

桑榆晚情

□记者 张广英 文/图

# 陈熙： 活力四射的七旬老太



“你要来找我？上午还是下午？上午我在家，下午出去打乒乓球……地方很好找，你到涧西区长安路，这儿有个游泳池，我就在旁边那个小白房子里打球，很容易就能找到。好，那我们说定了，不见不散！”电话里，陈熙快人快语，笑声清脆，我一时以为自己找错人了：这哪像个70岁的老太太，只听声音，分明就是一个活力四射的年轻女子嘛！

不过，我心中清楚，这确实就是那个爱打乒乓球的陈熙，这就是她的性格。我与她有过一面之缘，前段时间，我市组织乒乓球赈灾表演赛，她是参赛选手中年龄最大的。当时，她一边做准备活动，一边看其他队员比赛，不时低声指点：“发中路软球……对，就这样！”该她上场了，虽然是阴雨天，凉意袭人，她仍换了短衣短裤，步伐矫健地移动、捡球，加上一头短发，从背影看，就像一个少年。

当时就想采访她，可比赛持续时间很长，结束后，她还要等着参加活动闭幕式，因此，我们只好另约见面时间。

## 她的认真是出了名的

按陈熙在电话中指点的路线，我很快就找到了她。当时是下

午3点左右，她从训练馆里出来，脸上带着汗，照例是一身短衣短裤的打扮。“平时打着玩，也要换运动短裤？”我问。她认真地说：“是呀，一定得换，穿长裤咋打？拉不开！”她告诉我，有一次，一个同伴打比赛，怎么也发挥不好，她去看了看，一下子就发现了问题：都是因为穿长裤才打不好的，换！“换上运动短裤后，她很快就进入状态，反败为胜了！”陈熙说着，笑得很开心。

这种认真，可能跟她所学的专业及从事的工作有关。“我是上海人，12岁就离家住校了。上大学时，我在北京冶金专科（现在的北方工业大学）学机械专业，1960年7月分配到洛阳，进了当时的拖厂，当了一名技术干部。”陈熙说，认真是她一向的做事准则。“工作时我是搞技术的，不认真怎么行？退休了，我喜欢打乒乓球，可打球也要认真，否则水平就很难提高。再说，我都这么大了，不认真一点儿，谁陪你玩呀？”

一起打球的人中，陈熙的年龄算是比较大的，那些50多岁的女球友，被她称为“小姑娘”。“你看，正在捡球的那个‘小姑娘’，上次比赛是和我一起去的，她的打法和我大不一样。”

## 原来她还是门球裁判

“玩就玩出名堂来！”陈熙喜欢这样说。除了乒乓球，她玩门球也是内行。“我2006年就拿到门球二级教练员证了，还是门球国家二级裁判。”她从随身的布包里，拿出证件给我看，“考一级是不行了，我的年纪已经超过了。”

陈熙说，平时家里只有她和老伴，两人各玩各的。“我爱打球，他爱放风筝，玩不到一块儿。每天到吃饭时候，我提前回家把饭做好就行了，饭菜也简单，有时包个包子，就算改善生活。如果两个人都闲了，也会一起出去散散步。”当然，作为充满活力的老太太，她在家时除了看电视，也会上网玩游戏，“连连看、祖玛……我玩的这些都是简单游戏，不想玩太复杂的，免得自己太紧张。”陈熙说。

我们坐在训练室的凳子上聊

天，里面有二三十个人在打球，不时有乒乓球滚到我们的脚下。“这是你的，给！”陈熙熟练地捡起来，看上一眼，便会朝某人扔过去。“你咋判断是谁掉的球？”我问。“这个呀，我们都是各自带球来，上面做的有标记。你看！”她从自己的布包里拿出几个球，上面画着一张张朴拙有趣的笑脸。“这是我画的。只要捡到有笑脸的乒乓球，不用问就是我的。”

开朗、风趣的陈熙，有时也显得大大咧咧的。“我父母都90多岁了，现在住在开封，我基本上一年去看望他们一次。孙子在国外上学，也不用我们操心。所以，如果不出来打打球，想办法找点事，怎么打发时间呢？”

听说日本福原爱用的球拍很特别，胶皮下面海绵的厚度有讲究，她现在正想办法托人，要从日本捎一副同样的球拍回来，好好研究研究。

沧海一粟

## 两元钱的 汇款单

□张文修

20世纪50年代末，我在省城郑州上大学。当时，我们每月有国家发的10元伙食补助，吃饭自然不成问题，但来自农村家庭的同学缺少经济来源，平时没有一点零花钱。

有一年，寒假快到了，有钱的同学都在置办回家所带的礼物，我却在为筹措不到车票的钱而发愁。那时从省城到洛阳，凭学生证买票只需1元4角钱，但对我来说，筹措这笔钱也不是一件容易的事。我的父母都是农民，吃的是食堂饭，一个劳动日才挣几分钱，还要养



活一家人，手中根本没有什么余钱。但为了能回家过年，和父母弟妹见上一面，我还是咬咬牙写了封信寄回去，让父母想想办法。

不久，两元钱的汇款单寄来了。我女友的父母都是工程师，她没受过什么苦，所以很不理解我们这种做法，就开玩笑地对我说：“你的贫下中农父母是不是太抠了？才寄两元钱！”我的鼻子有点发酸，心中一阵难过。从这张汇款单上，我似乎看到了父亲劳作的艰辛，还有母亲眼中的泪花。

就在这时，一张10元的汇款单向我飞来，那是我发表在当年9月号《奔流》杂志上的小说《夜访桂莲洼》的稿费。我不顾考试临近，备考正酣，一口气跑到邮局，退回了父母寄来的两元钱。这10元稿费，我除了留下1元4角钱买车票外，还给父亲买了一顶帽子，给母亲买了一件绒衣，给弟弟买了一支水笔，给妹妹一人买了一条围巾。

寒假回家时，母亲和弟妹到村口迎接我。望着母亲那寒风中飘动的白发和弟妹们冻得通红的脸，我只有想哭的感觉。母亲抚摸着我的头，哽咽着说了一句：“长大了！”

## 爱心对接

●家住一拖集团4号院的唐女士说，她今年50多岁，已经退休，想学踢毽球，和大家一起玩。以前她爱打羽毛球，现在觉得踢毽球不受场地限制，锻炼起来更方便。如果您愿意教她或和她一起踢毽球，请拨打64968352和她联系。

●家住健康东路的常老先生说，他今年80岁了，身体健康，平时在王城公园打太极拳，做保健操，想要一些养生方面的书籍、杂志。如果您能满足他的愿望，请拨打13523633798和他联系。（记者 张广英 整理）

如果老年朋友们在生活中遇到小难题需要帮助，比如需要美食、养生类书报杂志，或者在休闲娱乐方面想学一技之长等，可以拨打电话65233688告诉我们（周一至周五下午打）；同时，如果您在精神上或物质上愿为老年朋友提供帮助，也可以和我们联系。

## 影像岁月

## 1978年，姊妹三人同高考

□王大庆



在我的影集里，有一张我们姊妹三人的合影。由于年代久远，加上保存不善，这张照片已有些泛黄，但对我们来说，它十分珍贵，因为这是1978年

我们一同参加高考时的留影。

当时，我们姊妹三人都是初中毕业。1978年高考时，我和妹妹感觉基础太差，本不打算应考，但姐姐鼓励我们不要放弃。结果，高考分数下来后，姐姐被盐城师范专科学校录取，我和妹妹名落孙山。第二年，我和妹妹从农村回城，都有了工作，一心想成家，高考的事就被搁置一边了。

看我们这样，姐姐语重心长地劝我们报考成人院校。在她三番五次的劝说和鼓励下，我和妹妹下定决心，刻苦复习，终于在1983年和1984年相继考入中央电大中文系和南京职工大学。姐姐大专毕业后被分配到一所乡村小学当教师，她一边教学，一边自学攻读本科，在1985年拿到了南师大的毕业证书。这时，姐姐才结了婚。

婚后，姐姐还要考在职研究生。40岁那年，她终于拿到了南师大的硕士学位证书。

后来，姐姐成了江南大学的教授，我走上了文学道路，妹妹也成了一名高级技术人才。我们的人生轨迹，就是从这张照片开始转变的。

## 闲话茶馆

## 老年人出游要量力而行

□文心雕龙

时下，老年人旅游已成为旅游市场的一个亮点，很多有钱又有闲的老年人选择出省游、出国游，开阔视野，陶冶情操，为晚年生活增添了许多乐趣。

老年人出游虽有益身心，但也需要量力而行。前些时，笔者认识的一对老年夫妇结伴去欧洲旅游，一去就是十几天。回家之后，

两位老人的身体均出现了一些不适，老先生原本腿脚利落，只因在旅游中劳累过度，回来后双腿疼痛难忍，举步维艰，只好躺在床上，请大夫到家诊治。

无独有偶，还有一位老先生前几年独自远赴西藏旅游，不料高原反应强烈，不得不中途而返。回家后，他的身体状况大不如前。可见，

老年人在旅游时应量力而行，把身体健康放在第一位。

老年人外出旅游时，应选择适合自己的方式。现在很多旅游线路安排的行程非常紧凑，白天晚上都有活动，有些老年人根本吃不消。如果整个行程需要十几天时间，也会严重透支老年人的体力。此外，有些旅游景点山高路险，年

轻人游玩起来尚且吃力，老年人参与其间，更显得力不从心。

因此，老年人外出旅游时，一定要根据自己的身体状况，选择合适的旅游线路；出游前未雨绸缪，对旅程中可能发生的状况进行估计，做好准备；游玩时量力而行，以免因过度疲劳等对身体造成伤害。