



## 寥寥有理

赵宾，女，1970年生，网名“凿冰煮雪”。通川区中医院内科医生，曾经的文青一枚。从医20余年，感悟颇多，常思述之与人，言之不尽泄于笔端。把自己所想所思所悟用文字表达出来，和朋友们分享快乐，分担忧伤。

# 改变从不嫌晚

50岁以后，为退休生活做准备，是人生一个目标。任何时候，都需要给自己一个目标，远的近的中长的，有目标才有奔头，绵长的日子过起来才有坚持的动力和愉快的感受。不然，今天和昨天一样，明年和今年相似，单一的人生很容易厌倦疲乏。

退休规划中，有一个买书计划。不管时代如何变化，电脑手机如何普及，纸质书籍报刊仍是我的首选，手机阅读主要是看点新闻事件，以及碎片时间打发无聊。总是感觉时间不够用，便想退休后大把大把的时间，需要多少书才够填满。喜滋滋一次次买回各种书，看它们慢慢充实一壁书架，颇有点老农看见米粟填满谷仓的喜悦。

当我正着手准备填满另一面墙的书架时，却突然停止了购书计划，改为在那里放置小摆设。原因很简单，视力明显下降，裸眼看书很容易疲劳，然而自由了几十年的眼睛、耳朵和鼻梁，对眼镜这个东西并不友好，总是不大习惯戴眼镜阅读。

如果只是这些原因，还不足以阻止我储备书籍。发生了另一件事：一次不大不小的失败，导致强烈的挫折感，给老公渲染时情绪失控，竟然嚎啕大哭起来，等到情绪平复，

发现右侧眼前有道黑影，检查玻璃体出血。人到中年，连情绪都不能自由发挥。心里掂量了一下，目前储书量堪堪够我余生阅读，还得留一点买新书的余地，于是果断停止购书计划。

医院工作有两个特殊节日：护士节和医师节，这是从院部到科室都要表彰欢庆的一天。然而今年5.12，邻县疫情突发，本市开展全民核酸检测，为了打好防疫战保卫自己的城市，一切皆可暂停。科室三分之一的人员换装成可爱可敬的大白，分散在城市的各个检测点，好在两轮检测下来，城市安然无恙。

几天忙碌后，一个清闲的下午休息，看一本文字轻松的书，不知不觉时间长了点（事后计算也不过1小时），一抬头竟觉一股血上冲，头昏得厉害，恶心欲呕，很是难受，赶紧闭目平躺好长时间症状才减轻。第二天到单位，做了一系列检查，虽无大碍，但有了中年人的一些标配：颈椎病、脑动脉供血不足、高血脂等。甚至检查出颈内动脉有个很小的动脉瘤，警示着我必须要修身养性，提防这个小东西长大破裂。

输了几天液，头昏的症状才基本改善。在老去的过程中，身体接收到的任何不信任

号，都是在对你发出预警，让你对自己器官功能有正确的认识。怕只怕，你无视这些信号，甚至因为慢性适应而麻痹，其实所有猝死都有很多次可以避免的机会，只是被你一一错过。所以要感谢身体有敏锐的察觉能力，就像机警的侦察兵，能于风吹草动中发现危险。

这次生病开初几天，让我非常沮丧，无限感慨对年轻人说：努力趁年轻啊！中年人情绪不能波澜起伏，吃喝不能酣畅淋漓，娱乐不能随心所欲，最可气的是，连读书这样让心安静下来的事情，居然也不能持久。别说“只要努力，什么时候都不晚”，晚到一定的年龄试试，就像一个绝经女子突然想怀孕，你说晚不晚！

于是现身说法，给儿子、给身边年轻人唠叨，学习啊、考证啊、晋职称啊，年轻的时候一定要努力，因为有体能、有精力，要在人生最有潜力的阶段，走得更高更远。古云“少壮不努力，老大徒伤悲”，其中懊悔只有老了以后才能感悟。

但是人必须要与自己和解，全盘接受自我的优点和缺点。努力须趁早，改变却从不嫌晚，每个年龄段有每个年龄段的任务。中年的发展任务是获得繁衍感，避免停滞感。我们更关注自己的内心世界，对他人有更多的包容，为人处世更平和舒适。我们要做的是：劳逸结合，避免心理疲劳，用豁达乐观的态度，战胜中年危机。

## 买盐

□梁俊

当我第一次一个人独自走进供销社买东西时，大概是八九岁样子，离现在差不多40来年了。

那天，母亲临炒菜时突然发现没盐了，因为钱不够，母亲已经向邻居借了三回盐。这次，她凑够了能买一斤盐巴的一角五分钱，五分面值的一枚，其余十枚都是一分的。“重阳，快去把盐买回来，炒菜没盐了。”母亲把钱递给我。我家就住在乡场上，离供销社也就二三百米的距离。

这天是星期天，又逢赶场，走出门，正值李子上市，满街的李子香甜气味和叫卖声勾起我肚里馋虫。我情不自禁地走近一个李子摊，卖李子的是一位和母亲年纪差不多的嬢嬢，“先尝后买，不好吃不要钱。”嬢嬢热情地招呼我这个小买主，一个大碗盛着李子，“一分钱一碗。”

我的手在荷包里飞速地翻腾着那11枚钱币，脑子也在飞速想着招儿，怎么能买下这一碗李子。最后，下定决心拿出一分钱买了一碗李子。

可是，一角四分钱怎么能买回一斤盐？我忐忑不安地一步一步走向供销社大门，双腿像灌铅似的。走进门市，柜台里的售货员大概四五十岁，他带着一副眼镜，手臂上套着一双袖套，正麻利地整理着要卖的商品。见我走了进去，他没有停下手中的活儿，只是歪着头，眼睛斜过镜片看了看我，“小家伙，要买点什么？”“叔叔，妈妈叫我来买盐。”

“可是，我只有七分钱，能不能给我称半斤。称平点。”叔叔看了看我，叹了一口气，“好吧！”我端着盐走出门市，却没有

离开，在街沿坐了下来，眼睛不时向柜台方向瞄一瞄。

叔叔已经招呼了几位顾客，见门外的我还坐在那儿，“嘿！那娃儿，快回家，你家大人还等你的盐炒菜。”见叔叔给我说话，我又走进门市里，“叔叔，再给我称半斤盐，我还有七分钱。”“怎么回事？”叔叔的语气一下严厉起来。

我从没撒过谎，支支吾吾跟叔叔讲了我拿买盐的钱买了李子的事，“小小年纪就这么鬼聪明，居然想了这么一个法子。”叔叔说道，“不过，盐是公家的，可不能像你这样揩油，把盐罐给我。”

我脸羞得绯红，叔叔把盐罐重新放在秤上，从盐缸里添了盐，整整一斤，“孩子，这一分钱，叔叔替你补上。”他边说边从上衣口袋掏出一分硬币投进装货款的抽屉里。

“叔叔，我买盐的事你能不告诉我妈妈吗？”

“一定给你保密。”

“等长大了，我有了钱就还给你。”我如释重负地离开了。

叔叔果然没有食言，尽管跟母亲他们是熟人，我也曾亲眼看见他与母亲和我的家人路遇打招呼，他没有“检举”我，我心里非常感激并且记住了他。如果母亲知道了，定会狠狠地体罚我，“从小偷针，长大偷金。”

十一二岁时，我随父母亲搬到几十里之外另一个乡镇居住，几十年后，我陪着父母回乡场探亲访友，当年那个卖盐的叔叔也已经作古。但他从自己口袋里掏出一分钱的那个瞬间和帮我保密的举动却温暖了我一生。

## 父亲

□赵小梅

当我来到这个世界时，父亲已经48岁了。所以打从记事起，他就是个白发老头。

小时候家里穷，四个孩子，像雨后春笋般疯长，早上一睁开眼睛就是要吃的。父亲用他那微薄的工资和母亲种田地的收获，努力地养育着我们。尽管生活艰难，还记得父亲托在北京当兵的堂兄，寄一些能帮助长高的奶粉给我们吃，在当时的乡下也算是奢侈的事情了。他上班的地方和到家的路程有五六里，每天都有他急促而匆忙的脚步。他走路很快，下班回家帮忙做农活，一早又匆忙去上班。再苦再累，我却从来没见过他佝偻着身体，一直把背挺得直直的，就像他对生活对命运的倔强，从未被打垮过。他的眼神坚定充满力量，只有在偶尔松懈下来跟我们嬉戏时，才会变得温柔可亲。

刚上学时，我和他住在单位小小的宿舍里，放学后他会手把手地教我写字，要求我必须按照书上那样书写，为此，我没少挨打。单位和学校仅一墙之隔，工作之余，他便会站在教室窗外看我上课认真没有。如今快四十年过去了，我还清楚地记得有次期末考试，父亲一手拿着我语文九十几数学三十几的试卷，一手牵着我，碰到他同事问，“老赵，你女儿考得好哇？”他张大嘴巴哈哈大笑。从那时起，我心里就坚定地认为，在这个世界上，这个老头会永远不顾一切地爱我。

那时，每天在食堂打的饭菜，他都会让我先吃了他才会吃。特别是早上那雪白的馒头，恨不得一口气吃下几十个。但只有四个，我小心翼翼地吃下两个，就装作吃饱的样子给他剩下两个。他总是会凶我多吃点，说他已经不再长高长大了，吃不饱没关系。

小时候我经常感冒发烧，他总会以哄骗或者凶恶的样子监督我把药吞下去。有次趁姐姐把煤油灯拿走的空隙，我竟然把药悄悄藏在桌子脚下。打针的时候，他会把我脸埋在他的衣袖上，时隔多年，我仍会时不时地想起那片被眼泪打湿的衣袖。十五岁时，我屁股上长了很大一个疮，父亲带我去看完医生回家，雨天路滑，十几里的山路，他背着我走了一大半。其实我也能走，但我就是执意要他背我。也许是因为母亲严重的重男轻女思想，让我那些委屈

在他背上得到了一些平衡吧！

那些年我外出打工回家，他会给我洗头，然后再用吹风机把头发仔细地吹干。在他轻柔地抚摸着，漂泊的疲惫，生活的打击，也被治愈了很多。那些年，颠沛流离，前途迷茫，情绪低落。他告诉我要安静从容，说我还年轻，眼光放长远些，人生还有无限可能，年轻人一定要朝气蓬勃，生活的苦是暂时的，再大的困难咬咬牙就过去了，但是一定不能灰心。鼓励的眼神，坚定的语气，一直铭刻于心。就今天看来，好像都被这个老头说中了。

我生第一个孩子的时候，由于种种原因，月子里只剩下七十多斤。父亲从乡下赶来看我，开门的那一瞬间，我从他那满脸的惊讶、心疼、焦虑，才明白了我处境有多不堪，说他一定要把我接到乡下把身体给我养好。慢慢地，日子一天天地好起来了，我终于找到了自己人生的定位并为之努力。

父亲一生勤俭节约，工作上兢兢业业，每顿饭管他好吃不好吃，碗里总是吃得干干净净，从小是被饿着长大的，知道粮食来之不易。六十岁退休回家到八十岁，他整整种了二十年庄稼。耕田，犁地，挑粪，栽秧，收割。房前屋后的田地，被他打整得有条有理像幅画。他种的所有粮食和菜蔬都要比左邻右舍的好，用他的话说，用心用力地去做了才会有好的收获。

父亲一生清贫，没有留下什么物质上的东西给我们。但是在那些曾经面临过的深渊面前，在那些黑夜和困难面前，我总想起他从不曾弯曲的背脊，坚定不移的眼神，走路一阵风的劲头，让我有了足够的勇气去面对那些困厄。而他那宽溺的眼神和温和的语气，让我在平淡的岁月里，心生善意，慈悲为怀。比较起后人留钱财，父亲用他更高明的智慧教我们授人以鱼不如授人以渔。更让我们明白了这一撇一捺的“人”字该如何正确的书写，让我们的内心随时充满着爱，让我们的灵魂得到了丰满。

去年旧历4月，父亲与世长辞。感谢命运让老父亲活到93岁的高龄，让我们少了些子欲养而亲不待的遗憾。如果有来生，我们再续前缘。父爱永存，生生不息！