

离退休生活

第 9 期



大气物理所离退休办公室主编
2012年04月13日

编者按：

这一期我们给大家推荐了退休干部詹志强的文章，《我和老伴的退休生活》记录了詹志强和老伴杨彩霞丰富多彩的退休生活，看后很有感触，离开工作岗位后可以活得如此精彩，是一种享受。退休干部周家斌的一首诗，充分表现了他多年来，坚持不懈在新的战场施展拳脚。

我和老伴的退休生活

詹志强

90年代中期，我和老伴都相继退休荣归故里，然而我们都退而未休，反倒忙乎起来了。

是改革开放宽松的范围，为我们开启了一扇窗门，长期尘封在头脑中的旧梦再度死灰复燃。一句话：我们要在离开工作岗位的日子里，做自己感兴趣的事，今生今世要为自己活一回。

我和老伴的兴趣爱好相去甚远，甚至可以说是背道而驰。我平时足不出户，读书刊、练书法、学电脑、记笔记，可谓笔耕不辍。而老

伴是以公园为家，一大早就出门和拳友为伴，打木兰拳、玩太极剑、做徒手操，真是手脚不停。邻里们都说这个家，我主内老伴主外，此话不假。我本性内向，笃信沉默是金，在家时尤甚，被老伴冠之为家中的“活菩萨”，也许是慈悲的上帝为了均衡才给我选了一位既啰嗦，又爱管闲事的伴。平时老伴就爱四处游荡，可以说，整个居民大院里没有她不认识的人，也没有不认识她的人，给人牵线搭桥办事最热心，所以，居民楼的楼长、门长她都干过，凭借这种优势，家里遇到装修这类事，她是轻车熟路毫不费力就办了，不用我操半点心。如此看来，我们俩是井水不犯河水优势互补的好搭档，其实不然，举一小例，老伴常把公园里拳友们领进家门，放光盘、看录像，激动时还翩翩起舞，家都快成了娱乐城了，你说我能不急吗？可急归急，心里纵有怒火万丈，还得脸笑心不笑的装着乐，你说心里有多别扭。为此，磕磕碰碰不断，擦出泪花也是常有的事，可闹归闹，我们谁也离不开谁，毕竟相濡以沫几十年，从缕缕青丝走到如今的满头白发，是共同经历过的快乐和苦难岁月把我们紧紧的拴在了一起，要是十天半月不照面，心里就会七上八下闹得慌。

由于子女大学毕业后都去了日本留学，我们退休以后，有一半时间是在日本度过的。

在日本探亲期间，我们结识了不少日本朋友，我为他们书写的篆体书法作品很受青睐。其中为日语老师写的一幅唐诗“春晓”她们更是爱不释手，一下就复印了十几幅，老师人手一幅，我这个外来的和尚，因为沾了祖国传统文化的光，也在外面风光了一回。

阔别日本七年以后的 2011 年，因为牵挂大灾后的老朋友而再次去了日本。日本朋友在一家大酒店为我们接风洗尘，当我们把装裱好的书法作品及老伴自己制作的精美丝网花，分别送到每一位日本朋友手中时，她们感动得相拥而泣。此后更是五天一小聚，十天一大聚，把我们当作贵宾接待，直到我们回国。

因为长期喜欢阅读和对生活的感悟，从 2001 年开始，我在日本两家最大的华人报纸《中文导报》和《东方时报》上发表了散文随笔几十篇，有的文章还被当地出版的日文刊物录用，真正过了一把文字瘾，也算是对自己多年来的寻梦、追梦的一个最好回报。

再说说我的老伴，她在日本的影响力要比我大得多，我们交往的日本朋友，实际上都是她先认识的。

初到日本时，她仍不改初衰，和在国内时一样，一大早就背上录音机上公园，找块空地放上音乐，就噼里啪啦跳起来，如入无人之境，而日本公园过去都是人们散步和遛狗的场所，从来没有见过这种架势，一下子就吸引了诸多围观者，搞得她十分尴尬，可第二天她找一个僻静处接着练，时间一长就有一些中老年妇女跟着比划，之后，人愈多愈多，成了公园里一道特别的风景线，她自然成了大伙的义务教练。几个月下来，这伙人吃饭也香了，胖子也跳瘦了，腰酸背痛者都有了不同程度的缓解，大伙别提有多高兴。有人谈起这段经历时还喜极而泣，一时间，她成了当地街头巷尾人们议论的中心，还惊动了当地的记者，后来日本电台还对此事作了报导，大意是：市内贝炳山公园，来了一位白发苍苍的中国人，带领一批日本中老年妇女跳健身舞，收到了很好的健身效果。

此后，她们还以我老伴的名字成立了健身组织，长年坚持锻炼，两年后，她们来北京旅游时，早上还一起在公园里跳。

当她们得知我们要回国时，这些朋友不顾我们一再反对，坚持要在一家大饭店包一间带舞台的大餐厅，为老伴开欢送会，并把我和女儿一家都请了去，我们一边品尝精美的日本料理，一边观看台上自编自演的精彩节目，在欢声笔语中度过了一个难忘的夜晚。

一年后，我们再度赴日，在日本生活了九个月后决定回国时，日本朋友执意要去机场为我们送行，并相约一起坐高铁去机场，在车厢里我们了解到，她们也是生平第一次坐车 2 小时去机场送客。同机回

京的老张看到这一情景，感慨地对我说：“老兄，福气不浅啊！连国家元首也比不上你啊！”我说：“此话怎么讲？”，“你想，哪个国家元首回国时，有老百姓自愿坐车几百里去机场送行的”，老张一席话，让我沉思良久，心里更是热乎乎的。

后来女儿去了美国，我们又开始了美国之旅，走进了一个更加开阔的空间。

我们在美国在夏威夷度假时，在大海的岸边，我饶有兴趣的潜入水下，一次次和水中色彩斑斓的热带鱼亲密接触而兴奋无比，这比几天前从潜水艇到海底观赏热带鱼更加过瘾、满足。

在美国黄石公园观看野生动物时，我们的旅游大巴被一条野牛挡住了去路，导游说不能按喇叭驱赶，因为这里是它们的领地，客随主便，只能耐心等待主人放行。

女儿家在美国加州，家住二层，在凉台上伸手就可以摸到松树枝，一不小心，松鼠就会进家捣乱。

从女儿家步行几分钟就是公园，鲜花四季常开，公园里的湖面上飞鸟不断。大雁、海鸥、野鸭、松鼠、蜂鸟的尊容，统统被我收进相机。是大自然的美丽激发了我对摄影的兴趣。更是一群可爱的海鸥，为我充当飞行模特，教会了我拍摄飞行的物体。有一次我们去美国著名的海滨小镇卡麦隆看海时，突然飞来一群海鸥，不断地在我头顶盘旋，起起落落，姿态优雅而潇洒，引起我的极大兴趣，可当时我只会拍摄静物，面对飞行中的海鸥，经历过无数次的失败，终于取得了成功。以至后来，我在一年一度的旧金山航空节观看飞行表演时，收获了很好的照片，应该说海鸥老师功不可没。

在美国期间，与蓝天、白云、青山、绿水相伴的日子真好，一旦离开了才知道它是何等珍贵。大自然不仅养育了我们，还用它变幻莫测的千姿百态，带给我们无穷的视觉享受，所以，不论是在家中还是旅游途中，我总是一早就手持相机，去追寻大自然的美丽和快乐。

如今相册是我们家最厚重的一本书，也是经常和亲朋好友分享快乐的一本书。

每每我和老伴一起翻阅照片，回顾照片后面的故事时，心中就充满喜悦，一切烦恼就会烟消云散。

白云苍狗，世事变幻。

是改革开放，打开了多年闭关锁国与世隔绝的国门。一下子拉近了我们与世界的距离。我们再也不会因有海外关系而担惊受怕。而且还可以开开心心地走出国门，去探亲访友旅游度假。可以说是改革开放为我们打开了一扇通往世界的快乐之门。

夕阳无限好，只是近黄昏。

已经为事业、为子女忙乎了一辈子的我们也该想一想，对于世世代代我们赖以生存的大地母亲，我们为她做过些什么？

由于人类的贪婪和无知，我们一直在伤害她的躯体，而且一代代愈演愈烈，到如今她已经千疮百孔血迹斑斑。海啸、地震只不过是它对不孝子孙的警告，但他仍然深深地爱着我们，期待我们的觉醒，期待浪子回头。

保护自然，亲近自然，欣赏自然，既是我们自身的需求也是一种责任，为子孙后代创造一个美好的生存环境。难道还有什么比这更重要的吗？

金色的秋天

周家斌

我们退休了
我们七老八十了
我们老了吗？
没有！
我们是年青的老年人
我们的人生进入了金色的秋天

我们退休了
我们下岗了
我们离开第一线了吗？
没有！
我们照演昔日的角色
我们活跃在他人的领地
一篇篇论文发表
一部部著作问世
一项项专利在手
一个个成果落地
有人问我们何时洗手不干
我们说跑了几十年停步不易

我们退休了
我们在新的战场施展拳脚了
国家给我们的科普作品颁奖
政府把我们的科普书籍送到乡下
我们到中小学讲科普
我们给红领巾开新课
我们的专家建议摆上了总理的案头
我们的专家论坛达到了崭新的高度
我们焕发了第二青春
我们进入了新的天地

我们退休了
我们离开办公室走向社会了
街上出现了义务指路的亭子
路边摆上了免费修车的小棚
车站满是手持小旗的志愿者
社区到处臂带袖章的巡逻队
我们是时代强音的诠释者
我们是北京精神的践行者
我们退休了
我们活得出彩了
我们陶醉抚琴
我们钟情下棋
我们奋臂疾书
我们挥毫作画
我们读万卷书
我们行万里路
我们引吭高歌
我们翩翩起舞
发表作品家常便饭

登台演出小菜一碟
多么高兴
多么舒心

我们退休了
我们老当益壮了
我们挥臂长走
我们信步游水
我们奋力打球
我们演绎太极
我们喜欢养生
我们看好药膳
只为健康
只为长寿
只为儿女放心
只为自己舒坦
只为医院清闲
只为政府省钱

我们退休了
我们走出国门了
我们在塞纳河上聆听中文讲解
我们在卢浮宫里享受中文服务
不喝开水的老外为我们烧开水
我们给老外大把的小费
我们牛了
我们扬眉吐气了
有人要我们出手拯救欧洲了

我们退休了
我们儿孙满堂了
儿女事业有成
孙子活泼聪慧
家庭幸福
社会和谐
小康生活在身边
共产主义在前头

我们退休了
我们昂首阔步前进了
我们继续奉献
我们享受人生
我们活得精彩

我们活得舒心
我们越活越年轻
我们越活越高兴
幸福的日子任我们享受
美好的未来向我们招手
伸开双臂
拥抱未来
唱啊！
跳啊！
冲啊！
世界是青年人的
也是我们的！