

由于海南温暖湿润,气候宜人,有许多外地人在那里买房,当起了“候鸟”。女儿也多次动员我们去那里买房过冬,以躲避上海寒冷的冬天,并许以全资以表孝心。但我们还是顾虑重重,远离小辈及诸亲友,会寂寞吗?有了疾病怎么办……总下不了决心。

一位亲戚在海口买了房子,住了几个冬天,感觉很好,那天向我们作了介绍,我们有些动心了。2006年3月,我和老伴在女儿的陪同下来到海口,进行了为期半个月的考察。无垠的大海、新鲜的空气、优美的环境以及低廉的房价,很快让我们决定也加入“候鸟”的队伍,在海口拥有自己的一方“巢穴”。

我们所住的地方是海口市的海甸岛,也是海南的岛中岛,听说几年前此地还全是农田。一位建筑工人说,他们来时还看见耕牛在犁地呢。现在从市区过桥进入海甸岛,是一条清洁整齐的和平大道,道路两旁种有南国特色的芭蕉树、椰子树等。从海甸中二路开始,直通白沙门海滩,那里建有金椰都、江南城、白沙门度假村、五福雅苑等各具特色的十几个居民小区,来自东北、西北、中原以及江南等地的“候鸟”就居住在这里。这里最大的优点就是没有重工业,很少污染,所以空气新鲜、清



爽,灰尘很少,环保质量居全国首位。加上气候宜人,很适合老人尤其是有慢性病、特别是有呼吸系统疾病的病人居住休养。我们一个原本有哮喘病的亲戚说,到海口后他一次都没有发过。有一位邻居老人因病回哈尔滨手术,出院后立即飞了回来,把这里当成了“疗养胜地”。

“候鸟”们的到来给海口带来很多商机,特别是饮食业,在海甸三中路就有“东北人”、“蒙古人”、“安徽人”等特色饭店,价格都不贵。每当我和老伴不想在家开伙时,就到三中路品尝各地的特色菜,少则十来元,多则二三十元,就能吃得满意。在四中路,有一家中兴楼饭店,专营北京烤鸭,每只才38元,还可以“两吃三吃”。有一次亲戚请我们去吃饭,共16个人,叫了满满一桌,我估计起码1000元以上,而结账时才400多元。这里的水果多得不得了,香蕉、杨桃、圣女果等等,只有0.8元到1元一斤,西瓜也很便宜,这在上海是享受不到的。海口虽然没有三亚那么多的旅游景点,但是它的生活环境足以让我们安居。尤其是每当夜幕降临,一对对夫妇、或一家老小、或一伙亲朋好友就顺着宽广、明亮的和平大道休闲散步,一直走到白沙门海滩,坐在那里任凭海风吹拂,真是心旷神怡。

在海口让我们感动的还有人们的善良,纯朴。

在公交车上,没有人利用这短暂的机会“闭目养神”,也没有人把眼睛转向窗外“看风景”。年轻人都很有礼貌,每当老人或抱小孩的上车总有人主动让座,我们也多次享受过这种“待遇”。

我们的亲戚有一次乘车到市区,上车后他们看到车厢最后面有空座位,正准备过去,坐在前面的两个年轻人已经起来让座,自己则拿着行李到后面座位去。尊老爱幼,是海口青年的美德。在超市和一些大的商店买东西时,收银员都是双手把收银条和找的零钱递给你,这体现了海口人的修养。

海口,是我们的第二个家。

隔壁赵大妈这几天急火攻心:她的订婚戒指找不到了,这可是赵大妈的宝贝,是爱情的见证呢。赵大妈一家人翻箱倒柜,掘地三尺,还是找不见。无奈的赵大妈打电话向晚报市民热线求助。事情还真见了报,反响出乎意料的强烈。第二天,晚报又用了一个整版报道这件事,有的帮赵大妈出主意,试图唤醒赵大妈的记忆,更多的人则提供了自己的藏宝招数,以供他人藏宝时参考。一时间,“珠光宝气”的,热闹得很呢。

一个普通人,都会有哪些宝贝需要“藏宝”呢?

无外乎两类。一种是有价值的,最常见的是珠宝首饰。有的是祖传下来的,有的是爱人的信物,有的承载了一段刻骨铭心的记忆,其意义都超越了珠宝首饰自身的价值。此外,像古玩、存折、银行卡、现金等等,凡贼热爱的,又便于揣在怀中顺手牵羊窃走的,都必须掩藏起来。另一种是很私人的东西,

在家里藏宝

孙道荣

属于家庭成员的“非物质文化遗产”,如日记,如某些信件(特别是早年的情书),如发黄的初恋情人的照片……感情尘封起来了,记忆却无法抹杀,难以忘怀,又不能光明正大地面对现在的先生或太太,于是,也只好一藏了之。当然,像有些男人的私房钱,那也是必得偷偷积攒,悄悄掩藏起来的。

这些宝贝,藏在哪儿呢?一直以为最安全的家,忽然之间也危机四伏。最安全的地方,此刻最不安全,保险柜、带锁的抽屉,都会首当其冲遭到贼人的攻击或家人的检查,可弃之也。最意料不到的地方,也就是最安全的地方。报纸上,我看到众人的藏宝经,一个比一个绝,群众的智慧真是无

穷的。有人将家里的贵重物品,藏在冰箱里;有人当初装修房子时,就在厕所里预装了个暗柜;有的则将宝贝全塞进半新的鞋里;有的甚至用特制的防水盒,盛了宝贝埋进抽水马桶的水箱里,既藏宝,又节约了用水。最自以为是的是愚笨的男人,他们总是将私房钱随手夹进书里,临到急需用钱时,一本一本翻得满头大汗。

你家里有宝吗?你藏在了哪个角落?天机不可泄露。当我们藏好了宝贝,拍拍手,擦擦汗,环顾四周,是不是踌躇满志,像武侠小说里的大内高手一样?可是,这是我们的家啊!如果我们在自己的家里,都不能安然坦然,而东躲西藏,小心翼翼,我们的生活是不是太糟糕了?你也许防过了贼人,却不幸被自己的心机击伤。

内心的安宁,才是我们最大的珍宝,才是最值得我们用一生呵护的啊!



边看边聊

豆腐源于我国汉代,由当时的淮南王刘安炼丹时偶然发现。豆腐的吃法名目繁多,煎炒烹炸溜、烧蒸炖烩烤都可尽美。豆腐虽是平民食品,也可成为名菜,如驰名中外的四川麻婆豆腐。至于豆腐的加工制品,如豆腐乳、豆腐干、豆腐丝、豆腐皮等,更是别具风味。据科学测定,豆腐中含有丰富的蛋白质、脂肪、糖、矿物质和维生素,还含有铁、锰、镁、铜、锌等多种微量元素,对人体有益良多。

自古以来,我国人民就喜食豆腐,但古人对豆腐的认识并不一定都正确,比如“当做不做,豆腐放醋”这句话。现在的营养学家已发现,豆腐放点醋有好处,不但有助于消化,而且味道可与带微酸性的猪肉媲美。

照我看来,现在真正“当做”的倒是大家一起来把豆腐当肉吃。前不久,一位“海归”朋友对我说,现在西方一些国家,豆腐已经快成为猪肉的替代品了。由于“多吃豆腐少吃肉”,豆腐的价格比猪鸡鸭鱼肉还要高。原因就在于人家认识到,豆腐含高蛋白低脂肪,是减肥美容润肤佳品,而且诱发大肠癌、结肠癌的一大元凶就是多吃肉。反观我们的国民,食用猪鸡鸭肉仍比较多,有不少家庭仍把猪肉当成天天一菜的佳肴。由此出现的后遗症就是小孩成胖墩,大人染“三高”(高血脂高血糖高血压),大肠癌、结肠癌发病率持续上升并呈低龄化。从这个利害上来说,国民应当赶快转变饮食观念,调节不合理的饮食结构,变“肉食当家”为“素食当家”。为此,不妨从“多吃豆腐少吃肉”做起!

豆腐当肉

文仕全

机会

杨子明

群起追逐,当然是最先赶到的孩子拾得。也许是因为木棉花可以入药,孩子要捡回家去;也许是花朵漂亮,捡着好玩;也许是他们视作上天给予的机会。总之,他们是一争到底,互不相让。

在不远处,站着一个小女孩,她一会儿看着高高的红花朵,一会儿看着争夺落花的男孩。她也好希望得到,哪怕只有一朵,但她知道自己争不过那些男孩。

在期盼中不知过了多久,终于有一朵木棉花正

好落在她的脚下,她惊喜万分,原来不用奔跑也有机会!

高高树上的花,能落在自己脚下的机会显然是不多的,但还不能算是自己的,因为那群男孩正朝她冲过来哩。

她终于明白,上天只给人以机会,不给人以花朵,如果连腰都不愿意弯一下的话,就要失去机会。她毫不犹豫地把手花朵捡了起来,灿烂的脸上露出了笑容。

这朵花,是属于她的。

在美探亲期间,儿子准备将居住的住房出售,以便另置新宅。向房产中介公司登记后,业务员就上门看房估价。了解基本情况后,他向儿子提出了一些“提高房屋品位、给看房者良好印象”的建议。例如客厅和卧室家具的位置应作哪些调整,某些有碍观瞻的物品可暂时放到地下室去;墙上挂的字画,有的要取下,有的需置换;室内主人的各色照片都要撤去(以避免知道房主人是谁);门前草坪应放置一些鲜花,等等。

老年报》等报刊上看到熟悉文友写的文章,我使用手机在第一时间告诉他们,常会得到朋友的笑声答谢。

图书馆是知识的宝库,夏日“躲图书馆”,求知避暑一举两得。但世上无十全十美之事,图书馆中也有一些不和谐镜头。曾见二位仁兄靠在沙发上,一手拿着报纸,一手放在肚皮上,紧闭双目作思考状,其实鼾声时起时伏已沉沉入睡矣。个别读者在高温日竟光着上身,“赤膊上阵”,堂而皇之走进图书馆,管理员当场大叫“快把衣服穿上!”此等不和谐,应当自我检点,再勿“重复”。夏日躲图书馆,惬意事也。



江更生

有车有房
(外国歌剧)
昨日谜面:依好
(五字特奥会用语)
谜底:你行我也行
(注:“依”,吴语作人称代词“你”解,而古代的吴语又可作“我”解。“行”别解为形容词,扣“好”)

红楼写了一个大家族,西游写了一伙大妖怪。三国侧重在国,兴国、治国、安国、丧国。水浒侧重在气,勇气、义气、豪气、霸气。红楼侧重在情,亲情、爱情、宦情、民情。西游则重在趣,情趣、野趣、妖趣、游趣……”虽一

夏日躲图书馆

胡鹏南

因本人已进入老境,希望长寿,所以又特别关注健康类报刊杂志。看得多了,肚里有了资本,晨练时和练友谈谈养生之道,娓娓道来,往往吸引好多听众。有时在《新民晚报》《劳动报》《上海

现在逢年过节喜结良缘的新人很多。报载,有的退休老人,不多的退休金还真应付不了东家西家的结婚礼金呢。结婚喜事年年有,因此也就总有几家欢乐几家愁的事发生。

由此,笔者想起1988年我儿子结婚的一件事。当时,我邀请我的小学老师徐雪映同志参加儿子的婚礼,她马上问我:“是‘客请’呢还是‘请客’?”我一时被问住,不知是什么意思。正犹豫间,她解释道:“所谓‘客请’,凡是参加婚礼的人家,你都要收礼金,实际上是客人拿钱吃自己的。所谓‘请客’就是你邀请的客人赴宴,不收礼金。”我听她一解释,回想这几年来,我的小师妹、小师妹(徐老师的儿子、女儿)结婚,他们邀请许多学生和客人,但都不收礼金的。有的客人在席间拿出礼金或贵重礼品,也都被他们一一婉言谢绝。

我说:“当然向老师学习,只请客,

不收礼。”她笑了,说:“对了,这样,将来你可省去许多麻烦。”

于是,我赶快打电话给亲戚和朋友,再三申明我的主张:“只请赴宴不收礼。”

在儿子结婚的当天,来客出现两种情况:第一种是“拥护派”,他们一见我的面,就大声地说:“这个办法好,这个办法好!”第二种是“观潮派”,他们把礼金带来了,席间也被我好说歹说退掉了。

回想这十多年来,结婚的“人情”,也是随行就市,逐步攀涨。开始一份人情三五十元,后来发展到一二百元,现在一般的行情要500元到1000元了,甚至更多。但这些都与我无关。同意我主张的人们,现在办喜事请我赴宴,当然也不要我送礼的了。

今天看来,当年儿子结婚不收礼的办法真好:正如我老师所说的,省去许多麻烦,这也是移风易俗的好处吧。

退休以后,闲时较多:锻炼身体,写作看书,日子过得潇洒。入夏以来,图书馆又成了我每天必去的“避暑胜地”:因为天热,在家开空调,门窗紧闭,地方小,空气不新鲜。若开电扇,吹的是热风,吹久了,反而头昏脑涨。唯街道图书馆的空调颇对我辈老年人的胃口,温度开得适中,又半开两扇气窗,到此躲空调,感觉不冷不热,恰到好处。可能是英雄所见略同,每当午后,我按时走进图书馆,已有二十多位老兄先我而至,个个正襟危坐、屏息静心、捧着报刊阅



七夕会
赏心乐事



夜光杯