



凡人一叶  
anrenyitie

## 谁来做伴

回莫小米

相濡以沫的老伴前不久去世,八十岁的汪奶奶,感觉家里空落落的,想请一个人来同住,不收房租,要求是能陪她聊聊天。

外省女孩大学毕业在杭州找了工作,薪酬不高,每月交的房租不低,于是前来“应聘”。

汪奶奶和小姑娘,都是朴实善良之人。汪奶奶家里打扫得窗明几净,又特意在次卧加装了空调,让房客住得舒服些;女孩了解到奶奶听力不好,初次见面,写下自己的姓名、年龄、电话,郑重地交给对方收好。

彼此觉得契合,组成了祖孙模式。老人平时不喜社交,爱种花、看报纸,喜欢安静。女孩下班会听奶奶聊聊过往,奶奶则向女孩学习使用智能手机。两人都很开心。

算着女孩快下班了,奶奶会

等着门;有时女孩加班回来晚,会给奶奶打电话,让老人先睡。素昧平生的人之间,多了牵挂和暖意。

三十年前常见的街头公用电话亭,现在还有吗?

在上海市中心的一条路上,有个公用电话亭,年近八十的沈阿婆,在这里值守了快三十年。

略显笨重的橘红色座机,市话三分钟四角,国内长途一分钟两角。

上世纪90年代,也就是她刚刚开始经管时,公用电话亭曾有过一段繁盛的时光,每月能有很多收入,在那时算是不得了的高薪了。而在人手一部手机的今天,沈阿婆早上9点不到上班,晚上8点多才回家,每月的收入只有几十元。

好在她也并不是为钱,退休金够花了。老伴离世前,交代她继续把电话亭看守下去,“一分钱不赚也没关系”。她知道,老伴是为了让自己不孤单。公用电

话所在的治安岗亭,有空调、微波炉、热水,闲下来,她与治安值班员聊聊天。

打电话的人虽少,也不是没有。有人打给租房中介,咨询一间价格很低的房子,因为担心是虚假广告,以免日后被骚扰,所以选择了公用电话。

有位年轻男子,打电话给离家出走多年的妻子。只有使用陌生号码,妻子才会接起他的电话,尽管没说几句话便被挂断,他还是心存希望。

一位附近的独居老男人,打电话给儿子。出门扔垃圾,手机和钥匙都被锁在门里了,叫儿子来开门。

沈阿婆管了多年电话亭,善解人意,听出端倪,从不多语,对方向她倾诉,她微笑倾听。

总会有人晚年落单,谁来做伴?

杭州的汪奶奶,与孙女般的孩子为伴;上海的沈阿婆,与整座城市为伴。

Y 有此一说  
ouciyishuo

## 要有输的风度

口刘 壖

你一方面让孩子有赢的快乐,也要教他有输的风度。他要认赢,也要认输。

儿子小时候,我就常跟他比赛扔球,譬如扔十球,看谁进得多。我们的奖品是,输的人要立正,对赢的人说“你是真功夫”三次(有时候甚至要说到十次)。

儿子起初输球,都说得心不甘情不愿,甚至因为态度不好被我骂。

但当他赢的时候,我都立正,向着他,大声说“你是真功

夫”的时候,他渐渐就不会输不起了。

所有跟小孩子玩的游戏,都要让他们有赢有输。

如果他一直输,可能他的能力还不够,那个游戏可以等他大一点再玩,否则会打击他的自信心。

相对地,如果他总是赢,也没意思,反而会让他骄傲。

有输有赢,对孩子才有挑战,能激发他们的潜能,也才能训练他们自制的能力,知道天下不是“他最大”。

## 山东省散文学会 牡丹晚报 2022 散文大赛征稿启事

为繁荣散文创作,进一步提高广大文学爱好者的创作热情,汇聚、挖掘散文创作人才,即日起,山东省散文学会、牡丹晚报联合开展2022散文大赛作品征集活动,欢迎广大文学爱好者踊跃投稿,优秀作品将陆续在牡丹晚报文学副刊及新媒体平台刊登。活动结束后,主办单位将组织专家评委评选出各类获奖作品若干件,并给予奖励。

投稿要求:

一、作品内容健康向上,有昂扬的时代精神和较强的艺术性和感染力。

二、篇幅力求精短,字数一

般不超过3000字,尤其欢迎精致短文。

三、所有应征作品须为原创首发,严禁剽窃抄袭。

四、稿件一律通过电子邮件投送,投稿邮箱:mdwb09@sina.com,请在邮件主题中注明“散文大赛应征稿件”字样,并在电邮文档中注明作者通讯地址、邮编、电话等联系方式及个人简介(山东省散文学会会员投稿请注明会员编号)。

五、征稿时间:2022年3月10日至12月31日。

山东省散文学会  
牡丹晚报

2022年3月10日

R 人生百味  
enshengbaiwei

## “90后”都开始说自己老了

口池建强

最近我发现身边的“90后”也开始嚷嚷着自己老了,这不是矫情是啥?后来我掰着手指头算了一下,最大的“90后”也三十多了。怪不得推送过来的广告上都说,“90后”也开始植发了。

是青春完结得越来越早了么?

我在这方面就比较迟钝,一直到40岁之前还觉得自己挺青春的。一个确切的证据就是,身边大部分“80后”“90后”羽毛球都打不过我,跑步跑得比我还慢,想事情还不如我想得周全,电子设备还不如我多,我还学了滑板呢……同事告诉我,您这叫年富力强,是干事业的年代,这和青春是两码事。

40岁以后,稍一放松锻炼,腹部就会松弛得让人担忧,基础代谢率变低,智齿拔光了,刷牙刷得越来越仔细,牙签牙线成了饭后必备的东西,每次运动前,热身的时间越来越长。

村上春树在40岁以后写道:

是的,中年了,情愿也罢不情愿也罢。时下肚皮尚未凸出,体重也同大学时代相差无几,头发也幸好还蓬蓬勃勃。唯一的强项就是健康,从不闹病。尽管如此,岁月这劳什子还是要带走它应该带走的部分。理所当然。正因如此,岁月才成为岁月。倘若岁月不再发挥其作为岁月的功能,宇宙秩序势必大乱。

村上从没有在文章里表现出对衰老和死亡的恐惧。他没瞎说,老爷子现在七十多了,还在写小说。

享受当下的年龄带给我们的财富和体验,才是正经事。人的认知能力,大概是这么一个发展过程。在青春期末,大概是快到20岁时,认知处理速度达到巅峰,也就是反应特别快。到了20出头,学习和记忆名称的能力达到巅峰。再大一点,25到35岁时,短时记忆能力最突出。再往后十年,也就是45到55岁时,社会理解能力达到巅峰状态,也就

是非常擅长跟人交流沟通。

注意,到这一步还没完,到65岁以上,你还有一项能力会达到顶点,就是对语言类知识的把握。

你看,岁月流逝,并没有那么可怕。退休之前,你还有学习一门新语言的能力呢。

相对于认知能力——包括年轻的心态、好奇心、动手能力、学习能力等——我觉得更难、更重要的是,持续保有一个健康的、相对年轻的身体。

每个人都可以宣称自己心态很年轻,但你没法宣称自己很健康,体重、血压、血脂、血糖……这些指标可以非常清晰地描绘出你的身体状况,就像通过AI渲染一幅山水画,看着随意,每一笔都是精确计算的结果,不会骗人。

健康比年轻更重要。所以,别担心变老。享受和发挥每个年龄段的优势,保持健康和年轻的身体。这就是我要说的,也是我在做的。



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。