



地下青春 苗青/图

做有“宽”度的好人

□ 农华

子贡曾问过自己的老师孔子：“老师，有没有一个字，可以作为终身奉行的原则呢？”孔子思考一下说：“那应该就是‘恕’吧！”

恕，拿今天的话来说，那就是一个人在为人处世时的度量，也就是我们常常说的宽容。

记得前不久回趟老家，才听说族里一个晚辈刚离了婚，这倒不是说离婚是什么稀奇事儿，只是这位晚辈才结婚没多久，怎么就离婚了呢？这让我疑问不已，经了解才知道，原来是因为这个晚辈的老婆在参加一次同学聚会时，可能喝多了点酒，所以和一些男生搂搂抱抱，且有人把当时的视频传给这个晚辈。后来事情可想而知了，虽然这个晚辈的老婆对自己酒后失态很自责，也希望晚辈能够给她一次改过自新的机会，无奈结果还是以离婚而告终。

听了事情的原尾真让我为之叹息，其实说白了，就这事还真没大到非离不可的境地。我们憧憬的婚姻总是希望那么美好，然而谁也无法意料婚姻路上需要面对多少的曲折和艰辛。不是有那么一句歌词吗？相爱总是简单，相处太难！是啊！能够相守到老的老婆才是最令人向往的幸福。但是现实中的爱情没有十全十美，只有相互理解和懂得宽容，才能长相厮守，白头偕老。

在生活和工作中，我们每个人难免与别人产生摩擦、误会，甚至闹到和别人结下仇恨的地步。在这个时候不要被仇恨冲昏了头脑，做出任何让人后悔的事情来，应牢记在自己心里时刻都装满了宽容。对！就是宽

容，它是温暖明亮的阳光，可以融化人内心的冰点，让这个世界充满浓浓暖意。

当我们和别人发生争执，遇到隔阂的事情时，我们不妨想一想六尺巷的故事。话说清朝康熙年间，桐城人张英官至文华殿大学士兼礼部尚书。邻居是桐城另一大户人家姓叶，主人是和张英同朝为官的叶侍郎，两家因院墙而发生多次纠纷，互不相让。见况张老夫人只好命人修书送给在京做官的张英，张英见信后深感忧虑，深思之后回复老夫人：千里家书只为墙，让人三尺又何妨，万里长城今犹在，不见当年秦始皇。于是，张老夫人便令家丁后退三尺筑墙，叶府人见到张府礼让之后很受感动，把自家的院墙也后移三尺。张、叶两家从此消除隔阂，世代友谊。

或许有人会说宽容是懦弱的一种表现，其实不然，有懦弱之嫌的宽容根本谈不上真正的宽容。宽容是人生非常难得的一种佳境，宽容是需要操练和修行才能达到的境界。宽容，既不是懦弱，也不是忍让，也不会嫉人之才，鄙人之能，讽人之缺，责人之误，而是察人之难，补人之短，扬人之长，谅人之过。宽容更是一种大聪明、大智慧，智者都知道宽容别人，就是解放自己。

世界之大，人有林林总总，每个人都穿梭于茫茫人海之中。当你面对别人的过失或者你自己的过失之时，这时候你或者对方一个淡淡的微笑，一句轻轻的道歉，表达出来的却是包涵和谅解，这就是宽容。正所谓：己所不欲，勿施于人！

幸福在静待花开中

□ 周芳

晚上下班，接到表妹电话，未及开口，表妹就在电话里呜呜哭起来。原来表妹夫看到别人在城里买房买车，一心想发财，竟然瞒着表妹在网上参与赌博，不但一夜成穷光蛋，还给派出所抓起来了。我只能安慰表妹，想法度过眼下难关，劝说老公悬崖勒马，只要真心改错，日子还是有盼头的。

回家的路上，我心里直感慨，这世上家和才能万事兴，哪有什么不劳而获！

我想到原先的一户近邻，刚来时新婚，租的房子。一年四季他俩同进同出，恩爱甜蜜。春夏秋冬，总是一样的工作服，看衣服上的厂标，是郊区的一家企业。每年底，他俩都会用自行车驮回大量的门对纸，只要有空就去集市支个棚子卖门对，现写现卖。有时卖的断了货，女人当场裁纸研墨，男人挥毫一气呵成，天寒地冻，年年如此。据说，男的一手好字能给家里带来富足的年货。再后来，房东要到省城了，看小两口勤快，老实，以分期付款方式把房子卖给了他们。临走前，房东对我们这些老邻居一一话别，说起旧房子动了感情，但对小两口夸赞不已，说是找着这样一个好下家也算宽心了。

时间慢慢地朝前走着，小两口有了孩子，家里进进出出的也有了老人来帮衬。晚上散步时，经常看到一家老少其乐融融。刚开始，我还揣摩着年长者是不是男人或是女

人的父母，但在他们敦厚的笑容里，在清脆的“爸”“妈”声中，我傻傻地分不清。是啊，同在屋檐下，包容与关爱足以让原本迥异的两家人，成为相亲相爱的一家人了。

有一次下班，突然看到小两口在楼下擦车，他们居然买了新车！是那种充电的新能源车，价格很工薪。我脑子迅速将车换算成现金，倒不是嫌车便宜，而是小两口满满的幸福感打动了我。夕阳的余晖让新车镀上了一层金光，依旧身穿工作服的他俩，一个洗抹布，一个擦车，偶尔，越过车顶，递一个幸福的眼神，传一句慰心的话语。

有了车，一家人生活的半径也扩大了，老少三代经常乘车出行，乐乐呵呵，一团和气。有时，回来时车子的后备厢是满满的时令鲜蔬，还曾送给我几棵茼蒿，一把蒜苗，说是回了一趟老家，菜园里现摘的。

再后来，我离开了那里。前两日去办事，我再次遇见俩人，他俩依旧身穿同样的工作服，正挽着胳膊在楼下小广场散步，女的明显有了身孕。看到我，他俩也是一脸的惊喜，说是大宝上了小学，二宝就要出世呢。

相识也不过十年，眼看着他俩用心地规划着生活，家也慢慢地有了美好的模样。人生最曼妙的风景不是最终的富与贵，而是在庸常中的静水流深。幸福，其实就是身在福中知福、惜福，然后与岁月一起静待花开。

□ 生活百科

45岁以上女性不宜“折腾”怀孕

随着二孩政策的放开，越来越多的高龄女性希望能再生一个孩子。中山大学附属第六医院生殖中心主任梁晓燕透露，一年来，高龄女性门诊增加了3倍。不过，包括成功培育全球第一例试管婴儿的以色列专家布鲁诺·鲁能菲尔德在内的多位中外专家一致建议，女性应在35周岁以前生育第一个孩子，而45岁以上女性则最好不要再通过试管婴儿或其他手段“折腾”怀孕。“45岁以上女性即便通过试管婴儿技术怀孕，得到一个健康孩子的几率也只有3%~4%。”布鲁诺·鲁能菲尔德说，在以色列，政府只会为44岁以下的女性使用试管婴儿技术怀孕埋单，“一方面，女性年龄太大，不利于孩子今后的抚养；另一方面，这些女性生下的孩子有很大概率会发生畸形、低智商等问题”。

□ 健康顾问

6信号识别帕金森

帕金森病早诊断有助于更好地管理疾病，出现以下一个以上的症状就要警惕了：1.震颤或抖动：手指、下巴和嘴唇有轻微震颤；2.小写症：写字时字越来越小或挤在一起；3.嗅觉减退：不能闻出某些食物的特殊气味；4.睡眠异常：在熟睡中大声大叫、抽动或拳打脚踢；5.行走困难：走路时脚抬不开地面，手臂摆动减少；6.面具脸：看上去严肃、沮丧和生气。如果经常出现这些现象，一定要引起重视。

国网合肥供电公司 “临时接电费”退费公告

尊敬的电力客户：

遵照《国家发展改革委办公厅关于取消临时接电费和明确自备电厂有关收费政策的通知》(发改办价格〔2017〕1895号)、《国家发展改革委办公厅关于清理规范电网和转供电环节收费有关事项的通知》(发改办价格〔2018〕787号)文件要求，现将“临时接电费”退费事宜公告如下：

一、退费范围

已缴纳“临时接电费”未办理退费的临时用电客户。

二、退费金额

按照供用电合同约定全部退还，计算时间截至2018年7月31日。

三、退费需提供资料

1.退费客户身份证明：(1)退费客户为企业的。应附营业执照或组织机构代码证复印件、经办人身份证复印件、授权委托书。(2)退费客户为行政事业单位的。应附经办人身份证复印件、授权委托书。(3)退费客户为个人的，应附身份证复印件。2.临时供用电合同原件(或复印件)。3.供电公司出具的临时接电费收据原件。4.客户退费账户信息。退费通过银行退回至原付款单位(或个人)付款银行账户。

四、公告期限：2018年7月26日-2018年8月31日。

五、退费截止日期：2018年12月31日。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片……如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：shdx_2016@163.com。