
AI生成图

衣宽方知父爱深

□楼芳琦

父亲变老，好像就是这半年的事。头发已经白了大半，脸上的皱纹愈发多了，也更深了。那件洗得发白的短袖又宽了些，风一吹，便贴着身子，显出了他那瘦瘦的轮廓来。

我的父亲生在农村，长在农村，一辈子没走出过方圆几十里地。父亲小学三年级都没读完，就早早地和爷爷一起上山砍柴挑柴，我想他的背就是那时候驼的。

后来为了生计，父亲开始跟着别人做起了泥瓦匠，这一做便是大半辈子。这活没有固定的休息日，谁家盖房，谁家垒墙，喊一声他就去。附近的村子他都去过，这一带的人，多半认得他。

小时候，我并不理解他的辛苦，只知道父亲每天收工回来的时候，衣服几乎看不出原来的样貌，裤脚结满了水泥块，牢牢地扒在布料上，要想洗干净，普通的刷子没用，必须要先用钢丝球刷一遍，把大块的水泥刷掉。再仔细寻那些芝麻大小的点子——既考验眼力又考验耐力。刷净了，还得用肥皂搓上两三遍，这衣裳才勉强算是洗干净。

由于家里条件差，父亲常年就那两三件换洗衣服来回穿，连我穿剩下的军训服也不嫌小，捡过来就往身上套，一穿就是好几年。衣裳穿得久了，领口总免不了磨边，胳膊肘、裤腿时不时就磨出个小洞，祖母便翻箱倒柜地找块颜色相近的布，戴上老花镜，一针一线地细细缝上。

缝好的补丁一眼就能看出来，一块一块贴在衣裳上，格外突兀。可父亲半点也不介意，照样天天穿着下地干活、上工砌墙。水泥灰落上去，尘土沾在上面，反倒把那些补丁悄悄掩住了。他从不讲究衣着好坏，只要衣裳能遮风挡寒、耐造耐磨，在他眼里，就是顶好的衣裳。

后来，我上了班，手里渐渐有了存款，虽然不多，但心里第一个念头就是给父亲买件新衣裳。

那天我拎着衣服回家，老远就看见他站在门口等我，我把袋子递过去时，他愣了愣，眼神里带着几分局促："买的什么东西？"看清是衣服后，他忙说，"衣服我有的，不要。"我只好说买了没法退，父亲这才接过去又问道："多少钱？"我说没多少。他展开看了看，嘟囔一句："乱花钱。"

第二天，那件衣服他还是穿在了身上，一大早就出了门，在村里转了好几圈才回来，到家时，嘴角都还噙着笑。在他那骄傲又满足的笑里，我能感受到，父亲很享受在乡亲们的见证下收到女儿礼物的那份自豪。

细细端详着父亲鬓边藏不住的白发，我忽然心里一酸，眼泪也不自觉地落了下来。这辈子，他穿惯了补丁摞补丁的旧衣，所求从不多，儿女一件普通衣裳，就够他开心许久，自豪许久啊。

于是我暗暗告诉自己：我定要更加努力，好好孝敬父亲。我也期盼，自己带回来的这一份蕴含在爱里的绵绵真情，馨香恒远、历久弥坚，温暖父亲的后半生。

喝酒与戒酒

□胡志东

戒酒和解酒，读音相近，意思却是天差地别。有一回喝完酒，脑子还算清醒，但醉意实实在在。两条腿不听使唤，走路踉踉跄跄。我拿起手机给朋友发了一条微信语音，问："何以戒酒？"

朋友回复："多喝点茶水，早点休息。"看来朋友听成"何以解酒"了。年纪渐长，前几年每次喝酒都会难受，头晕、恶心，浑身都不舒服。

老话常说，无酒不成席。以前喝酒是件开心事，三五好友相聚，推杯换盏，聊聊工作生活，闲谈打趣。但近年来，喝酒只剩下难受，戒酒的想法，早就萌生在心里了。

酒，贯穿中华上下五千年文明史。它不只是杯中佳酿，更是礼仪、情谊、灵感与豪情的载体。古往今来，酒成就了无数文人的笔墨：李白斗酒诗百篇，借美酒抒发山河浪漫情怀；苏轼把酒问青天，对月寄托心中情思。酒是文人的知己，助他们抒怀遣兴，留下无数千古名篇，丰富了华夏文化。

武将亦常以酒明志，尽显英雄肝胆。古时将士临战前酌酒，并非贪杯，而是提振士气、表明决心。三国甘宁战前与将士共饮，百骑劫魏营；张辽摆酒犒赏士兵，而后大破敌军。边塞将士举杯饮下葡萄美酒，抒发保家卫国的壮志。一杯酒，凝聚同袍情谊，尽显报国豪情。

酒的妙处在于助兴，而不是贪杯醉酒。"开车不喝酒，喝酒不开车"，这句话人人耳熟能详。可总有一部分人，酒后头脑发热、心存侥幸，执意驾车上路。有的人被交警当场查获，也有人在酒精的影响下酿成车祸，甚至夺去他人生命。

过量饮酒，对全身都会造成伤害。酒精刺激胃黏膜，容易引发胃炎、胃溃疡，胃痛反酸，严重时还会出现胃出血、呕血；长期饮酒会诱发高血压、心肌病、房颤，增加心梗和中风的风险。醉酒后，人反应迟钝、判断力下降，走路不稳、记忆力减退，严重时会昏迷，呕吐窒息还会有生命危险。短期或长期大量饮酒，会让脂肪堆积在肝脏，形成脂肪肝。很多人早期没有任何不适，往往要体检做B超才发现。这种情况是可逆的，坚持戒酒，肝脏就能慢慢恢复。

酒虽可以助兴，贪杯却容易惹祸。饮酒过量，不光伤肝伤身，人还容易情绪失控，引发口角斗殴、寻衅滋事、醉驾肇事、故意伤害、损毁财物、妨害公务。一时冲动之下，轻则拘留罚款，重则判刑留下案底，毁掉自己的前程，拖累整个家庭。

与其不断伤身，不如下定决心戒酒。我自己就是最好的例子。前些年体检，查出不少和喝酒相关的问题：脂肪肝；谷草转氨酶、γ-谷氨酰基转肽酶指标都偏高。医生叮嘱我控制饮酒，最好直接戒掉。果然，戒掉以后，一身轻松，许多老毛病都没了，也不再醉酒后睡得昏沉，每天醒来，都像在迎接新的一天。


AI生成图