四十年 我家生活大变样

40年来，改革开放波澜壮阔，百姓生活极大改善，每一座城市、每一处乡村、每一个家庭都发生了翻天覆地的变化。

图为2018年初，卢萍（左）、丈夫李鸿波和一双儿女在拍摄全家福。 **张秉烁**摄

衣食住行

以前想都不敢想

■ **陈希国** 吉林长春 退休干部

改革开放40年来，中国经济总量不断扩大，老百姓收入不断提高，有了实实在在的获得感和幸福感。我就是其中的参与者和受益者，也是幸福生活的见证者和享受者。

家庭生活无外乎衣、食、住、行，而这些方面与改革开放以前比较真是变化巨大。

先说衣。改革开放前，没有其他选择。我家孩子多，衣服样式没啥可挑，老大穿完给老二，老二穿完给老三，一直穿坏为止。现在则不同了，不仅讲颜色，而且讲款式，更讲质地和牌子。现在4个孩子都大了，生活好了，每人一身貂皮大衣，平均近万元。这在过去想都不敢想。孩子们有了，不忘父母。所以我和老伴也都混上皮毛一体的貂皮衣服了。

再说食。以前只能讲糊口、讲温饱。现在不同了，已经讲反季、讲新鲜、讲营养、讲健康了。冬天常常吃到新鲜蔬菜，不到年节也可以吃到各种肉类。真是想吃啥就能吃到啥，想买啥就能买到啥。我和老伴都有高血压，不咋吃肉。可是冰箱里还是储存不少牛羊猪鸡鸭肉，一旦馋了，老伴就做一顿，把子女都叫回来会餐。为增加更多的营养，老伴还时常买些龙虾、螃蟹啥的供大家享用。

再就是住。改革开放前住的是农村破破乱乱的土坯茅草房，夏天漏雨冬天凉。改革开放没多久搬到县城，先是住两室一厅的楼房，后住三室一厅，现在又住进花园式小区12层的电梯楼，室内装修比较豪华，家具一应俱全，应有尽有。子女也各有其所。

还有就是行。过去，不管去多远的地方，就是靠两条腿走，顶好也就是自行车。现在不同了，4个子女都成家立业，每家都有一台私家车，而且都是比较好的车。有个大事小情，一个电话，车就到家，方便极了。

这些变化都是改革开放带来的幸福，我很满足，更庆幸在有生之年赶上了好时代。

二孩

一家四口乐融融

■ **卢 萍** 北京 国企员工

这些年，我家紧跟着国家的计划生育政策转。2011年儿子5岁时，我意外怀孕了，万般不舍地去做了流产手术。谁成想接下来几年，儿子时不时念叨想要一个弟弟。

2015年下半年，各地二孩政策陆续出台，我和老公很犹豫，年龄大了、精力差了，生容易、养不易啊，也就不了了之了。直到2016年元旦，儿子10岁生日，他要的生日礼物居然是“一个小宝，最好是弟弟，妹妹也行”。就这样，我开始了幸福的二胎孕期。

怀孕后，儿子兴冲冲地每个月给我拍照，还劝同学、写作文，说有个小宝好。公公婆婆也很高兴，说：“我们这身体，给小的带到幼儿园没问题。”我都想好了生日，老大是1月1号的，老二就2月2号吧，比预产期早几天剖出来。然而，甜蜜的美梦在一个周五醒了：那天我陪儿子游泳，劳累过度，提前破水，孩子31周早产了。

小女儿生出来只有1300克，而且心脏房间隔卵圆孔缺损，直接进ICU住了40天。我因为胎盘残留、又做了清宫手术，加之不能亲自哺乳，吸奶涨奶堵奶通乳，痛苦不堪。那段时间，我产后抑郁了，甚至有轻生的念头。又和公公婆婆起了几次争执，他们回老家了，我们匆忙地找了保姆，全家都要照顾早产的小女儿。家里负面的气氛直接影响到了儿子，他开始逆反，也不那么喜欢小宝了。

我很快意识到了问题的严重性，开始看心理学、教育学方面的书籍，还去做了两次心理咨询。小女儿的身体状况逐渐好转，整天追着哥哥；儿子虽然初一开始住校，但在家时也会照顾妹妹。一年半之后，家里终于恢复了温馨平和。

人人都说一儿一女好，只有我自己知道这“好”字写得多么不容易。但我并不后悔，反而感谢这段经历，它让我成长，让我不惧将来的风风雨雨。我也相信这种乐观、坚强也会帮助孩子更好地成长。

民企+公益

公益路上十五年

■ **王德江** 黑龙江哈尔滨 青年新媒体促进会会长

最早接触到公益活动是在2003年，自驾车到西藏珠峰。一个老哥跟我说，买点儿铅笔吧，放在车里，进藏后沿途会有很多村庄里的孩子会需要的。于是，这一路进藏的旅途让我感受到了无数双小手伸向我的时刻，还有那一双双炙热的小眼神看着我的幸福时光……

从为大学生捐助假期返乡车票，到给环卫工人准备水杯，从帮助大头娃娃，到助教特殊教育学校，从爱心衣橱的一名志愿者成为长为爱心衣橱公益基金的管委会委员，行走在公益路上的15年里，没有一丝的遗憾和后悔！

经常有人问我，你是一个企业家，为什么要拿出来那么多的时间和精力去做公益事业？你不怕对企业有影响吗？我说：是的，公益活动对我的企业有很大的影响。但是，这种影响是积极正面的影响，让我们的每一个员工都有种责任感和使命感，让企业的凝聚力更强，让团队更优秀，让我们的合作伙伴更有信心与我们一起合作！

我把一件事情坚持做15年，更在其中找到了属于自己的快乐，收获了友谊，提升了自己，带动了身边的朋友们和家人，让更多的人了解公益，参与其中，享受着公益事业带给我们的温暖和感动。

公益做久了，你会发现，无谓的应酬少了，学会了科学地管理时间；攀比少了，不会再为别人的闲言碎语烦恼和纠结；浪费少了，不在乎所谓的名车名表维系的面子工程；更珍惜朋友的友谊和家人的陪伴，更用心地去感受生活中细小的快乐……

特蕾莎修女曾经说过：我们常常无法做伟大的事，但我们可以用伟大的爱去做些小事。哪怕一点点小事都能改变一个人，影响一个人，帮助一个人！我愿意将公益一直坚持下去，直到永远！

丁克

“无后为大”过时了

■ **鲁翊岚** 四川成都 公司职员

“无后为大”这一观点早已植根于国人的基因血脉中。毕竟，子孙满堂、天伦之乐是最令人向往的家庭生活状态。但不同的个人生活选择越来越得到社会的尊重。

工作两年后，我和相恋5年的男友步入了婚姻殿堂。

婚前，我俩很享受恋爱的过程，也一起设想过未来的生活方向与细节。我俩工作稳定，身体健康，都属于文艺小资，喜欢看书、旅行、种花、养小宠物。我俩都像野马一样，喜欢自由奔腾，不喜欢被任何人和事所羁绊，都非常希望将来能继续保持热恋的温度和新鲜感。虽然也喜欢小娃娃，但觉得自己都还是稚气未脱的孩子，理应是对方心里至尊无上、独一无二的宝，不愿意中途多一个“小情人”来分享两人世界。

我是家中独生女，老公还有个双胞胎姐姐。大姑子嫁人了，先生了一个男孩，二胎政策放开后又添了一个千金。起初我们两家的父母，对我俩婚后多年不生养孩子，多少有些微词，但出于对我俩忙碌的高强度工作，大城市生活压力、生活成本质量的考虑与理解，加上对身体健康状况的考虑，倒也还没多说什么。好在双方父母有文化又开明，我和老公恩爱有加，对他们也孝顺，有时也有意无意旁敲侧击做他们思想工作。渐渐地，他们也不再在要孩子这件事上给我们施压了。

这些年，我和老公把主要精力放在努力工作和享受生活上，相互照顾，彼此珍惜，利用一切机会制造婚姻生活的新鲜感。周末，我俩要么驾车到近郊，尽情地在大自然怀抱中享受慢生活；要么一起健身打卡；要么一起去福利院做义工，献爱心；要么去私房点心面包店DIY做甜点；要么一起包场看电影后，在屏幕上打出向对方示爱的字幕，给对方一个惊喜……

其实，在我们的同龄人朋友中，依旧有一部分人不太理解我们，好在大多数人尊重我们的选择，尊重我们的幸福观。老公的姐姐曾开玩笑说，如果将来哪天我俩感觉寂寞了，她就把儿子、女儿让我俩任意挑一个回去养。闺蜜们也多次问我，将来老了怎么办？我笑着说，可以自己养老，也可以进养老院，只求彼此珍爱对方，相互照顾，活得自在潇洒，一起慢慢变老，一辈子当对方手心里的宝。

黄自宏整理

邻里关系

不能老死不相往来

■ **孙女士** 辽宁大连 三甲医院 行管工作者

因为我工作的单位离家远，每天一大早匆匆下楼上班。“咔、咔、咔”高调且急促的高跟鞋声是我的标配，或许也是我留给邻居们最深刻的印象。当然，我也有不愿意和邻居打照面，躲避他们的原因是——

15年前，我和邻居们脚前脚后搬入这个书香气浓厚的小区。由于丈夫在外地一家公司上班，偶尔回家，女儿忙于上学，这么多年来，我家的烟火味不浓，和邻居基本没话。有时候我上下班走在小区，想和邻居遛狗的大哥打声招呼，人家远远地冷冷地看着我，我又张不开嘴。

3年前，因我坚决反对上大学的女儿和矮她半头的男孩子谈恋爱，一气之下，早上上班时把女儿反锁在家里。到了中午，孩子在电话里和我大闹。怕孩子万一有个三长两短的，但从单位回家得近一个小时，我不得已只能想办法给她开门。找谁帮忙呢？

我和邻居同楼道生活十几年了，悲的是，手上一个邻居的电话号也没有，急得都快哭了，这时我才觉得和邻居相互走动、留个联系方式有多重要。最后，还是同事给我出了个主意，让我试着给物业公司打电话。你别说，物业还真把我家同门洞一楼邻居大哥的手机号给了我。接通电话后，大哥爽快地帮我解决了这一难题。

和邻居相处不好，也不能全怪我一个人，我丈夫也有“贡献”。一次，他拿起有污水的垫子就从3楼的阳台往下抖落，结果污水洒落在一楼花园里的阿姨身上。阿姨说他几句，他还不服，引发其他邻居对他的“同仇敌忾”。还是我，一顿道歉总算平息了事态。

丈夫不常在家，我也懒得做饭，叫外卖是常事。下楼捎带垃圾时，我穿得时尚靓丽，为避免把汤水滴流在身上，拎垃圾时离身体远远地，汤汤水水不免会滴洒在楼道里。我的这一“习惯”可能也惹得邻居反感。

让我恼的是，同楼道10多户人家，除我和两家租房户外，其余邻居联系都挺紧密的。房前屋后，不能老死不相往来。看来，我真得好好反思一下自己，尽快改善自己的邻里关系了。

鲍文锋整理

图为追格大妈身着鲜艳的服饰，在乡政府近日举办的庆祝改革开放40年活动上欢快地跳起藏族弦子舞。 **扎史农布**摄

脱贫

请求退出贫困户

■ **追 格** 云南德钦 江坡村吉里小组村民

我今年53岁，是扶贫建档立卡户。我现在请求退出贫困户。为什么申请退出贫困户呢？是因为我家现在已经达到了脱贫摘帽的标准。儿子参加工作，家里也有了稳定的收入，所以请政府去帮助比我更需要帮助的人吧。

说几件不堪回首的往事，那一连串的灾祸导致我家一贫如洗。1999年9月27日，丈夫因病在县医院里不幸离世。2003年，房子失火烧没了。2007年7月7日，我妈因病去世。2009年8月16日，年轻的弟弟不幸车祸而亡，两年后，我的大儿子也因摩托车车祸而亡。10年时间，在我生命里最重要的4位亲人从我的世界里消失了。一连串的打击让我生不如死，甚至也想一死了之，一了百了。接二连三的灾祸让家里没有了劳力，没有了任何经济收入，我自己也体弱多病，一下子成了贫困户。在我彷徨的时候，小儿子考上了大学，生活似乎为我重新打开了希望的大门，但是儿子的学费也成了问题。

在我生命最灰暗的时候，党和政府以及许许多多的好人给予我无私的帮助，让我一次次熬过了艰难的岁月。每一笔账我都记得清清楚楚：2000年，国家给我一次性9000元安葬费，2001年—2012年每年给我600元的遗属费，2013年给我1225元，2014年给了1258元，2015年1630元，2016年1680元，2017年追加到4100元。我还记得在我长子车祸时，江坡团组织负责人斯永强带领团员帮我收包谷，九浓团组织给我送来一拖拉机柴火，敦古小组送给我半车柴火，吉里党小组帮我从山上拉来有机肥……这一切我从未忘记过。

现在我的日子好过了，儿子毕业后考进了事业单位，在兽医站上班，每个月都有了固定收入。我在家也努力干活，葡萄、核桃等经济作物每年也有了上万元的收入，加上养牛、羊、猪、鸡，都能卖不少钱，家里确实没有什么困难了。

我恳请政府批准我退出贫困户行列。另外，我已经买了一台液晶电视机，几年前村委会送我的电视我想退回去，给更需要帮助的贫困户。 **江 初**整理

广告联系电话 65363547 65367287 办公室 65369330 发行部 65369319 传真：（8610）65003109 零售1.5元/份 国内定价全年280.80元 国内统一刊号：CN11-0066