

■编者按:时光低语。当父母垂垂老矣时,开始忘关煤气,把一句话重复三遍,床头多了几瓶陌生的药……曾经被我们视为避风港的家,会上演怎样的故事?

养老的话题,在快节奏的现代,依旧挥之不去,它不应只是父母辈的独白,而是两代人甚至三代人共同书写的对话。是陪伴还是分离?是守护传统还是拥抱新方式?这些选择背后,彰显了一个个普通家庭的温度与勇气。

本报晚风版今起,开辟“我家的养老故事”专栏,讲述关于衰老、陪伴、爱与理解的故事,期待读者可以从纠结、无奈、泪水、微笑里,获得暖意、智慧与成长。让我们交换经历、分享方法、传递力量,令“养老”二字不再沉重,成为一场温暖的接力。

期待你家的养老故事,故事线索请发送至本版投稿邮箱gnrbzmyu@163.com,并注明“我家的养老故事”。让我们一起在这徐徐晚风中,找到属于每家每户的答案与安宁。

## 相濡以沫颂晚晴



前几天,我带着女儿芳芳悄悄地从深圳回到赣州。推开家门,父亲坐在阳台上看书,母亲坐在他旁边剥豆。两人晒着太阳,不时聊上几句,笑上几声,那温馨美好一如他们相伴几十年的每个日常。

见我回家,二老很是惊喜。母亲忙说要去买我们爱吃的菜,父亲则拿出几张信纸:“来来来,看我新近写的这几首诗怎么样……”我笑着接过,又拦住母亲:“妈,别忙了,家里有什么就吃什么。”她不依:“你不吃,芳芳要吃呢!”

之所以不提前告诉父母就回来,正是因为不想麻烦老人。以前我只要说了几时会回,二老又是打扫卫生,收拾房间,又是提前备好我们爱吃的菜,忙得不亦乐乎。但我工作繁忙,有时计划有变,不能如期回家,不仅浪费了老人的一番心意,还让他们很是失落。因此,我后来学聪明了,总是搞突然袭击,让他们意料之外地更添欣喜。

一

父亲谭必健今年79岁,出生在于都县,母亲刘雪珍则是土生土长的老赣州市(现章贡区)人,今年74岁。1968年,母亲下放至于都县葛坳乡(现为葛坳镇)澄江小学任教,1970年冬与父亲相识,1年后两人结为伉俪,自此相携走过了55载春秋。

父亲曾有一段两地分居的日子。20世纪70年代初,父亲被军转安置在原国家第二机械工业部某单位(现章贡区)工作,母亲无法随迁。婚后,我们三兄弟接连出生,想到母亲又要上班,又要拉扯三个年幼的孩子,父亲很是心疼。为了与母亲相伴,也为了就近照顾爷爷奶奶,父亲不

愧疚自不必说,自我外出工作,多年不能在父母膝下长伴尽孝,常常感到没能好好报答他们的养育之恩。

感动则源自父母的无私与理解。父亲出身贫寒却自强自立,无论是求学还是参军,都刻苦努力,母亲亦是如此,面对困境乐观奋进。他们对工作、对家庭均尽心尽责,并言传身教,培育我们树立正确的人生观和价值观,激励后人砥砺前行,奋发有为。他们不因为自己日渐年老,就把孩子们捆在身边,这种不同于常人的豁达与开明常令我们骄傲,心生感动。

而欣慰来自父母老而弥坚的积极面貌。

父母多年来在事业上、生活中互帮互助,携手前行。母亲早年任教时,曾因冰雪天救助一名不慎掉入水田的小男孩而患上重感冒,受条件限制未能及时医治,迁延不愈导致慢性支气管炎,老年又转化为慢阻肺。父亲虽然有腰椎间盘突出的毛病,却爱护母亲,在退休后主动承担了大部分家务,尤其做得一手好菜。

父母日渐年迈,自力更生的生活原则丝毫未改,对于精神的追求远高于物质。一日三餐均是粗茶淡饭,只在我们回来时,餐桌上才会变得丰盛。他们早睡早起,生活规律,一同去买菜、散步,闲时读书看报、听音乐、练书法、写文章、唱歌跳舞,既强身健体,又陶冶情操。

两人均是多年的老党员,退休后热心社区的党建公益事业,都曾担任榕树苑社区的党支部书记,带领老党员积极参加社区的各项党建活动和公益慈善行动,获得了不少荣誉。父亲

是位活力满满的80后帅哥。他热忱地发出邀约,成为我踏上此次旅程的重要原因。

前往安福的那个清晨,曙光初现,玺子便打来电话询问出发时间。当我们一行五人抵达安福时,他已等候多时,身旁还陪着一大家子人:美女摄影大师、他的母亲、未满两岁的女儿,还有妹

妹、妹夫和外甥女。这份虽未曾谋面却如老友般的热忱,刹那间驱散了两百多公里旅途的疲劳,让人感觉清新又温暖。

武功山海拔1918米,当时尚处开发早期,从安福一侧登上金顶,需在山下起点处徒步登高1000多米,且山势险峻,全程没有索道。越接近金顶,气候越发瞬息万变。晴朗时烈日高悬,降雨时云雾弥漫,寒风凛冽,500米处的路段更是“一日历经四季”。累了,我们在方形石阶的石凳上稍作停歇。蒙蒙雨雾中,妻子突然轻声说道:“相濡以沫。”我问是否需要我背她,她却摇了摇头:“有心就好了。”同行的另一对夫妻也被此情景所感染,让我拍下他们相互搀扶的身影。

在金顶下方几十米处,我们住进了铁皮小木

屋。木屋虽简陋,却能遮风挡雨,成了旅人疲惫后的栖息之地。夜幕降临,餐厅里的野味土鸡汤鲜美可口,我们畅饮着奎子中午接待时剩下的吉安冬酒,很快就驱散了寒意与饥饿。寒夜里,呼啸的狂风拍打着铁皮,伴我们进入梦乡。当我在半梦半醒间迎来黎明时,羞涩的太阳穿透云层,光芒四射地照耀着翠绿的群山。短短时间内,我们竟体验了武功山的“四季”——山下酷热正夏,山腰恰似春秋,山顶仿若初冬,留下了味蕾、寒夜与朝阳的难忘记忆。

这场旅行,我领略了高山草甸的神奇、金顶的壮美,在陡峭的山路上亲历了亲情、友情与爱情的回想,尤其是玺子抱着女儿攀登、悉心照料家人的情景,让“责任”二字有了最为生动的诠释。

## 老有所忆

## 风吟草甸遇故人

□丁瑞来

十二年前的八月,正值盛夏酷热之际。当我在武功山与武夷山这两座“武氏”名山之间作选择时,或许是出于对未知的一份好奇,又或许是源于对高山草甸的憧憬,我选择了武功山。

听闻武功山地貌特征中隐匿着深山道教文化,而在近两千米海拔处,一片草甸如绿绒铺展,极具吸引力。更为重要的是,武功山下的安福县,有一位我五年前在网上结识的博友“玺子”,他是一位活力满满的80后帅哥。他热忱地发出邀约,成为我踏上此次旅程的重要原因。

前往安福的那个清晨,曙光初现,玺子便打来电话询问出发时间。当我们一行五人抵达安福时,他已等候多时,身旁还陪着一大家子人:美女摄影大师、他的母亲、未满两岁的女儿,还有妹

妹、妹夫和外甥女。这份虽未曾谋面却如老友般的热忱,刹那间驱散了两百多公里旅途的疲劳,让人感觉清新又温暖。

养老的话题,在快节奏的现代,依旧挥之不去,它不应只是父母辈的独白,而是两代人甚至三代人共同书写的对话。是陪伴还是分离?是守护传统还是拥抱新方式?这些选择背后,彰显了一个个普通家庭的温度与勇气。

本报晚风版今起,开辟“我家的养老故事”专栏,讲述关于衰老、陪伴、爱与理解的故事,期待读者可以从纠结、无奈、泪水、微笑里,获得暖意、智慧与成长。让我们交换经历、分享方法、传递力量,令“养老”二字不再沉重,成为一场温暖的接力。

期待你家的养老故事,故事线索请发送至本版投稿邮箱gnrbzmyu@163.com,并注明“我家的养老故事”。让我们一起在这徐徐晚风中,找到属于每家每户的答案与安宁。

## 老有所养

## 给婆婆发红包

□魏有花

吃过晚饭,我将一个红包抽出来,塞入崭新的钞票。客厅里,婆婆正弓着背,一遍遍擦拭着电视柜角落里那尊从老家带来的弥勒佛。

我朝她走去,把红包递给她:“妈,快过年了,您拿着,自己买点喜欢的东西。”这是做什么?”她声音里带着笑:“我什么都有,用不着。你们留着,孩子开春又要交学费了。”我执意往前递了递。她终于接过去,低头看着,拇指在“福”字上摩挲了好几下,然后擦起围裙的一角,将它妥帖地塞进了内里的暗袋。她转身走向厨房,步子有些快。“晚上包了饺子,我去煮。”她的声音从厨房后传来。

我站在原地,鼻尖忽然萦绕起一股极淡的韭菜清香,这香气瞬间将我拉回到无数个黄昏。

几乎总是这样:我们披着一身寒气

拧开家门锁。第一个迎上来的,总是这温润的食物香气,和婆婆从厨房探出的半个身子。饭菜永远热在锅里,孩子的吵闹被她用苍老的耐心安抚着,衣物收得整整齐齐。这个家,像一艘小船,总是在她这里找到平静的港湾。

我们忙,忙得理所当然。直到有一次,我半夜看见她独自坐在未开灯的客厅,就着月光轻轻捶着自己的腰。她缩在沙发角落里的身影,那么小,那么薄,像一个被遗忘的影子。从那时起,“年底一定要给妈包个红包”这个念头,便像一颗种子在我心里扎了根。

红包给了,可我心里清楚,这钱大约是不会离开这个家的。果然,第二天一大早,婆婆就说要出去转转。

她回来时,手里的袋子鼓鼓囊囊。她一样样往外掏:给孙子买的新棉袄,给我买的加厚绒袜,给我老公买的护膝。最后,从袋子最底下掏出一大块牛腩、几尾鲫鱼,还有一袋子沉甸甸的进口橙子。

“今天东西可真好,”她脸上洋溢着满足的光彩,“晚上炖萝卜牛腩,再烧个鲫鱼汤。”

我们笑着应着。孩子穿着新衣满屋跑。老公钻进厨房打下手。我剥开一个橙子,清冽香甜的气息瞬间爆开。

我望着她。她站在一屋子的暖与亮中央,微微笑着。我忽然全明白了。那红包,不过是个信物,是我们笨拙地试图表达心意的媒介。她郑重地收下了我们那份“看见”与“记得”,然后用一种更深沉的方式,将这份心意融化后,又一丝丝编织进我们往后具体而细微的日子里。

夜又深了。婆婆又坐在了她常坐的位置上,弥勒佛依旧在她身旁笑呵呵的。我走过去,挨着她坐下。

窗外,是无边的寒夜;窗内,这一隅的暖意与安宁,仿佛是她用那双布满老茧的手,从流逝的时光里一针一线缝补出来的。

地叫起来:“推石磨,做米果;米果香,过年忙。”

石磨就在大门前的屋檐一角,母亲和大姐两人把着磨的把手,我则站在磨盘边添料,把米粒从磨眼半把半把喂进石磨。石磨转起来,“隆隆隆”,闷雷一样的声音传开来,磨担钩一荡一荡地“吱扭、吱扭”,磨槽里便堆积出了细细的米粉浆。我们边干活边说着话,不知何时,米浆磨好了。母亲把装满米浆的水桶挑回厨房,吩咐我:“烧火做米果了。”我往土灶送柴火,木柴在大土灶旺旺地燃烧,灶膛亮堂堂的,我和母亲的心也亮堂堂的。

母亲先用茶油涂抹锅底,再将米浆倒入热锅,手上的功夫一刻不停,不断地用锅铲搅拌,一圈,又一圈……锅里的米浆跟随母亲的手,呈现出一个又一个圆圈,如花朵次第在铁锅里绽放。母亲那布满皱纹的脸上,也如一朵花在甜蜜地盛开着。

米浆在铁锅里受热,蒸发掉了多余的水分,成了胶状,被母亲盛在脸盆里请出锅,放到一个大簸箕上。稍凉后,邻居家几个过来帮忙的主妇与母亲齐上阵,米团被她们瓜分,拽在手里使劲揉搓起来,米团便有了筋骨,也有了韧性。它们或是被做成条形,或是像乒乓球大小的圆球,又或是如碗口大小的饼状……做好的米果放到蒸笼中蒸上大约半个小时,厨房里便会飘荡起米果熟透的清香。出锅后的灰水米果,色泽金黄艳丽,质地黏糯柔韧,令人垂涎欲滴。

我们几个小孩迫不及待地用筷子夹起米果,蘸上酱油辣椒水送入口中。那甜糯的滋味黏附在唇齿之间,沿着食道漫润到肠胃,久久不散。而母亲看我们吃得高兴,笑容便格外幸福和满足。

过年的时候,吃着母亲做的灰水米果,我的心中便无比温暖。

## 念亲恩

## 母亲的灰水米果

□赖加福

春节到了,烹制各种美食,成了家家户户的头等大事,母亲做的年果是我年之美食最深刻的记忆。

制作灰水米果是个累人又繁琐的体力活。但沉浸在家团聚甜蜜里的母亲,身上似有无穷的精力。夜幕降临,村庄灯火星星点点。忙活了一天的母亲从米缸里量出几升早稻米,淘洗干净后,加到事先预备的灰水中浸泡。白花花的大米浸润了草木的气息,次日制作出来的灰水米果将具备草木独有的芬芳。

早饭后,母亲开始招呼我们:“走,推磨去!”推磨,就是用石磨将浸泡好的米磨成米浆。我们兄妹几个一听,开心



## 新春送福润人心

临近春节,赣州市老年书画协会、赣州市政府机关大院老年体协书画社深入钓鱼台、大庙前、人民巷、渔湾里等社区,开展“墨香迎春,联韵传情”送春联活动。老年志愿者们现场挥毫泼墨,送出了一副副春联、一个个福字,以传统文化润物润人。

吴品雯 摄



谭光明父母金婚时补拍的结婚照。

## 风吟草甸遇故人

□丁瑞来

十二年前的八月,正值盛夏酷热之际。当我在武功山与武夷山这两座“武氏”名山之间作选择时,或许是出于对未知的一份好奇,又或许是源于对高山草甸的憧憬,我选择了武功山。

听闻武功山地貌特征中隐匿着深山道教文化,而在近两千米海拔处,一片草甸如绿绒铺展,极具吸引力。更为重要的是,武功山下的安福县,有一位我五年前在网上结识的博友“玺子”,他是一位活力满满的80后帅哥。他热忱地发出邀约,成为我踏上此次旅程的重要原因。

前往安福的那个清晨,曙光初现,玺子便打来电话询问出发时间。当我们一行五人抵达安福时,他已等候多时,身旁还陪着一大家子人:美女摄影大师、他的母亲、未满两岁的女儿,还有妹

妹、妹夫和外甥女。这份虽未曾谋面却如老友般的热忱,刹那间驱散了两百多公里旅途的疲劳,让人感觉清新又温暖。

武功山海拔1918米,当时尚处开发早期,从安福一侧登上金顶,需在山下起点处徒步登高1000多米,且山势险峻,全程没有索道。越接近金顶,气候越发瞬息万变。晴朗时烈日高悬,降雨时云雾弥漫,寒风凛冽,500米处的路段更是“一日历经四季”。累了,我们在方形石阶的石凳上稍作停歇。蒙蒙雨雾中,妻子突然轻声说道:“相濡以沫。”我问是否需要我背她,她却摇了摇头:“有心就好了。”同行的另一对夫妻也被此情景所感染,让我拍下他们相互搀扶的身影。

在金顶下方几十米处,我们住进了铁皮小木

屋。木屋虽简陋,却能遮风挡雨,成了旅人疲惫后的栖息之地。夜幕降临,餐厅里的野味土鸡肉汤鲜美可口,我们畅饮着奎子中午接待时剩下的吉安冬酒,很快就驱散了寒意与饥饿。寒夜里,呼啸的狂风拍打着铁皮,伴我们进入梦乡。当我在半梦半醒间迎来黎明时,羞涩的太阳穿透云层,光芒四射地照耀着翠绿的群山。短短时间内,我们竟体验了武功山的“四季”——山下酷热正夏,山腰恰似春秋,山顶仿若初冬,留下了味蕾、寒夜与朝阳的难忘记忆。

这场旅行,我领略了高山草甸的神奇、金顶的壮美,在陡峭的山路上亲历了亲情、友情与爱情的回想,尤其是玺子抱着女儿攀登、悉心照料家人的情景,让“责任”二字有了最为生动的诠释。

## 老有所忆

本报记者:丁瑞来

十二年前的八月,正值盛夏酷热之际。当我在武功山与武夷山这两座“武氏”名山之间作选择时,或许是出于对未知的一份好奇,又或许是源于对高山草甸的憧憬,我选择了武功山。

听闻武功山地貌特征中隐匿着深山道教文化,而在近两千米海拔处,一片草甸如绿绒铺展,极具吸引力。更为重要的是,武功山下的安福县,有一位我五年前在网上结识的博友“玺子”,他是一位活力满满的80后帅哥。他热忱地发出邀约,成为我踏上此次旅程的重要原因。

前往安福的那个清晨,曙光初现,玺子便打来电话询问出发时间。当我们一行五人抵达安福时,他已等候多时,身旁还陪着一大家子人:美女摄影大师、他的母亲、未满两岁的女儿,还有妹

妹、妹夫和外甥女。这份虽未曾谋面却如老友般的热忱,刹那间驱散了两百多公里旅途的疲劳,让人感觉清新又温暖。

武功山海拔1918米,当时尚处开发早期,从安福一侧登上金顶,需在山下起点处徒步登高1000多米,且山势险峻,全程没有索道。越接近金顶,气候越发瞬息万变。晴朗时烈日高悬,降雨时云雾弥漫,寒风凛冽,500米处的路段更是“一日历经四季”。累了,我们在方形石阶的石凳上稍作停歇。蒙蒙雨雾中,妻子突然轻声说道:“相濡以沫。”我问是否需要我背她,她却摇了摇头:“有心就好了。”同行的另一对夫妻也被此情景所感染,让我拍下他们相互搀扶的身影。

在金顶下方几十米处,我们住进了铁皮小木

屋。木屋