

一词一年

六位株洲老人的年终总结

时间来到2018年的尾巴上,过去的这一年,我过得怎么样?定下的计划完成了吗?许下的愿望实现了吗?保持身体健康的节奏了吗?有哪些成功与失败、收获与遗憾?

2018年,无论是平平淡淡,还是跌宕起伏,我们都将它提炼成一个关键词,围绕这个关键词来说一说自己的生活与故事,本期的乐活,我们找到身边的六位老人来说一说今年都做了什么,留下了些什么,你也可以试着以此方式来总结自己的2018。



好学

杨延年 86岁

退休30年仍坚持学习 今年在核心期刊发表论文

12月27日上午10点半,家住石峰区田心街道北岭社区杜鹃小区的杨延年,已经在书桌前伏案学习了,桌子上摆放着他最近画好的图纸。尽管已经86岁高龄,可他思路清晰、眼不花耳不聋,谈起自己的科研成果,话匣子根本停不下来。

杨老说,2018年,他在国内核心期刊《变压器》上,以第一作者身份和长沙理工大学的博士生导师周腊吾发表了论文《论联结组相量分析规律及其应用价值》。这可不是一件简单的事儿。

1988年从中株机公司电工岗位退休后,他可一天都没闲下来,一直坚持学习、研究。原本计划结合几十年的工作经验,写一本电气维修方面的书,但随着学习的深入,他转变了方向,将精力投入到发明创造中来,并先后获得了4项实用新型专利。

尽管不会用电脑,但这丝毫不妨碍他在科研路上的执着追求。因为在杨老看来,学习和年龄无关,只要保持一颗好奇心和求知欲,在任何年龄都能出科研成果。

最近这几年,杨老将主要精力放在了变压器的联接组研究上。为了掌握国内最新研究成果,他找亲戚借来论文和书籍看,看着看着,他发现了其中存在的一些矛盾和不合理的地方。为了搞清楚、弄明白这些问题,2012年—2013年,他走访了华中科技大学、北京交通大学、西安交通大学和湖南大学等学院,找学院的老师们探讨这些问题。2013年,他还在湖南大学电气工程及其自动化2010级3—4班,教学了“三相变压器联接组‘时钟式相量分析法’”。

功夫不负有心人,2018年,杨老的论文终于发表了。他说,这篇文章就是变压器联接组的一个顶层设计,是该领域的突破性的研究。目前,他正和人合作将此研究更深入一步,预计明年会出研究成果。



执着

尹秉华 80岁

耄耋年华,收集客家山歌 为社区写歌谱曲

“金花花,银花花,滨江是朵向阳花……”12月25日,天元区泰山路街道滨江社区的声乐教室内,80岁的尹秉华带领着40多名合唱爱好者正在排练《滨江是朵向阳花》。女声部、男声部、合唱,一字一句,尹秉华站在指挥台上精准地指挥每一个声部:“这首歌曲将要在滨江社区的迎新晚会上首演,不能有半点马虎。”

其实,尹秉华从20岁开始,一直在收集炎陵客家山歌,已经收录了1500多首,还出了一本《炎陵飞歌》。“哪里有炎陵客家山歌的消息,就会去哪里,直到自己走不动了。”尹秉华说,他创作的客家山歌已经有100多首,也是湖南省客家山歌项目代表性传承人。他还创作了许多儿歌、通俗歌曲,有40多首在省市获奖。

“我喜欢音乐、唱歌和创作,生命的意义都是音乐赋予的。”尹秉华说,他在滨江社区生活已经有10年,从炎陵县文联退休后,就一直住在“这个温暖有爱的地方”,他还一手策划组建了合唱队。

说起创作《滨江是朵向阳花》,尹秉华说:“我们有自己的合唱队和舞台,却没有属于自己的歌曲。”今年11月的一次排练结束后,用走下合唱队练习室10级楼梯的时间,尹秉华决定为社区创作一首属于“滨江人”的歌。

被颈椎病因困扰的尹秉华坚持晚上创作,白天找灵感。有时候伏案久了,连笔都拿不起来,尽管如此,80岁的他却在一个月内在高效地完成了创作。“朗朗上口的歌词和曲调,很容易被记住。”合唱队68岁的队员苏阿姨说:“这歌一定会在滨江传唱起来!”

尹秉华的创作还在继续,他想如果精力允许,将继续发挥自己的专长,为每一个社区创作一首属于自己的歌。



热心

周孟佳 70岁

义务巡逻保安全 她是居民心中的“最美邻居”

周孟佳老人年已古稀,却有着14年志愿服务经历。在周老住的天元区大湖塘社区里,她算是一位红人,因为大家都说她好,有什么困难都愿意找她倾诉。

邮政新村是老社区,没有物业,为了请保洁人员,周孟佳主动请缨挨家挨户收保洁费。今年8月到12月的四个月时间里,每天晚上,周孟佳都和邻居一起穿上马甲,戴上红袖章,排成路队开始巡逻,夏天的时候,辖区里许多放假的孩子看着这支队伍十分好奇,“孩子们说你们怎么捡垃圾,又要别人别横穿马路哦?你们是在干什么的?”周孟佳回忆,孩子们看见每次总有人夸这支队伍,“你们是在做好事!”就主动要求,能不能加入队伍?“后来,真的有几个小朋友由家长领到社区来,要求加入巡逻队,来一起制止不文明行为,保持街道卫生干净。”周孟佳说,因为这些活动,有一次还遇到了正在散步的市领导,对方掏出手机要和周孟佳合影,“我经常在电视上看到他,他说创文复检的工作离不开我们市民,非常感谢我们这些社区志愿者,他还说很感动我们老年人这么热心,加入创文复检的队伍。”周孟佳欣然答应与市领导一起合影,对方说:“我们都在做一样的事,都是为了株洲更美,都是为了家园更美。”这让周孟佳备受鼓舞。

周孟佳说,自己做的都是芝麻蒜皮的小事,不值一提。可她的邻居,85岁的颜奶奶却逢人就夸周孟佳,“真的多亏了周老师,这是远亲不如近邻。”原来,颜奶奶家与周孟佳的家仅一墙之隔,颜奶奶老伴过世后,因为没有生育子女,颜奶奶只能一人独自生活。这样的情况下,周孟佳有意地多去串门,并帮着老人剪头发,这一剪就是十多年。社区里的老人越来越多了,周孟佳说:“子女们都是养家糊口、为事业奔波的年纪,有些老人的子女甚至在外地,回来更不方便。”周孟佳认为,老年社会里,大家要生活得舒心、和谐还是要更多依靠社区、朋友,“我们邻里之间能帮就多帮点,像我身体还不错,就愿意多做一点。”



圆梦

谭学坤 80岁

用毛笔写18本回忆录 他希望留点“故事”给后代

阴雨连绵的冬日,80岁的谭学坤带着6本手写回忆录来到株洲晚报,他对记者说:“这是我2018年整理的一部分内容,2019年还会继续写下去,希望能给后代留下点什么。”谭学坤从小就喜欢书法,直到如今,写作也都是用毛笔。

回忆录记录了谭学坤儿时的生活、近年的生活点滴,还有关于株洲的地名传说、风土人情。谭学坤说,年轻时遇到过不少困难,因为要照顾3个弟弟,他放弃资料员工作回乡,最终凭着勤劳挺过了难关。他希望晚辈了解祖辈经历的岁月,从中汲取精神养分;希望更多人知道身边的老故事、老地名。

“2016年开始动笔,2018年写了10本、近10万字。”谭学坤写作时对比以前的人和事记忆犹新:1959年,开始修谭家山到涑口的铁路,19个大队近万村民日夜赶工;1961年铁道地工委组建涑坪铁厂、南阳桥矿砂厂……这写回忆录,不仅是他个人及家人的写照,也真实地反映了新中国成立以来,株洲人的生活由贫穷到富裕、由艰辛到幸福的历程。

谭学坤出生在雷打石镇伞铺村,他从小热爱书法、诗词,对历史文化也很感兴趣。他看到城市的快速发展,旧城已面目全非,很多老街、地名更换甚至消失,觉得非常可惜,所以决定在有生之年,把家乡的老地名和老故事,记录下来。翻开一本《伞铺风情》,他说,伞铺其实应该说成“散步”,听长辈们口耳相传,清朝乾隆皇帝曾到过此地,当时曾在一处田地散步,当时人们就称其“散步田”。后来,当地有几户做伞的人家,手艺比较好,就慢慢把“散步”,说成如今的伞铺。当地还有个铁篱村,则是相传当年乾隆来此,用铁丝做篱笆,让百姓行至铁篱处止步。

谭学坤认为,株洲这么多老地名,每个地名背后有什么典故,他没有时间和精力去完成,希望有更多人加入进来,共同圆梦,为城市留下更多回忆。



坚持

王增光 68岁

热爱毅行、用行动 关爱自闭症儿童的“年轻”爷爷

身着运动服,脚蹬运动鞋,戴着帽子、背着背包,天虽然下着雨,但68岁的王增光仍撑着伞快步走着。退休8年的时间里,王增光不仅坚持参加了6届徒步湘江环保毅行活动,还关爱自闭症儿童,连续三年带着自闭症儿童参加徒步活动,让孩子们感受到社会的温暖。

王增光第一次接触毅行是2012年,当时他还只是一个参与者,用两天的时间走完了毅行全程。那次之后,他便一发不可收拾,不仅年年参与活动,而且从一个普通的参与者变成探路者,跟其他一些徒步爱好者提前为毅行的线路踩点,制定最科学的线路。

2016年,王增光结识到一群自闭症儿童,他被这些纯洁如一张白纸的孩子们感动,于是设法帮助他们。为了唤起更多人的关注,他连续三年带领自闭症儿童参加徒步湘江毅行活动。

2018年的徒步湘江环保毅行,王增光又带着一批特殊的孩子出发了。他们其中有患脑瘫、唐氏综合征、自闭症等疾病。13岁女孩玥玥走路时一直在咬牙,身体晃动有些不稳,每走一段,就要坐在轮椅上休息一会。她幼时因为黄疸导致脑瘫,进而全身瘫痪,智力发育迟缓,7岁才学会走路,每走一步都要用全身的力气,但在王增光的陪伴和鼓励下,她艰难地完成了10公里徒步。妈妈刘育文说,虽然玥玥平常很少出门,但她性格乐观、开朗,喜欢和小朋友一起玩,喜欢亲近大自然。

除了爱好徒步,王增光还是晚报义工联的志愿者,株洲蓝天救援队的成员,他会和团队成员一起进社区、进校园,为大家普及急救知识。

“我觉得即使退休,也要发挥余热。”王增光说,重操旧业也好,颐养天年也罢,都是老年人规划退休生活的选择。对于有意愿继续参与社会活动、在事业上追求自我价值的老年人,社会首先应该给予其足够的尊重与包容,帮助其积极面对老年生活,发挥余热。



乐观

谭衡玲 69岁

查出直肠癌后 积极面对人生周游世界

爱旅行、爱拍照、也爱文字,今年69岁的谭衡玲是一位资深“文艺女青年”。她这样形容即将过去的2018年的自己——走过了大江南北,去了许多城市,见了这些地方的人和风景,也走出国门,感受异国风情。

“其实,在几年前,我也是不爱出门的,带孙之外,就看看电视,做做手工。”谭衡玲说,她穿着红色上衣,戴着桃色围巾,新做的红棕色短发,把她映衬得非常精神,很难将她与一位癌症病人联想起来。2013年,因为身体不适,她去医院检查,却被诊断为直肠癌早期。“一下子就觉得人生失去了意义,心思也变得重起来。”谭衡玲记得,那时,一家人拿着诊断书一筹莫展,本来快乐的家一时“愁云密布”了。

但生性乐观的谭衡玲,很快就找到了平衡点,努力走出病痛的阴影,积极配合治疗,并开始改变以往的作息和生活习惯,制定一些出行计划,努力让自己生活过得更加精彩。她记得,那时候,她想着出去看看外面的世界,也算是开阔心境的一种方式。“年轻的时候整日忙碌,没时间出去玩,退休后又带孙,现在不能让自己后悔了。”谭衡玲说,也自那時候开始,她每年都会要去几个城市。

今年,她从青岛到内蒙古、从北京到天津,再到广州,每到一个城市,她都会穿着最喜欢的衣服,披上丝巾,拍上照片发到朋友圈,今年秋天,她与同事相约去了缅甸、柬埔寨、韩国。她形容,自己每去一个地方,自己的心境会不同,想法也不同,心思也自然开阔了不少。通过这几年的治疗,她的病情得到了控制,而旅行,也给了自己笑对人生的勇气。

“人生要过得有意义,不能因为病了就让生活失去色彩。”乐观的谭衡玲,也有了自己新一年的计划,也相信自己会越来越好。

(乐活编辑部/文 受访者供图)