

金色池塘

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

竿梢上的生活

牛斌

和老赵相识,是在一次夜钓。钓友之间有着天然的热络,他先是看了我选的钓位,略带神秘地走过来说:“这个地方你钓不到,可以换一处。我追问,他笑而不答。而后又和我说,到桥洞那边去,晚上出鱼。我随他到了桥洞,此时秋风微凉,但蚊虫依旧肆意,老赵点了两根半米长的艾草香,递给我一个,笑道:“你啥装备都不带,夜钓什么?”

老赵的准备充分甚至让我有些瞠目结舌:钓箱、钓竿包、野营灯、蓝光灯、头灯、夜光漂,更别提各种饵料、线组和配件了。后备箱就像机器猫的口袋,你永远不知道他将要掏出来的是什么。我忍不住追问,这一套行头,得花费不少钱吧。

老赵有些得意,这许是挠到了他的痒处,恨不得挨个介绍。边上的另一个钓友揶揄道:“老赵是出了名的又菜又爱玩,装备是最贵的,渔获是最少的,当然,心态也是最好的。”

话匣子由此打开。老赵住在奉贤乡下,退休后,偶然一次路过帮人抄鱼,从此打开了人生的一个新天地:江湖相见,一竿风月。用他的话说,到了这个年纪,胜负欲已经少了很多,并不在乎渔获多少,环境和钓友才更重要。老赵说,“渔樵耕读”里“渔”排在第一位,他没有严子陵的淡泊,但借着垂钓的名头,泛舟秋江或者循流溯源,也是人生一大快事。也不止他,很多时候,他和几个退休的老钓友,渔具一提,说走就走,近些的在苏浙找湖泊,远些的到中原寻江河。

“这是竿梢上的生活,有弹性,有韧性,竿子的长短不重要,重要的是当我拿起鱼竿,我就是河流的一部分,是这自然的一部分。”老赵说得有些高深,一转头,又靠近我略带狡黠地道:“刚才那个钓位,我一直用7.2米的长竿钓,你用4.5米太短了,根本钓不到。”

沪语传承推广忙

丁迪蒙

退休前,我憧憬看书,研究感兴趣却未及深究的专题,重拾手风琴,去参加合唱团……我是上海书法家协会会员,不会篆刻,因此一退休就去学,买了一堆石头,研究布局,思考书体的变化。但是,所有的爱好、学习、研究后来竟全砸了。起因是朋友请我用上海话朗读文章。

上海话是海派文化的根脉,留住上海话、为沪语传承尽力是我这个高校语言教师义不容辞的责任。我读完后微信公众号播出,点击量竟高达几万。公众号主动联系要我继续朗读,由此一发不可收,数量多到我忙不过来。我开始请身边的朋友读,队伍便开始逐渐扩大,加入的中老年朋友越来越多,身边聚集了百十来个朗读者。

说话有错可以容忍,朗读文章错不能太多。于是,我定下规矩,一篇允许三个语音有错,再多要重读。不少人重读过四五遍,但依旧愿意,大家都说读一次便有一次收获。错误越来越少后,节奏感,韵律感也都好了。

要展现沪语的魅力,就必须改文章。看见合适沪语朗读的文章,在得到作者的授权后,我们先改写、再用上海话朗读。但文章一多、改写又跟不上了,我便让朗读者参与改写,最后我来把关并修正。

我们改写、朗读的作品有几个大类:小说,包括长、中、短及微型;散文,包括怀旧、抒情、纪实;童话故事,包括古今中外;现代诗歌,不管作者是否上海人。

朗读文章越来越多,我便创办了微信公众号;为教新上海人,教孩子学上海话,视频号“丁迪蒙朗赢沪语”从去年7月1日开始。我在沪语推广和海派文化的传承上忙得不亦乐乎,其他的爱好就全丢一边啦!

老
少
咸
宜

编者按:

退休是人生另一段精彩旅程的开始,面对丰富多彩的社群选择,有人爱上了“钓的比买的贵”却乐在其中的钓鱼局;有人深度体验瓶中春色与盏里禅心;还有人结伴跨省旅游加买菜、挖掘价廉物美的好东西,他们都将各自的“新天地”过成了最舒服的模样。



退休后的新天地

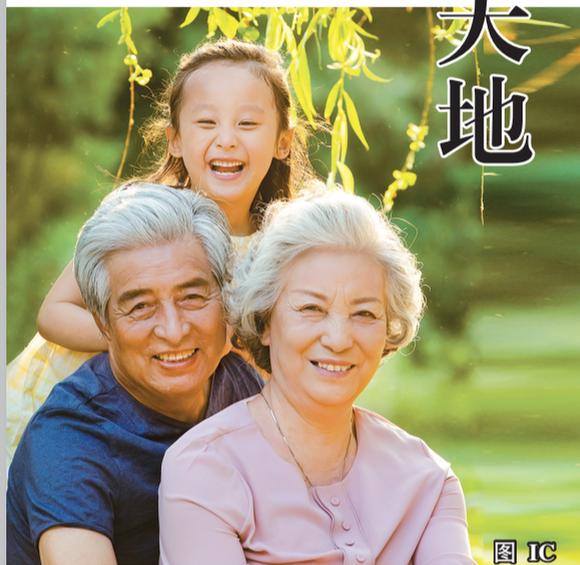


图 IC

瓶中春色与盏里禅心

张红玉

窗外的梧桐叶正簌簌落在窗台,像一场温柔的告别,卸下所有职务的我,迎来了人生中的第二次退休。姐妹们笑着道贺:“你可算自由了”。面对合唱队、旅行团以及书法班的墨香,我最终选择了“静心禅茶”与“静心插花”作为退休生活的开篇。

茶,向来是生活里不可或缺的存在。它既在烟火气的“柴米油盐酱醋茶”中扎根,也在风雅韵的“琴棋书画诗酒茶”中留香,自古便深受世人喜爱。

以往泡茶,免不了几分急躁,茶汤刚出便急着下一道程序,杯子还未端稳,心已飘向别处。如今静坐茶席前,我却能真正沉下心来,聆听水沸的声音,每个细微的变化,都清晰可闻。整个过程,我学着把握节奏,不徐不疾,感知自己的一举一动,乃至指尖最细微的变化。在这份恰到好处的仪式感里,心仿佛有了锚点,很容易便安定下来。每片茶叶,都凝聚着山水日月的滋养与千年茶文化的传承。我深知,唯有理解并尊重这份因缘际会,才能真正感知到茶所蕴含的能量。唯有时时专注,心与茶才能真正相应。

插花的时光,是与自己对话的留白。从前独自摆弄花枝,总执着于“对称才好看”“颜色要鲜艳”,插出的花束,活脱脱像裹了层糖衣的蛋糕,徒有热闹,却失了灵气。如今,茶席一角的插花,呈现着简约之美:有时,三五枝小菊疏落于浅瓷碗中,清水倒映着细碎的金黄,那份清欢,远胜满瓶繁花的堆砌;有时,一枝瘦梅斜斜探出瓶口,留白处便氤氲出风雪的诗意。原来,瓶中留白,风能穿过去,光也能落进来,恰似这退休后的日子,不必被诸事填满,才有了舒展的惬意。

有人说,退休是人生的“下半场”,可我更愿将它比作一本刚刚开卷的散文集。这里没有紧凑的剧情,没有必须完成的任务,只有字里行间流淌的从容与自在。而我,只需在瓶中滋养春色,在盏里安放禅心,便已将这方“新天地”,过成了最舒服的模样。

跨省的买菜团

文玉

那天在电梯里遇到邻居,只见她手拎环保袋,折叠小推车里还装着大包小包,我笑她咋像个“跑单帮”的?她说就是去跑单帮了。还说他们这批在公园晨练的老伙伴约好了下次结伴去南通买菜,我若有兴趣就一起去,老有劲了。

买菜?我有点懵了。如今菜场、网络平台买菜还不方便?为啥要舍近求远跑到外省市去?邻居说前不久有公交公司创新推出了长三角系列“寻游、寻味”特色休闲旅游,他们这些老人抱着试一试的心态去了,没想到体验下来觉得性价比非常高:从上海到目的地的来回车价实惠,当地的菜价比上海起码便宜三分之一,再就是旅游和逛菜场相结合,可谓一举三得。

5月的一个清晨,我跟着邻居去长途客运站乘大巴去南通。只见几十名银发旅客要么拉着小车,要么背双肩包,彼此就像老朋友似的打招呼,交流买菜经验。有些老人分明在来以前做足了功课,相互关照下一趟的浙江西塘的“寻游”线路,等到梭子蟹开捕,还有开往吕四的“海鲜团”,听说还有组团去苏州西山采杨梅的计划……

车厢里没有一刻是冷场的,有的说要买只散养鸡炖汤,有的说那里的海蜇皮便宜,他上次花费90元买了6斤,回来后分分送送吃吃,一张皮子也没剩下,这次还要去进货。两个多小时后大巴开到了沪苏通农贸市场,这是南通及长三角地区的大型农产品批发市场,品类既丰富价格又实惠,大家各取所需,刹那间就分散在市场里。我的初衷是看热闹,没想到也加入到了买菜大军中了,什么新鲜的猪肉牛肉,活蹦乱跳的水产,还有绿油油的蔬菜,不一会儿小推车就被装得满满当当。

返程路上,我突然觉得这种充满烟火气的跨省生活是让实惠与诗意并存,让每个年龄段都能找到生活的热情,这个创意真好。

为和孙儿聊聊天

还一平

2022年底,我升级做奶奶了。彼时,正值我退休返聘结束不久,四十多年职业忙碌的惯性与疲惫,让瞬间赋闲在家的我如释重负!可“心旷神怡”了没几天,游山玩水的若干盘算还未及实施,“怎样做合格奶奶”的思考又“霸屏”了我。我相信做个“合格奶奶”不仅仅是想想说说,而是要身体力行并持之以恒的。请教行家后清楚了:做个“合格奶奶”除了有爱心与耐心,还要对孙辈多陪伴、多照顾、多交流……

小孙子在国外出生成长,日常环境中保姆、幼儿园、社区游戏中心、周边邻居们都讲英语,儿子夫妇希望我能协助小朋友学些中文,但前提是我得要会些英语,否则想与小朋友“聊天”都聊不上。二话不说,我搁下游山玩水的计划,直面“老龄”学习的难,每天上网课听说读写练。在国外主动找孩子的外籍保姆聊天,常硬着头皮主动独自出门办事,就这么缓慢且磕磕绊绊地将英语重拾了起来。

外语学习是很多老年人能力上的“短板”,但当下的我就不顾这些了,在家常弄几句英语讲讲,抢着为孙儿读英文绘本、逮着保姆“荒腔走板”聊家常,一经纠正速速改正,继续学着讲着进步着。

每个人的退休生活安排都有自我意义。我极喜欢孩子,就想亲密、顺畅、有交流地陪伴孩子。退休后的新天地于我,就是学好外语,为了能和孙儿聊聊天。

下期话题 过一个有意义的敬老节

10月29日重阳节,是人们常说的敬老节,今年是我国法定将重阳节定为敬老节的第9个年头。尊老爱老是我国的传统美德,如何让老年朋友在敬老节过得有新意,欢迎将小创意和故事,投稿至夜光杯邮箱 ygb@xmwb.com.cn 或在微信公众号后台留言。