

## 听听你的心事

串门记者:李晨阳  
电子信箱:yzlnbxw@163.com  
电话:88629212

## 退休后,老伴迷上了种地

时间:6月15日

地点:石家庄市新华区

人物:葛女士(64岁)

**葛女士自述:**5年前,老伴正式退休了。忽然卸下工作重担,让他一时难以适应,整日坐立不安、郁郁寡欢,精气神一天不如一天。我怕他憋出毛病,便开导他找件喜欢的事做,别闷在家里。老伴先是点头认同,随后又轻轻摇头,始终没有明确表态,这让我十分不解。

直到有一天,老伴外出归来,满脸欣喜地对我说,自己找到了能让晚年过得充实的法子。我连忙追问,他说打算种块地。我一听,以为自己听错了,再三确认后,忍不住笑了出来。老伴一直搞学术研究,如今突然要去种地,我只觉得太不切实际了。

我当即把心里的顾虑说给老伴听。首先,隔行如隔山,农活看似简单,实则暗藏诸多门道。他从未接触过农事,毫无耕种经验。其次,田间劳作耗费体力,他体质本来就弱,扛不住繁重的农活。最后,家里没有地,即便想种,也没有机会。

老伴却胸有成竹,一一回应。他说,老话讲“庄稼活不用学,人家咋着咱咋着”,种地没有多高的门槛,不懂可以慢慢学、虚心问,凭自己的学习能力,完全能够得心应手。劳作量力而行,不必强求进度和产量,累了就歇、闲了就干,不会透支身体。至于场地,他早已提前打探清楚,家附近有一处闲置的小

院,里面的荒地足够他耕种打理。

第二年开春,老伴正式开启了田园生活。他置办了铁锹、耙子等农具,在闲置的小院里平整土地。起初种了生菜、土豆、西葫芦、韭菜,后续又栽种了花生和玉米。小院日渐铺满绿意,老伴的心中充满了收获的成就感。

一分耕耘,一分收获。随着时节更迭,老伴栽种的蔬菜、农作物陆续成熟,端上了自家餐桌。每逢收成富余,他还会将新鲜蔬菜分给左邻右舍,和大家一起分享耕种的乐趣。回想刚退休时,他寝食难安、精神萎靡,体质虚弱还时常感冒。自从坚持每天下地劳作,他身体愈发硬朗,常年缠身的小毛病基本消失,整个人的精气神焕然一新。眼见他状态越来越好,我彻底打消了当初的顾虑,打心底里支持他种地。

但好景不长,小院的主人张贴了告示,这片区域即将动工建设,所有私自开垦的菜地、堆放的农具等,均需自行处理。看到告示的老伴瞬间失去了神采,满心的期待与欢喜悉数落空。我见状连忙宽慰他,并给出建议:城市里的闲置场地变数太大,没办法长期耕种,不如去城郊租块地,踏踏实实地种。老伴听后转忧为喜,次日一早就专程去城郊,租了一块地。

彼时距离春耕种还有一段时日,老伴已按捺不住地忙活起来。他先为土地围起整齐的篱笆,搭

建了一座简易小棚,既可供自己劳作之余歇脚休憩,也能收纳各类农具物资。随后又将土地平整分块,铺设灌溉水管、备好有机肥料,还精心选购了各类优质菜种。一切事务安排妥当,只等时节一到,就能安心下地耕种。

开春之后,老伴更是日日扎根田间,整地、播种、浇水、施肥,每道工序都做得细致入微。菜苗栽种的间距、覆土的深浅,他都对照笔记严格把控。田间杂草全部亲手拔除,每日定时巡查、悉心照料作物长势,哪怕双手磨出厚茧,也毫不在意。

平日里,老伴耕种向来亲力亲为、独自打理,我从不过多插手,种什么品种、如何耕种打理,全都由他决定。去年,他特意带着我去参观。抵达后,我一下便被眼前的景象惊艳了。整块土地呈长方形,中央有一条东西向的小道贯穿其间,两侧菜畦排布均匀、整齐划一。田间小棚内的农具杂物,也摆放得整整齐齐、干净利落。他笑着问我怎么样?我当即竖起大拇指。随后他搬来马扎,让我坐下,静静看他劳作。

只见老伴沿着篱笆内侧,手持铲子挖出一个个小土坑。我好奇地问:“这是准备种什么?”“种南瓜和丝瓜。”老伴一边忙活一边回答,“藤蔓顺着篱笆攀爬,不用再搭架,也不会占用太多地方,一举两得。”说话间,他有条不紊地为每个土坑施肥、播种、覆土,整套动作

流畅娴熟,一气呵成。

又过了一段时间,我主动提出再去看看。只见南瓜、丝瓜藤蔓早已爬满篱笆,将整面篱笆装点成一道翠绿的屏障。园内土地无一处闲置,韭菜、莴苣、生菜、西红柿、茄子、西葫芦、辣椒、豆角,还有玉米、花生、红薯等作物,一畦畦郁郁葱葱、生机盎然,满目皆是蓬勃绿意。

我由衷夸赞起老伴,不愧是深耕学问的教授,务农耕田也样样出彩。老伴听后满心欢喜,坦言自己始终没有停下学习钻研,只是换了一方天地。对于老伴来说,田地是他的稿纸,农具是他的笔墨,满园蔬果是他的研究成果。从前撰写论文终有完结之时,可农耕劳作没有终点,只要身体允许,他便会一直耕耘下去。

日复一日的悉心照料,让农作物长势一季胜似一季。常年的田间耕耘,不仅强壮了老伴的身体,更开阔了他的心境,让他彻底告别了退休初期的烦闷孤寂。如今的他身心舒展、日子充实,在一方田园间找到了久违的归属与乐趣。(通讯员申德明协助采访)

## ■记者感言

退休后最难熬的就是无所适从。葛女士的老伴放下书本,扛起锄头,耕耘间不仅身子骨越来越硬朗,心里也敞亮舒坦了。用一小块田地,把晚年生活过得充实有滋味。

## ■串门预约

今年71岁的辛春华,

和再婚老伴相伴已有十五个春秋,两人平日互敬互爱,晚年生活满是温情。下一期,咱们去她家串个门。

## ■串门回音

## 持之以恒 终会成功

**陕西西安冯燮:**读了《我与评剧的半生情缘》一文,我内心深受触动。谷景峰仅仅是初中毕业,但凭着一腔对评剧的赤诚热爱,深耕剧本创作,最终成为成果丰硕的剧作家。他文化底子薄,却靠踏实苦干走出不凡道路,用半生经历印证,成功从不是依靠过人天赋,而是选定热爱后脚踏实地、持之以恒的坚守。尤为难得的是,退休之后他依旧坚持创作,还无偿为各地民间剧团打磨剧本,借评剧剧目弘扬淳朴新风。这份扎根乡土、坚守热爱、无私奉献的质朴韧劲,值得所有人学习。

## 书香为伴 乐享阅读

**石家庄赵彦花:**读完《书香伴随我一生》,我感触颇深,羡慕张先生出身书香之家,也佩服他始终保持读书学习的好习惯。

我也热爱读书,虽说没有优越的成长环境,但我赶上了好时代。如今国家繁荣富强,数字阅读走进日常生活,忙里偷闲就能翻看阅读。想要纸质书籍也十分简单,线上下单,快递很快就能把书送到家门口。

人生有书相伴,便是一大乐事。手中有书,精神就会富足,这便是最简单的幸福。

## 怀旧主题演出

最近,石家庄长安公园热闹非凡,和谐艺术团民乐团的16位团员身着白上衣、佩戴红领巾,开展了怀旧主题演出。

活动现场,团员们轮番上台,先后演唱了《春天在哪里》《草原赞歌》《让我们荡起双桨》等经典童谣。表演间隙,大家还进行跳皮筋、丢手绢等趣味游戏,热闹的氛围吸引了众多游人驻足围观,阵阵喝彩声此起彼伏。



本报记者 李晨阳 报道

## 石家庄举办“AI+ 康养”创新沙龙

本报讯(记者 杜雅楠)6月12日,“智汇康养·AI启新程 石家庄‘AI+康养’场景创新沙龙”在利鑫国际康养产业博览馆举办。

本次活动聚焦康养产业发展新风口、民生养老新需求,以政策解读、趋势分

享、产品展示、交流研讨为核心,共探康养产业智能化创新发展新路径。活动同步落地相关成果,骅羲科技AI康养机器人、多扶康复护理机器人、FUTTO步行筋等多款智能康养产品入驻利鑫国际康养产业博览馆。

## 新闻超市

## 非遗编绳

近日,石家庄市桥西区元村社区组织开展了非遗编绳体验活动。活动现场,志愿者向居

民们现场讲解编绳的文化渊源与寓意,手把手指导基础编绳手法、打结技巧。大家认真学习、互相交流。(彭奕尘)