

花样晚年

见习记者 杨玉梅 通讯员 王乐德 文/图

88岁蒋玉民： 图的就是一个乐

在洛龙区关林镇红旗社区，有一位叫蒋玉民的老人。他今年已经88岁了，能扭秧歌，会敲大鼓，爱打太极，还会舞剑，不管玩什么，他都玩得像模像样的。兴趣广泛再加上勤学好练，使得现在的蒋玉民老人面色红润、步步生风，一点儿都不像88岁的样子。连他的好友马师傅都忍不住打趣他：“说这老头88岁了，谁信啊！”

爱扭秧歌的老先生

一谈起秧歌，蒋玉民就来了兴致。他是正宗的东北人，老家在辽宁，20多岁时没少扭东北大秧歌。不过，他说那时候扭秧歌都是男扮女装，腰上系着大飘带，按喇叭吹出的节奏扭出各种花样。

后来，由于工作调动，蒋玉民到了洛阳，连续10年，他都是厂里的劳动模范，只是扭秧歌的机会少了。退休后，他听说红旗社区要组织秧歌队，立即报了名。秧歌队的成员有老有少，有男有女，大家没事儿时就在一起扭扭、练练。“我们现在扭的秧歌和东北秧歌不一样，东北秧歌是两个喇叭吹，我们现在只有一个喇叭。但是节奏都一样。”他说。

蒋玉民告诉我们，扭秧歌要跟着音乐走，要是吹喇叭就踩喇叭点儿，要是敲鼓就踩鼓点儿。“刚开始，秧歌队只是自己扭着玩，后来就逢年过节到处去表演。没有统一

服装，大家就凑钱买，这样扭起来好看。”蒋玉民说。对他扭秧歌的水平，同为秧歌队队员的马师傅赞不绝口：“他可是内行，一招一式都很到位，动作很漂亮！”

除了扭秧歌，蒋玉民还喜欢拍球、敲鼓，在秧歌队里，他是个多面手。

三年练一套剑法

平时，蒋玉民是个闲不住的人。他看到广场上天天有不少人在舞剑、打太极拳，心里痒痒的，就专门跑到武当山买了一把剑回来。

舞剑可不像扭秧歌那样随意，动作都是一套一套的。“练一套完整的剑法，至少需要3年时间。”蒋玉民说，“人老了，动作容易忘。”他跟着老师练了3年，终于将一套剑法练得滚瓜烂熟。说的过程中，蒋玉民一时兴起，拿起剑就到院子里舞了起来，嘴里还念念有词：“这是白鹤亮翅……这是金鸡独立。”一招一式很是舒展、流畅。

现在，蒋玉民和女儿一家住在新区，离开元湖音乐喷泉很近。每天早上起床后，他会先绕着元湖走上一圈，“这一圈得花上半个小时”。然后，他开始打太极拳、舞剑，这又是半个小时。锻炼一个小时后，他就回家吃早饭。

打拳、舞剑时如果没有音乐，就少了很气氛。于是，蒋玉民又让女儿在网上



买了个便携式录音机，录了几段音乐。说着，他已迫不及待地要带上录音机出门晨练了！

如果您有难忘的人生故事愿与大家分享，或者您身边有活得开心、活得精彩的老年人，欢迎来稿或给记者提供采访线索。
联系电话：15090175087。

沧海一粟

那年我们一起过 “三八”节

□ 张军霞

日历翻到3月，妇女节又快到了。每年此时，我都会想起多年前第一次在单位过“三八”节的情景。

那时候，我们单位在一个小镇上。在集体宿舍里，住着我们4个刚刚参加工作的女孩子。当领导宣布“三八”要给大家放假时，我们欢呼起来，高兴得又蹦又跳，一时不知道该怎么“享受”这个假期。还是慧姐姐有主意，她说：“咱们远离爹妈，今天一定要做点儿好吃的，犒劳一下自己的胃！”

这个建议被大家一致通过。于是，我们手拉手跑到街上，买回了肉和菜，甚至还买了一小瓶白酒，一起忙乎起来，准备好好庆祝一下。不过，当时我们年纪都不大，缺乏做饭的经验，只能“八仙过海，各显其能”，想到什么做什么了。云说她吃过表姐做的鱼香肉丝，感觉味道很好，做起来也不难，她想尝试一下。明是我们4人中最小的一个，她没说什么，却拿出一个旧衬衫扎在腰间当围裙，蹲下身子和了一盆面。然后，她和慧姐姐商量了一番，俩人一起拌起了饺子馅。

我比较笨，什么都不会做，但也不能看着大家忙碌，自己闲着。于是，我自告奋勇要做个凉拌黄瓜丝，心想：“这个菜挺简单的，做起来应该是‘小菜一碟’吧。”把黄瓜洗干净后我才发现，想把它们切成均匀的细丝，没有一定的刀功是不行的。怎么办？大家还等着我做美味的黄瓜丝呢。已经没有退路了！我只好硬着头皮对付那两根黄瓜，费了半天工夫，总算把它们装到了盘子里。慧姐姐伸出筷子，想品尝一下我的手艺，黄瓜刚入口，一个大喷嚏就打了出来：“我的妈呀！你放了多少芥末油？”

云的鱼香肉丝也出锅了。这是我最喜欢的一道菜，看起来挺不错的，我就尝了一口，却感觉味道不对劲儿。云眼巴巴地等着大家给她的“拿手菜”打分，慧姐姐眨着眼睛，诡秘地说：“你自己尝尝嘛！”云尝了一口，立刻拍着脑门说：“哎呀，盐多糖少，我弄错了！”

最后，明和慧姐姐包的饺子“隆重登场”了，由于火候掌握得不太好，有的饺子皮煮破了，馅儿在外面漂着，看起来像一锅五颜六色的饺子粥。尽管这样，大家还是你一碗，我一碗，吃得亦乐乎，时不时还抿上一小口酒，笑着闹着，开心得不得了。

如今，我们都早已离开了那个小镇，很久没有再相聚了。“三八”节年年都过，可只有当年那次让我记忆深刻。那时我们都还年轻，日子是那么单纯，却又是那么快乐。

闲话茶馆

□ 陈广智

陪父母说话 也是尽孝

肖老先生今年85岁，独居重庆沙坪坝沙扬路。前不久，他在寒风中举牌雇保姆“说话”，这一举动引起了人们关注。其实，肖老先生并非孤寡老人，他有两个儿子和一个女儿，只是子女们很少回家，即使回家一趟，也只是坐上几分钟就走。老伴去世5年多来，肖老先生再也没有与子女团聚过。（见2月9日《老年日报》）

近年来，类似肖老先生“雇人说话”的报道并不少见。现在，很多老年人对物质的追求已经变淡，只是随着子女一个个离开身边，他们心灵上的孤寂和失落与日俱增。老年人最希望儿女能多陪自己说说话，这看似简单的愿望却往往难以实现。这是因为：

第一，子女忙于生计，无暇陪伴老人，孝敬父母大多重物质而忽视了精神。

第二，子女和父母在一起觉得无话可说，只好不等屁股坐热就拔腿走人。其实，只要留心，与父母说话的内容很多。比如老年人喜欢回忆过去，子女只要耐心倾听，就容易和父母产生“共鸣”；老年人与社会接触少，子女讲一些社会上或单位中发生的趣事，老人肯定喜欢听。

陪父母说话，让父母高兴，这也是尽孝。

影像岁月

□ 张慕飞 口述 汤礼春 整理

我的黄埔岁月



这是我在黄埔军校时的照片。

1941年，19岁的我在河南淅川上集的国立第一中学毕业后，为了抗日，决心报考黄埔军校。第一次，我因体检不合格未被录取。第二次，我以第一名的成绩被录取，进了设在西安的黄埔军校第七分校。

在正式上军校之前，我们要先到入伍生团进行初期军事训练。于是，我去位于终南山汤山谷附近的引驾回镇入伍生第二团报到。刚报到，理发员就来给我剃头，我疼得厉害，便央求道：“能不能手下留情，慢一点儿剃？”理发员说：“我剃过的将军一大堆，不能慢！”这算是给入伍生新的一个“下马威”。

一个星期六的早上，营里用牛车拉来了

一些旧的棉军服，发给新生穿。我领到的棉上装非常短小，连扣子都扣不上，只好去找值星官换。值星官不耐烦地说：“你自己想办法改一改！”

我到哪里去想办法改呢？附近又没有一户人家。于是，我再次请求换一套大的。这个过程中，我一不小心，棉衣掉到了地上。值星官认为这是“犯上”，必须处罚，指着我和另一个犯错的新生说：“你们两个去把球场打扫干净！”那个新生两手一摊，道：“没有扫把怎么扫？”值星官又恼了，吼道：“扫把，哪来的扫把？给我用嘴吹！”

我和那个新生只好脱了上衣，趴在地上吹起土来，整整吹了一个上午。

入伍生团的生活很艰苦，不过，我们最怕的还是跑步。一次全装备跑步，从营房到终南山脚，要跑15公里。中间队形乱了，营长便喝令大家再在操场上跑10圈，结果更是溃不成军。

挺过了艰苦的训练，我终于正式升到军校18期22总队步科学习。学校生活同样是紧张而艰苦的，但中间也不乏趣事。1942年冬，因为连队上的事务，我和朝鲜青年李云鹤（也是黄埔军校学生）一起乘骡车去引驾回镇。返回途中，我和车夫睡着了，调皮的李云鹤用钢笔在我们脸上画胡子，他自己却在前额描了个“王”字，然后把我们都叫醒。大家对视之后，不禁哈哈大笑。

从黄埔军校毕业后，我又去了西班牙留学，后来到了台湾。退休后，在西班牙生活了一段时间，1995年定居上海。初到黄埔军校的那段生活，是我一生都难以忘记的。