



# 拥抱

李艳



坐在沙发上的他,稀疏、灰白的头发,下巴的胡茬犹如点点霜花,眼角、额头已经布满皱纹。他正用略有些浑浊的眼睛看向我。

突然想起那句歌词:“时光时光慢些吧,不要再让你变老了。我愿用我一切,换你岁月长留……”我心疼得真想抱住他,安慰他,犹如我小时候他对我做的一样。我记不清有多久没拥抱过他了,好像真的好久好久了……

他替我去接孩子,打电话来

说,4年级8班都放学了,也没看到嘉一。我说:“爸,嘉一现在已经升5年级了。”

有一次,他下楼取快递,把钥匙锁在家里了。找人开锁、换锁后,他拿起放在鞋柜上面的钥匙,嘴里说着:“呵呵,老啦,真的老啦。我明明记得放在口袋里……”

周末,我和老公正在做饭,忽听到“啪”的一声。我来到客厅一看,他正手忙脚乱地擦沙发和地板上的水,犹如一个做错事的孩子。他尴尬地笑着对我说:“手

滑,没拿住杯子,弄得到处都是水……”随即低下头感叹,“唉!老啦,真的老啦。”看着他的表情,我的心像被什么刺痛了一下。

他以前是那么坚强、刚毅、意气风发,是从什么时候起,变得如此笨拙、糊涂,且小心翼翼的?心痛的感觉再次袭来。我走上前,拿走他手里的抹布,拉着他的手坐下。

他那双手是粗糙的,上面还有一些大大小小的伤疤。就是这样的一双手,给我们创造过一个

幸福、温暖的家。

“爸,我可以抱抱您吗?”他“啊”了一声,脸上露出迷惘的神情。我不由自主地抱住他,轻拍着他的后背,犹如我小时候,感到委屈、恐惧、难过时,他安慰我一样。“爸,没事,没事,您没烫到就好。爸,您是世界上最好、最棒、最帅的爸爸!”

以后的日子里,我经常邀请他和老妈来我家。有时候,我们一起溜达,我左边挎着他,右边挎着老妈。突然觉得,这样的感觉太太好了!

## 重逢恩师

梁国祥

在闲谈中,孙二叔对我说:“当年在咱们村教书的李金环老师,昨天回来了,住在老校长家里……”我听到这个突如其来的消息,非常高兴。李老师可是我的启蒙老师啊,她给我的印象特别深刻。如今,40多年过去了,也不知她现在怎么样了。没等孙二叔说完,我就急不可待地直奔老校长家去了。

我刚进屋,李老师便起身出迎。我们四目相对,紧握双手,半天无语。李老师曾经乌黑发亮的两条短辫,如今被满头的银发代替了,唯有洁白的牙齿和炯炯有神的目光,才让我将她辨认出来。李老师一开口,仍然是韵味十足、柔和细腻。从李老师不紧不慢的讲述里,我得知她已经68岁了,身体还很健康,这让我很欣慰。

我的名字,李老师短暂回忆了一下,就叫了上来。李老师的记忆力真好,40多年了,她还能清楚地说出当年的事:我曾经逃过学,是她带领全班同学来我家,让我去上学;我和几个小伙伴经常帮她抬水;她领着我们去麦地拾麦穗……

李老师说:“这个村子变化真大呀!通了公路,曾经的土坯房也没有了,唯有村中心的月牙坑和村西残存的几棵老枣树,才让我看到几十年前的一点儿影子。”

我上小学4年级的时候,李老师就回天津了。今天又见到她,怎能不让我百感交集?

李老师说:“我在你们村生活、工作了10年,这里乡亲们的淳朴、热情始终让我魂牵梦绕。这就是我的第二故乡啊!自从我回到天津,就一直忙工作、忙家务,一直抽不出时间过来看看。这次忙里偷闲过来,看到你们,真是太高兴了。”一个晚上,我和李老师说了很多。

如今的农村,生活水平大大提高了。我真心想希望像李老师这样的老朋友都回农村来看看。



沧州市颐和乐园老年公寓把每月10日定为义务为老人理发日。每月10日这一天,这家公寓都会邀请家住新华区建北社区的郑季莲和她的志愿服务队来公寓为老人义务理发。  
韦殿禄 摄



## 我的两大爱好

汤延光

活到这把年纪,屈指算来,我只有两大爱好:一是爱写点文字,搞点创作;二是喜欢打乒乓球。

在职时,整天忙于工作,没有充分的时间发展自己的爱好。现在退下来了,时间归自己支配了,可以放松下来,科学合理地安排写作与打球的时间,充实自己的生活了。

搞文学创作,是我青年时代的一个梦想,这个

梦想伴随我度过了大半生。直到现在,我心中依然燃烧着对文学的激情。这几年,我不断写些散文和小小说,作品陆续在市县级媒体以及网络文学平台上发表。小说《朋友》在2014年中国小说学会举办的“文华杯”全国短篇小说大赛中荣获三等奖,并出版了文学作品集,我也荣幸地成为了河北省散文学会、河北省采风学会和沧

州市作家协会会员!我的第一爱好是文学创作,第二爱好就是乒乓球运动了。

打乒乓球也是我从年轻时就有爱好。退休之后,我加入了东光县群星乒乓球俱乐部,经常去打球。会员当中有不少老年朋友,大家在一起交流球技,谈笑风生,不仅锻炼了身体,收获了健康,还增进了友谊。

最近,我报名让孙女加入了少儿乒乓球队,且每天带她到青少年活动中心练球。同时,我还协助教练教孩子们打球。这样一来,不但锻炼了身体,而且激发了孙女对乒乓球的兴趣,一举两得。

写写东西、打打球,我这两大爱好使我充满活力。我觉得生活过得很充实、很舒服,对每一天的时光也充满了珍惜。

## 写日记

刘学军

一张写字台、一副老花镜、一支碳素笔、一个日记本,是与我朝夕相处的“伴儿”。我每天都要写日记,记录我生活中发生的大事小情。到现在,我已积累了十几本日记。

写日记,是我从小学就形成的习惯。现在,我已年逾六旬,经常忘事,甚至对近日刚刚发生的事也记不住,或记不准了。每到这时,我就去翻日记。有人问我:“你的脑子怎么这么好用?不管什么事,都记得这么准确。”他不知道,这是因为我有写日记的习惯。

俗话说:“好记性不如烂笔头。”我每天晚饭后出去溜达,回家后就习惯性地坐在写字台前,把一天中发生的有意义的事记录下来。去年9月初,老伴因病住进医院,我每天都把医生叮嘱的服药的种类、剂量、时间,以及出院后的注意事项等及时记录下来。这种做法使老伴得到了准时、准确的诊治,也节省了我自己和医生的许多时间和精力。

我的日记还是一本“百科全书”,有时事政治、天文地理、养生之道、生活常识、快乐趣

事、旅游出行、餐饮厨艺、朋友情感等,还有记下这些知识之后的心理感受。

我把自己几十年经历的风风雨雨、点点滴滴都写在了日记里。一本本日记,见证了时代变迁、我的工作经历和家庭生活。翻翻日记,重温过去,十几年甚至几十年前的事历历在目,一个个鲜活的人仿佛就在眼前。这使我对过往的善事、善人常存感恩之心,对良师益友常怀感谢之情。这对及时端正自己的心态,调整自己的思路有莫大的帮助。

## 赞沧州

杨国兴

小诗一首留墨香,沧州大地好风光。  
赏尽运河古今景,旅游不思去他乡。



摄影 尹金栋