

互动话题

# 时间都去哪儿了(之二)

主持人开场白:生活因为充实而精彩,无论是沉浸在一本好书的世界里,还是进行运动,锻炼身体,或是与亲人共度欢乐时光,这些都是生活赋予我们的宝贵财富。

## 嘉宾出场

### 秦连鸣:消遣自娱读闲书

说到读书,著名文学家、思想家鲁迅先生认为,读书有两种:一是职业的读书,一是嗜好的读书。对于“嗜好的读书”,鲁迅先生说:“那是出于自愿,全不勉强,离开了利害关系的。”

每天,我除了做家务、锻炼身体之外,大部分时间用在了“嗜好的读书”上,即读闲书。何谓闲书?我认为就是那些看起来没什么用,供人消遣自娱的书。我的藏书说多不多,说少也不少,一个12层的书柜加上一个书架,都摆满了

书,其中三分之二都是闲书。虽然读闲书用去我较多的时间,也没有实质性的用途,可我还是日复一日地读着。

在无用之中,我体味到不同的人素养有高有低,跟读不读闲书有些关系。常常读闲书的人,能被潜移默化地滋养身心。生活中,为人处事的文雅、沉稳、持重、明事理、不偏激、平和等品格,都可以从读闲书中获得。因此,读闲书虽然占用了很长时间,但我从不认为是在浪费宝贵的时光。

### 马啸宇:奉行短、平、快模式

我计算时间的方式不以年为单位,而是以一个月为一个周期。在这一个月里,再以周为单位,划分为四个部分。我的读书计划、写作计划和锻炼计划,都依照这种时间模式制定,且严格执行“每日事每日毕”和“周结月总”。这样做的好处是,避免了规划周期太长,导致出现好高骛远的想法,或者自认为“时间还早”,侥幸和拖沓。

这种短、平、快的时间设定法,让我的时间总是处在高速

流转的动态之中,促使我更加珍惜时间、合理安排时间。例如,每天早晨6点到7点,是我跑步、打球的时间,此时,我一边锻炼一边收听中央人民广播电台的新闻播报,锻炼身体和收听新闻两不误;晚上9点到11点,则是我固定的读书时间。

时间是不可再生的有限资产,浪费一点儿,就会少一点儿。在管理时间的过程中,每个人都应做到珍惜有加、使用有度、利用有法,发挥其最大的效能,让生命更加精彩。

### 钱国宏:乐此不疲养“多肉”

老伴退休后,一时间无法适应,整天百无聊赖。有一次,我和老伴到一位老姐姐家串门,看到她家的阳台上摆满了大大小小的花盆,栽种了各种各样的奇特花卉,透着清新与可爱。一问才知道,这种花卉名叫多肉植物。从此,我俩都喜欢上了“多肉”,让儿女们给买了许多品种的“多肉”,还在阳台摆放了两排花架子。“多肉”娇小玲珑,花盆占用空间小,正适合在阳台养。我俩像养孩子一样,每天在阳台上忙碌:看看这盆是否缺水,看看

那盆该不该松土;瞧瞧这盆长高了没有,瞧瞧那盆是否缺少光照……“巡检”完毕,我俩便搬个小凳,坐在“多肉”前,左顾右盼,欣赏这些可爱的植物。

自从走进“多肉”世界后,我和老伴仿佛汲取了花草的精华,每天都活得精神百倍,老伴的退休综合征不治而愈,整天哼着小曲,摆弄着、研究着、欣赏着、享受着……老伴高兴地说:“在这样的环境里生活,咱俩至少能多活20年!”因为这些“多肉”,我和老伴活成了自己喜欢的样子。

### 杨鸿恩:枕边构思写诗文

岁数大了,觉就少了,我经常早晨4点多就醒了,再也难以入睡,便琢磨写点儿东西。清明节前夕,我构思了一首旧体诗的题目:《清明祭祖》,转念一想,清明节不光要祭祖,还应该祭奠革命先烈,于是我把题目改成《清明抒怀》。可又一想,用几句短诗很难把家国情怀抒发出来,于是我又把题目改成《祭先烈》,直接抒发对革命先烈的感情。想好题目后,我就琢磨诗文,开始先写四句:“清明时节雨纷纷,古时明月照

今人。祭祖莫忘祭先烈,血染红旗系初心。”随后,我感觉前面两句都是古人的诗句,便改成“清明时节泪沾襟,先人光辉照今人。松柏园里祭先烈,血染红旗裹忠魂。”如此这般,想想改改,反复多遍,最后才定稿。在构思和修改的过程中,每动一字一句,都先写在手机里,等到起床以后再录入电脑。

退休20多年来,如此这般在枕边构思诗文已经形成习惯,我的日子过得充实而愉快,从来没有感到过寂寞。

## 主持人发言

有目标、有追求、有学习、有探索、有关注、有积极的心态,让我们的生活更加充实、更加精彩。



开心姐妹 侯建平/摄



## 就地取“材”

孙子上小学三年级。一天,老师布置了一篇描写爷爷的作文。奇怪的是,这次孙子没有像往常写作文那样一挥而就,而是磨蹭了大半天也没写一个字。

我问他是怎么回事,他却一声不吭,眼睛紧紧盯着我不放。后来,我实在忍不住了,对他吼叫了一番,他才写了起来。

我生气地说:“你这孩子真是太不听话了,为什么非要我发脾气啊?”

“我就是想仔细观察一下爷爷生气时的样子,这样我写出来的文章才生动形象啊!”孙子一本正经地回答。

明伟方/文

本期乐园答案:1.陌;2.出;3.息;4.秃;5.相;6.句;7.剂;8.茆。



老有所乐

何卫东/摄

## 祖孙之间

### 哄着孙子理发

小孩子不愿意理发是常有的事。在我们乡间,管这一现象叫小孩子“护头”。我的小孙子就是这样的,每次带他去理发,都要先哄上半天,还把理发师傅忙得出一头汗。我想,我有一手在儿子头上练出的理发手艺,要不自己给孙子理一理?我把这个想法讲给老伴,她说:“那咱们试试吧。”

一个双休日,正好小孙子的头发该理了,我就问他:“宝宝,头发长不长呀?”“长。”我又问:“热不热呀?”“热。”我跟他商量:“爷爷给你理理发,头发短了,就不热了。好吗?”听说要理发,小孙子虽然不太情愿,但也没有说不。于是,我拿出准备好的理发工具,给小孙子理发。一开始,理得还算妥当,谁知理了不到一半,小孙子就不干了。他推开我的手,说:“爷爷,我不想理了。”怎么办呢?这时,在一旁的老伴掏

出一元钱,对小孙子说:“理完发,奶奶带你买雪糕吃。”这一招还真灵。听说买雪糕,小孙子可高兴啦!见他不再推我的手,我赶紧给他理完发。负责打水的儿子早已把脸盆端过来,还拿来了毛巾和镜子。老伴为小孙子把头洗干净,又拿着镜子让他照了照,问他帅不帅。我们都高兴地伸出拇指夸他:“理了发,宝宝更帅了。”

从此,我成了小孙子的专职理发师。每次哄着小孙子理发,全家人都是一起忙活。老伴还变着花样,这次买雪糕,下次买巧克力。看着小孙子渐渐不“护头”了,乐意理发了,我心里非常高兴,理发的时候越来越顺手了。

有句成语叫含饴弄孙,这是老年人闲时生活的一大乐趣。如今,哄着小孙子理发,为我的退休生活增添了新的体验。

韩宗胜/文

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

核心价值观

祖国是家的家园

我爱我的家园

韩明 张明作

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台