

榆晚情

见习记者 丁立

话茶馆

黄景团：只喜欢活在当下

见过黄景团的人，往往会被她身上那股兴高采烈的劲儿所打动。这位个头不高、今年已经74岁的老太太，似乎不知道忧愁为何物。退休后，她经常跳健美操、跳老年迪斯科、跳绳、打羽毛球、打腰鼓，就是坐在家里看书、剪报，她也很积极，很投入。她还加入了我市的老年自行车队，经常骑着单车周游四方。



(图片由被采访人提供)

耄耋夫妻 哄着过

望百子

少年夫妻老来伴儿，要伴出精彩，伴出档次和品位，是很不容易的。人老了，性格会起变化，昔日的缺点会变本加厉，优点也会转化为缺点。原本恩爱和睦的夫妻会逐渐变得冷漠，甚至磨擦不断，争吵频发。

一旦出现这种情况，双方都要冷静对待，要充分尊重对方，即使自己认为对方是毫无道理的，也要耐心让对方把话说完，把脾气发够。老年人由于生理、心理的变化，控制能力减弱，要互相哄着过日子，鸡毛蒜皮的小事，不必硬争谁是谁非；属于原则性的大是大非，要沉得住气，等对方气消了，心情好转的时候，再慢慢地沟通，千万不能一触即发，针锋相对，寸步不让。

老年人好怀旧，三句话不离当年。说起过五关斩六将，心花怒放；忆及走麦城，伤感满怀。老两口话旧，要尽量避免触动伤心往事。一旦对方坠入萦怀往事而伤感，要及时引导，从对方平生最得意的往事切入，使对方的心情逐渐由阴转晴，争取笑口常开，度过每一天。

人老了会莫名其妙地万念俱淡，特别是健康状况不佳的时候，可能产生活着没意思的念头，提不起过日子的兴趣。此时夫妻俩要互相鼓励珍惜生命，为品味世道而活，为亲历国家民族兴旺发达而活，为慰藉儿女辈、孙辈、重孙辈而活。

这种哄是相互的，而且要以双方都有相应的清醒度为前提。如果有一方不清醒了，哄起来会很困难；要是双方都不清醒了，谁也不会哄谁了，日子就难过了。

苦中有乐爱骑行

年轻时，黄景团做了一个梦，梦中的她骑着自行车嗖地一下飞了过去，那两耳生风、腾云驾雾般的感觉她一直难以忘记。

不过，与梦中不同的是，黄景团开始骑自行车的时候，头发已经花白了。那时她还在南阳工作，正赶上爱人生病，她每天用一个钟头从城东骑到城西，上下班，买药，一辆轻便的小坐骑帮她完成了很多事情。

参加老年自行车队后，头一次出行她就从一拖的厂门口骑到了伊川县白沙乡，路程

远不说，还刮着大风，她以为骑回来后会犯腰疼病，谁知却安然无恙，从此她越骑越来劲。

2008年，黄景团随老年自行车队去新安县游玩，上午骑了8个钟头到达目的地，下午用了6个钟头骑回来。出发之前，一名53岁的新队员发愁地问她：“黄师傅，咱咋回来哩？”黄景团给她打气说：“人家能走咱也能走！”她其实也是在给自己打气。骑车远行中的一个又一个极限就是这样突破的。

有人不理解：“这么大岁数了，受这罪

干啥？”黄景团说：“苦中有乐。骑车上坡很累，可下坡的时候不用费劲，小风吹着，不是很美吗？还有，出去玩，锻炼了身体，捎带着还学会了照相，岂不是一举两得？”

参加老年自行车队，也实现了黄景团的一个夙愿：早年她曾和爱人商量，退休后要相伴出游，没想到爱人先她一步走了。自行车队组织去北京、涪池、栾川、博爱、开封旅游，她都带着爱人的照片，她说：“这就等于我俩都去了。”

只喜欢活在当下

黄景团说她的一生很顺利，当然，这缘于她豁达开朗的性格，让她遇事总有良好的心态。

2000年，黄景团被查出患有腰间盘突出，严重时连路都走不成，疼得她想哭。一次成功的手术让她很快恢复了健康，她笑着说：“儿子曾给我一根跳绳，我一直不舍得扔，现在，我又能跳绳了。”

爱人去世是黄景团生命中另一个坎儿。爱人生病的8年时间里，黄景团寸步不离他身边。有一天，这个从未和她红过脸的人突然走了，她受不了，几度想寻死。那段时间，她在谷水一带开诊所，几乎天天到附

近的铁路转悠。朋友看她精神失常，便问她：“你这诊所还开不？”她说：“开嘛，不开诊所没有生活来源。”朋友又激她：“你儿子还上研究生不？”她说：“上。”朋友又问：“那你这样疯疯癫癫的你儿子还咋上？”黄景团清醒过来了，是啊，老伴儿走了，但生活还得继续。她感激这个点拨她的朋友，她又变回了那个乐天知命的人。

生活中总有各种各样绕不过去的矛盾。有一次，黄景团与晚辈生气了，闷在心底好难受，她就跑到门口的台阶上坐着，喊几声，心情很快就平复了。她总能找到调整自己情绪的办法，不去钻牛角尖。

有一次，她看到《洛阳晚报》上登了一则招聘义务医务人员的启示，就赶紧去报名。她当时已经70多岁了，担心年龄太大报不上名，就谎称自己65岁。做义工，她高兴；闲了给老年人照相，她高兴；今年1月8日，她在路边拣到一个驾驶证，问了20多个人才打听到失主，物归原主，她更高兴。

黄景团制作了3幅十字绣，挂在家中，一个取名“家”，一个叫“学海无涯苦作舟”，一个叫“奋斗”。她说，她不喜欢回忆，只喜欢活在当下，当她忙乎这些事的时候，她觉得人生的很多问题都有了答案。

老片新照

杨千红 文/图

瞧这一家子

我们这个大家庭共有三十七口人，来自孟津县小浪底镇寺凹村。这组全家福记录了我们家一代代人的变化，也见证了一个普通农民家庭的生活变迁。

图① 这张照片拍摄于1966年，后排是父亲和我，中排从右到左为我的母亲、我的奶奶和奶奶的小叔子，前排为我的五个弟弟妹妹，最小的弟弟还在母亲怀抱里。可想而知，在那个年月，父母抚养我们兄妹六人是多么艰辛。

图② 这张照片拍摄于1980年，我们兄妹六人都已长大成人，我也已经成家，从这张照片也能看出改革开放初期老百姓生活的变化。

图③ 这张三十七人的全家福拍摄于今年春节，我父母的身体依然硬朗，父亲已81岁高龄，我也从当年的年轻小伙变成了一个58岁的老头，也已经儿孙满堂。如今，全家人和睦相处。瞧，我们一家人笑得多么开心！



晒父母老照片 忆当年难忘情

来这里晒一晒父母年轻时的老照片吧，或展示一下自己儿时的全家福，并附上现在父母的合影或全家福，配以简短的文字叙述当年事、当年情，在父母的结婚纪念日或其他值得纪念的日子，送上儿女的真挚祝福，为父母和自己的人生留下珍贵的纪念。

老照片最好以电子版的形式发送至邮箱：zhout9461@163.com，请注明洛阳晚报晚情版收。提供线索者请拨打15037947647。