



梦的畅想曲

文/殷晓俊

年逾百岁的老父亲，一年到头总在给他那块旧上海牌机械表上发条。我想起家里应该还有旧表，便在抽屉里翻啊找啊，终于找到一块钟山表。钟山表虽然不及现在的手表式样漂亮，但那时，钟山表可是江苏的骄傲，它是江苏人自己研究制造出来的。这块表，还是上世纪70年代我的老公找关系，花了30元特地为我买的。现在它相比市面上的其他手表，还是有骄傲的资本的——每天只快分把钟。看着它，我想起了我的少年梦。

我最快实现的梦是有了手表。我刚满16岁就工作了。第一年学徒工资每月13元，第二年每月15元。工作了两年，就想要块手表。因为那时候买什么东西都是单位发票券，领导对我说，要等上级分配到手表券再说。天真的我不知道这是搪塞我的话，非常高兴，等啊等啊，结果票却给了别人。母亲看到我的失落，知道我心中的祈盼，就托人设法买了块表。买的表是个杂牌子，式样不好看，时间也不太准，可是，我总算有了块手表，当时很开心。

最早的梦想是家里通自来水。那时候吃水，是要从很远的自来水水站挑水回家。有时，我小小年纪也要帮忙挑，洗洗涮涮用井水，舍不得用自来水。从十来岁开始我就幻想，要是有一根管子把水接回家多好啊。没有长管子，用竹竿或者葵花秆打通连接起来，可能也行吧。后来从电影上也看到过，农村就是这样把山泉水引回家的，说明我幼年的幻想还是有依据的。15岁时，我们大院子里装了自来水，可还是要拎到家的水缸里，直到80年代初，自来水才接进家门里面。这个梦做了15年，才真正实现自来水进家门。

我最难实现的梦，是拥有自行车、缝纫机。这个梦是过了20多年才先后实现的。那时我们还不知道“三转一响”这个词，那是后来电影上出来的。我和邻居几个姑娘经常在家唱歌似的说，“走路就想自行车，做针线就想缝纫机。”那时候觉得这个梦好远好远。自行车这个梦是后来为孩子接送才实现的，买缝纫机则更是多年之后的事。

当年比较难买到的是缝纫机。我结婚那年，在发放的家具票中没有缝纫机票，因为是限量供应的。当时的名牌是蜜蜂和蝴蝶牌，江苏有新产品熊猫牌，熊猫牌后来成为江苏的品牌。我怀孕后托人找关系才弄到票，买了台熊猫牌缝纫机。缝纫机起的作用最大，印象中，整个院子里的人都来借用过，不会踏的还要我代劳。为孩子做衣服，缝缝补补、拼拼接接、修修改改……还记得我把单位发的护袖改制成平脚裤头，爱人穿上平脚裤，像乒乓球运动员似的，这在当时可时髦了。最近，我把那尘封多年的缝纫机搬出来，发现它居然没坏，上了油，换根皮带绳就和新的不一样，转得很欢快呢。

每个时代每个人都有不同的梦，每一个梦都和个人奋斗分不开，更和国家发展分不开。几十年一个个梦想，如今都已经实现，有的还超越了想象。现在步入花甲，可我心中还有梦，那就是老有所乐——开开心心过好每一天，力所能及为社会再做出一点贡献。

为生活留住芬芳

——老人家的阳台情结

记者 肖方元

留心观察身边，常能看到附近住家的阳台上月季花开了，或是叫不出名儿来的植物，冒出了些小花苞。绿绿葱葱中，点缀着几抹红，令习惯了都市喧嚣的我们，看见那一片生机盎然，不免莞尔一笑，心生向往。现在，越来越多的人有着一份阳台情结，衷情在一方小天地中，种上各种花草草，把宁静的田园风光留在家里。其中，还有许多老年朋友，乐呵呵地忙着做个“花农”，装点自己的晚年生活。一谈起自家的“小田园”，“花农”们纷纷打开了话匣子。

今年65岁的王秋华阿姨，钟情阳台上的“微田园”已有几十年了。工作时，她就在位于荷花塘的家中阳台上，种了不下几十个品种的花草、盆景。即使平时工作再忙，早上出门前她都不忘给花浇水，晚上下班回来，第一件事不是好好地放松自己，而是惦记着她那几平方米的小花园呢。

去年王阿姨搬到了我家山水居住，儿子知道她爱种花，特地选了一处有小花园的二手房。这下，王阿姨的小田园更加多姿多彩起来：石榴、状元红、铁海棠、金桂、万年青、睡莲、金银花……要想把整个花园的花花草草都打理一遍，王阿姨每天都要花上好几个小时。她告诉记者，搬家前，她为了这些花草草可是操了不少心，还曾特地借来仓库摆花。几个月前，她腰部受伤，但为了让家里的兰花享受足够的阳光与通风，她依旧天天将十几斤重的花盆搬进搬出。每天都要重复这么繁重的作业，记者问她累不累，她笑着说沉浸在种花带来的乐趣里，什么烦恼与疲惫都忘了。

家住松盛花苑的张阿姨说，她年轻时就爱种花，但由于工作忙一直顾不上这个爱好，现在退了休，她每天的一大乐趣就是打理家里的小阳

台。今年已70岁的张阿姨告诉记者，以前爱种花但没有经验，有些容易种的都失败了，为此特地去买了几本园艺方面的书，没事就拿出来翻翻，小小的阳台上便有了许多她为之得意的作品。比如去年在菜场买来的田七苗，她试着插在花盆里，都成活了，等长到一定程度，她便将叶子摘剪部分下来，或炒或凉拌着吃。说到这，张阿姨笑了起来，“种花真的挺好玩的，又好看，还好吃呢！”谈及自家的小阳台，张阿姨似有说不完的话，“我有盆君子兰，养了快3年了，前两年花开得特别漂亮，今年我偷了个懒，没给它换土，结果它到现在都没开花，像个闹脾气的孩子在跟我赌气，对我说‘你不花力气，我就不卖力！’”

今年62岁的赵伯伯家住绿竹苑，早上起来第一件事，就是拿着手机跑到阳台上，喜滋滋地给花盆里冒出的小芽拍张照，再发到微信的朋友圈里晒一晒。赵伯伯说，两年前，他可是与阳台种花八竿子打不到一起去。反而是因为外孙女的一句话，让他动了阳台种花的念头。“小家伙有次和我说想吃萝卜秧，我转了不少菜场都没看到有卖，听女儿讲可以网上买种子，我就让她网购了一些萝卜种子回来，我自个找了个泡沫盒子，到花鸟市场买点营养土，把种子这么一撒，浇点水，没等几天芽就冒出来了！”说起第一次尝试阳台种植，赵伯伯掩不住内心的喜悦，“等萝卜秧长到十几厘米高，我就剪下来，做了盆凉拌菜，外孙女吃得可高兴了。”赵伯伯说，没想到就因为这一次成功的尝试，他喜欢上了阳台种花，朝天椒、太阳花、栀子花现在成了阳台上的主角。今年8月底，赵伯伯又撒下了萝卜种子，他将手机上的照片拿给记者看，高兴地说，再过段时间，他的外孙女就又有口福咯！



相关链接

老人不妨尝试“微田园”

美国华盛顿大学的研究者发现，凝视窗外的树木或者草坪等植物可以帮助降低心率、平和心境，特别是对那些由于各种原因而抑郁的老人，能起到减压、疏导心情的作用；对于身体虚弱、腿脚不便的老人，如果有条件在家中养些花草草，则有益于康复治疗。研究还发现，注视自然景观3分钟，试验者血压明显改善，心率减缓，肌肉放松，脑细胞电解加速，情绪得到平抚。

在美国，越来越多的老人在使用这种“全天然减压法”来梳理心绪，排解忧郁，降低心率，强化神经系统，以释放压力，使身心得到放松。

美国密歇根大学心理教授斯迪文说，天然花草的芬芳和颜色，是一种被称为“软吸引”的物质，它可以镇静身心，让老人不用外出也同样享受平静愉悦。比如薄荷就具有较为强烈的芬芳，可以在短时间内发挥功效，缓解低落情绪，提高记忆力，使精神焕然一新。

老人在阳台上种花草，或者儿女多为老人种些花草，也可以达到养生的作用。老人种花草期间，种植、浇水、锄草等劳动，不仅能增加身体活动量，活动四肢筋骨关节，而且在种花草中，还能感受或体验到这是一种高雅的享受，可调节老人的情绪，给精神带来某种寄托和安慰。（网言）