



关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。 ——歌德

本报副刊部主编 | 第 185 期 | 2017 年 12 月 22 日 星期五 主编:龚建星 责编:赵 美 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

“等一等”，悔终生

文/曹国君

10 年前，父亲去了天国。父亲在我心中是个大写的人，他的去世是我心里的最痛。父亲很知足，粗茶淡饭就觉得很享受，为人善良、厚道，我们父女感情颇深。为了让我工作时无后顾之忧，他退休后无怨无悔，悉心照顾我儿子，一带就是五六年。儿子进小学后，教育的重任落到我身上，我上班忙工作，下班忙家务，对父亲的关爱渐行渐远。有一天，我突然发觉父亲苍老好多，也曾想等儿子初中毕业考上重点高中，就带父亲去国外旅游，让从未走出国门的他看看国外的风情。我将想法告诉他，他异常激动，连说“好，好！”张着大嘴笑得像天真的孩子，直夸我是孝顺女儿。事后我却以“等一等”为由一直未实践诺言，连身体偶有不适都成了“等”的理由，屡屡错失良机。

天有不测风云，我儿子刚上初中，父亲就得了重疾，病情来势凶猛，存活期只有半年。病床上的他迅速衰老，变得敏感而脆弱。在陪伴他的每个深夜，我仰望星空，默默祈祷，愿父亲能越过这道坎，让我俩携手国外游的美梦成真。同时，我也深深地自责：一个“等”字，使我对父亲的承诺等同一纸空文。还能等儿子初中毕业？还能等父亲走出医院？还能等消逝的时光倒转？

“等一等”造成了人生多少遗憾啊！生活中有些事可以等，但唯独对亲人的孝敬不能等。子欲养而亲不待。送别父亲的那一刻，我捶胸顿足追悔莫及。

如果穿越到 10 年前，我一定会践行对父亲的承诺，不能再等了，即使付出任何高昂的代价都在所不惜！

一次失败的“拦网”

文/程介平

在排球比赛中，常常可以看到一次有效的拦网为一场比赛定乾坤，而一次失败的拦网，会造成整场比赛失利。

朋友老王 10 年前在儿子出国这件事上，没有成功“拦网”，如今儿子又欲回国发展。

10 年前，儿子打算去国外发展，老王要他眼光放远，但儿子去意坚决，老王也就给了财力资助，儿子满怀信心赴美国留学深造。

今年初，儿子第一次回国探亲，看到国内变化之大，仅高铁、支付宝、网购、共享单车“新四大发明”就让他大吃一惊。如今高铁里程达二万多公里，占全世界高铁总里程 65%，时速 350 公里，成为世界高铁商业运营速度最快的国家。10 年前，中国互联网落后美国 20 年，如今国人网购吃、穿、用、玩，包罗万象又价廉物美，苏浙沪快递朝发夕至。而在美国，相当里程的包裹寄达要一个星期。

儿子在国外有豪车别墅也有公司，但从事的专业受到发展限制。而在国内阿里旗下做研发的同学，不论事业愿景和年薪报酬，都比他强得多。在生活方面，国外的度假胜地虽然豪华奢侈，但国内地域辽阔，地貌独特，仅川藏一线就有数不清的世界级风景区，整个中国仿佛都是“5A 景区”。

儿子说，假如 10 年前，老王“拦网”水平高一点，把他拦在国企经理职位上，如今会更有前途。

这一次，老王只做“二传手”，要儿子自己选择进击方向。儿子表示祖国的超常发展吸引他尽快回归，抓住机遇，乘上祖国这一“高速列车”，在未来 10 年实现个人的再次飞跃。

您如何重新规划这十年人生？

(下)

如果减去十岁，



老少咸议

>>>编者按：

“如果能减去十岁，您将如何重新规划这十年人生？”这是个假设题，现实社会是不可能办到的。人们常常抱怨，时间都去哪儿啦？人生苦短，很多时候的悔恨都是由“等一等”造成的。不要给自己找借口，60 岁学吹打都不晚。美国作家梅·萨藤说：“不要剥夺我的年龄，它是我挣来的。”我们策划这期征文，是想说，白发与皱纹，皆是岁月的恩赐与馈赠，珍惜当下，过好每一天，快乐每一天。人生在世，还有什么比快乐更重要呢？



又到知青聚会时

文/曹慧中

夜幕降临了。路上，车辆如梭，人流如织。我坐上出租车，向聚会的场所驶去。思绪，随着两边的街景一起倒退。

1987 年初次聚会，除了畅谈当年在农村的种种轶事，聊得最多的是各自的工作和婚姻。

20 年前的那次聚会，A 君已成了商界精英，B 君则已是政界官员，我们大多数人成了企业职工，唯有 C 君，因单位不景气，工作岌岌可危，席间唉声叹气。大家安慰他说：“如今下岗的人那么多，你才 45 岁，路长着呢！”C 君将一杯酒一口咽下，沮丧地说：“如果我能年轻 10 岁，我也不怕……”前方堵车，这都市的交通……

车又开动了，我的思绪也回到了 10 年前的那次聚会。当年的女知青都已退休，男知青大都成了待退休的“自由职业者”，A 君和 B 君早已事业有成，唯有 C 君，整日以麻将为消遣，以烟酒度时光。谈起生活和工作，仍然是那句“如果我能年轻 10 岁……”

出租车急刹车，有人闯红灯，司机嘟囔了几句，又重新启动了车辆。如今，知青们都已退休，我和许多老年人一样，与成家的孩子们分开住，闲时上网，摆弄微信，参加社区一些老年人的活动，定期与孩子相聚。生活平淡但不平庸，充实而不颓废。回顾走过的路，人生有太多的遗憾和无奈，只是，我们无需过多纠结逝去岁月中的悲怆和彷徨，珍惜现在的每一个 10 年，不让后一个 10 年再来对如今的 10 年继续遗憾。“原无岁月可回头，且敬往事一杯酒”……

已经看见聚会场所的招牌了。今天，C 君还会唠叨“如果我能年轻 10 岁”的话么？

追悔莫及

文/周伟民

2012 年 7 月到 2013 年 6 月，我先后被查出直肠癌，肝转移，两次手术，化疗 16 次，摘除了胆囊，还做了肛门改道。

我年轻时练武术，练健美，游冬泳，几十年连感冒都少有，在发病前，我的医保卡只看过一次牙。痛定思痛，反思病因，查询各种病理和医药知识，如梦方醒：所有导致肠癌的因素，我几乎都占全了！

肠癌的一个重要病因，是久坐不动，我是 2001 年买的车，每天开车到单位，停车处到办公处，每天的步行不会超过五百步。到了单位，上午坐在电脑旁作文或游戏，下午就是麻将。2004 年之前，还有所节制。在 2004 年 3 月妻子突发重症肝病去世后，我心如死灰，一发不可收拾，每天以麻将排遣内心的哀伤和寂寞。最要命的是烟瘾极大，每天 4 包，晚上在家，还另抽烟斗。肠癌的另一个病因是熬夜，平时因为孤独，每天电视节目各台轮流看，直到屏幕上都出现“再见”，才上床睡觉。2009 年，迷上了博客，不仅每天自己更新博文两三千字，还兼着 6 个博客圈的管理员，常常熬夜到深夜两三点钟，直到病发。肠癌的另两个重要原因是少吃蔬菜水果等富含膳食纤维的食物，多食高蛋白，高脂肪，还有油炸食品，这些都是我的软肋。现代医学研究证明，人的情绪对身体的影响很大。我和妻子情投意合，她的英年早逝，犹如晴天霹雳，震惊，悲痛，抑郁和寂寞在所难免。

从买车到发病，整整 10 年，正是这 10 年的时间，我亲手断送了自己的健康，追悔莫及！如果能倒退 10 年，我会改正所有生活陋习，还自己一个身心健康之躯！

赚了10年

文/朱超群

我一直有个文学梦，想写文章，想出书，想当作家，可是，我在国企上班，每天的工作量排得满满，有时回家，包里还有做不完的工作，根本无法认真看书，无法静心写作。

我十分苦恼，时间一天一天过去了，心想难道我的这个愿望非要到退休以后才能实现吗？谁知道机会来了，10 年前，公司出台了带薪退休制度。我办了手续，决定做自己喜欢的事。

自从待退后，我在 5 年内，设法把 30 多年来写的旧作，打印成电子版，先后出版了中短篇小说集、散文随笔集和诗歌集，计 5 部。接着，在全国各地刊物和报纸上，一边发表作品，一边集少成多，到第 10 年，又陆续出版中短篇小说集、散文随笔集、传记文学，计 5 部。10 年中，总计出版个人专著 10 部，计 200 多万字；还在全国网络上征文，主编小说散文和诗歌集等 12 部，计 230 多万字。自己满意和反响比较好的，有中短篇小说集《同学梦》，散文随笔集《人文情缘》，主编文集《文笔精华——第二届“中国龙文学奖”征文小说散文诗歌作品选集》等。为此，加入了梦寐以求的上海市作家协会。

我扪心自问，待退后，工资收入减少很多；创作上，经济收入没有提高；但精神财富，却够用一辈子了。本来我想退休后做的事，由于公司的政策，我提前实现了自己的梦想，这岂不等于让我赚了 10 年啊！