

回忆录

## 冬日里的记忆

记忆中，小时候哈尔滨的冬天来得特别早，一过十月中旬天就冷了。冬天那漫天的鹅毛大雪，那嗖嗖的西北风，那到处滴水成冰的街面，都深深地印在我的脑海里。

记得有一年冬天，雪下得特别大，我家院子里的积雪足有一米多厚。有一天，不知怎么突发奇想，哥哥领着我在雪里挖了一条足有十多米长的雪洞，洞里还分出几个小岔，可以在那里坐着或躺着。可能是因为洞上边的雪不厚，再加上雪的透光性强，洞里面还挺亮堂。挖好以后，我每天都要爬进爬出好几回，洞里也一点不感觉冷。

我小时候就喜欢清静。春节那几天家里客人不断，来的都是爸爸单位的同事。常常这拨的还没走，下拨的又来了。我就一个人拿几块糖或找一本小人书，在洞里一待就是半天，享受那属于自己的时光。

有一次，妈妈让我去商店买腐乳，商店

在木兰街和六合街的交口处。我家到商店也就十多分钟的路程。我拿着一个小铁碗装上买来的腐乳，一直用手端着从商店往家走。天冷再加上拿的是铁碗，觉得碗冰凉冰凉的。风一吹手冻得像是被什么咬了一样，一阵一阵钻心地疼，后来手就没有什么感觉了。到家后，妈妈见状赶忙把我的手放到装满凉水的盆里浸泡。过了一会儿，就看见手指缝缓出一层薄薄的冰茬。手从水里拿出后，渐渐地有了又热又疼的感觉。又过了一段时间，手才完全恢复正常。

那时我家住的是平房，冬天屋里靠火墙取暖。早晨刚起床时，屋里温度只有摄氏十五六度的样子，妈妈点完炉子、做完饭才能暖和。

窗户玻璃上结满了冰凌花，有的像丛林，有的如盛开的鲜花，有的如天空中飘动的云，有的如大海里奔腾的浪花。看着千姿百态的冰凌花，常常会引起我无限的遐想。有时我会用嘴唇贴近玻璃哈气，把冰

霜形成的冰凌花吹化，透过露出的玻璃看窗外雪下得还大不大。当阳光照射到窗户玻璃上时，冰凌花的图案逐渐变得模糊了，继而一点一点地变成水珠，慢慢地滑落下来。这时心中不免会有点怅然若失的感觉，觉得好像少了一些什么。

哈尔滨的冬天是名副其实的冰雪世界，也是儿童欢乐的天地。有时候我就和同学互相抱着头在冰场上摔跤，为的是别摔着脑袋。也有时在冰雪路面打爬犁，为使爬犁能滑得远一点儿，我就拼命地助跑。第一次穿着借来的冰鞋学滑冰很激动，鞋带还没系好就着急往冰上跑，脚后跟磨破了也没觉得疼，垫上点儿棉花继续学。常常在外边玩儿得浑身冒着热气，把寒冷的冬天全然抛到了脑后。

近些年来，感觉哈尔滨的冬天暖和了许多。随着年龄的增大，也更乐于冬天变得更暖和些，只是更加怀念那些独属冰天雪地的欢乐。 □温安华

心灵点击

## 活给自己看

一天一帮老友聚会，斜对面的一位女士，身穿一件大红色的毛呢外套，棕红的头发刚染烫过，显得蓬松而浓密。大而亮的眼睛神采奕奕，嘴唇涂了口红，牙齿很齐整，说话间显得唇红齿白。不知谁对着女士调侃了一句：“你打扮得真时髦。”

这时，女士接过话说：“对呀，我是活给自己看。”好一句“活给自己看”，大家纷纷叫好。

是的，活给自己看，我的生命我做主。在晚年人生的舞台上，如何亮相，如何走台，都是自个儿说了算。如果由得他人指挥，必定变得唯唯诺诺，谨小慎微。

有了微信以后，我喜欢把发表过的文章发到朋友圈里，用意一是存档，二是对自己的奖励。有人认为我太张扬了，我不这么看，我的圈子是我的“领地”，他人无需指手画脚。

活给自己看，活出精彩与洒脱。人生一世，草木一秋。人的生命是短暂的，在时间的长河中，只是短短的一瞬。在这短促的生命中，我们应该尽最大能量，活得有质量一些，光鲜一些。哪怕是一颗流星，也要放射出耀眼的光辉。

活给自己看，也活给这五彩斑斓的世界看。 □崔鹤同

养老公社

## 我想有个这样的家

俗话说得好：“金窝银窝，不如自家草窝。”如果能健康地老去，可以独立生活，只要有适老的居住条件，还是在家里住更便利。

当我老了，生理机能衰退，行动与反应不再灵敏时，希望有个这样的家：

房龄是20年以内的，水管和电线不至于过度老化；窗户可遥控开关；床边带有可收放的护栏，辅助起身、上下床；全屋铺设防滑砖或防滑地胶，而不仅仅在卫生间做防滑设施；为防止燃气灶上炖着汤又去干别的事而导致熄火漏气，厨房设备应能监控气体泄露并发出报警提醒；为防止因忘带钥匙而回不了家，入户门最好刷脸可进。

老年用品配置方面，除了有可移动的淋浴椅、智能马桶盖、紧急呼叫系统等基础设施，可定位的智能防走失手环、帮助平稳站立和行走的手杖或凳拐等辅助工具也需配备到位。小区内，电梯、水泥坡道或橡胶等材质的可移动式坡道等公共设施也是必不可少的。总之，整个环境是适合老年人生理特点和安全需要的：便利、舒适、无障碍、低风险。

为满足活到老学到老的精神追求，我希望可以拥有方便老年人接收信息的设备，智能产品要具有字体大、图标大、对比度高等功能特点，界面简单且操作方便。

由家人线上申请健康码并代老人出示，发展到刷身份证就可以获取健康码信息，通过这些先进的技术支撑，来填平老年人的数字鸿沟。“适老化”的公共政策，加上“适老化”的智能产品，我相信科技的力量可以为老年人架构起全时段、全方位、高质量、个性化的数字服务体系，最终实现智能养老。 □李云杰

与您约稿

分享生活感悟，回忆往昔岁月，欢迎提供原创图文。

投稿邮箱：59180151@qq.com。



爷孙对着画

□李殿光

老夫老妻

## 听老伴儿说旧恋人

老伴儿在与我谈恋爱之前，曾先后谈过三次对象，皆因家庭成分而告吹。老伴儿的三个旧恋人，都给她留下了很好的印象。无论是在我们结婚之初，还是在以后几十年的家庭生活中，对他们的溢美之词，时不时会从老伴儿口中流露出来，而且均是用我的缺点与他们进行对比。老伴儿每每谈起与他们短暂相处时的点点滴滴，都会情不自禁地喜形于色，让我哭笑不得并心生妒意。

随着岁月的流逝，我逐渐了解了老伴儿的这个规律，与她的相处就容易得多了。尤其是当她因为这事那事而郁郁寡欢、情绪不佳时，我适当地提一提这些旧人旧事，她那阴沉的脸上立刻就会放晴。那话匣子一经打开，就轻易关不上了。而且，还总是一个套

路。她津津乐道、喋喋不休地说：“我和小杨谈了半年对象，人家连一个手指头也没碰过我，哪像你第一次见面就抓住我的手不放……”“那个小刘可真够痴情的，咱俩结婚的日子都定了，他还给我寄一封长信来，信的最后还问我有没有重归于好的可能……”“和小马告吹后，他还经常到我的宿舍旁边拉小提琴，曲调那个悲呀……”

对于这些陈芝麻烂谷子的事，我早听得耳朵都磨出老茧了，但我仍然装出一副饶有兴趣的样子，还不时地附和上一两句。她就更加情绪高涨，什么洗衣做饭、收拾屋子等一应家务活干起来，连个“逗点”都没有，我则乐得清闲自在，不由得心里偷偷地乐。 □韩长绵

## 老伴儿是我心中的宝

我和老伴儿几十年的家庭生活中，有岁月的泪水，也有夫妻间的冲动争吵。步入晚年，我越来越珍惜我和老伴儿之间的感情。

20世纪70年代，我和老伴儿工资收入低，家庭生活负担重。因上班需要带饭，老伴儿每天凌晨3时许便起床做饭，之后要抱着孩子走大概一公里的路，再坐单位通勤车上班。那些年，老伴儿吃了不少苦，受了不少累，这一切只有经历过的人才会有切身感受。

岁月的手将年轮旋转到新时代。我和老伴儿已逾古稀之年。老伴儿烹饪味道美，陶醉了我的味蕾。人间重晚晴，为了感激老伴儿对我的关心和陪伴，每当她午休休息时，我都轻轻地给她盖上毛巾被。每当我和老伴儿去早市或超市买蔬菜，因心疼她，我主动推购物车，或抢着背较重的双肩包，双手尽量再拎些

蔬菜，让老伴儿少拿东西。每次吃饭，我都让老伴儿多吃鱼、肉和她爱吃的炒菜。老伴儿全口是假牙，硬的主食，或不太烂乎的肉食都吃不了，于是吃馒头时她吃瓤我吃皮；新做的大米饭，她吃上面软的，我吃下面稍硬的。老伴儿吃水果时习惯削果皮，然后切一半给我品尝，我总说尔多吃。这些都是我和老伴儿心与心的交融，情与情的相依。

每当夏季，住宅小区绿树成荫，微风习习中，人们坐在长椅上休闲。草坪周边的丁香花绽放，散发幽幽的芬芳。大自然涂抹后的小区像一条绿色的河，我陪伴老伴儿在“河”中的休闲娱乐。老伴儿风趣地说：“我走进了新时代，72岁的生理年龄，27岁的心理年龄，幸福啊！”感情需要岁月的沉淀，越老沉淀得越浓。 □于同茂

屋檐下

## 婆婆要过个“潮”晚年

前段时间，婆婆给我打电话，说想让我在网上给她选购一款合适的染发剂。我一听颇有些惊讶：婆婆可不是“潮”到要染发的性格。果然，刚过去半天，婆婆的电话又来了，说染发剂不用买了，是她搞错了。

周末我回婆婆家，婆婆居然顶着一头浅棕色带卷的假发套迎接我。可能是看我太惊讶，婆婆爽朗地笑了。她问我：“好看吗？有没有显年轻一点？会不会太花哨？”

我说，不花哨，真的年轻了好多。又问婆婆：“你怎么舍得买假发套了呢？”婆婆瞥了我一眼：“我都活了六十好几了，就不能为自己花点钱，时尚一回？”

看我一副不解的样子，婆婆告诉我，其实她的改变源于最近她去跳广场舞认识了一些新朋友，思想也发生了一些变化。以往只想着做点儿小生意赚点儿钱，自己的形象完全顾不上。一天天地将就下去，连自己都不喜欢自己了。老了老了，也想“潮”一回，至少是趁着自己还爱美、还能美的时候给自己一个改变的机会。

我想好了，以后要更加关心婆婆，为她的“潮”晚年护航。 □管洪芬

## 生日祝福

♥ 11月15日是戴阳72岁生日，女儿、女婿祝爸爸生日快乐，健康幸福。

♥ 11月17日是李鑫星80岁生日，老伴儿及子女祝“大管家”生日快乐，身体健康。

**征集** 本版免费刊登生日祝福（年龄在60岁以上），请提前十天编辑短信“姓名+年龄+生日+祝福语”发至15590882367即可。