

## 老伴的爱乐历程

文●周学珍

老伴喜欢听音乐,兴趣是五花八门,从地方戏到京韵大鼓,连孩子们钟爱的流行歌也喜欢,这就罢了,要是播放西方古典乐曲,他会摇头晃脑地欣赏一阵,也不知他是真懂还是装模作样,一句话点评:只要那动静不算噪音,他都喜欢。

二十多年前,虽然日子过得紧,老伴还是从牙缝里挤出一部收录两用机,当时的两百多可是天文数字,老伴不敢买磁带,多半是听听收音机,若是孩子们借来流行歌磁带,他就如获至宝般反复播放,听得我连歌词都背熟了。

孩子上高中,弄来一些乱七八糟的摇滚乐和什么金属乐队的歌,老伴守在唱机旁,边摇边哼,听得我怒发冲冠,冲他嚷:“那是什么玩意,好像你还挺受用。”老伴对我扑哧一乐,笑道:“年轻人喜欢的,我也听听,紧跟时代潮流嘛。”

后来孩子出外念大学,我们空闲的时间一下增加很多,出去逛街时,到了音响店的门口,老伴就走不动了,竖着耳朵听人家试音,不时还艳羡说,瞧人家的设备,那才叫声音,玻璃碎的声音都好听。我一瞪眼说,那你也买啊。老伴看了看价格标签,吓得赶紧走,嘴上哼道,没事我掏钱买那么贵的玩意干嘛,自家砸玻璃听都比那便宜。

再过几年,孩子们纷纷工作了,如果不是儿子赞助了两千块,老伴说啥也不肯把卡拉OK机买回家。自从那东西进家,我才知道什么叫受罪——大清早,他扭大音量放民歌,吃饭的时候,他播放乐曲,说是有助消化,到了晚上,他自己嚷嚷不说,还怂恿我也唱两首OK,害得我差点听力丧失。

近两年,老伴退休在家,对音乐的兴头好像慢慢弱了,先是逐步减少了开OK的次数,后来出外连收音机也不带了,问他原因,他搪塞说,人老了嫌吵,需要安静。我知道他在想什么,儿女们渐自成家,回来的次数越来越少,孤僻的他好像对音乐也没兴趣了。如果儿女打来电话,他捧着电话听得异常专注,我看得出,儿女的声音,才是他最想听到的音乐。

前段时间老伴生日,儿女们来齐了,喜得老伴把OK机又扭到最大声量,边听边扭,女儿抗议时,老伴眉一挑说:“我一辈子喜欢音乐,你又不是不知道,高兴了,我就要听个够。”

## 写心情日记化失落

文●陶绍教

写心情日记缘于偶然。

五十三岁时我从领导岗位退下。人走茶凉。之前求办事、奉承恭维、迎来送往、请吃喝玩乐的人在身边转,让我飘飘然。不想昨天刚被免职,今天就门前冷落下属脸变,未到退休年龄的我仍需上班避不开。失落感缠绕于心闷闷不乐。一天,烦闷的我拿起纸笔写心情,洋洋洒洒写满五页纸,积于心中的不快全发泄了出来,身心骤然舒爽许多。原来,人需要交流抒发情感,先前自己无论说什么话,下属爱听,朋友爱听,同级别领导爱听,愉快与不愉快的情感及时抒发释放了。自被免职后,全变了,他们远离自己,不耐烦自己,心知肚明的我岂能自讨没趣?没了抒发苦闷情绪的渠道,情事自然憋闷难受,用文字抒发了苦闷,心情也就自然变好。

进一步分析心情笔记后的我豁然开朗:领导岗位是组织的安排工作的需要,领导的变换或上下属正常现象,应以平和心态接受。先前在位时自己忽视心态调整,退下时自然“跌”得痛受不了。明白了事理认识了人生的我努力平和心态,在位当领导,下来做平民,放下架子,主动与大家玩成一片,就会化解失落愉悦身心。有此认识后我主动与同事聊天拉近距离,孤独与失落感也就随之慢慢消失了。

尝到写心情日记甜头的我买来本子,空了就当天心情感受记下并分析,心情若舒畅,原因是什么,若苦闷,原因又是什么,并以此为指导来调整心态适应社会人生,让心情变得快乐。

如今已退休两年多的我仍坚持写心情日记。与老友打门球时,有位退休工人知道我经历时惊讶地说:“想不到正处退休干部的你态度如此和蔼,能与无级别的老友们融洽相处,少见啊!”

写心情日记帮助我化解了失落,平和了心态,融入了社会,健康了身心,赢得了晚年的幸福与快乐。

◆偏方大全◆治鸡眼:把鸡眼处的厚皮削去,再用药棉蘸风油精适量敷上,用胶布固定,每日换药一次,连用10至15天,鸡眼可自行脱落。