

## 朋友圈里的侯姐

□郑学富

去年四月,我到陕西寻访抗战老兵,遇到了一位热心人,大家都称她“侯姐”。

侯姐名叫侯莉,无论是二三十岁的年轻人,还是五六十岁的年长者,都叫她“侯姐”,可能是因为她有着大姐般的热情、善良的心肠,关怀抗战老兵无微不至的原因吧。

尽管她比我还小一岁,入乡随俗,我也尊称她“侯姐”,并加了她的微信。

我们要到汉 、渭南、铜川等地寻访抗战老兵。侯姐非常热情,为我们借了一辆面包车,免费使用,并且她全程陪同,很令我们感动。

在路上,我翻看了侯姐发在朋友圈里的微信,大多是关爱抗战老兵的一些记录。这一年多来,她马不停蹄地定点、定向关爱特困、患病老兵,每个月都要去一次,送药、送食物,连节假日都没有,更顾不上家

庭。老公刚开始有些怨言,后来被她的行为感化,理解、 持她所做的慈善事业,并且多次参加关爱活动。咸阳市有一位抗战老兵叫刘爱民,92岁了,身体不太好,她多次到刘家走访慰问,送药、送食物。有一次,刘家人给侯姐打电话,说老人不行了,你能来看一下吗?侯姐听后,立即找车过去。到家一看,家人已为老人穿好寿衣,准备送殓了。侯姐凭着多年的护士经历,认定老人并没有去世,她呼喊着老人的名字,并唱起了《大刀向鬼子头上砍去》。这时老人慢慢地睁开眼,竟然奇迹般地活了。他们又筹资12000多元,把老人送到医院医 ,到现在老人还健在。

从朋友圈里,可看到侯姐关爱抗战老兵忙碌的身影。老兵见了她,格外亲切,犹如见到了久别的女儿一样。高考期间,她要给住在秦岭深处的老兵送药品,不能陪女儿参加

高考。但是女儿却非常理解妈妈,并且 持妈妈的公益事业。

前几天,我又看到侯姐发的一条微信。

微信上说:陕西大荔94岁的抗战老兵王自俊因患 病,在医院抢救18天无效,归队仙逝。侯姐在微信 说:这位老兵家里非常困难,靠低保生活。关爱团发现他才20多天,关爱刚刚开始,我们尽管作了很大的努力,死神还是拖走了老人。老人的女儿流着泪告诉我:“父亲去世前还记得姓侯的女 愿者,她送来了‘抗战英雄’的匾牌,还给我喂饭喂药,想再见她一面。”我听了后很是内疚和不安,我们做的这些事情,和抗战老兵们当年抛头颅、洒热血,保家卫国、慷慨赴死相比,真是微不足道。为了他们能有一个幸福的晚年,我们还需继续努力啊……

## 朋友圈是我的救生圈

□申学利

由于公司效益不佳,儿子经常休班,隔三差五也就有了和同学发小相聚的机会,人聚多了,不免鱼龙混杂,良莠不齐。觥筹交错耳濡目染 际,儿子 渐染上了赌博的不良嗜好。一开始小打小闹,零打碎敲,我并没有在意,自认为孩子们 不过消遣消遣罢了,不会离谱出格的。

谁想,我的放任自流的态度是幼 的愚蠢的,养痍成患, 成大错。久而久之 ,儿子深陷怪圈 ,不能自拔。我追悔莫及,自责不已。儿子本来就工资不多,全充了赌资。抵尽自己的工资尚且不算,还编 各理由哄骗亲戚朋友的钱去赌。一失足成千古恨,这一切我都蒙在鼓里,如果不是儿媳前来哭诉,我还一无所 。

由于我住在老宅,与儿子的楼房隔了好几条街,除了末儿子一家过来吃顿饭 外,平时也就 在电话 闻其音而不见其形了。我赶紧打电话把正在一个酒局上的儿子叫回来,恨铁不成钢,劈头盖脸一顿大骂,“守着好日子不过,守着贤妻不珍惜,把父母恩抛 脑后。鬼迷心窍,赌博是违法犯罪的行为,真要有一天你坐进班房,非要闹个鸡飞蛋打妻离子散不可……”

我苦口婆心规劝,动 以情晓 以理,儿子虽然表面唯唯诺诺满口应允,但背后积习难改故伎 演,依然我行我素。儿子 迷不悟越陷越深,我心急如焚,寝食难安,如临深渊。为了挽救儿子,百般无奈 下,我想到了报警,让警察吓唬吓唬他,但我马上打消了这个念头,儿子如果 道是我“大义灭亲”的话,凭他的性格非跟我决裂不可,那我们以后更无法沟通了,后果不堪设想。

就在我无计可施百爪挠心的时候,我忽然想到了朋友、朋友圈里的 加好友,那可是个藏龙卧虎的地方。我心头一亮,何不把我的烦心事在圈里晒晒,让哥们姐们给我出出 意,集思广益,也许有解决问题的办法。

一石激起千层浪,但网友们没有一个幸灾乐祸看热闹的,他们都急我所急,想我所想,纷纷向我和儿子伸出援手。我非常感谢朋友们百忙 对我的关注和无私的帮 。说来也巧,一个从未谋面的热心网友老赵说他的儿子正和我的儿子在同一个公司上班,他的儿子还是一个小小的科室 任呢。他的儿子和他老爸一样热情,几天 后就把我的儿子调到一个新岗位,并 动和我儿子交朋友,业余去参加健身和一些有益的活动,有意把他带离那个狐朋狗友 醉金迷的境界。

俗话说,“县官不如现管”,父母长辈的居高临下,不如同事的互 提携。如今半年过去了,儿子像脱胎换骨一样,新回归接部就班的阳光生活。一块石头落了地,我不得感慨万分:朋友圈真是我的救生圈。

## 朋友圈



## 圈里圈外总关情

□雪樱

先说一个真实的故事。

去年夏天,米姐漫不经心地刷朋友圈,发现前后两条信息都是关于征婚的。原本不相识的两个单身汪,在她的牵线搭桥下,竟阴差阳错走到了一起。这个国庆节,他们举办了婚礼,新娘红着眼睛说:“谁说朋友圈不靠谱?我俩的红娘就是朋友圈。”

“你在巴厘岛晒太阳,我在百花畔喝茶”,朋友圈让“地球村”里的串门成为可能,人与人可以随时随时随地交流。

我喜欢安静,看书、写字,对朋友圈没有多少兴趣。尤其厌恶那些“无孔不入”的营销党、养生党、鸡汤党,多少次,紧锁眉头,摩挲屏幕,产生拉黑的冲动,但不 怎么又都搁浅了。后来,发生的一件事改变了我的看法。昔日同学建了个微信群,很快就归于死寂,但微信好友里多了好多熟悉的面孔,也勾起 多难忘的童年回忆。没过多久,有人告诉我

李同学突发疾病去世,他的头像就这样不动声色地黑了下去,盯着屏幕,我顿觉眼前的世界摇晃了一下,好像一下子失去了什么,淡淡的伤感爬上心头,是说不出的怅惘。我不禁感慨,人生能有几个圈,又能有多少人 陪你走下去?圈里相遇是缘分,圈外邂逅是幸福,圈里圈外总关情,每个人都应学会珍视,懂得感恩。

入秋以来,鼻炎爆发,涕泪涟涟,整个人都不在状态,我忍不住在朋友圈里发了个心情,没放在心上。过了几天,邻居送来一个小偏方,母亲一脸吃惊,“你怎么 道她犯了鼻炎?”邻居一说,我才想起这回事,不禁心头一暖。今年初,小区门口摆摊的商贩建了个群,免费上门送果蔬,很多邻里互为好友,平日里停水啦、网络检修啦,有个什么事接微信留言,非常方便。有一天,傍晚不 谁家晒的被子忘记收了,对门兰姨收回自己家,在朋友圈贴

出“认领被子”的照片,发出不到十分 ,就有人前去领走了。收快递、收衣服、接孩子、拿钥匙……此后邻里 间熟络起来,微微一“动”很温暖,变得亲如一家。

每天睡前逛一圈朋友圈,几多欢乐,几多愁绪,几多唏嘘,待目光缓缓抚过,那颗被现实的鞭子抽打得千疮百孔的心顿时获得些许慰藉。生活 ,很多人不可能关掉朋友圈去湖心亭看雪,也不可能拔下电源定居南山过田园生活,那么就老老实实地在“圈”里修炼自己,保持好的心态,做正能量的发光体,“红尘作伴,互相点赞”,别枉费每一颗红心;也要学会自嘲,一笑 。即便拉成一条 线,并不代表翻篇儿,或许对方有难言的苦 , 是不愿意暴露自己,有点隐私空间而已。不管怎样,心有多大,朋友圈就会有多大,当我们的心灵越来越强大,才能盛放更多美好与感动,容纳更多来自不同生命的祝福。

## 爸爸的家庭健康群

□苏敏

爸爸多年来受高血压和心血管病的困扰,妈妈年轻时工作环境恶劣带来了严 的风湿关节病。久病成医。尤其是爸爸苦心孤诣研究健康饮食和安全养生,孜孜不倦地读书看资料,自学医学 识。他钻研得最刻苦的时候,是在给他的小女儿去美国看孩子时,抱着在大学做访问学者的女婿的《分子生物学》和《 瘤临床学》,连着啃了半年,获得了很多关于从细胞增 机理层面研究人体健康的 识。家里,他仔细精读过的各类 西医学书籍堆成了山。

爸爸从退休到现在将近二十年了,在医学和养生方面也算小有造诣,不但把自己的心脏、妈妈的腿的病痛大大缓解,连家里老老少少的日常小病、亚健康状态,基本上都是他老人家给调理好的。

慢慢地,老人家在小区里、朋友圈也小有名气,很多人都向爸爸求医问药,甚 小区诊所的全科大夫,有时候都佩服爸爸对一些疑难杂 的见解和处理。

不厌其烦地通过各种 渠道、各方式,向孩子们传达和灌输正确的健康观念和养生方法,已经成为爸爸的日常。为此,爸爸还创建了一个家庭微信群,把他的孩子、孩子的孩子都拉进去。作为群 的他,兢兢

业业,认认真真地每天向群成员们推送自己总结编写的健康 识。

每当一条条来自爸爸的消息,顶着红帽子出现在我的微信消息列表,我就 道我们这个小小家庭群的一天又开始了。

在爸爸妈妈的影响 下,大家也越来越接受这 分享 识、传递信息的方式,越来越理解这是老人在用一 接而浓烈的方式表达对亲人的关心。不过有的时候,这 表达情真意切到给我一 无形的压力:爸爸恨不得孩子们对他所传达的每一条信息都能心领神会、从善如流。虽然有时候因为懒,或者是没认识到而对爸爸的推送有所怠慢,但我们其实也深深 道,每篇文章都凝结着他老人家一片浓浓的慈爱心。耳濡目染,我们也渐渐养成了热爱学习的行为习惯和理性思考的心理习惯。

有一点难能可贵,面对网上传播的一些 如“豆 品所含大量雌激素会提高乳腺癌的患病率啦;牛奶饮品 有肉毒杆菌可 白血病啦……”这样一些似是而非的东西,爸爸从不转发。他看到他的老伙计们转发有关食品安全方面的谣言时,也常常好言相劝,或者据理力争,以 于曾被人送过“犟老头”的“美称”。他也总是劝我们偏听则暗、

兼听则明;在这个纷繁复杂的社会, 识要系统掌握,才能为我所用;谣言虽然貌似符合人们心目的固有认 和生活经验,但经验 义也会害死人呢。

对于为什么食安谣言会这么容易风靡,老爸分析说,一方面是因为,人趋利避害的心理导 “好事不出门、坏事传千里”;另一方面也因为谣言的受 大部分是做父母的,在有 关于子女健康的事情上总是会有尽量规避风险的本能反应,会采取“宁可信其有”的态度。

爸爸还提醒我们说,那些越是言 凿凿、振振有词的食品安全谣言,越是没有确切的时间地点,没有相关部门的权威发言 实。这是谣言的典型“体貌特征”……

家庭健康群的群 ,我的老爸爸,就像一个勤勤恳恳耕耘的老牛,拉着我们这个家庭的大车,在健康生活、快乐生活的轨道上往前走。家里的第三代,正在读书的孩子们,也都渐渐受老人的影响和感召,学习和实践健康 识。大孩子甚 能帮

他们颇有家庭大医生和科学家的范儿,他们整理文献资料,翻译外文资料了。爸爸望向孩子们时,眼神里充满着赞赏和疼爱,一股暖意融进心头,我 道那是来自我们这个家庭的光芒。