

110岁老人:3年前游三亚 50年没生过气

阅读提示

出生于1909年的赵文老人,他长寿的秘诀就九个字:勤快点、戒烟酒、别生气。看似简单的九个字,能一辈子做到,真不简单。



5月25日,哈尔滨市的赵文老人过110岁生日了,虽然年岁已高,不能再行走,可老人仍然思路清晰,表达清楚。对于如此长寿的秘诀,这个老爷爷表示,不过是九个字:“勤快点、戒烟酒、别生气”。

睡醒后不赖床 107岁还去了三亚

记者看到老人身份证上的出生日期是1909年,回忆起当年的岁月,老人思路清晰,无论是上山打猎还是在白山黑水间抗击侵略者,都如数家珍一般。

老人说:“我年轻的时候枪法好,上山打猎一枪一只兔子,记得有一次,我看到一只鹰正在抓一只野鸭子,我一枪下去,连鹰带鸭子都给打了下来。”赵文老人的女儿赵玉霞今年已经65岁了,她说,父母一共有七个儿女,她是第三个女儿排行老五,大姐已经80岁了,父亲从前经常给儿女们讲以前在抗联的故事,因为枪法好,他曾经跟着抗联第十军汪雅臣将军打击日伪军,在兔子身上练习的枪法,都用在鬼子身上。

“我父亲一生勤劳、爱



赵文和赵耀军

动,只要醒来从不赖床。他喜欢旅游,走过很多地方,三年前他107岁的时候,儿女们还推着他去了三亚。”赵玉霞说。

“年轻”时戒了烟 从来不喝酒

记者问到长寿的秘诀时,老人说:“别抽烟,也别喝酒。”老人告诉记者,他一生不喜欢喝酒,以前抽烟,“年轻”的时候戒了。老人的小儿子——55岁的赵耀军先生表示,这个“年轻”指的是30年前,也就是老人80岁的时候。赵耀军表示,父亲80岁左右开始咳嗽,作为儿子,赵耀军就劝了两句:“这么大年纪了,因为抽烟咳嗽实在犯不上,不如少抽点,或者干脆别抽烟了。”老人听从了儿子的建议,从那以后再

也没吸过烟。

记者了解到,老人就喜欢吃香的,即使已是高龄,但是鸡、鱼、海鲜没有顾忌。

与老伴恩爱 50年来没生过气

说到“不生气”,赵文霞和赵耀军都表示,老人这辈子都是好脾气,很少见他大发脾气。赵文霞说,母亲是三年前去世的,当时98岁,从她懂事儿以来,就没见过两个老人吵架,一直是恩爱互敬,相扶相依。兄弟姐妹七人也继承了父亲的美德,对家里的事尽可能地多付出,从没有谁拌过嘴。

到底怎么个好脾气法儿呢?面对记者这样的提问,赵文霞尽力回忆说:“上一次我父亲发脾气,还是我十几岁的时候,距离今年大约有快50年了吧。”

(徐日明)

滴水藏海

你喜欢什么不重要,重要的是,你是否有能力去喜欢,是否有尽力去触碰,是否有定力去坚守。

——大冰

我知道人永远跑不过时间,但是可以比原来跑快一步,如果加把劲,有时可以快好几步。那几步虽然很小很小,用途却很大很大。

——林清玄

经世感言

望子成龙,望女成凤,这是天下父母的共同愿望与期盼。不过,父母必须懂得,孩子降生来到人间,来到自己的身边,他们就像一张白纸,在这张纸上写什么怎么写写得如何;画什么怎么画画得如何,就要看父母是否用心去创作。孩子的健康成才,成才成功,都有父母言传身教深深的烙印。概言之,要想孩子成为什么样的人,父母首先得成为什么样的人。

(庆元 吴永德 56岁)

您的经世感言,我们来刊登,欢迎投稿。来稿寄:丽水市中山街北126号丽水日报报业传媒集团704办公室处州晚报编辑部桑榆情版收;电子邮箱:C215166610@163.com。

美好生活秘诀:先给别人打招呼



美好生活的方法和秘诀,一言以蔽之,就是以纯朴和真诚之心去管理自己的生活。将这个原则推广到日常的各种行为之中,又成了我们不同的生活课。其中一课,听来简单,正是打招呼与问候。

打招呼只需花几秒钟的时间,却也是一种沟通。在别人打招呼之前,先主动打招呼,是自己变得受欢迎

的一个有效方式。每次见面,大家都会互相问候,但也不见得人人都懂得如何问候。

最近,我看到一个帖子,讲到问候的一些禁忌,大概就是:对做生意的人,别问赚多少钱;对打工的人,别问薪水与职位;对单身女生,别问单身了多久;对未婚人士,别问打算什么时候结婚;对已婚人士,别问什么时候生小孩,等等。

这些之所以成为禁忌,我认为有一个共通点:这些问题,不是出于真诚的关

心,而是源于八卦心理。那么,什么才是真诚的关心呢?我有一个相对简单的原则:真诚的关心,是不会给对方造成尴尬的。

我们知道怎样的问题会令自己尴尬,也心知肚明怎样的问题会令别人尴尬。这些问题,我们或许都遇到过,听说过。然而,我不问别人,又如何防止别人问我呢?我们要做的,就是“在别人打招呼之前,先主动打招呼”。先于别人的问候而问候,“先发制人”,主导真诚的沟通。

(米哈)

扫扫加入桑榆群 众多活动等您来

处州晚报桑榆读者群正式成立,通过这个平台,我们将组织丰富多彩的文娱活动,以打造中老年人快乐生活的崭新平台。扫描下面的二维码,加入进来吧,众多活动等您来。

