

您会“有福不享、没苦硬吃”吗(之三)

主持人开场白:生活不仅仅是追求和奋斗,也包括体验和享受。找到平衡点,会让生活既有方向和目标,又不失乐趣和色彩。

嘉宾出场

王玉春:莫忘勤与俭 乐享福与甜

厨房净水器排出的废水,我用塑料桶接着,用来拖地和冲马桶;儿子和儿媳洗碗时,往往直接用自来水冲洗,我让他们把碗筷放到盆里洗,可以节约用水。儿子有时会调侃:“省这点儿水也富不了,还不够费工夫的。”我对他说:“勤俭节约是传统美德,虽然如今物质条件充裕了,但依然要继续发扬。你们生长在物质丰富的年代,也不能浪费。”

有一次,我和老伴回东北走亲戚,打算买绿皮火车卧铺票,带足吃的、喝的,从昆明坐

穆建辉:儿孙自有儿孙福

我们上世纪60年代出生的人,从小就过苦日子,大都养成了勤俭节约的习惯,舍不得吃好的。如今去超市购物,我们专盯着促销商品,什么便宜买什么,有两块一斤的,绝不买三块的。可凡事有度,过犹不及。去年的一件事,让我和老伴的思想彻底改变了。事情的起因是晚饭做多了,菜没有吃完,我们舍不得倒掉,第二天热了热接着吃,结果却吃坏了肚子,不得不去医院输液。为了几块钱的剩菜,不仅花了好几百块钱的药费,还受了不少罪,并且,

老人做饭时,经常会多做一些,省去了做饭的次数,节约了时间。尽管子女再三劝说,老人却仍然乐此不疲。我对这样的行为表示理解。俗话说:“家中有粮,心中不慌。”老人经历过“瓜菜代”的特殊年代,非常希望家人吃饱、吃好,锅中的饭剩下了,才证明所有人都吃饱了。我的童年在农村度过,有乡亲来串门时,父母会礼貌地说:“在我们家一起吃吧。”来人不客气,拿起碗就吃。当然,我们到对方家里也不客气,相处得跟家人一样。

费伟华:节俭应当科学合理

老人们年轻时候的生活比较艰苦,从小就养成了节俭的习惯,平时能省则省,无可非议。可是,随着生活水平的提高,生活方式应当与时俱进,节俭应当做到科学合理。

如何科学合理地节俭呢?在日常生活中,主要把握好以下三方面:一是以身体健康为中心,节俭有度。有益于自己身心健康的“福”,如果条件允许,我们就尽可能去享;对于不利于身心健康的“苦”,我们要想方设法不去吃。二是学会算账,不因小失大。

主持人发言

对于老年人的一些行为,年轻人不应该全盘否定;对于年轻人的一些科学合理的建议,老年人应该转变观念,虚心接受。合理而有效的沟通,一定能让老年人与年轻人达成共识。

尚庆朝:多理解 循序渐进

只有理解老人,我们的劝说才能起到效果。我的一个发小,孩子在外地工作生活,他留在老家。去年冬天,他炖了一大锅肉菜,连续吃了一周也没有吃完。实在吃腻了,他就把剩菜拿去喂狗,没想到狗也不愿意吃。因为,剩了一周的菜真的不好吃。我给家人们讲这个故事时,大家都笑了。后来,我经常拿这个故事来劝说老人每顿饭少做一些,我们吃的剩饭就越来越少了。直到有一次,饭菜一点儿也没有剩下。几十年养成的生活习惯,只有循序渐进才能彻底改掉。



小哪吒 梅方明/摄

育孙歌谣

送月饼

温振海

月饼香甜大又圆,送给奶奶尝尝鲜。妈妈看到开口笑,夸我是个好少年。

学地书

徐宝良

小朋友,志气大,公园地上练书法。爷爷教写人口手,妈妈示范上中下。小手写出左和右,然后又写小和大。一笔一画认真写,长大要当书法家。

本期乐园答案:1.行; 2.一;3.桑;4.跖;5.驹;6.配; 7.飘。



开心出游

孙世华/摄

育孙课堂

保护好好奇心

孙子会走了,也越来越调皮了,常常爬到高处去。床紧挨着窗台,他爬上床,转而上了窗台;床和书柜隔着一尺左右的距离,他到了床上,又想站到书柜上;上了沙发,他爬到靠背上,想在上边走来走去……这些事情都有危险,可他总是想做。我怕碰着他,总是上前阻止。然而越是阻止,孙子劲儿越大,还闹得挺不高兴。

一次,孙子在客厅里玩小汽车,我在旁边看书。突然,他撒腿跑向卧室,上了椅子,爬上写字台,还兴高采烈地喊:“爷爷,爷爷!”似乎在炫耀他的胜利。我赶紧跑过去把他抱下来,他急得大喊大叫。到外边玩,他也喜欢爬到高处。马路边有半人高的水泥护墙,上边是一个一个的方柱子,中间有一尺来远的距离。每次路过那儿,他非要爬上

去,在方柱子上走一走。我和儿子谈起此事,儿子说:“孩子有好奇心和探索欲,要保护,不要扼杀。孩子想到高处去,大人做好保护,让他玩个够。要是这也干涉那也阻止,孩子的胆子就小了,长大后就会缩手缩脚,也就缺少了好奇心和探索欲。”我听从儿子的建议,当孙子想到高处去时,我在一边保护着,让他痛痛快快地玩,玩个够。每逢此时,孙子都会兴高采烈。在玩的过程中,他的胆子大起来了,好奇心和探索欲也得到了满足。

调皮是孩子的天性,他对外界充满了好奇心和探索欲,大人要保护和利用他这种心理,让他得到锻炼,健康成长。

胡明/文

关爱老人
LOVE 孝/敬/父/母
百善孝为先

老有所依

燕赵老年报广告部