

百岁随想

■黄培传

新年伊始，喜事连连，我们迎来了母亲的百岁生日。今日百岁，虽说是民间习俗惯例中的虚岁，待到明年的今日，母亲将真正成为我们家族第一位法理意义上的百岁老人。

1922年1月（辛酉年庚子月）一颗新星诞生在浙江鄞县（现改为：宁波市鄞州区）甲村张家园。我的外公张邦瑞、外婆王瑛美。在当时，我外公是当地小有名气的“张丰泰南货店”业主，方圆四周、无不知晓。经过多年耕耘、白手起家，也算是一个有相对充裕的经济条件和安居乐业的生活环境。良好安分的家庭环境、顺畅安稳的家业发展、赞口不绝的周边声誉，外公也颇有抱负、有望发展。当第一个孩子呱呱落地时，外公就为自己心爱的长女取了一个充满激情、充满期盼的响亮名字——赛男。

尽管那个年代，兵荒马乱，然而宁波鄞县还算是风水宝地，殃及不深，在我母亲的学龄阶段正巧遇上了“黄金十年”，母亲也满怀喜悦地在当地小有名气的甲村小学上读读书并念完了高小。

1935年15岁的老父亲高小毕业后，弃学随堂叔离开了祖祖辈辈生活的宁波鄞县，离乡背井、来回上海。之后，又辗转汉口、独闯香港，1941年12月7日“珍珠港事件”爆发，老父亲被迫离开香港，回转宁波，婚后不久又来到上海，第三年，也就是1945年，母亲来到了上海。从此，父母亲就在上海安家落了户。1950年我的两个阿舅（宁波人称呼舅舅为阿舅）也离甬来沪，和外婆一起居住在我家。“张丰泰南货店”也归国家所有，尤其是在1953年初开始，父母亲果断摒弃了一切带有资本主义色彩的东西，一心一意投入到了社会主义革命和社会主义建设的伟大运动中去，秉承了伟大的工人阶级的优良传统和劳动人民的革命本色。几年前，我曾获悉，南货店目前依然存在。至今，母亲在上海已经居住了整整75年。

整整一百年了，母亲经历了中国社会、见证了变革历程，年少时期的动荡变迁，中年之后的安家乐业，如今步入老年，更是悠闲自在、无忧无虑；也走过了风雨人生的“沧桑坎坷”。是酸是甜，是苦是辣，是荣是辱，唯有心中体会最深。

整整一百年了，神州大地发生了翻天覆地的变化，唯一不变的是华夏儿女都有一颗中国的

心。1922年当政领导是徐世昌大总统、总理是梁士诒，1月25日后由颜惠庆代总理。一百年间，经历了民国初年的北洋政府时期、民国政府时期和中华人民共和国的伟大时代；一百年间，亲身经历了抗日战争的胜利、解放战争的过程、新中国的革命与建设。

整整一百年了，有时候，在母亲的话语中，我们也琢磨到在一百年间，母亲亲历、目睹、知晓、了解的在中国大地发生的许多重大事件。从百年大变局中，充分体现出来中华民族的坚韧性。我们的祖国既是拥有悠久历史的古老国度，又是充满活力的发展中国家。我们的未来会更加美好。

其实，在平时的日常生活中，我确实也仔细观察与琢磨过母亲的养生之道和长寿秘诀。

三年前，在母亲97岁那年，我撰写过一篇题为《习惯与长寿》的文章，对母亲的日常生活进行了简要的概括；描述出了一个初步的轮廓。基本可以归纳为这样“八个字”，这就是：习惯、锻炼、营养、心态。

习惯——习惯成自然，必然也成为了“规律”。每天的生活习惯也就成为了每天的生活规律。

锻炼——坚持每天清晨锻炼，以自编随意的《关节操》为主要内容。

营养——吃得饱更要吃得好，以“荤”为主，虾肉蛋鸡鸭鹌鹑轮流进行、水果点心从不间断。有时候，正当传统进补季节，还时常煮点党参、红枣之类的小补品来进补调理。

心态——百事不管、悠闲自得、明哲保身、自得其乐；闲事家事社会事、事事与自己无关；老来数数退休金、闲云野鹤自在；青年人的世界，就有年轻人去主宰。

老年人最怕“跌摔损伤”，而我母亲认为“锻炼就是运动”，于是平时就喜欢一个劲地想往外跑，在小区内走走兜兜。这种跌跌冲冲的行动令人担忧。因此，近两年来，我们基本上限制母亲一个人在室外的锻炼，原来坚持的室外“关节操”等早锻炼也转变形式，回到了室内，走走坐坐、踱来踱去、室内活动、适度运动。毕竟，百岁老人，年纪不饶人。

自母亲跨入90后起，我们兄弟姐妹每年都组织一次庆生活动，每次活动大家都感触很深。

随着微信的兴起与普及，这几年来为母亲的庆生活动也就成了微信朋友圈的重中之重，忆往事、吐真情、抒情感，在庆生聚餐活动之时，一股暖流淌上心头，心潮澎湃、浮想联翩，有时还会特别提笔，奋笔疾书、抒发激情。

在祝福母亲97岁生日快乐的那天，我写下了一段题为《我们是个大家庭》的感叹词：

《我们是个大家庭》
三十年前的昨天，在同一个屋檐下，我们三代同堂；三十年后的今天，在同一个小区内，我们四世同堂。

五零后承上启下，八零后接过接力棒；
如今，从五零后到八零后、从九零后（九十有七）到襁褓之中的一零后，构成了一道美丽的风景线；兄弟姐妹侄甥儿，九七庆生来相会，老老少少同心喊：我们是个大家庭！

第二年的这一天，我在微信朋友圈发了一条《相约九八》的消息，以表达自己喜悦的心情。

《相约九八》
寿逢盛世、乐享天伦；童颜永驻、鹤发常新！
相约九八，祝福母亲：生日快乐、诸事吉祥！
去年的这一天，正巧遇上了十九年一轮回的元旦日就是我母亲农历庆生日的同一天。我满怀激情地写下了一首“庆生打油诗”。

《九九》
腊月初七是元旦，一个轮回十九年；
庆祝母亲九十九，寿与天齐福如海。

记得一首由汤非、郭欢演唱的歌曲《妈妈的手》，唱出了一个母亲的胸怀，唱出了每个子女的心声：

把我高高举起的是这双手，教我学会走路的是这双手；第一次送我上学，为我遮风挡雨的，还是这双手。整天忙里忙外的是这双手，为我洗衣做饭的是这双手；撑起这个家，把我拉扯大的，还是这双手。

握住妈妈的手，一股暖流淌上心头；看着这双渐渐苍老的手，我愧疚的心和泪水一起流。握住妈妈的手，一股暖流淌上心头；看着妈妈手上的老年斑，我心疼的泪水滴在妈妈的手。

在今天庆祝母亲百岁生日的日子里，衷心祝福母亲：生日快乐、身体健康、福如东海、寿比南山！

感怀祖国

■游本凤

曾经徜徉在岁月的河边
打捞沉淀百年的片片屈原
然后让博物馆永久收藏

一个苦难的民族
终于从昏愕的沉睡中
跃出了震惊世界的图腾

侧耳聆听
一只雄鸡引吭高歌
东方既白，卿云烂漫

高贵的头颅上
别一枚鲜红的桂冠
崛起的中华，炫动的繁荣

幸运的一代新人踏着
前贤用血魂铺就的万里祥云
紫气东来扶襄日月光华

十月的阳光之所以明媚
因为太多不朽的生命
化作扫除阴霾的在天之灵



在北外滩小住的日子里，我饱览了北外滩美丽的风景，呼吸着北外滩如茵的绿草和繁茂的森林释放的氧气，徜徉于北外滩公园里的林荫小道上，享受着北外滩动人的人与动物和谐共处的天然亲情……然而，最令我难忘的，还是北外滩街头的那一抹青翠，她使我联想起很多很多，过去，我以为北外滩良好的生态环境是大自然的恩赐，但现在，我却真切地感受到在大自然慷慨的馈赠之外，更有那可以移山填海的人的伟力。

那天，我和朋友珊珊漫步于北外滩街头，春天正是百花盛开的时节，朋友像在家乡一样，很随意地摘下一朵垂下的树枝上盛开的鲜花，别在头上，跨进绿化带里说：“赵哥，给我照张相吧！”我拿出手机，正欲拍照，一位穿着连衣裙的北外滩小姑娘出现在我们面前：“哥哥姐姐，花草也有生命，请你们爱护它！”这时，我注意到，小姑娘头上束着一根翠绿色的发带，被风吹着就像一根柳梢，一抹新绿。娇气的朋友有些不乐意了：“唉，我说你是谁呀？摘一朵花儿犯得着大惊小怪吗？你以为我是把整个树枝都撒下来了还是怎么着？”“姐姐，请你注意讲话文明，现在全社会都在倡导并践行环保低碳理念，我们小学生都知道绿草不能踩，鲜花不能摘。你看你又摘花又践踏绿地，还要把这一幕拍下来，你以为你的微笑，世界看不到吗？”

“你……”小姑娘的话把朋友气得一时语



今年是农历辛丑年，又是“德艺双馨”书法家任政诞辰105周年。他1916年2月25日生于浙江黄岩，1999年8月30日上午，在上海仁济医院，走完了人生的83个春秋，告别了一生钟爱的笔墨，永远地离开了我们。

记忆的屏幕好似广袤的夜空，深邃而清幽，突出的人和事，仿佛夜幕中的繁星在记忆里闪烁，其中，书法家任政无疑是耀眼的一颗。

1985年，上海邮电系统实行“大邮局”体制，原来的三局一处（邮政局、发行局和国际邮电局）合并为上海市邮政局，任政所在的邮电业务宣传科划归邮政。那时，我在上海市邮政局宣传科任职，任政则在四川中路668号“嘉利大楼”办公。任老在上海邮电供职40年，于1978年退休，由于书法艺术的专长和才华横溢，一直被上海邮电留用，在业务宣传科帮助工作，他在那里设有“兰斋”。

早就听说，任政有“求书踵接，户限为穿”的美誉，凡有相求，一概开门相纳。我仰慕老师已久，有了向老师求教的机会，喜欢书法的我，渴求得到老师的墨宝自然在情理之中。然而，盛名之下的任老每每有求必应，多次为我题写首日封，令我感慨万分。

依稀记得，第一次是在1985年1月5日，邮政发行乙丑年牛年生肖邮票，我突发奇想，任政先生是上海书坛上有着重大影响的老一辈书法家，如能觅得任老在新邮首日封上的题字签名，既可留下任老笔墨，又能形成名人签字封，岂不美哉。

当任老明白我的来意后，一点没有世俗名家的架子，一口应允。写些什么内容好呢？我早有所备，因为是牛年生肖邮票首日封，我便在生肖上打主意，递上一副“鼠去牛来闻虎啸，兔跃龙腾见蛇舞”的对联，任政看了后，乐呵呵地说：“一副对联，把半打生肖都搭上了，够意思。”当时的信封还不是标准信封，没有邮政编码框，略小些。只见任老提笔略作寻思，一会儿，两行行云流水、笔势飞扬的草书就跳了出来，写的每个字，顾盼左右，疏密得休，衔接自如，在通畅之外，蒸腾着激情，汉字线条对视觉的艺术冲击一览无遗。任老书毕，将小印沾了沾印泥，放到嘴边轻轻哈了一口气，小心翼翼在左下方按了印，眯起眼睛细看了一会，交到了我手中，我喜不自禁。

之后，我工作闲暇时经常去兰斋小坐，任老不厌其烦。他先后为我的首届教师节邮票首日封书写“春风化雨”和虎年邮票首日封题字“龙年”。

我记忆犹新的，是1989年蛇年生肖邮票发行当日，任老为我蛇年邮票首日封题字。他告诉我：“蛇是有灵性的，虽无足，但善爬行涉水，用草书写更能表现它的灵动。”只见任老手起笔落，一挥而就，虽一笔之内，却风神洒落，一个游动的蛇字便跃然封上，顿笔、运笔、收笔堪称一次完美演绎，看得我赞叹不已。



生态高地北外滩

■赵 春

塞。我赶紧笑着打圆场道：“这还真是个挺能说的小姑娘，呵呵。孩子，你说得对，是哥哥的错，哥哥改还不行吗？珊珊，出来吧，咱们换个地方照。”

“凭什么呢？我们凭什么听她的？今天我还就到你这儿照了，你能把我怎么着呀！”看着耍起性子的朋友，我算是没辙了，可那个小姑娘还是不放弃：“大姐姐，你这就不对了，古人云：‘知错能改，善莫大焉’。孔子还说，三人行必有我师，择其善者而从之，择其不善者而改之。像你这样任性，是不可能进步的啊！”

“呵呵，你倒教育起我来了！那我问你，我踩踩草摘摘花，是犯了民法了，还是犯了刑法了？你准备判我几年啊？我的太平洋上的警察同志。”

听到朋友这话，小姑娘的眼泪吧嗒吧嗒掉了下来，我也实在有点看不下去了。我狠狠瞪了朋友一眼，然后走到小姑娘跟前，蹲下来安慰她：“小姑娘，别难过，今天你做得好、做得对，叔叔现在在表扬你！那个姐姐说得做得都不好，你不要跟她一般见识，告诉叔叔，你是哪个学校哪个班的？叔叔给你们学校老师打电话，让他们表扬你！”

“叔叔，我不需要表扬。”小姑娘啜泣地说，“老师教育我们要学雷锋，见了有困难的人要帮助，见了不好的事情要制止，我真的不知道，今天我什么地方做错了！”说着，小姑娘

每次见老师挥毫，无论是“虎”字的雄浑大气，还是“蛇”字的通灵秀逸，那种提捺运笔的出神入化，我站在一旁恭恭敬敬看着，完全沉浸在书法艺术的享受之中。

任政有时一边当场挥毫，一边与我交谈。我得知，他的一生是虔心书艺、伴食笔墨的一生。7岁起，岁月便与砚池的墨水一起流淌。他的坚韧执着的治艺精神，雍容端穆的华美书风、推己及人的教育方式以及平实亲和的人格魅力赢得了交口赞誉。任政多次与我提及他为了上海字模一厂撰写“任体”行楷字的事，言语间流露出些许自豪。1979年，上海字模一厂邀请沪上20余位著名书法家献艺，以选取能令大众接受的字形制作字模。书法大家纷纷使出看家本领，最后，通过社会无记名投票和专家评审，任政独占鳌头，获选书写行楷字模7600字，进入电脑汉字行楷字库，任政体的问世，令晚年的他格外欣慰。

我瞥见老师印章中，有一方“认真”的闲章。他告诉我：“这是上海书法篆刻家单晓天专门刻制的，是任政两字的谐音，告诫自己时时以认真自勉，一丝不苟，认真创作，不吝汗水，悉心耕耘，生命不止，挥毫不息。”老师的认真，造就了他在书法艺术上的不凡成就。

能亲见老师毫无保留的当场挥毫是一件幸事。他对我说：“写好字并无诀窍，只要坚持两条，一要有好的范本，二要能勤学苦练，就一定能达到理想的效果。”我试问：“物以稀为贵，可为什么您对一些人的惜墨如金忠告不以为然呢？”任老说：“书法是人民创造的，就得为人民服务，书法一旦脱离人民，也就没有生命了。”他是这样说的，也是这样做的。多少年来，老师笔耕不辍，执著于对书法艺术无止境的追求，更潜心于对书法艺术的传播。他把自己的书法所长奉献给了大众，从未吝吝过自己的笔墨。在当年的邮电职工中，很多人都藏有任政的墨宝也就不奇怪了。

感念前贤，意怀风骨。我得到这些签字封后，百看不厌，一直珍藏至今。在一次次与任老的交往中，我见证了老师与诸多晚辈指点迷津的教诲，领悟了老师对书法艺术的追求，了解了老师超越书法艺术之上的气度，其情其景宛如昨日，他的音容笑貌依然清晰地闪现在我眼前，藉此文弘扬先生艺事人品，缅怀思念之情。

