

退休生活

# 找回自信

上老年大学已有数年了。我选的是声乐、朗读和电子琴专业。我一直很喜欢声乐，唱歌是我从小到大的强项。我记得很清楚，中学时老师就带我去青年宫演出。

上老年大学的这几年，唱歌水平有了很大提高。而且，课余时间“老”同学们还经常一起去K歌。我的歌唱得越来越自如，自我感觉良好。

去年底，班级举办了一次汇报演出，我报的是独唱。可怎么也没想到，不仅我自己感到意外，就连老师、同学们都感到意外，我把一首《感恩》唱得那么惨。之前，我也进行了充分的准备，背歌词、记谱子，还和钢琴伴奏演唱。

演出当天，我穿着演出服上台了。谁知，一开嗓话筒没有声，换了一个还是不

行。这时我紧张得浑身发抖，歌声跑调，总算坚持着把歌唱完了。虽然同学们用掌声给了我很大的鼓励，但我回家后仍然感到很沮丧，心里一直在说：我的自信去哪了？我的自信没有了，从此心里便有了一个包袱。

这学期，几乎每个班级都举办了汇报演出，我们班也是一样。这次班长让我当主持人，因为我的发音比较准。

为了这次演出，我在台词方面加紧了练习，也做好了充分的心理准备。但是，仍有“一朝被蛇咬，十年怕井绳”的感觉，心里总是突突地跳，裙摆像有吹风机吹的一样抖个不停。时间到了，教室静了下来，我硬着头皮走到前面。当我望着下面的同学，曾经的画面出现在我的眼前，这不是

我曾经的舞台吗？这不是我自信的舞台吗？这就是让我骄傲的舞台呀！

我从小学就开始当班长，讲台是我经常带领同学唱歌的地方。中学时，我是全校大合唱的领唱。参加工作后，我是单位的团干部，经常在台上讲话，谈笑自如……

过去的一幕幕就映现在我眼前，自信心战胜了恐惧，我很坦然地开始了主持。

当轮到我的节目时，我把独唱改成了即兴演讲。我原本准备的歌曲是《感恩》，还是去年唱的那首歌，我想扳回面子。但是，就在那一刻，我改变了主意，我要把此刻的感受讲给大家。

“去年我在这里唱着歌、发着抖，今天演出之前我也在抖，紧张、恐惧包围着我。但当我想起曾经的我时，自信又回来了。

我想我还是那个曾经的我，还是那个挥洒自如、谈笑风生的我。虽然我们在年龄上被划入了老年，但老去的是容颜不是心态。我们有再学习的场所，社会给了我们施展的空间，我们仍是社会的一份子。我们失去的是青春而不是自信，辉煌已成了过去，自信却不可丢，不要放弃任何一次能让自己快乐的希望。心若年轻，岁月就不会老；人若乐观，时光犹在。我们来老年大学学习，一方面是为了使自己的爱好得到提高，更主要的是为了身心健康，掌声的含义更多的是鼓励。”

我侃侃而谈，坦然而自若。我找回了那个曾经在舞台上自信的我，坦然的我。

我们虽然老了，但老了也要自信。

□李凤兰

同一屋檐

## 隐私权

儿子、儿媳结婚三年多，终于生了孙子，我心里高兴，拍照到处显摆。满月那天，孙子穿着红肚兜，着实讨人喜欢。趁着月嫂给他换尿不湿的空儿，我偷拍了几张孙子光屁股的照片，发到了家庭群里。

儿媳看到了，觉得我的做法不

妥，又不好和我说，便跟我老伴儿念叨：“小宝宝也有隐私权，光屁股照晒出来，多丢人呀！他现在不能说，可长大知道了，还不找他爷爷说事儿！”我听说后，觉得儿媳说得在理，于是再也不乱拍乱发了。

□刘琪瑞

品味人生

## 母亲的花语人生



母亲养的仙人球开花了。这株仙人球养了大概四五 years 了，第一次开花，着实让母亲惊喜。

一株浑身是刺的仙人球上面，开出一朵花。只有一朵，就像是荒漠里长出的绿植一样，看似不搭调，却有着奇异的光彩。仙人球花很美丽，白色的修长花瓣密集而有序地围拢着，好像有点昙花的气质，那么美，总让人担心它会瞬间凋落，很梦幻的感觉。可它又不会很快凋落，显得那么卓尔不凡。仙人球花娇柔的花蕊仿佛在吐露一个秘密，告诉人们它为何经历那么漫长的时间才开花。

母亲养了满院子的花，院子里总是花开缤纷。到了冬天，她会把心

爱的花搬进屋子里过冬。一年四季有了花的陪伴，母亲的日子过得美好而芬芳。那些花的特征和生长习惯，她都了如指掌。她根据每种花的脾性，赋予它们不同的花语。

母亲说长寿花是幸福花，花开得时间长，而且花朵繁多。院子里的长寿花如云霞一样灿烂，给人四季常春的感觉。母亲觉得有长寿花陪伴，就像是有幸福陪伴一样。只要有花开，幸福就一直在。

母亲还把米兰花叫做快乐花，那种花又细又小，开起来淡雅清香，闻一闻就觉得快乐。我把母亲的意思又“升华”了一下：“快乐就像米兰花一样，微小却繁多，只要你想得到，便会俯首可拾。”母亲听了我的解释，说正和她的心意。

人生在世，除了生活琐碎，总是需要一些精神支撑的。母亲的花语人生，就是她在漫漫岁月中永远保持坚强乐观、淡定从容的法宝。

□马俊



祖孙之间

## 孙女的爱

儿子、儿媳工作一直都很忙，孙女就由我从小带到大，因此她和我比较亲。孙女小时候乖巧、懂事，不管吃什么，她都叫我一齐吃，如果我不吃，她就奶声奶气地说：“奶奶吃，再不吃就过期了，过期就浪费啦！”我平时给她讲故事，读儿童绘本书，她很喜欢听，从中懂得了很多道理。她在小朋友面前有句口头禅：“我奶奶讲的……”

孙女刚上大学的时候，就省吃俭用给我买东西。春秋给我买外套，夏天给我买拖鞋，怕我洗澡滑倒，还买了防滑垫。孙女知道我冬天怕冷，在网上给我买了厚棉袄、厚袜子。我穿在身上，暖在身上，也暖在心里。孙女心细，想得周到，这让我很感动。

去年年底，我和老伴儿都“阳”了，但症状并不算很重，自己做饭还是可以的。恰巧孙女放假在家，她知道后，非要来给我们做饭。我怕把她传染上，就把门反锁了，不让她进屋。她就买了好些蔬菜、水果和鱼肉，还有熟食，放在门口，然后打电话叫我们拿进屋。我们年纪大，她不放心的，咨询了医生，给我们开了各种对症的药品。虽然我们住在同一个小区，但她还是天天嘘寒问暖，直到我们转阴痊愈。

孙女在外地上大学，每次放假回家都会给我们买礼物。我很心疼她，说：“你还是个学生，不要给我们花钱，在外面自己照顾好自己就行了，我们什么都不缺。”孙女说她帮人翻译资料能挣钱了，还有奖学金，叫我不要担心。

今年夏天天气有些高，孙女给我们打来视频电话，说：“奶奶，天气热，您和爷爷照顾好身体，不要太累了。空调该开就开，不要太省，健康最重要。”我说：“我们知道了，放心吧，都好着呢。宝贝孙女，奶奶有你真幸福！”

□赵连英

### “大学堂”版“智慧树”答案

#### 【趣味益智题】

1.登上月球时；2.迈上另一只脚；3.推开门出去；4.农历初一到初三，两天学一课，已经很快了。

#### 【看图猜成语】

1.悬壶济世；2.山南海北；3.三山五岳；4.杀鸡儆猴。

父亲母亲

## 一部老年机

老爸老妈原本会使用智能手机，可是，随着年龄逐渐增大，竟然玩不转了。尤其是老妈，开始还能拨打和接听，也能看看短信，可后来就只会接听了；老爸比老妈强一些，但也强不了多少。这种状况刚出现的时候，他们一致声讨是手机的毛病。

既然是手机的问题，那就修手机，大不了换个新的。我几次给他们买手机，弟弟也给他们买了几个，可越换手机他们就越好用了。于是，我们不得不找出他们先前用过的那个老年机。

就这样，老爸和老妈共用一部老年机。别看俩人都不怎么会用，但接电话的积极性一个比一个高，时不时还因为电话的归属权而争吵。很多时候，老爸都会让着老妈，所以

手机在老妈手里的时间更长一些。去年年底，老爸身患重病，永远离开了我们。我和弟弟想把手机随老爸一同下葬，可我们知道，老妈十分珍爱这部手机，必须做通老妈的工作才行。我和弟弟把想法一说，老妈一百个不愿意：“这是我的手机，为什么要给他？”看到老妈的态度，我和弟弟面面相觑。

那天，老妈非要让我们把手机给老爸送

去，说他在外头肯定要用到手机，还嘱咐我们告诉老爸早点儿回来。我们佯装手机已经送走了，可没过几天，老妈又看到了那部手机，责怪我们：“咋还没给你爸送去，你们几个孩子都白养了，一会儿我给你爸送去。”我赶紧说：“已经送过去了，这是给您新买了一部。”老妈说：“你别想骗我，这还是原来那部手机，我认识它，上面还有个黑点儿呢。”被母亲当面揭穿，我尴尬得不知所措。弟弟拿过手机，迅速把上面那个黑点儿抠了下来，说：“妈，您看错了，这就是新买的。您看上面哪有黑点儿啊？一定是您眼花了。”

老妈终于不再说什么了，可扭过头，我和弟弟已哭成了泪人。

□杜明骏