

“ 心胸里头能撑船,健康长寿  
过百年。

# “你热爱生活,生活就会热爱你”

## 原省总工会主席卞国福谈退休后的多姿多彩生活

□记者 赵汗青 文/图

和言善气,平静快乐,这是七旬老人卞国福给人留下的最深刻印象。

“我给自己定位是平凡退休生活,坚持在平凡、平静中热爱生活。”从安徽省人大退休已十年时间,这十年时间里,他每天散步、读书、弹琴、笔耕不辍,他认为,你热爱生活,生活就会热爱你,不能忘本更要多行善事。



## A 常参加社会活动,与时俱进

卞国福是诗人、作家、音乐家,也是中国作家协会会员、中国音乐家协会会员、安徽省音乐家协会名誉主席、安徽省作家协会理事,曾任安徽省文化厅厅长、安徽省总工会主席、中共安徽省委党史研究室主任,安徽省人大常委会八届、九届常委。在退休以后,卞国福注意参加社会公益活动,“不能禁闭自己”。

每遇赈灾活动,七旬老人卞国福都会写很多书法作品,进行义卖;此外,参加一些文学研讨会,某个作家的作品研讨会,参加笔会活动。

## B 多读书、细读书,净化提升自我

卞老认为,退休是人生的又一个过程,同样要和以前一样,积极、热情、平稳负责任。做有所学、有所为、有所乐的一个人,对社会、他人、自己都要做一些力所能及的有益的事情。

人常讲话到老学到老,为了跟上时代,必须每天看报纸,看新闻电视,对国家大事有所了解,不能不知道。

丰富自己的思想,退休生活还有一段路,不能迷失方向。有的历史文学艺术著作,过去上班时间很忙,没时间读,现在的时间自己支配,过去读了,还有细读的有必要。

“名著重读是种快事。”自从2005年退休后,卞国福重读了四大名著,也读了很多外国名著,如《复活》、《安娜·卡列尼娜》、《约翰·克利斯朵夫》、

《大卫·科波菲尔》等等。

“适当参加一些调研活动,见证当地的企业发展、人民生活的变化,对自己也是个教育,现在农村、城镇变化很大,乡村空气清新,城镇污染方面的治理要狠下工夫,对自己和他人有益处。”

卞国福仍在坚持文艺创作,他在大学是学音乐专业,同时热爱诗歌,有关的报刊杂志一再邀请写一些作品,写短章、诗歌,给青年作者写序。

“我青年时代,受到一些老师的培养和教育。比如卞之琳、贺敬之、冯至、严阵等对我都较关心,亲身得到他们的教导,感到非常荣幸。”卞国福说。

《大卫·科波菲尔》等等。

“读书不求多,但要到自己进一步理解为止,体会到作者为什么要这样写,和他所处的时代有所挂钩,比如罗兰写克利斯朵夫,写音乐家从少年、青年到老年,细而不乱,细而不腐,让人没有庞杂的感觉。”

另外,卞国福还读中国古诗词以及现当代诗词,如郭沫若、艾青、郭小川、贺敬之、严阵的作品,严阵的《江南曲》“江南春,浓似酒”,语言中古诗词的韵味,又有细致生活的热烈。像普希金、海涅、裴多菲的作品很好,莎士比亚的十四行诗特别好以及悲剧《奥赛罗》、《罗密欧与朱丽叶》作品也很优秀。

“多读书,在书中滋养自己、净化自己,让自己的境界得到提升。”卞国福说。

## C 散步练字弹琴,身体倍儿棒

卞国福一直非常注意锻炼身体。他认为,身体健康,大家才能交流走动,平时他坚持散步,每天在包河边绕行一圈,如果时间多,上午就开始散步,多走一点,差不多一万步。

走走路活动筋骨,吃饭睡觉都香。饮食要以清淡为主,卞老退休后身体一直比较健康。1991年安徽大水,那时卞国福担任省总工会主席,在霍邱救灾时受凉感冒过,到现在一直没有。

谈起自己常年坚持练习书法,卞国福回想起童年的经历:1948年念了一年多私塾,除了认字,就是写字,要写大字和小字,父亲为什么给我念书呢?

原来过年再穷的人家也要贴春联,有一次家里贴春联贴错了,被路人看到,路人讲了一句骂人的话,“三代不念书,不如一圈猪”,父亲听到后没有说什么,不久就让作为长子的卞国福去念书。

不到一年,卞国福就会写门对子,写好以后父亲贴上去很高兴,起笔落笔,描红、临帖,然后自己写,即使以前工作忙,也一直坚持。

“毛笔字只要有功底,坚持一百天,把第一天和第一百天的字拿出来,就是不一样。是一种气功,落笔要用劲,走势都需要用力。”卞国福如是说。

## D 生活感悟:不能忘本,多行善事

卞国福总结了自己的退休后的四点感悟:退休生活也是生活,要热爱生活,你热爱生活,生活就热爱你,原来过去都饿饭,小时候更惨,“我出生在旧社会,现在党带我们实现中国梦,很令人鼓舞”。

要珍惜时光,大好时光来之不易,国力强盛,光阴不能虚度,既不能像过去那样紧张,也不能脚踏西瓜皮。

多行善事,待人和善,诚信友善。回想起1948年,农村亲戚到家,家里没有菜,祖母从邻居那借鸡蛋,还别人鸡蛋的时候要大一一些,家庭再困难,遇见讨饭的也要给一勺,祖母在旧社会带全家挣扎地活下来,想一想就要给困难的人力所能及的帮助。

无论何时何地,不能忘记自己的使命,不能忘记为人民服务。我们从苦难中走出来,不能忘记社会给予我们的成就,不能忘记同学给我们的帮助。当时我没有钱买课本,借同学的课本看,平时老师讲课就记笔记,不要脱离时代,不能脱离人民,不能脱离生活。总的感觉,随着时代的发展,退休了以后仍然要不断探索,尽可能地与时俱进。

卞国福创作了一首诗,表达自己的人生意愿:

“人生应该是诗,莫用烦恼折磨自己;呼唤生活,生活就呼唤你。我是棵小草,踏着我来,踏着我去,留下一小诗。”

# 激情与环保的完美平衡 东风标致 308S 高效动力领跑市场

东风标致 308S 1.6T 自动劲驰版自上市以来,就迅速吸引众多人的目光,并凭借强悍实力跻身紧凑运动车市场的领跑者地位,被视为“神车”高尔夫7与后起之秀福克斯 1.5T 的强劲对手。作为东风标致 308S 的“杀手锏”,“1.6T+STT”在满足强劲动力的同时,还将超拽油耗表现展露无疑,这不仅符合消费者的驾驶需求,同时也与当下的环保理念不谋而合。

## 高效动力 带你体验热血沸腾的驾驭体验

由于消费者用车需求越来越年轻化,更多人也在追求汽车外观时尚的同时,希望它还能有一个让人热血沸腾的强劲动力来满足自己的驾驭欲望。

东风标致 308S 1.6T 自动劲驰版搭载与 BMW 联合开发的 1.6THP 涡轮增压发动机,作为连续 8 年蝉联“国际年度发动机大奖”的明星发动机,百公里加速只要 8.5 秒,动力参数更是高达 123 千瓦,

245 牛·米。相比之下,高尔夫 7 1.4T 双离合舒适版虽为“神车”,但参看其最大功率为 96 千瓦,扭矩为 225 牛·米的动力数据,显然 308 1.6T 自动劲驰版略占胜场;而“换芯”后的全新福克斯两厢 1.5T 自动精英版的最大功率 133 千瓦,扭矩 240 牛·米相比,在性能上与 308S 算是旗鼓相当。从数据上来看,308S 1.6T 自动劲驰版的强劲动力毋庸置疑。

## 以实力突出重围 引领市场风潮

在竞争激烈的市场中,要想在高尔夫与福克斯之间做到异军突起,除了有强劲的动力之外,在油耗上也拥有令人称赞的表现才可以,而东风标致 308S 恰好做到这一点。

308S 搭载的 STT 智能启停系统不需要驾驶员改变任何习惯,即可告别发动机怠速产生的噪音及振动,让你在现代都市的道路上,不必因为堵车或等红灯频繁起步而担心油耗问题,相对于传统的发动机,可节约

燃油 15% 左右,大幅降低你的用车成本。

在 STT 的加持下,308S 1.6T 自动劲驰版百公里油耗低至 5.9L,但“强劲动力,更省油”可不是谁都能做到的。就高尔夫 7 1.4T 双离合舒适版来说,虽油耗与 308S 相当,可动力差强人意。而全新福克斯 1.5T 自动精英版,在性能相当的情况下,百公里油耗达到 6.3L。可见,在动力加油耗的综合实力上,308S 在三款车型中相对占优。

在面对汽车市场激烈竞争中,只有从消费者角度出发,才能在市场中占据领先地位。而搭载“T+STT”的东风标致 308S 1.6T 自动劲驰版在为消费者带来热血沸腾的驾驭体验的同时,也为消费者将节能进行到底,真正将动力与节油完美兼顾。相信东风标致 308S 凭借着超越同级车型的高效动力,绝对有机会成为该细分市场的翘楚。

