

孝悌忠信传家远 修齐治平德业兴

——宗圣曾子及其后人的家风故事

■文/张承文 杨龙飞

嘉祥县位于山东省西南部。这里不仅有“宗圣”曾子后人世代居住的曾府,在距县城20多公里的南武山南麓,还有一处专门纪念曾子的曾庙。

无论是在曾府还是在曾庙,为数众多的门楼牌坊上,大都悬挂着缅怀先祖、教育后辈的楹联,其中一幅为,

修身自省 以孝悌为本

曾子 (公元前505—公元前435年),名参,字子舆,春秋末年著名的思想家、教育家。他师承孔子,是儒家主要代表人物之一,在儒家文化传承中具有承上启下的重要地位,被后世尊为“宗圣”。

曾子出生在春秋时期鲁国南武城的一个平民家庭,他的父亲曾点耕作农田以维持生计,母亲上官氏居家纺织,操持家务。《庄子·让王》中描述曾子:“袍无表,颜色肿脰,手足胼胝,三日不举火,十年不制衣。正冠而缨绝,捉衿而肘见,扞屣而踵决。”衣不蔽体,家徒四壁,其家境贫寒,由此可见一斑。

曾子十分注重修身,在孔子“见不贤而内自省”等思想的启发下,提出了“三省吾身”的修身准则。《论语·学而》记载了曾子每天必须自我反省的内容:为别人谋划、办事情有没有尽心尽力?与朋友交往有没有不诚实的表现?老师传授的文献有没有认真复习?“三省”,是多次反省之意,代表的是一种内省的态度和有过必省的精神。君子践行仁义,就应当每天进行自我检查,自我反省,以“礼”律己,将道德修炼贯穿于日常行为之中。

曾子不仅在理论上系统阐发了儒

“孝悌忠信传家远,修齐治平德业兴”。这副楹联,突出强调了曾子崇尚的忠信、修身齐家、孝悌等思想,是曾氏家风的集中体现。正是受这一家风的熏陶,曾氏子弟多崇尚自省修身,多秉承孝悌之道,在两千多年的悠久历史中书写了精彩篇章。

家的“孝”观念,将孔子的孝论作了进一步的扩充和提升,形成了独具特色的孝道学说,还努力践行孝道,是当时闻名遐迩的孝子。他每天晚上都为父母铺好被褥,早晨定时探望,嘘寒问暖,在饭桌上更是没有半点马虎。曾子认识到随着年龄的增长,父母来日无多,与其等到父母百年之后才准备丰盛的祭品祭拜,还不如在双亲健在的时候诚心奉养,及时行孝。因此,曾子虽然家庭并不富裕,但是他却能尽己所能,细心周到地照顾父母的饮食起居。曾子奉养父亲曾点的时候,每餐一定都准备酒肉;撤除的时候,一定要问剩下的给谁;父亲若问“还有剩余吗?”“曾参一定回答“有”,以让父亲满意。

曾子尽孝,不仅赡养父母的身体,更在养志,即让父母精神愉快。曾子认为,孝子必须尽心尽力使父母心里快乐。他认为,对父母来说,食山珍、衣绫罗不一定会感到快乐,只要子女能够常伴左右,虔敬有礼,哪怕每天粗茶淡饭也会甘之如飴。因此,曾子出仕为官,不看重俸禄的多寡,只要能够在父母身边。齐国聘曾子为卿相,曾子辞掉了,说:“吾父母老,食人之禄则忧人之事,故吾不忍远亲而为人役。”

悉心教子 传孝悌家风

曾子十分注重教育子女,其中最为著名的就是“杀猪示信”的故事。据记载,有一天,曾子的妻子要去集市,小儿子哭闹着要跟着去。曾妻对孩子说:“你回去吧,我回来给你杀猪炖肉吃。”曾妻从集市上回来的时候,看到曾子逮住猪崽正要杀。妻子上前制止说:“我只不过是哄孩子的一句玩笑话,难道你还当真要杀猪啊?”曾子很严肃地对妻子说:“孩子现在还小,处处都学大人的样子。你说杀猪给他吃,如果做不到,就是欺骗他。这是在教育孩子学欺骗。”曾子最终说服妻子,实现了诺言,也让儿子学到了诚信的美德。

在曾子言行熏陶和谆谆教诲下,他的儿子曾元、曾申、曾华,孙子曾西等人,不仅通过勤学修身成为了学识渊博的儒学大家,还很好地传承了孝悌家风。

曾元,曾参长子,字子元,任鲁国

润泽千载 人才辈出

浓厚家风,福泽绵延。在两千多年的传承之中,曾氏族人受益于良好的家风,出类拔萃者不胜枚举。

曾子四十一代孙曾致尧,是北宋开国后南丰曾氏第一个进士及第的人。曾致尧以忠孝、清廉著称。他把遵从父母的训诫作为尽孝方式,其为宦期间,以清贫自守。据记载,当曾致尧迁光禄寺丞、监越州酒税后,回乡看望母亲,亲族乡邻看到曾致尧衣冠破旧、仆马瘦弱,都议论纷纷。但是曾致尧的母亲却非常欣慰,说:“贫而见我,是我荣也。若驷马而归,貽吾忧矣。”在良好的家庭教育和家风熏陶下,曾致尧的七个儿子,全都学有所成,登进士第。

北宋著名散文家曾巩,是曾致尧之孙,曾子四十三代孙。曾巩也以孝悌、仁义著称。曾巩虽然长期在外为官,但他并未因此而忽视自己为人子、为人兄的责任。他孝敬继母,对弟弟妹妹严格教育,他的弟弟曾肇、曾布以及

兵司马。曾元恪守孝道,注重养亲。《孟子》记载,曾元养曾子,也一定每餐侍奉酒肉,并注重陪伴父母。在曾子弥留之际,曾元和弟弟们一直陪伴在父亲身边,聆听曾子的临终教诲。

曾申,曾参次子,字子西,在儒家经典的传授方面具有一定地位。曾申不仅对礼制非常精通,而且也主张因时而变,审慎择取,使礼具有更大范围的适应性,也更贴近日常生活。《礼记·檀弓》记载,鲁穆公的母亲去世,鲁穆公专门派人去问曾申:“应该怎么办丧事?”曾申答道:“以哭泣来表达内心的哀痛,身穿丧服来纪念父母的恩情,为父母守丧时每天只喝点稀饭过日子。这些原则,从天子到底人都是相同的。

至于用麻布做幕,那是卫国的习俗,用绸布做幕,是鲁国的习俗,这种小节倒不必尽同。”在曾申看来,国家礼俗不同,只要严守治丧大节,其他小节可以自己参酌使用。

时至今日,曾氏家族已传至八十余代,后代遍布全国乃至世界各地。在这一绵延不息的传承中,虽然众多曾氏后裔已断了联系,但孝悌、耕读的家风依然有很深的影响。在山东嘉祥,曾氏后人更是秉承孝悌忠信家风。在曾府,清代要求自家的儿媳妇为生身父母必服丧三年,而不是古礼规定的一年。近年来,嘉祥曾氏还涌现出了首届山东省十大孝星曾昭廷等孝亲模范。

(来源:《中国纪检监察杂志》2017年第23期)

工会之窗

北京市实施《中华人民共和国工会法》办法(摘选)

第二条 本市的企业、事业单位、机关以及其他组织中以工资收入为主要生活来源或者与用人单位建立劳动关系的劳动者,不分民族、种族、性别、职业、宗教信仰、教育程度,都有依法参加和组织工会的权利。企业、事业单位、机关以及其他组织应当对职工参加和组织工会给予支持,提供必要的条件。任何组织和个人不得以职工户籍、就业期限、就业形式等为由,以解除劳动合同、降低工资、不缴纳社会保险费等手段,阻挠和限制职工参加和组织工会;不得对参加和组织工会的职工进行打击报复。

第四条 工会通过平等协商和集体合同制度,协调劳动关系,维护职工的劳动权益和物质利益。

第七条 工会及其工作人员应当认真履行职责,密切联系职工,听取和反映职工的意见和要求,依靠职工

开展工会工作,全心全意为职工服务,接受会员评议和监督。

第八条 本市工会各级组织的建立实行民主集中制原则。

第九条 企业、事业单位、机关以及其他组织有会员25人以上的,应当建立基层工会委员会;不足25人的,可以单独建立基层工会委员会,也可以由两个以上单位的会员联合建立基层工会委员会,也可以选举组织员1人,组织开展工会活动。

第十一条 工会组织的建立,必须报上一级工会批准。

上级工会可以派员帮助和指导企业、事业单位以及其他组织的职工组建工会,任何组织和个人不得阻挠。

第十三条 市和区、县总工会委员会以及产业工会委员会每届任期5年。基层工会委员会每届任期3年或者5年,期限届满仍未进行换届的,上级工会有权责令其限期进行换届。

夏家园自来水管线爆裂地区及时处置保障供水

1月16日下午4时许,夏家园社区反映,通往新纪家园和万方景轩小区的自来水主干线爆裂。经核查,该处管线从下午1点半左右开始由下往上渗水,到3点左右出现小型喷发,物业公司发现后报自来水公司朝阳所进行抢修。到下午

4点,管线尚未修好,且造成新纪家园、万方景轩小区共10栋楼停水,影响居民约2700户。

太阳宫办事处接报后,地区领导高度重视,明确办事处副主任陈鹏牵头负责,社会公共事务服务中心具体落实。

公服中心接到任务后第一时间赶赴现场,同时与自来水公司联系,调动4辆供水车至小区进行临时供水,协调抢修人员积极查找漏点,调用机械设备,对事故路面进行开挖、修补管线。同时,入户通知相关事宜,尽可能避免因夜间施工引

发居民不满。

晚11点半,完成管线破裂处的抢修,居民供水恢复正常。在抢修过程中,公共事务服务中心和夏家园社区的相关负责同志在现场全程跟进施工进度,并协调各项施工事宜直至施工完毕。

地区迎接区创卫办评审验收



1月17日,地区召开创建国家卫生乡现场指导、评审工作复检推进会,部署区创卫办指导、评审复检相关工作,会议由办事处副主任刘亚静主持,科教文体办、食药所、公服中心、城管执法队、综治办、规划科等科室负责人参加会议。

会上,办事处副主任刘亚静强调创建国家卫生乡是地区的一项重要工作,各职能科室要把日常工作机制和创卫工作结合,要提高认识,高度重视,增强创卫工作责任感和紧迫感,进一步明确创卫工作任务和具体要求,认真贯彻落实,并对下一步工作提出具体工作要求:一是加大宣传教育力度,营造浓厚的社会氛围创建卫生乡复检工作是改善居民生产生活环境,提升地区形象,建设优美宜

居新街区的惠民工程,要积极培养地区居民的主人翁意识,营造人人参与的良好氛围;二是以环境卫生整治为抓手,多方面打造宜居的人文环境,对于出现的问题建立台账,进行解决;三是完善管理制度,筑牢迎查复审基础,对于出现的问题进行规范整治;四是完善督导机制,确保工作质量进度,相关科室要不定定时进行督导检查。

区创卫办工作人员与北京市创卫专家分成四组,分别对地区食品安全、控烟,病媒防控、市容环境、健康教育和健康促进,重点场所、生活饮用水、环境保护,公共卫生与医疗服务、健康教育和健康促进八个方面的指导评审进行复审,并根据整改的现场情况提出意见建议,对地区下一步整改起到指导性作用。

地区启动2018年就业援助月活动



贵在开好头 一年接着一年干

——从五年元旦春节中办办通知看纠“四风”的坚持深化

■文/黄月



解决新情况新问题。仔细翻读五年的通知,每年都有新亮点,着力解决一个又一个突出问题。2013年强调到基层调研和走访慰问要轻车简从,不增加基层负担,紧扣节日特点,落实中央八项规定精神;2014年要求严格执行《党政机关厉行节约反对浪费条例》,矛头直指奢靡享乐;2015年强调严禁出入私人会所、借培训中心奢侈浪费,这正是针对高压之下“四风”隐形变异的一项有力举措;2016年要求深入学习宣传廉洁自律准则和纪律处分条例,教育引导党员干部追求高标准、远离违纪红线,抓住了作风背后是纪律问题这一规律,体现标本兼治方针;2017年是换届年,强调严明换届纪律,对借元旦春节之机搞说情打招呼等违纪违法行为的严肃查处,把抓作风纳入党和国家

当年重点工作之中,和大局联系更为紧密;2018年的元旦春节通知更是“全面升级”,突出强调严肃政治纪律、坚决维护以习近平同志为核心的党中央权威和集中统一领导,强调落实十九大报告中反特权等要求以及习近平总书记近期关于进一步纠正“四风”的重要指示,充分体现高度政治站位,把落实作风建设要求作为检验能否令行禁止和严守政治纪律、政治规矩的重要标尺和试金石。五年通知,始终紧扣中央最新要求,突出问题导向,把握工作重点,为我们提供了一个观察作风建设不断巩固深化的独到视角。

六次通知,言出纪随,正风有肃纪作保障。中央要求是写在纸上、贴在墙上还是能真正令行禁止、发挥效应,取决于

是否有强力的监督执纪。从六次通知内容看,一方面明确了“纠什么”的问题,突出一个时期的工作重点,另一方面强调“怎么纠”,对监督执纪问责提出明确要求,释放执纪必严的鲜明信号。比如明确表达零容忍的态度,强调对违纪违规行为发现一起、查处一起、通报一起;抓住责任这一“牛鼻子”,明确指出要追究主体责任和监督责任;强化震慑效应,强调运用好点名道姓通报曝光这一手段;加大社会监督力度,畅通群众监督渠道;针对“四风”隐形变异,进行专项整治。

中央有要求,中央纪委坚决执行。在今年中办国办通知下发后,中央纪委随后印发通知,对强化监督执纪问责作出具体部署,又通报曝光8起违反中央八项规定精神典型问题,释放强烈信号。几年来,各级纪检监察机关按照中央要求,坚持党纪严明,露头就打,节前提醒明要求、通报曝光强震慑,节中监督检查不“打烊”,节后执纪问责紧跟上,形成抓节点的一套行之有效的组合拳,让纪律真正成为带电的高压线。数字是最好的佐证,五年多来,各级纪检监察机关查处违反中央八项规定精神19.8万多起,处理党员干部27万多人,其中每年一月的查处都居全年高位,向全党全社会证明,中央要求绝不是说说而已,强有力的执纪为风清气正开路护航。

爆竹声声辞旧岁,正气盈盈迎新春。每年的元旦春节都是一个崭新的开始,让我们把2018年的第一个音奏好,把一个个节点动起来,谱出一首壮丽的新时代的作风建设进行曲!

(来源:《中国纪检监察杂志》2018年第1期)

明年我回家

■文/何建明

十年前,父亲患绝症,永远离开了我们。此后,没有了父亲,我们不愿再像以前那样每年回到那座围墙内的小楼里。母亲一人独守这座空荡荡的房子也不合适,妹妹便将她接到自己家住。

然而,母亲虽住女儿家,却总是隔三岔五地要回老家去。“她不听的!风雨无阻!”妹妹经常在电话里向我抱怨。听多了,有时我也会假装生气,在电话里“责令”母亲不能再没完没了往老宅跑了,尤其不能开那辆“碰碰车”(后来改成电瓶车),但母亲依旧我行我素。

那天,在夜幕暗淡的灯光下,我陪母亲回老屋。我们姗姗而行在故乡的小路上,观现忆往,别有一番滋味和感慨。

到了自己家的院子,母亲掏出钥匙,很用力地将“铁将军”拉开——那大门很重,母亲用力时整个身子都往上“跳”了一下,有点“全力以赴”。我忙伸手帮忙,却被母亲阻止:“你挪不动的!”她的话,其实更让我心痛:我一个大男人挪不动,你一个八十五六岁的老太婆怎么能挪得动呀!

看完前院的桂花树,后院的柿子树,母亲带我进屋。母子俩事先没说一句话,却不约而同地进了楼下一间放置我父亲骨灰和遗像的房间。

“阿爹,小明回来看你了!”父亲含笑

地看着我们,只是那笑一直是凝固的——那是他相片上的表情。啊,十年了,只是一转眼的工夫!那一年,我带着去采访华西村吴仁宝的任务,顺道赶回家看望病重的父亲,当时他无力地朝我挥挥手,说:“你的事不能耽误,快去写吧。吴仁宝是我熟人,我们都是干出来的……”这一年,父亲走了。七年后,他的熟人吴仁宝也走了。

三鞠躬后,我为父亲点上一支香烟,再插上一把母亲点燃的香……我忍不住哽咽起来,像少时在外受了委屈后回到家的孩子。

“走,看看你的房间。”母亲怕我太伤感,一把拉我上楼。其实从进门的第一眼,我已经注意到:所有的房间内,无论是墙还是地,无论是桌子、椅子还是沙发,甚至电话机,都与我以前在家里看到的一模一样地放在原位,整齐而洁净。“还这么干净啊!是你经常擦洗的?”

母亲含笑说道:“我隔三岔五回家就为干这些事,把所有地方都擦一遍……不要让你爹感觉没人理会他了,也好等你们回来看着舒服。”

母亲最后把我领进我的房间。一张宽宽的床,上面盖着的是我熟悉而陌生的黑底花被面。被子的夹里是土布,那土

布是母亲和姐姐亲手织的,摸上去尽管有些粗糙,但它令我脑海里立即闪现出当年母亲与姐姐的双手在织布机上日夜穿梭的情景……床边是一排床头柜,也叫书桌,上面的相框内,是父母引以为自豪的他们的儿子在部队当兵、当军官时的照片,以及与他们合影。那个时候,我们全家人多么幸福,好像有我这个当连级干部的军官就知足了!

“看,里面全是你的书……”母亲拉开一个个抽屉让我看。令我惊喜的是,它们多数是我早期的作品,有的我早以爲是遗失了。母亲一边唠叨着,一边弓着腰,开始翻箱倒柜。“这是你的衬衣,没穿两次。”“这件棉衣,是那年冬天你回家时特意给你缝的。”“看,这是你爹让你从部队拿回来的解放鞋,还是新的,他都没来得及穿……”二三十年了,母亲竟一件不少地将我曾用过和我孩子用过的衣物,一样样保存得如此完好!

“你看这个……”母亲从一个包袱里拿出一个暖水袋,说,“还记得那一年你们第一次春节回家,我给小孙女买的这个暖水袋吗?”

“记得!怎么不记得呢!”我一把抓住暖水袋,摸了又摸,眼睛很快模糊了……那一年冬天,我带女儿回家探望父母,遇上特别寒冷的天气。南方没有暖气,屋子

里跟冰窖似的,她奶奶急得不行,半夜打着手电去镇上敲商店的门,硬是让人家卖给她一个暖水袋。不想回家途中,雪路很滑,母亲连摔了好几跤,卧床几天后才康复。

“倒上热水还能用。啥时你带我孙儿们回来?”母亲顺势拿过暖水袋,认真地看着我,“他们都回来你也不用担心,我这里啥都有……”母亲像变戏法似的,又从柜子里拿出两个暖水袋,还有电热毯、铜热炉和夏天用的凉席、毛巾被、竹扇……一年四季所需物品,应有尽有。我吃惊地张大嘴巴。母亲喃喃道:“你们要是回来,这些都能用上。”她抱过一床棉被和一条床单,放在我手上。

棉被软软的、暖暖的,像刚从太阳底下收进屋似的……我顿觉有一股巨大的热流涌进我身,然后融入血液,一直暖到心窝。

就在这天晚上,我异常庄重地对母亲说:“妈,我现在懂了。”

母亲惊讶地看着我,问:“你懂啥了?”

我说:“明年我就回家来!”

母亲有些不安地笑了。这时,她的双眼闪着泪光……

(文章来源:2018年《读者》2期)

漂浮的黄昏

■文/玄增星

国家卫计委发布的《中国流动人口发展报告2016》显示,我国流动老人将近1800万,其中专程来照顾晚辈的老人比例高达43%。

表面上,他们是这座城市极为普遍而自然的一部分,但他们并不属于这里。这些老人从四面八方来到子女所在的都市,在每天的黄昏中奔波忙碌,也在一生的黄昏中漂浮不定。

一

一年半以前,62岁的陈显兰在老家接到女儿的电话。还有两个月就临盆的女儿说自己要上班,没有时间洗衣做饭,想请她过去帮忙。放下电话,这个朴素的农妇心里有些高兴。孩子要强,从来没让父母操心过,可这一次,身为母亲的她有了一种“被需要”的喜悦。陈显兰和老伴连夜给地里种的大豆浇水。几天后,她把两身衣服塞进一个小箱子,一大早就站在村头,等开往郑州的大巴。

5年来,金秀琴每次来北京,都要带上剥好的排骨和鸡肉,分成几部分装到小袋子里,跟干豆腐、鸡蛋、蘑菇、咸菜一起拎上火车,她相信一切都是老家的最好。给自己带的,只是很少的一部分。

62岁的田慧芬和63岁的程丽云分别从哈尔滨和大连来到北京,为儿女照顾下一代,至今已经有10年。她们来的时候连箱子都没带,就背了一个包,两位老人互不相识,却说着一样的话:“这是他们的家,我拿那么多东西干什么。”

学者潘永康在20世纪80年代进行的一项调查中发现,在传统社会,中国家庭的生命周期特点是:年轻人婚后先与父母合住,等自己有了子女后与父母分开,在子女成婚后又与父母合住,最后再分开,如此循环。其中,婚后与父母合住主要考虑的是住房,由于父代通常拥有房子,合住是“子代投奔父代”的选择,体现出“父代权威”的代际关系模式,父代是家庭的投入和决策重心。

民政部政策研究中心助理研究员王伟进指出,当前人口流动性增强,婚后合住的可能性变小,再次合住考虑的是父代帮忙抚养孙代。这个时候,合住是“父代投奔子代”的“子代权威”代际关系模式,家庭投入和决策的重心在于子代。

二

有研究显示,在迁居地照顾孙辈的

老人中,女性占比更大。成为母亲几十年后,这些女性再次扮演起“母亲”的角色。刚开始,陈显兰不习惯给孩子用尿不湿。“那么包着,孩子能舒服吗?”她也不习惯婴儿的饮食。绿的青菜,红的胡萝卜,甚至猪肉都被打成泥状,五颜六色地装在一个个透明的小玻璃罐里。

但是几个月后,她慢慢学会了使用带遮阳篷的婴儿车,每天在固定时间给孩子喂食各种营养粉调成的“辅食”,也知道在递给孩子食物前要用湿巾擦手。

金秀琴被告知孩子在家的时候不能看电视。田慧芬学会了喝水时嘴唇不接触杯沿。这些母亲正在重新学习如何成为一名合格的、新时代的“母亲”。

她们被迫与这个迅猛发展的时代接轨。用儿女们淘汰下来的智能手机,字体被调到最大。程丽云害怕听到儿子在那头说“怎么这么久才接电话”。电话铃声响起的时候,陈显兰经常会把手机拿反,在慌乱中通常要把屏幕滑动三次以上才能接听成功。

上海应用技术学院讲师苗瑞凤调研发现,没来子女家生活之前,69%的老人对于在子女家生活持比较乐观的预期,认为能够和“有了出息”的子女愉快共处,约23%的老人愿意在城市子女家养老。但是在子女家居住一段时间后,上述两项比例明显降低。尽管如此,绝大多数老人仍然表示,就算不适应当前的生活,但只要子女需要自己,自己还是能够在子女家生活的。这实际上就是中国传统文化中“一以贯之”的责任意识的体现,也可以谓之“家庭中的利他主义”。

三

在小区,“老乡找老乡”的老人们形成了“东北帮”“老四川”等。有学者指出,同乡认同和同乡团体得到精心培植的程度、城市情感和机构的牢固和力量,是中国城市的一大特色。

但更多时候,她们依然保持着一种隔离感。田慧芬一个人的时候最远去过老远旁边的森林公园,那里每天晚上都有老人挽着手跳交谊舞。她喜欢看,自己却从来不跳,有的老人酷爱下象棋,到北京10多年,每天晚上都背着手看别人下,自己从来没下过;居委会组织的各种活动,也从未得到通知。还有的老人喜欢坐公交,绕着北京城一圈一圈地转。

程丽云不喜欢坐公交。她不喜欢上车时自己的卡只会发出“嘀”的一声,而

没有跟着一句“老年卡”。有时车上会低低地传来一声“外地的”,她心里落寞,却又愤愤不平:“要是我儿子没能耐,人家会请他过来?”

陈显兰只会说河南话,有时跟北京老人搭话时,对方直接说自己听不懂。“他们不被这座城市接受,也不接受这座城市。”陈显兰的女儿说。

四

程丽云的孙女不爱吃老家常做的虾皮,爱吃三文鱼,还能吃出火腿和培根的区别。她跟老伴在小区的一片空地上种了茄子、辣椒、地瓜,但孩子们想吃小汤山的有机白菜、彩椒、西兰花、荷兰豆。她经常做的包子、饺子和油炸食品,孙女说“吃腻了”。

每周六的下午,她都要带孙女去上绘画辅导班。上课期间,程丽云就坐在教室门外的沙发上,翻看微信朋友圈。有人给她发过一段文字:“不见孙子想孙子,见了孙子怕孙子,小孙子吃喝拉撒忙坏了老孙子,老孙子手忙脚乱还照顾不好小孙子……”她觉得很有道理。“都说父母帮着看孩子是应该的,其实真不是。”她一边觉得“说这些没意思”,一边反复说“现在的孩子不知道什么是节俭和感恩”,她觉得孙女儿衣服太多,吃饭太浪费,“配一副眼镜要两千块钱,三四百的不一样吗?”报的辅导班有钢琴、绘画、英语、奥数,每门课程至少六千元。

孙女受不了程丽云的“过分节俭”和“唠唠叨叨”,也不喜欢奶奶洗的衣服上有84消毒液的味道。她常说:“我跟奶奶不在一个频道上。”程丽云知道孙女“看不上自己”。有次孙女把公交卡忘在绘画班的教室里了,但坚持说奶奶没把卡交给她。“不是公交卡的事,是老人说的话总是不往心里去。”有几秒钟,祖孙二人就站在夏日北京的公交站牌下,彼此僵持着。每当这时,程丽云就想回老家。

金素琴也想回家,她的老家在铁岭农村,来北京后,院里啥也没种,只是地里还种着玉米。去年过年,她回家待了不到一个月,每天傍晚拿着扇子跟同村的人一起扭秧歌,从下午5点一直跳到晚上8点。“家门口那条街从南到北,大家都认识”,她喜欢老家敞亮的门厅和院子,“一开门就上街了,多方便”。她不喜欢住带电梯的房子,不喜欢七拐八拐的楼道。

田慧芬在哈尔滨的家只有30平方米,不到北京房子的1/3大,但她还是“恨

不得现在就回去”。那里有老伴,有年迈需要照顾的老人,有退休前的同事们,还有自由。

“这里隐含着一种人生观,即所有的社会成员要将他们的体力和心智毫无保留地贡献给所在的社会。通过参加力所能及的活动,老年人才不会产生无用和被抛弃的感觉,不管其地位是多么卑微。但是老人的付出却达不到子女的标准。”苗瑞凤在一篇论文中写道。

五

金秀琴的房间里有一个柜子,专门用来放她的药。扁平的白色药盒摆了好几堆。这几年,外孙已经从一个婴儿长到她快到下巴那么高,她的身体却越来越衰弱。在老家“天可蓝可蓝了”,可是在北京她患上了鼻炎,视力也越来越差。有天她上街买菜时,在一个小摊上花15块钱买了一副老花镜,“孩子们都不知道”。她不敢生病,企图用各种方法逆转衰老。她听说曾经有位老人从西安到上海来回奔波,帮忙照料两个儿子的孩子,却在两个家庭的奔波途中突发脑溢血去世了。

陈显兰的儿女告诉她:“您身体健康,就是给我们帮大忙了。”她不想给孩子们添麻烦。

面对死亡,这些漂泊在外的老人有无数设想。有的老人在北京突发疾病,让儿女赶紧把自己送回老家,因为“不想死在北京”。有的老人已经为自己选好了墓地,希望葬在老家一处高高的山坡上,因为“喜欢热闹”。但总有一个理由让他们一次又一次地留在北京。有的老人无意中看见自己拿到博士学位的孩子为了省钱买学区房,在喷泉旁边洗车,不由得泪流满面。

华东理工大学的李静雅在她的硕士毕业论文中指出,在迁居地照顾晚辈的忙碌生活让这些老人有了一种充实感,对子女家庭的依赖程度较高。阶段性居住的老人在遭遇心理和精神困扰之后,由于无法自我调适,会选择回到老家,但由于想念子女、子女需要等因素,又会重新踏上迁移之路。

黄昏如期而至,陈显兰和老伴在电动车上,两个衰老的躯体把一个熟睡的新生命夹在中间,缓慢地朝夕阳驶去。他们心里清楚,自己陪伴外孙女的时间不会太久了。两个儿子的下一代也需要照顾,他们即将“漂”到另一座城市。

(文章来源:《读者》2017年第22期)

◎惠忠庵社区

搭建沟通平台 拓展青年朋友圈

1月6日下午,惠忠庵社区青年汇组织了一场以“重返校园追忆学生时代”为主题的交友联谊活动,为社区青年朋友提供交友平台,开拓大家的交际圈。

首先,主持人带领现场的青年一同进行热身游戏消除陌生感。

随后大家开始进行自我介绍,很多青年都说到了自己的家乡,并向大家介绍了自己家乡的特点,比如景点、美食等,从侧面加深大家对彼此的了解。工作者们还组织大家在白板上写上了自己爱情观的关键词,大家坐在一起,畅谈自己对爱情的看法和对未来的期许。

此次活动还准备了有趣的游戏,在场青年分组进行你画我说的游戏,体现出参与活动的两人在沟通过程中的一

◎十字路口社区

志愿者清洁社区迎新年



活动合影

近日,十字路口社区组织辖区党员、志愿者们开展环境卫生整治活动,重点对辖区内主干道沿线、背街小巷、绿化带等区域进行了清扫,对影响居民出行和安全的占用公共楼道堆放杂物现象进行了整治,对辖区路边、墙面乱贴的小广告进行铲除清理,让广大人民群众在干净整洁的环境中舒适过新年。而社区的共建单位,中国科学器材有限公司的青年志愿者们听闻了此次整治活动的消息后,也纷纷主动表示愿意承担辖区内坝河河道的环境清理工作,共同为构建干净整洁的社区环境而努力。

活动开始,在简短的动员部署后,志愿者们分配好了队伍和清理区域。

◎太阳宫社区

“靓丽使者”年终受表彰



活动现场

在太阳宫社区有这样一群人,他们无论严寒酷暑、刮风下雨,每天都会出现在社区的大街小巷,清理小广告、捡拾垃圾、清扫落叶、铲除积雪……为辖区环境的干净整洁而努力。他们就是太阳宫社区靓丽使者志愿服务队

的队员们。为表彰他们一年来对社区建设的无私奉献和辛勤付出,增强团队凝聚力,近日,太阳宫社区举办了2017年靓丽使者志愿服务队总结表彰大会,5支队伍共计40余人参会。

会上,社区居委会副主任杜靖华上台致辞,对大家一年来的辛勤付出表示感谢和敬意。随后,靓丽使者志愿服务队队长及志愿者代表上台发

◎芍药居二社区

爱心捐衣送温暖

为帮助贫困地区的群众过一个暖身暖心的冬天。近日,芍药居二社区响应上级号召,组织辖区居民们开展了以“爱心暖阳”为主题的冬衣捐赠活动。

活动中,社区党员、居民们热情伸出援助之手,踊跃参与活动,为贫困地区的人民群众捐赠冬衣冬被。“希望这些棉衣可以帮助西部山区的贫困群众平稳度过这个冬季。”“这些冬衣都是我们家里用不上的了,但是大多数都还是八成新的,干净又暖和,希望能够给贫困山区的人们送去

些细节,比如个人脾气秉性是否急躁和表达能力是否清晰等。最后大家自由选择对象,轮流一对一自由聊天。每对男女都有5分钟的聊天时间,5分钟到了就要轮换一遍,这样可以保证现场的每位青年都能进行交流。

社区通过此次活动,为平时交际圈比较窄的社区青年们提供了交友的平台。大家纷纷表示,很感谢社区这次精心筹备的联谊活动。

今后社区会立足于社区青年的各项需求,开展大家喜爱、需要的各种活动,丰富居民的日常生活和精神发展,为构建和谐社区环境而努力。

◎芍药居一社区

社区办讲座 居民学穿搭



居民认真听讲

1月11日上午,芍药居一社区与北京服装学院联合举办了服装搭配知识讲座,为大家讲解衣着搭配,从而不断提高辖区居民的文化素养,提升大家的衣着品味,社区群众20余人参加了培训学习。

讲座在一片温馨的气氛中拉开了帷幕,教授细致地为大家讲解了日常生活中应如何用服装来塑造美好的体态,从而提高自身形象。她用专业色布在模特身上为大家进行现场演示,详细介绍了服装色彩搭配、服装款式搭配、服装与脸型 and 身材搭配等技巧,还针对服装搭配的配色规律、人物风格分析等一系列问题为大家讲述了服装搭配的重要性,让居民们在轻松愉悦的氛围中获得了美的知识。

冬季吃这三类食物降火驱寒提高免疫力

冬季寒冷干燥,我们的免疫力也随之下降,有什么办法可以改善这些情况呢?其实食补的方法就能改善这些情况,接下来就为您推荐一些适合冬季吃的食物……

多吃白色食物降火

立冬后北方室内干燥的空气让人“上火”,这时可多吃一些白色食物。中医认为,解除燥热多用润法,根据五行五色的原理,白色食物最能防燥热。

做菜时,可以选择白萝卜、白菜、冬瓜、百合、银耳、莲藕等。其中,白菜、萝卜功效最好,可谓是最经济实惠的补品了,但肠胃寒凉的人在冬季

节省时间的技巧

对于总是感觉时间不够用的人来说,节约时间是一件非常有意义的事情;对于现在快节奏的生活来说,节约时间就意味着比别人获取更多利益。下面介绍20种节约时间的方法:

- 1.对于过去失败或未做的事情不要有内疚感。
- 2.提醒自己为重要的事情留出时间。
- 3.尽量早睡早起。
- 4.不要长时间地看电视或无目的地阅读报刊。
- 5.有效地利用等待的时间。
- 6.将表按快3分钟。
- 7.随身携带空白卡片,随时记录自己的想法。
- 7.设定自己每天的生活目标,定期回顾。
- 9.按事情的重要性排序,首先做

这些食材用处多

醋的4大妙用

- 1.清洗咖啡机
建议:先把相同分量的醋和清水加在一起,然后倒入咖啡机里启动一阵子后,停下让它沉淀一小时。之后,再启动一阵子就大功告成了。
- 2.清洗微波炉
清洗微波炉一点也不难。建议:把一杯醋和一杯清水混合,放入微波炉加热10分钟。过后,擦去污渍和残

柠檬的4大妙用

- 1.为微波炉除去异味
忙碌的现代人常常会使用微波炉来加热食物,非常便利。但是,微波炉内会残留不同食物的气味,而且也是细菌的温床。那如何能把异味和细菌一并清除掉呢?
建议:把一颗柠檬切成薄片,浸泡在水里。把这碗柠檬水放在微波炉内,调至高温加热一分钟。这样一来,能让柠檬发挥抗菌功效,同时去除食物残留的异味。之后,只需用一块湿的抹布,把微波炉内部擦净即可。
- 2.洗碗盘
当洗碗清洁剂用光时,就没办法把碗盘洗干净了吗?当然不是的。建议:把一颗柠檬切半,然后在切面上撒一些苏打粉。过后,把切半的柠檬

盐的4大妙用

- 1.清洗水槽
如果不清洗家里的水槽,就会时不时嗅到水槽发出的臭味。建议:把盐加入热水,直接往水槽冲下。如果定期清洗,将可以去除异味,避免油污的累积。
- 2.清洁熨斗表面
熨斗用久了,接触表面可能会沉淀污渍,让烫衣服变得困难不顺。建议:在一张纸上撒上一些盐,然后把热的熨斗直接在纸上来回熨烫,将能

橘皮的妙用

- 橘皮做枕头
有助预防脑梗塞:橘子皮枕头可以加快人类脑部的血液循环,能缓解血管老化和僵硬,对脑梗塞有一定的预防功效。另外橘子皮还有一定的消炎杀菌功效,做枕头,能减少一些病毒对人体细胞的伤害。
- 橘皮做中药
缓解晕车:在上车前1小时,用新鲜的橘子皮,向内折成双层,对准鼻孔,用手指挤捏橘子皮,皮中就会喷射出无数股细小的橘香油雾并被吸入鼻孔。
缓解咳嗽:用干橘皮5克,加水2杯煎汤后,放少量姜末、红糖趁热服用。也可取鲜橘皮适量,切碎后用开水冲泡,加入白糖代茶饮,有化痰止咳之功效。
理气消胀:用鲜橘子皮泡开水,加适量白糖,为橘皮茶,饮后可理气消胀,生津润喉。
缓解口臭:橘皮30克,水煎代茶

应该少吃。

多吃牛、羊肉可御寒

怕冷的人还可多吃胡萝卜、芋头等富含无机盐的根茎类蔬菜,以及海带、紫菜、菠菜等含碘食物。女性可多吃含铁量高的食物,比如动物肝脏、瘦肉、菠菜等。

多吃蛋白质提高免疫力

对于老人和孩子来说,寒冷是对健康的最大威胁。因此,这段时间要多补充一些优质蛋白质,大豆中蛋白质含量最高,鱼虾肉、鸡蛋、花生、核桃中蛋白质含量也很丰富。

重要的事情。

- 10.更加巧妙地工作,而不仅仅是努力。
- 11.与你试图避免的事情正面交锋。
- 12.尽可能裁掉无结果的任务。
- 13.一次完成一件事情,一次控制一项计划。
- 14.在早晨干有创造性的工作。
- 15.为自己和他人设立最终期限。
- 16.在所有讨论中积极地倾听。
- 17.尽可能多地不要做与考研无关的事情。
- 18.定期清理废物,保持桌面整洁。
- 19.将所有的小事保留起来一次解决。
- 20.在采取行动完成下一个目标前设计行动步骤。

留食物应该是轻而易举的事。

3.疏通水槽

水槽经常堵住?建议:把半杯醋和半杯苏打粉倒入水槽,再用清水冲洗即可。

4.清洗玻璃杯

玻璃制品的表面容易留下污渍?建议:只需用醋来清洗玻璃制品,即可擦去油渍和水渍。

用力搓洗碗盘。柠檬酸将会分解油渍,洗净后将让锅碗瓢盆闪闪发光。

3.为砧板消毒

许多家庭主妇会在砧板上切不同的食材,由此可见,残留在砧板上的细菌绝对不少。建议:把砧板平放后,把半颗柠檬挤在砧板上,等十分钟。过后,再用另外半颗柠檬的切面,用力来回擦拭整个砧板,即可为砧板消毒。

4.清洗玻璃

玻璃表面容易留下污垢和水渍,可以怎么做?建议:只需把四汤匙的柠檬汁和八杯水混合。之后,用柠檬水擦洗玻璃,柠檬酸将会分解污垢、油渍和水渍,让玻璃恢复干净光滑的状态。

去除残留污渍。

3.擦去锈渍

家居物品生锈了,就得丢吗?建议:把盐和塔塔粉混合成糊状,然后在生锈表面上来回擦拭。之后擦净,再用一块干的软布打亮即可。

4.清洗咖啡壶

咖啡壶常会残留咖啡渍,该如何轻松清除呢?建议:在咖啡壶内,加点盐和冰块,用力摇晃咖啡壶,然后洗净,即可去除顽固的咖啡渍。

饮,缓解口臭。

缓解胃疼:晒干的橘皮不但有特殊的气味,而且还有消炎、调整肠胃功能的作用。饮食不规律或吃得过饱引起胃痛、胃部不适,喝点橘皮水,能起到一定的缓解作用。

缓解风寒感冒:鲜橘皮、生姜片,加红糖适量煎水喝,可缓解风寒、感冒、呕吐、咳嗽。

缓解冻疮:先将橘皮用火烤焦,研成粉末,再用植物油调均匀,抹在患处可缓解冻疮。

橘皮能入菜

橘皮粥:在熬米粥时,在粥烧滚前,放入几小块橘子皮,等粥煮熟后,芳香可口开胃,对胸腹胀满或咳嗽痰多的人,能起到饮食治疗的作用。

橘皮汤:在做肉汤或排骨汤时,放几块橘子皮,能解油腻。

橘皮茶:把清洗干净的橘子皮切成丝、丁或块,用时可以单独用开水冲泡,有开胃、通气、提神的功效。

十字口社区为九旬老人过寿

近日,十字口社区举办了第四季度和融缘“暖心·夕阳”生日会,此次生日会的主角是92岁的韩世明和90岁的于振桐两位高龄老人,社区各党支部书记、工作人员和老人的子女一同陪伴两位老人度过了一个轻松而愉快的生日。

生日会上,社区党委副书记陆海燕首先向两位老人表达了社区的祝福和关怀,并且衷心祝愿每一位寿星生日快乐。随后,社区的工作人员们为两位老人送上了寿桃和鲜花,并和老人聊家常,详细了解老人的生活状况和身体情况。虽然已过耄耋之年,但两位老人的身体都很硬朗,精神矍铄,社区工作人员衷心祝愿他们身体健康,晚年生活幸福圆满。

十字口社区现有85岁以上的老人50多名,为让这些老人的晚年生活过得更幸福安稳,社区“和融缘”暖心志愿服务队的志愿者们和社区工作人员一起热心服务长者,不定期举办各种丰富多彩的为老服务活动,使老人们充分感受到社区大家庭的温暖,从而提升老人的归属感和幸福感。

每季度一次的社区生日会,虽然只是一次短暂的相聚,却能为社区内孤寡独居的高龄老人们带来美好的温暖回忆和社区人情的关怀,体现了社区邻里互帮互助的温情传递。



惠忠庵社区新年音乐会 唱响祖国赞歌

“雄伟是山的梦,宽阔是海的梦,蔚蓝是天的梦,幸福是百姓梦……我们昂首再启程,共筑中国梦。”随着社区合唱队的一曲《共筑中国梦》,以“学习十九大歌颂我祖国”为主题的新年音乐会在惠忠庵社区拉开帷幕。

这次演出既是社区宣传贯彻十九大精神的系列活动之一,也是为在新年到来之际丰富社区居民的文化生活。

活动现场洋溢着欢快的气氛,社区居民、文艺队伍共80余人欢聚一堂,兴致盎然地欣赏着这场视听盛宴。社区合唱队的叔叔阿姨们倾情演绎了《我的祖国》《勘探队之歌》《珊瑚颂》

《长江之歌》《英雄赞歌》《鸿雁》《红湖水浪打浪》等二十多首脍炙人口、深受大家喜爱的音乐作品,得到了观众们阵阵喝彩。特别是首次展现的由队员们自创的《惠忠庵社区圆舞曲》,表达了大家爱祖国、爱党、爱社区的热烈心情,赢得了台下居民的欢呼与掌声。最后,在全体合唱队员手执祝福花束演唱的《我爱你中国》的歌声中,此次新年音乐会落下了帷幕。

此次活动不仅在新年丰富了社区居民的文化生活,也让广大居民群众在回味经典的同时,加深对十九大精神的了解,得到了社区居民的认可和喜爱。



芍药居二社区专题展览宣讲十九大精神

新年到来,芍药居二社区党委依托红芍药芍艺园文化长廊,推出了“踏入新征程,迎接新未来,展望新生活”党的十九大精神专题展,让辖区党员、群众吃透十九大精神,将党的声音传递给每个支部、每名党员、每名群众。

此次专题展,社区党委以“专题展+寄语板”的形式,将十九大报告中的“新思想、新论断、新提法”和社区党员、群众

满怀信心寄语未来新生活的活动结合在一起。通过“近五年的点滴变化”“十九大报告里的大白话让你百听不厌”“四十个与你相关的新提法新举措”等主题的展板展示,引导社区党员、群众再一次回顾了党的十八大以来,百姓生活发生的点滴变化。同时对十九大报告作了更加深刻的解析。

芍二社区通过寄语板,让居民们把

对党对祖国的祝福和对未来美好新生活的展望用文字抒发出来。

“立足新起点、迈向新征程,开创新辉煌。”“社区是我家,联系你我他,为民服务好,心系千万家,若到‘红芍社’,就是进咱家。”……当志愿者们亲手将一张张写满党员、群众美好寄语的心形卡片布置到寄语板上,内心的喜悦之情无以言表,这是社区居民们的幸福感言,更是一份“踏入新征

程,迎接新未来”的信心和决心。

此次专题展览,将十九大精神真正内化于心、外化于形,便于居民学习。接下来,芍药居二社区党委将继续多措并举,深入推进学习贯彻十九大精神,在高质量完成地区工委、纪委要求的规定动作的基础上,创新自选动作,突出特色,使学习教育取得看得见、摸得着的实效。

十字社区趣味运动会 欢乐迎新年

新年即将到来,十字口社区举办了一场别开生面的趣味运动会。

比赛开始前,社区工作人员为居民们详细介绍了本次比赛的规则。根据社区老人们的年龄和身体情况,此次运动会设置了适宜老年人健康娱乐的一些比赛项目,如趣味投掷、欢乐保龄、贴鼻子、快手夹球、飞镖高手……这些既有一定竞争性、又饱含趣味性的活动项目,受到了居民们的广泛好评,让参赛者们玩得

不亦乐乎。大家本着“友谊第一 比赛第二”的原则,积极参与。比赛的过程有趣

欢乐,气氛融洽热烈,赛场上不时传来叔叔阿姨们的欢笑声、喝彩声。围观的居民也兴致勃勃,不断地为参赛选手们加油助威,活动现场一片欢声笑语。

此次趣味运动会为大家繁忙的日常生活提供了一次放松休息的机会。“名次并不重要,街坊邻居们聚在一起,玩得高兴才最重要。”一位阿姨开心地说。看到活动得到了居民们的热烈欢迎,社区工作人员欣慰地表示,以后还会继续组织各种大家喜闻乐见的活动,丰富居民业余生活,营造和谐融洽的社区氛围。



夏家园志愿者清理河道 扮靓社区美化环境

近日,夏家园社区组织“家靓”志愿者服务队对辖区内的河道卫生进行了全面地清理。尽管冬日的下午寒风刺骨,气温接近零度,30多名“家靓”志愿者仍旧认真仔仔细细地进行着河道清理活动,给社区居民创造一个干净整洁的节日环境。

在清理河道的过程中,志愿者们干

劲十足。大家带上手套,拿起夹子、铲子等工具,捡拾河道内的垃圾、扯掉杂草和枯树枝。志愿者们以还河道清洁干净面貌为己任,充分发扬了不怕脏、不怕累的志愿服务精神。为更细致地清理,在遇到不方便捡拾的白色垃圾时,大家索性徒手进行清理。半天时间,河道一公里范围内的垃圾被清理一空。

这次清理河道活动,志愿者们共清理出各类垃圾近三十斤,装满了十个大垃圾袋,极大地改善了沿河周边环境。看到河道变得靓丽整洁,参加活动的志愿者吴阿姨说道:“今天很开心,因为我们一起把河道垃圾清理干净了,现在西坝河水域干净了,大家今后出来散步心情也会好很多了!”

志愿者们用实际行动,有效地改善了社区河道周边环境,但河道环境整治

芍药居四社区入户慰问退休人员 送上温暖关怀



在2018年春节即将到来之际,为切实开展关爱社会化退休人员工作,让社区退休人员充分感受到党和政府的关怀,1月9日上午,地区办事处副主任张红霞、社保所所长石卫东来到了芍药居四社区,和社区工作人员一同入户慰问了辖区内的两位社会化退休人员,为他们送去温暖关怀。

此次入户慰问的对象是高龄退休人员白爱银和罗慧兰两位阿姨。首先,大家来到了罗慧兰阿姨家,阿姨今年80多岁,身体不太好,现在跟儿子一同居住。张红霞副主任为老人送上慰问品,关切地询问老人的身体状况和生活状况,拉着阿姨的手唠起了家常。老人感受到了党和政府的浓浓关怀,感动地流下了泪水,连连表示感谢领导的关心。

随后,大家去看望了白爱银老人。老人今年已92岁高龄,仍旧精神矍铄,身体状况很好。领导们询问了老人的生活状况,了解了老人的需求,提前祝福老人节日快乐、身体健康,并为老人送上米、面、油等慰问品。听着领导们关怀的话语,白阿姨感动不已,激动地说道:“感谢党和政府对我们的关心,谢谢各级领导给予的帮助,让我们退休人员能够过一个安稳的晚年。”

礼轻情意重,此次入户慰问不只为老人们送去了物质的关怀,更重要的是为她们带去了党和政府对于社会化退休人员的深切关怀,给予了她们精神上的慰藉与鼓励,增加了她们的生活幸福感,让每一位老人都能深切感受到社会大家庭的温暖。