



在现场

盼了四年的 31 届奥运会开幕前，我踊跃报名“参加”。当然不是参加运动项目比赛，而是收藏巴西里约奥运会的吉祥物和纪念品。奥运会有个响亮口号——“重在参与”。我不是收藏一届奥运吉祥物，而是一名收藏了十届奥运吉祥物的奥运粉丝。

我怎会对奥运会吉祥物感兴趣呢？那是 1985 年离休后，腰酸背痛，坐下就不想动，我自称为懒病。子女为了让我多活动，特播放美国洛杉矶奥运会电视录像，当我看到一个头戴美国国旗色、鹰钩鼻、斗鸡眼、光脚的卡通人，在运动场上手舞足蹈，做出多种滑稽动作时，我情不自禁露出笑容。

这种以美国国鸟加以卡通化造型者，为第 23 届奥运会吉祥物山姆鹰。现在国内外举办大型运动会都会推出

我收藏奥运会吉祥物

文 / 蓝翔

精选的吉祥物。因为运动会竞赛激烈，运动员容易受伤，当这种滑稽卡通吉祥物登场，可以起到对运动员和观众一种平衡和缓和激烈紧张气氛的作用。由此我萌发了收藏吉祥物的心愿。

医生告诉我，老年人心情要开朗，不要坐在家中闷闷不乐想心事，多活动对健康有益。闻听此言，我决心踏上收藏奥运吉祥物之路。吉祥物虽然滑稽可爱，但坐在家中是等不来的，于是我天天逛古玩市场。

一天在寄卖商行看到一条红边白绸头巾，上面印着一个大老鼠，我情不自禁说了一声好，店员都以奇异的目光看着我。其实这头巾印的不是老鼠，而是海狸。这是 1976 年第 21 届奥运会加拿大吉祥物。海狸乃水陆两栖动物，皮毛特别珍贵，故加拿大选这种特产为吉祥物。

收藏了这稀有的吉祥物头巾特别高兴，又想到第 22 届奥运会由苏联举办，我虽然没条件出国，但想到苏联与黑龙江为邻，黑龙江有可能买到苏联吉祥物。于是又写信，又打电话，请十多位东北藏友在白山黑水间猎熊。说来真是好运气，等了一个月，一位东北藏友在牡丹江古玩市场买到了一只莫斯科奥运会吉祥物铜雕小熊朱莎。

经过几年全国各地千方百计搜罗，我收藏了奥运会吉祥物 300 多件，从 1972 年第 20 届奥运会第一个吉祥物瓦迪狗，直到第 29 届北京奥运会五福娃全收齐。上周我特别高兴，又收藏了今年巴西奥运会吉祥物维尼修斯。

经过这么一忙，也不知哪天腰酸背痛的老年病全好了，虽然没吃药打针。医生说这就是生命在于运动，健康在于活动！

老人老话(四十七)

文 / 张大成

能力，是一个人的价值尺度；定力，是一个人的品行高度。领悟的事，总能认真做好；感悟的理，总会终身不忘。大度的人，不喜欢生气；淡定的人，不懂得嫉妒。坚强的人，与悲伤无缘；从容的人，与焦虑无关。做大事，先要有气量；争第一，还要拼胆量。面对现实，先接受，再思考；改变现状，先布局，后挑战。每颗星，都有美丽的光；每个人，都有美好的路。少年有梦，梦想开始；成年追梦，梦就开花。处事可以计较，但不能太计较；处世可以执著，但不能太执著。人有爱好，精神焕发；心有目标，意气风发。就业不要怕碰壁，碰碰就成功；创业不要怕碰鼻，碰碰会成才。小小不快，处事会当心；事事愉快，遇事就不安。创新，能重配资源；创造，是重获财源。哄人的广告，都是虚假的；哄抢的商品，都是廉价的。年轻时，能开精彩之花；年老后，就有经典之作。人，不是因年轻而精彩；人，都是因精彩而年轻。一时冲动，就会坏事；一有冲劲，就能干事。清醒，常把自己看得渺小；跌倒，是把自己看得强大。超越别人，知己知彼是关键；超越自己，苦学苦练最关键。真情，是不要回报的；真诚，是不怕误解的。

感慨机会

文 / 崔妙根

月没去，八月、九月、十月、十一月也没去，其间老同事吴钰云来电，我们曾相约两人一起去，只是光是心动没有行动。时间到了 12 月，12 月 2 日我决定当日去看陈大姐，买了一箱莫斯科安酸奶，几斤生梨，带上一张照片，一本通讯录。（2001 年福根兄组织了一次红歌老同事聚餐，除商店老职工外，还请来了数位公司老领导，大家合影留念，福根兄搞了本通讯录，我想给陈林云看，便于她与老同事联系）。吃过中饭，我们兴冲冲直奔宝山区通河新村陈林云家，进陈府不见陈大姐，她女儿说母亲 10 月患病，一月不到就走了，我惊呆了，简直不敢相信自己的耳朵，在陈林云遗像前我欲哭无泪，捶胸顿足，我悔、我恨，为什么不早点来看陈大姐，要一拖再拖，恳请陈大姐宽恕，她女儿从一只盒子里拿出妈妈的一件遗物，陈大姐剪下的有我电话号码的豆腐干文章。高兴而去，伤心而归，一连几天我感到胸闷难受，茶饭不香觉不甜，常常自责，自己像犯了一桩大错似的。

人生机会多多，有的错过了还会再有，失而复得；有的则不然，错失了就不会再有，会心生不快，甚至抱憾终生。机不可失，打那以后凡老同事、老同学聚会，只要组织者来电通知，我准去赴会。



斗蟋蟀 (中国画)

黄雨金 (75 岁) 作



快人快语

勤奋老人 寿命长

文 / 袁小华

许多老人从工作岗位上退下来后，总想休闲一番，认为自己工作了一辈子，如今退休了该好好休息一下了。这种想法完全可以理解，但对身心健康是有害无益。

养生学家认为，思想倦怠，行动懒惰是加快衰老的“帮凶”。懒人不长寿，勤奋永不老。《保健箴言》中讲：“懒惰是病魔的温床，”“一懒生百病。”老人离开工作岗位后，千万别闲着，闲着对家庭、社会不利，对自身健康更不利。如果一个人整天饱食终日，无所事事，必然生活无味，很无聊，自然思想空虚、心情忧郁。长此以往，各种疾病便会找上门来，身体状况便会大大下降。有些老人，退休前身体尚好，走路稳健、善思健谈，然而当他们一旦从岗位上退下来，就显得心烦意乱、吃饭不香，睡觉不安，或急躁易怒，或沉默寡言，有的为此患上严重疾病，健康状况急剧恶化。这是由于“思维过逸，则心神呆滞，灵机难转，就会出现记忆衰退，反应迟缓、精神萎靡等症，进一步又导致脏腑功能失调，气血机能混乱、百病丛生。”法国一百零五岁的寿星玛丽说：“我所以长寿，是因为我没有懒惰的时候。”而我的邻居，九十岁的郑老伯由于天天坚持读报、剪报，才三年多时间，省市级报刊使用其荐稿八百余篇。为此郑老伯深有体会地说：“读报荐稿让我有活干，有劲头感觉自己一点都不老。”的确勤奋具有保健作用，《内经》中说：久卧伤气、久坐伤肉，气血不活，百病乃变化而生。

我想，只要老人勤奋做事，充实自己，活到老学到老干到老，相信不仅会创造人生的第二春，而且更让自己健康长寿。

2016 年元日，24 年前我曾教过的高三（1）班同学搞一次聚会，特邀我参加。当年班上 40 多个同学，到会者 30 余人。四分之一世纪不到，当年的青春少年已是中年人，除少数几个同学尚能认出，余皆不识矣。他（她）们一一自报家门，我努力回想，才有了些零星的记忆浮现脑际。如今，这些同学有的成了新闻工作者，有的当了基层领导干部，有的奋斗在科技战线，有的是私企员工，吾闻之甚感欣慰。他（她）们之间，有些人也是毕业后从未见闻。阔别重逢，欢声笑语，有说不完的话，叙不完的情。置身其中，仿佛又回到了充满青春气息的校园。席间，赋诗一首以抒情怀：

旦复旦今年复年/师生阔别四六前/杏坛当年培桃李/桃李芬芳竞吐妍/喜得今日师生会/忧忆当年绛帐悬/师发覆满天山雪/生披青丝正盛年/志在四方显身手/高歌猛进谱新篇/今日高

惬意时光 聚会赋诗

文 / 韦德锐

擎杯中酒/祝尔高扬一风帆。

丙申猴年仲春，以前任教的学校诸位领导及教育局有关领导为我做八十寿辰。岁月匆匆，时光流逝，不觉已是耄耋翁矣！生日宴上，各位领导为我表功，夸我为学校做了奉献，闻之赧颜。领导让我讲话，我除了表示衷心感谢外，以诗代言倾吐心声：

申城四月好风景/吾生虚度八十春/校方设宴做寿诞/倍觉感激与温馨/三十五年栽桃李/桃李成才赖同仁/离岗闲居二十年/每得领导多关心/热送清凉冷送暖/人去茶香浓液情/岁月不居如过隙/痛闻侪辈几凋零/母校精进不停步/开拓破