

桑榆晚情

老年记者李蕊束：用镜头记录夕阳美景

□晚报首席记者 贾若晨

和李蕊束的交流从一叠叠的照片开始。照片里有花草，有山河，有古城，有银丝飞舞，还有年轻时的梦。拿起自己拍摄的照片，63岁的李蕊束快乐而兴奋，“每到一地方我都会拍照，拍下祖国美丽的景色，也算是记录下自己退休后的生活。”

李蕊束是个闲不住的人，却又不得不耐住性子“坐”着生活了大半辈子。退休前，她是市交通运输系统的一名工程师，每天的功课就是要不厌其烦地用实线、虚线勾画枯燥的人生。她曾有很多想法，有很多向往，但为了工作，不甘落后的她把一切都压在了心底。工作之余的有限时光，李蕊束接触到了摄影，感受到了写作的美丽。

退休，是李蕊束的新生。没有很多人退休前后必须经历的痛苦而漫长的过渡期。在离开工作岗位之后，李蕊束迅速投入了自由的生活。李蕊束最钟爱一幅在杭州时与十一世班禅额尔德尼不期而遇的照片。那是一个偶然的契机，很多专业摄影师没有留下镜头。

而她，却用傻瓜相机拍摄下了那激动人心的一幕。受到这次事件鼓舞，她开始行走大江南北，用手中的照相机记录下一格又一格的美丽景致。她手里的照相设备也一步步专业化，从最初的傻瓜相机更新到了专业的单反相机。随着摄影水平的提高，她还加入了市老年摄影家协会，成为专业摄影师中的一员。

李蕊束说自己人缘好。一点不错。看看家中那早已被挤爆仓的照片，谁又能想到那只是李蕊束摄影作品的极小部分。更多的照片，都被她送给了作品中的主人。李蕊束人缘好，所以朋友多，活动也多。打太极拳、拉二胡、画画……李蕊束有着很多的爱好，

加入了众多的“组织”。她每天的生活都被安排得满满当当。清晨去打太极拳，在家画画、吹葫芦丝、拉二胡，条件许可时去拍照，“组织”有活动时去扭秧歌、打腰鼓。天天忙忙那，李蕊束并没有一点的累——做自己喜欢的事情，让生活充实起来，精神上才能饱满，身体才会更健康，生活才能越来越有味。

李蕊束要把年轻时耽误的青春补回来，让自己的晚年生活丰富多彩。在她看来，只有这样的人生才算完美。为了让自己的生活再多一份色彩，她决定参加京九晚报老年记者团，和更多的老年人交友，用镜头记录下更灿烂的夕阳美景。

老爸的鸟趣

□史公新

老爸退休之后就爱上了养鸟。在我们小区里，他爱鸟是人人皆知的，可以说是个十足的鸟迷。老爸共有大大小小的鸟笼17个，养有各种鸟类11只。我们这些旁观者看不懂也弄不明白，鸟怎么能给他带来那么大的乐趣？

老爸养鸟的乐趣很多，比如遛鸟。老爸自开始养鸟之后，就坚持天天去遛鸟了。每天天还不亮，他就起床，肩挑手提，春夏秋冬，雷打不动。老爸解释说：“鸟也是生灵，也要感受大自然。其实遛鸟也不单独是给鸟‘放风’，主要在驯鸟，教给它一些小技艺。再说遛鸟还能结识不少老年朋友，大家边遛鸟，边聊天，可开心了！人不是也需要溜达？遛鸟正好也能活动活动筋骨，这可是老年人一种最好的锻炼方式！”

老爸除了爱遛鸟之外，没事的时候就爱摆弄他的鸟笼子。除了在花鸟市场买的鸟笼之外，老爸还自制了几个鸟笼。我问老爸：“你才十几只鸟，做这么多鸟笼做什么？”老爸笑呵呵地跟我念叨说：“鸟也和人，谁不喜欢搬个宽敞点的居所？常常换个新环境，天天都是好心情，鸟也一样！”闲暇的时间，老爸还跟我讲很多的养鸟知识。老爸说：“你知道遛鸟时为什么要用布罩住笼子，还要不停地前后摇晃吗？”我说：“不知道。”老爸就像是行家一样

跟我说：“笼罩，主要是能起到遮光的作用，它可以防鸟惊撞，还可以防寒、防风。前后摇晃则是为了使鸟在笼子里必须抓紧笼子里的杆子，使它们锻炼腿部肌肉，这样可以增强鸟的体质！”听老爸讲得头头是道，真不敢相信，老爸养鸟竟养出学回来了。

要说老爸养鸟最大的乐趣，应该算是他的“人鸟对话”了。老爸常常跟鸟说话，像聊天一样。我不解地问：“老爸，鸟能听懂你说话吗？”老爸说：“能，鸟都通人性呢，哪只鸟饿了、渴了，我都能从它们的叫声里听得出来！”随后，老爸显摆似的提来了一只鸟笼，那是他刚买回来不久的一只百灵，只见他一挥手，那只百灵鸟就传出了清脆的叫声：“老爷子！老爷子！”正当我感到不可思议的时候，而一旁的老爸则早已乐得像个孩子了。

养鸟，让老爸锻炼了身体，整天精神抖擞，红光满面。养鸟，让老爸增长了知识，结交了朋友。养鸟，让老爸的晚年生活过得充实快乐。



闲趣

“挨吵”也是幸福

□李志胜

岳父岳母身体不好，妻子这些天住娘家照顾他们。不料星期一大早妻子就跑了回来，惊扰了我的大头觉。我情不自禁地嘟囔了她两句，谁知她竟躲到阳台上，抹起了眼泪。

在我的再三劝说下，妻子才道出了原委。

黎明，妻子做好早饭，看看二老尚未起床，便没忍心喊他们。望着客厅墙角堆着的半塑料袋化肥，她就想趁下雨帮父亲撒到院子的菜地里。孰料老爷子起床后，不问青红皂白便嚷她“撒多了，而且撒的不是时候”。等好不容易调整好情绪，母亲又嚷嚷她洗衣服时将自己那枚珍贵的纪念章弄丢了……

我弄清楚事情的来龙去脉，忙一边道歉，一边劝慰妻子说：“俗话说‘老小孩、老小孩’，孩子他姥姥、姥爷都是‘奔九’之人，待之像哄小孩就行了。再者，‘挨吵’也是福嘛……”

不知是我的“大道理”打动了妻子的心，还是妻子自己慢慢想明白了，家庭气氛很快“多云转晴”。我跟妻子讲了一个80岁老头挨打的故事。某日，一行人见一老人坐在墙根儿哭泣，忙上前问：大爷，谁惹您生气了？是不是儿女不孝顺？只见老人抹去眼角的泪水说：我今年80多岁了，我爸还打我……这时候，一个更老的老人拄着拐杖出现了，怒斥道：你还有脸哭？再哭就甭进这个家。

传统的“冷笑话”让妻子喜笑颜开，她感慨地说：“是啊！都说人到中年苦，岂不知人到中年正是福。看着老人健在，便知道自己仍年轻；望着孩子长大，自己心中就有成就感。可好多人有时就解不开这个理儿，真是有点‘身在福中不知福’。”

用年轻的绘绚烂夕阳

岁数大了，闲下来了，澎湃的心是否甘于寂寞？刀枪入库，马放南山，燃烧的激情是否依旧豪情万丈？如果您的回答为肯定，您就可以加入我们的老年记者团，成为我们“老人兵团”的一分子，再次拿起心爱的“钢枪”，向心头的高地发起冲锋。

心有余而平台不在，这是很多老年人在脱离原有的工作环境、生活环境后必须接受而又难以接受的转变。对于这些老人来说，他们急需一个能继续个人爱好，丰富晚年生活，发挥个人专长的平台。京九晚报老年记者团，就是这样一丰富老年人生活，展示老年人才华，实现老年人梦想的公益平台。

京九晚报老年记者团由商丘日报报业集团主办，京九晚报读者俱乐部具体管理，是一个面向全市老年朋友的公

益性团体，其宗旨就是让老年人能够老有所学、老有所为、老有所乐。如果您想成为一名老年记者，且年龄在70岁以下，身体健康，品行端正，有新闻敏感和较强文字表达能力，或是在摄影、文艺等方面有特长，均可报名参加京九晚报老年记者团。成为正式的京九晚报老年记者后，可以免费参加京九晚报举办的培训班和新闻采风、联谊等活动，还可以根据个人专长或爱好选择加入不同的兴趣小组。

老骥伏枥，志在千里。加入我们的“老人兵团”，随我们一起投入“战斗”吧，在属于您的战场上开辟新的领地，没有什么犹豫的，带上您的身份证、两张近期一寸彩照，到京九晚报读者俱乐部报名吧！报名咨询电话是2616012。

晚报首席记者 贾若晨

