

我的老年生活—— “三不”与“二当下”

○千里生

人生开始走向老年,注意力、记忆力、体力等等都大不如前,闲暇之余对过往种种的回顾以及对死亡的遐想的几率倒是大大增加了。不同的年龄思考不同的事情,或许是人生的必然。按规律走,没什么不好。

反思久了,我对自己未来的老年生活便有了一些想法。我将之归纳为“三不”与“二当下”。

“三不”:不幻想、不承诺、不违心。年轻人好高骛远的毛病,曾经年轻的我也未能例外,现在每每回想,许多称之为“理想”的东西,就是不切实际的幻想。如今,与其眼睁睁地看着这些理想一个个从空中跌落,继而灰心、堵心,甚至痛心,不如做好当下,对今后的生活不抱幻想,是为“不幻想”。

幻想多了,往往会从口中流出,变为承诺。幻想是个人行为,承诺往往要牵涉到周边的亲朋好友,尤其是身边最亲爱的人。当初晒出幻想,豪言壮语般地承诺着,如今实现的往往没有多少。为此,自己都禁不住要唉声叹气,又何况眼巴巴寄予自己满满希望的亲人们呢?还是要面对现实踏踏实实

地,不要有什么承诺为好。少承诺,少失望,少内疚,是为“不承诺”。

曾经从象牙塔出来,一脚踏入红尘,为糊口养家,被迫无奈,做了许多无兴趣、不愿做、不屑做的事,不仅浪费了无数美好时光,而且一度甚至数次迷失自己。到如今,可谓身染污垢,心力交瘁。是到了该回归自己的时候了,回归本真的自己,做自己真正喜欢做的事,才能真正得到身心的愉悦,是为“不违心”。

以上“三不”只是一种理想,一种愿望,真要做到,必须辅之以“二当下”,即:吃当下饭、做当下事。

譬如,每天用心为家人准备一餐一饭;陪家人聊天、散步、赏景;一个人的时候,阅读、思考、写作……吃当下饭、做当下事,不是消极,恰恰是督促自己珍惜来日无多的时光,踏实做人做事。未来的一切,当一步一个脚印,切切实实认真地做好。

孩童和老年,是人生的两端。美好的孩童时期已然逝去,那么到了老年,就让我们做一个老孩童吧,度过一个孩童般自由、率真而无忧虑的老年时代。



南船北马古淮安
(曹信民 摄)

任则乾国画作品



从闲书进

好多家长,只要一见到孩子看课外书,尤其是那些与学习无关的闲书时,无不火冒三丈,不是强行没收,就是勒令孩子赶快放下。可事实上呢,家长越是禁止,孩子却越唱反调,让家长干发火,却无可奈何。在这一点上,白岩松的做法就很值得反思和学习。

白岩松认为,书没有闲与不闲之分,都是有用的。白岩松喜欢读书,儿子白清扬耳濡目染,也是一个小书迷。快小学毕业时,白清扬竟迷上了金庸。按说,在这个关键点上,理应全力以赴升级考试才对,可白岩松不仅不制止,反而依顺着孩子。初中时,白清扬对明清时期的历史又产生了浓厚的兴趣。初中科目多、作业多、时间紧,可白清扬始终没放

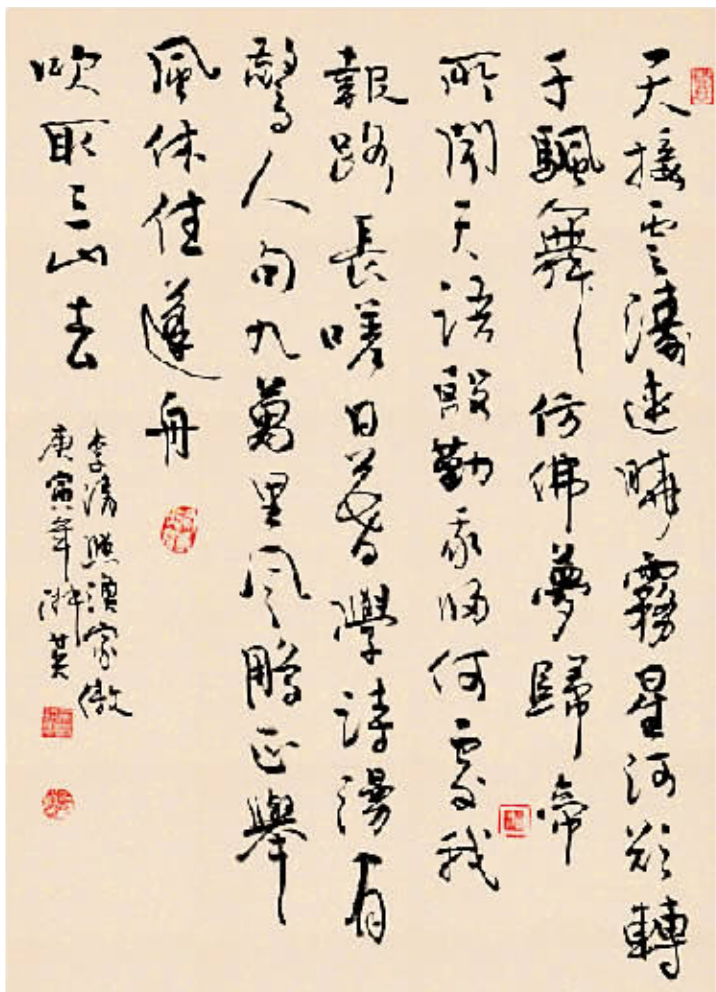
弃过读历史。很多时候,白岩松还带孩子去图书馆借阅。

白岩松对儿子的这种教育方式让好多人直摇头,不可理解。一次,一记者朋友去白岩松家做客,惊讶地发现白清扬正在聚精会神、津津有味地读《明史》,不觉大为惊讶。他偷偷地问白岩松,孩子读这“闲”书,不影响功课吗?白岩松微微一笑,缓缓地将其中的奥秘道出来。

白岩松说:“一上来就让孩子读那些‘正’书,让孩子就感觉不到乐趣,慢慢地就让他们视读书为畏途,这就瞎了。读这些‘闲’书,是从兴趣出发,这样更容易让孩子养成读书和聆听的习惯,正所谓‘不从闲书进,无法从正书出’。”

○葛松岭

钱淑英书法作品



拍卖公告

受相关单位委托,我公司定于2018年9月8日上午9时在淮安市健康西路49-1号,举行以下标的公开拍卖,现将有关事项公告如下:

一、拍卖标的:

1. 市中经路2号-1北京花园门面房承租经营权;
2. 旧机动车三辆(苏H1R809、苏H93649、苏HB003警)。

二、标的展示时间、地点:

有意向者即日起可到标的所在地看样;

三、报名条件:

1. 有效身份证件;2. 保证金10000元整;3. 报名资料费200元整。报名截止时间:2018年9月6日下午16时。

联系电话:

83319999 13605235222

淮安市阳光拍卖有限公司

2018年8月30日