

金色池塘

关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第 350 期 | 2021 年 4 月 23 日 星期五 主编:龚建星 本版编辑:金 晖 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:sherry@xmwb.com.cn

坚守习惯为环保

刘笑冰

家附近有一老字号美食店，食客如云，尤其夏天冷面上市时。至今，只要打包，我仍习惯自带家什，一如几十年前。只是以前拿的是钢精锅，现在是玻璃盒乐扣乐扣。

饿了么、盒马鲜生等解决吃饭问题省时省力，但就因点外卖和网上买菜，使用的一次性饭盒和包装袋太多，我不点外卖，买菜仍习惯上菜场。

这些习惯都是为了环保这件事。上世纪 90 年代一部台湾电视剧中主人公，一次未带买菜袋，把青椒装在自己衣服口袋里带回家，启发了我。从此我就充当起了环保志愿者——买任何东西，都不用商家小贩提供的各种包装袋，除非送人的礼品。甚至有时下班，明明可以顺路捎菜回家的，但就因为随身没带布袋，宁愿回家去取。

这些年下来，我的习惯让家门口的菜摊小贩也养成了习惯：我挑好的菜称好由我自己装袋，而不是称好一样顺手装一只马甲袋。为此换来的也从最初的“你真好”“谢谢”的口头感谢到不用我还价，总是自动抹零，甚至给出的卖价比别人便宜些。到大冬天小葱少了贵了，别人去晚了没了，我去晚了却也总能拿到。

看来，看似慷慨大方的赠袋，也是没办法，有人为他们节约，他们还是在乎的、感激的。有一次，我到不常去的地方买东西，收银员说“你也不要袋子，刚才那个外国人也是”。

我多希望菜贩们可以不用为担心赶走生意而慷慨送袋，多希望不止我和“那个外国人”不要袋子，人们能尽量少用、循环使用、物尽其用马甲袋，当然我更希望马甲袋变身为可降解，让我改变老习惯！

出门带上地图

周伟民

买地图，曾经是我多年的老习惯。年轻的时候，经常在全国各地出差，一下火车，我总习惯在车站附近买一张当地的地图，到了下榻的旅社，先研究一下地图，看看要去的单位所在位置。然后，再根据事前做过的功课，看看当地有名的景点或者历史遗迹的方位，心里就有了底。每次出差的任务和捎带的城市游览两不误！

改革开放之后，买地图的习惯依然保持。尤其是当年市府提出“一年一个样，三年大变样”口号的时候，上海的路况每年都在日新月异变化，开车出门，没有地图，还真的寸步难行，哪里在建高架了，哪里改成单行道了，哪里在造地铁了，行车道路经常在变。

记得那几年，每年都出新地图，我也每年都买，一张新地图在手，心里才会有底！当然，开车去外地，带好全国分省地图册和买当地的地图依然是老习惯！

我好久没开车了。去年八月，外甥女夫妇带我去了一次苏州东山，让我大开眼界。他们的车上，压根儿就没有地图，完全由手机导航指路。手机导航，不仅把我们一路顺风带到了苏州，而且还能准确地避开城内外地车限行的道路，直接把我们带到离目的地观前街百余米的停车场。步行十分钟，便到达在网上预订的饭店，手机扫一扫，我们桌次都确认无误，坐下来十几分钟，我们预订的菜都上桌了。饭后，导航又准确地将我们带到了东山镇下榻的民宿。那天的晚餐，还是在导航帮我们找到的东山镇一家具有百年历史的苏州面馆解决的！

新科技，让我所有的地图从不可或缺的工具变成了收藏品，我一点也不遗憾，还很欣慰！

老 少 咸 议

编者按：

上期说了老习惯中的好习惯。有好必有坏，坏习惯是被鄙视的，是需要改正的。生活中还有大量老习惯无所谓好坏，比如左手吃饭和右手吃饭，哪个习惯好？我们看惯了大部分人用右手吃饭，难得看见左手吃饭就不习惯。看不惯没有必要一定要对方修正过来，对方觉得自然、舒坦就可。老习惯只要无伤大雅，不影响别人，就不要干涉。适合自己的就是最好的。



如何看待「老习惯」

(中)



摄影 / 赵海银

“习惯”是一张车票

吕庆

鄙人的蜗居跟儿子家有数百碗汤的距离，打孙女出生起，他们都是赖住在邻近的亲家照顾的。我和妻子在家优哉游哉，不知不觉养成了自己的“习惯”：天亮即起，掐定辰光去公园晨练，结束后与一众拳友学金庸“华山论剑”，唠唠各自“一飞冲天”的生活。回家后，上午一杯绿茶，下午一盅清咖，翻翻书报看看连续剧，晚上准 6 点 30 分边看电视新闻边吃夜饭。邻居调侃说我俩是一对“神仙眷侣”，打发着与世无争的日子。

自从去年年中我俩替补亲家“上岗”后，我的习惯和儿子一家三口的生活节奏撞车了。比如晨起打拳，做不到闻鸡起舞了，非要等把读书的送进学校，才到小区的绿化带里舞两下；再比如，轮到我去菜场、超市购物，买啥都颇费思量，挑挑拣拣就忘了时间，妻子挖苦说：“你把自己卖给菜场啦？”晚上吃饭，家里的上班族总要 7 点过后到家，我 6 点半开始上灶掌勺盘弄一阵，这样不但看不到晚间新闻，等人到齐了，肚子早饿得咕咕叫。几天下来，一股失落感悄然而生。

一番沉思后，我决定改变自己的习惯，融入儿孙们的生活节奏。

“习惯”一变，意外地多了许多惊喜：边吃饭边听儿子媳妇聊工作聊学习聊生活，听孙女侃同学之间玩耍时的糗事，我时常笑得喷饭。一家子品尝我的“厨艺”时，他们脸上的表情包总让我忍俊不禁，生活变得丰富、精彩得多了。

我于是感慨，“习惯”像一张“和谐号”高铁车票，万一有“事”影响登车，要及时“改签”，否则，不能如愿抵达幸福和谐的“前方到站”，就成了废票。

拍拍口袋

郑自华

我曾经写过《伸手要钱》发表在新民晚报上，意思是说关门拍拍口袋，检查一下身份证、手机、钥匙和钱包带了吗？这个习惯我已经坚持好多年了。其实，出门拍口袋不是我的首创，是母亲多年来养成的习惯。小时候，我看见母亲出门，在关门时总要拍拍口袋，很好奇，就问：“姆妈？依做啥？”母亲回答：“看看钥匙带了哦？”母亲说有时“投五投六”将钥匙落下。多少年过去了，母亲拍口袋这个细节在我的脑海中留下了深刻的印象。后来我们子女都搬出去住了，只有母亲一个人留守在老屋。在我的记忆中，母亲很少发生将钥匙落下的现象。以后，我也像母亲一样养成了这个习惯。在关门时必定拍拍口袋，看看钥匙带了没有，当然现在还要看看手机带上了没有，在确认无误的情况下，才会放心地将门关上。

智者千虑必有一失，虽说小心谨慎，但也有“老鬼失撇”的时候。一次出门，照例拍拍口袋，钥匙似乎知道我的心思，也回应了一下，谁知道回家开不了门，原来口袋里装的竟然是电瓶车钥匙。这个教训让我深刻进行了反省，看来老习惯也要更新。于是，我在老习惯的基础上加了小改革，将平时经常使用的自行车和电瓶车的钥匙放在写字台的抽屉里，门钥匙放在写字台的桌面上，做到坚决不混放。为了保险，我还特地在门钥匙上挂了个大号的、颜色醒目的钥匙圈，自行车和电瓶车的钥匙上挂小号的钥匙圈，这样便于区分。自此，就再也没发生过钥匙落下的囧事。

年纪大了，有个好的习惯，不仅给生活带来便利，而且也可以避免很多麻烦。

守时，守时，再守时

曹国君

所谓习惯，其实就是人的一种“品相”，比如站相、坐相、吃相、睡相等。人的品相有很多，我最看重的是“守时”，并把它看作是正人君子的一种美德。凡有约，我总会步履匆匆，及时赶到，不因自己的姗姗来迟而浪费他人的宝贵时间，这是我从上小学开始，到进单位上班，日积月累养成的好习惯。日后在与朋友交往中，约好时间也绝不迟到，当然也不希望别人迟到。文明社会就像一只大钟，每个人守时，才能维系大钟的准确运转，工作就不会杂乱无章，生活就显得井然有序。

有一次，与几个好友约好中午 11 点在某饭店聚会。上午出门时，天气突变，狂风暴雨。我顶着风雨乘地铁 8 号线再换乘公交车，下了公交车又拦了一辆出租车，终于在 10 点 58 分赶到。朋友知道我从小杨浦来，路程最远，非常感动，说特殊原因迟到一会儿也无妨。但我笑着回答一句：“我没有这样的习惯。”又有一次，去参加一次某著名作家举办的文学讲座兼签名售书活动。因路途较远，我提前 2 小时出门，不想乘地铁时发生故障，广播中只说稍停片刻，但一刻钟都未启动，最后开门让大家出站换乘。我心急火燎，出站后马上滴滴打车，终于“候分掐数”赶到现场。当我满头大汗气喘吁吁递上新书请这位作家签名时，他听说我是一路奔波赶来的，十分感动，不是大笔一挥草草签名，而是在新书的扉页工工整整写上一句“曹国君女士雅正”，再恭恭敬敬签上名字。这一刻，我因守时得到这位作家的尊重，心里感到无比欣慰。

我一直提醒自己：守时，守时，再守时。