻秀齐(结穗)”;“寒露呒青稻(成熟),霜降一齐倒(收割)”。短短四句,通俗地表述了江南地区水稻生长的基本规律。

我最难忘的是,在夏天晚上的纳凉场地上,母亲一手摇着蒲扇为我扇风驱蚊,一手指着初升的月亮,用吴侬软语哼唱起一首“赏月儿歌”:初一、初二亮堂堂(月初称新月);初三、初四月当更(一更月升,五更月落);初七、初八半轮月(上弦月);月半、十六两头红(玉兔东升,金乌西堕,遥相辉映)……这首儿歌,生动形象地描绘了月亮运行的轨迹,多么富有童趣,难怪在80多年后,仍铭记在我心!

农谚,像散落在民间的珍珠,蕴含着古人的智慧,帮助我们认识自然,认识生活,增长知识,这是先人为我们遗留下的一份精神财富。

母亲是我的启蒙老师,她用农谚作为言教,诱发我的好奇心,引领我追求知识,在学海中拼搏。1948年我跨进了复旦大学的校门,成为新闻系(系主任陈望道)的一名新生;母亲还用勤俭刻苦的身教,培育了我自强不息的性格,我至今仍是一个脑体双勤的老人。离休30年来,我自费印制了5本拙著,分赠亲友和家乡中小学母校。

母亲享年93岁,今年是母亲逝世40周年,我宅家思索数天,三易其稿,始成此文——40年后,母亲的音容笑脸又浮现在我眼前!