

78岁张梅花:用文字记录生活

张梅花老人今年78岁,身体健康、性格开朗,在家人和朋友眼中,她还是文艺爱好者。小区老人们举办的扭秧歌、打腰鼓、唱戏等集体活动,都能看到她的身影。此外,老人还爱写作,生活中的所思所想,她都习惯用文字记录下来。5月8日,记者对她进行了采访。



老人正在书桌前翻看《中国百科》。

□文/图 本报记者 陶小敏 张玲玲

当了18年民办教师

5月8日上午,记者来到位于海河小区张梅花家里时,老人正在书桌前安静地翻看一本《中国百科》。老人精神矍铄,家里收拾得干净整洁,墙壁上挂着几幅水墨画。

老人告诉记者,1960年初中毕业,她考进了许昌一所师范学校,之后响应国家支援农村的号召,于1962年回到家乡舞阳县姜店乡大宋村,成了一名乡村民办教师,这一干就是18年。

张梅花介绍,她当教师时,教学还不分科目,每个老师都是全科教师,语文、数学、体育、音乐、美术全要教,而且是教三个年级。1982年,为了更好地照顾四个孩子,张梅花回到家中,从此不再担任民办教师。

离开教师岗位后,张梅花的生活主要围绕家庭展开,照顾家人们的饮食起居。此外,

只要有闲暇时间,她就会拿出图书、杂志等翻阅,并将所思所想记录下来。

1990年,因丈夫工作调动,张梅花跟丈夫一起来到舞阳县城生活。此时,她的大女儿已经出嫁,二女儿和儿子已经上班,只剩下小女儿正在读书。“那时候照顾家庭的压力小多了,我有更多的时间学习跳舞、唱歌、写作了。”张梅花说。

用文字记录日常生活

随着儿女成家、孙辈长大,老人也闲了下来。“年轻时我就想写作,记录自己的童年及成长过程、工作经历、生活感悟等,但那时候写了一点就因为各种琐事被搁置,现在我有足够的时间,可以去完成这个心愿了。”张梅花说。生活中,如果遇到开心的事情,老人都会拿笔记录下来。

“媳妇外出旅游给我买了礼物——一双大花鞋,让我穿上试试,我接过这双大花鞋爱不释

手,高兴得流出了眼泪。因为我今年78岁,还是第一次穿花鞋。小时候家里穷,别说穿花鞋,连一双像样的鞋都没有……我们现在的日子太幸福了,真是吃着甘蔗上楼梯,步步高、节节甜啊!所以我穿着这双大花鞋高兴得合不拢嘴,走街串巷,见人就说是媳妇给我买的大花鞋,好看吧?”这是张梅花写于5月6日的一篇名为《一双大花鞋》的随笔。满满的一页纸上,笔

迹工整,语句通顺,字里行间流露出对大花鞋的喜爱,以及对有孝心的儿媳妇的夸赞,也表达了自己的喜悦心情。

“我写作先要打草稿,整篇文章构思得差不多了,才正式开始写作。写作的内容都源于生活,尤其是那些令人欢喜的事情,只要我有感而发,都要记录下来。”张梅花说,“年龄大了,有时候提笔忘字,遇见这种情况,我就要翻字典,弄准确。”

从小教育子女要孝敬老人

在海河小区,熟悉张梅花的人都会对她投去羡慕的目光:儿孙孝顺、家庭和睦,子女们的小家庭也很融洽。那么,老人家庭和谐有什么秘诀吗?“我与公婆相处得很融洽,从小我都教育子女要孝顺老人。所以,子女、孙辈们都很孝顺。”张梅花说。

在亲戚朋友眼中,张梅花与媳妇的关系十分和睦。“我总

感觉媳妇买的东西与女儿买的不一样,对于媳妇,我没有养育之恩,但她能孝顺我,我就要感恩,所以对于媳妇买的东西,我都特别珍视。”张梅花说,在小区里跟老姐妹一起聊天时,经常有人向她倾诉婆媳矛盾,她就会耐心地开导,劝老人多包容年轻人,不要和年轻人计较。

在女儿看来,自己的家庭

幸福也离不开母亲的教育。“有一次,我给妈妈买了一双鞋,妈妈拿过去正高兴地准备试鞋,突然问了一句,你给婆婆买了没有?这让我一下愣住了。”张梅花的女儿说,“妈妈一直说,对待婆婆要像对待亲妈一样,给她买东西也一定要给婆婆买。去年,我们带妈妈去南京游玩,她一再叮嘱,一定要给婆婆带些当地的特产,多尽孝心。”

养生保健

赤小豆粥调理风湿

春夏交替时节,早晚温差大,空气湿度大,很多老风湿的病情容易发作,出现关节僵硬、肿痛的症状。除了防寒保暖,对症食疗能减轻症状。

这类人可常喝赤小豆粥,取赤小豆30克,白米15克,白糖适量。先把赤小豆煮熟,再加入白米熬粥,加糖即可。可用于风湿病而

出现肢体沉重、关节屈伸不利的患者。

还可多喝点鳝鱼汤。取鳝鱼200克,生姜3片,葱白2段,黄酒2匙。将鳝鱼肉切丝,和姜、葱、黄酒共入锅中,加水炖汤,调味。此药膳适用于肢体关节疼痛较剧、痛有定处、遇寒痛甚等症。

据《快乐老人报》

喝茵陈茶降血压

茵陈为茵陈蒿或滨蒿的幼苗,我国大部分地区均有分布,入药以质嫩、绵软、灰绿色、香气浓者为佳,入食以鲜嫩者为佳。

茵陈性味苦、微寒,有清热利湿、利胆退黄的功效。用茵陈5克,绞股蓝、

草决明各10克,放入茶杯中,冲入沸水适量,浸泡片刻,代茶频频饮服,每日一剂,有清热利湿的效果,可缓解高血压、高血脂症、高尿酸血症、脂肪肝、肥胖症、口苦便秘、头目眩晕等。

晚综

祖孙乐事

我家有本书

□赵盛基

一天,3岁多的小孙子对我说:“爷爷,你不能这样对我说话。”

我没明白,就问:“怎么了,我说话不好听吗?”

他说:“声音有点大。我家有本书,名字叫《语言不是用来伤人的》。”

又一天,小孙子趁我不注意,触摸带电的多用插座。我赶紧拉开他,并打了他的手和屁股。

他边哭边说:“我不喜欢爷爷,我不喜欢爷爷。”

哭完后,他对我说:



“我家有本书,名字叫《手不是用来打人的》。”

后天再努力

□周明春

孙女一边看课外书,一边写作业。我说:“你要专心写作业,不要心不在焉的,这样能写好作业吗?”

孙女不以为然后道:“一直写作业太累,写会作业看会书感到轻松一些。”

我批评她:“这样作业也写不好,书也没有看好。今日事今日毕,不要拖延。”

孙女稍停片刻说:“我记得有本书上说,成功主要靠后天努力。我今天没有心



情写作业,如果今天和明天玩好了,后天再努力,就会有心情写作业了!”

本版征集新闻线索

或老有所为、老有所学、老有所乐,拓展自身的兴趣爱好,展现快乐的老年生活;或在养生与保健方面有独特的理念的方法;或别具情趣,在生活的某方面有特长和“绝活儿”;或老年夫妻相濡以沫、相互扶持,有着感人的爱情故事……如果你身边有这样的线索,请联系我们。电话:15839581210