

她凭着乐观豁达 走过107载



魏秀美 107岁生日照。

百岁老人魏秀美心胸开阔处事从容
清淡饮食喝点小酒让生活别有滋味



晚霞灿烂落红美，人到百岁正金秋。107岁的魏秀美的长寿“秘诀”是饮食规律、脾气好、心态好、处事豁达乐观。她用自己可贵的品格影响了一辈辈子女，将好家风代代传承。跨越了两个世纪，这位笑容和蔼的老人有何处事之道？让我们走近今日的主角百岁老人魏秀美。



喜欢剪纸和养花的魏秀美享受幸福的晚年生活。

奶奶让我们成为快乐的孩子

晚辈说
“今天是我的奶奶魏秀美女士、我们的老寿星107岁大寿的日子，非常高兴能代表奶奶的孙子孙女、外孙外孙女以及列位家人致辞拜寿。值此良辰吉日，祝老寿星福如东海、寿比南山！春秋不老、身体康健！笑口常开、福乐绵绵！”在魏秀美107岁寿宴上，长孙张磊代表孙辈儿女致辞，现场的气氛令人动情。为庆贺魏秀美寿辰，张磊还专门填写了一首《清平乐·拜寿》送给奶奶。“满堂欢笑，儿孙厅堂绕，福寿双星齐来到，唯魏秀美翘楚。曾持九房之家，儿孙梯次带大，笑傲百年风雨，春风十里佳话。”大家望向精神矍铄又笑容和蔼的老寿星，想起了她这一生的操劳与付出。

魏秀美出生于1917年10月13日，跨越了两个世纪，她经历了许多社会变革，却对生活的一切动荡与变化都波澜不惊，安稳过好自己的日子，照顾着家庭。出生在那个年代，魏秀美这辈子都没有上过学，却深知“孔孟之道”，18岁时嫁入现在的大家庭，作为长房儿媳，主动操持着一大家子的大小事宜，忙忙碌碌了大半辈子，从不怨天尤人，脸上总是挂着笑容，这样乐观豁达的一位长辈，让在外打拼的孩子们

深深挂念。

“我们的老寿星，几十年兢兢业业操持家务，为家族奉献了青春热血，做出了巨大贡献。特别是我们诸多儿孙，就是在老人家的怀抱中和庇佑下长大的。就像我一样，作为孙子孙女、外孙外孙女，甚至曾孙、玄孙辈，我们多数人都在老人家怀里撒过娇、在她身上撒过尿，由此激荡出的血脉亲情、伦理之欢自不必说。如今，我们家族五世同堂，这幅幸福的景象使我们祈愿能够与老人家永远在一起，我们在她面前才可以做一个快乐的孩子。”祝寿词中，长孙张磊动情地说道。“过去，人过七十即为古稀。如今，人们常望百，人生难满百。放眼全世界，百岁老人并不多见。奶奶成为超百岁的寿星，既是老人家本人的荣耀，也是我们整个家族的荣耀。如何才能健康长寿？奶奶用她的言传身教告诉我们，要坚持与人为善的品行操守，要秉持自然而然的平和心态，要保持勤劳俭朴的生活作风。奶奶的这些美德将成为我们永远的财富，影响我们不断坚持正能量、传递正能量。”从祝寿词中，不难看出魏秀美是一位品行端正，心态豁达的老人，她引导、创造了好家风，给后代带来了深远的影响。



喝酒要适度 品行端正是做人的根本

老人说

107岁高龄的魏秀美如今饮食正常，生活能够自理，每天把自己收拾得干干净净，喜欢晒太阳。“母亲的饮食特别简单、清淡，从不挑剔吃什么，在她眼里食物很珍贵，从来就没有她觉得不好吃的东西，也从不浪费。她坚持三餐按时吃，看到小辈们吃饭不规律也会感到忧心，常常劝导他们。唯一的爱好是喝点小酒，从三十多年前开始，她每天要喝一瓶三鞭酒，中午、晚上各喝一杯，从不过量。”张希周说。

张希周告诉记者，母亲有自己的喝酒原则。“不管在哪里喝酒，自己心里一定要有数，别喝醉了，喝醉了也别出洋相，那样得不到别人的尊重，也让人心烦。母亲常说每个人的酒量有大有小，在外吃饭不能劝酒。喝酒的时候，先喝杯温开水，或者吃点东西，自己感觉头昏的时候就得停止。酗酒是万万不可取的，品行端正仍然是她对我们的第一要求。”

“总的来说，母亲的长寿秘诀就是心态好，比较自律。不管做什么事，都光明磊落，心胸开阔，不发牢骚，从不计较得失。她这一辈子得到了家人、朋友发自内心的尊敬，也是因为她带来的好家风，不仅子女事业有成，孙辈们也在各自的领域和工作岗位上奋力拼搏，为国家发展贡献自己的力量。这也是母亲经常跟我们说的，‘要做一个有用的人’。”张希周说。

邻里说
魏秀美从嫁人的第一天起，便用自己的肩膀挑起了照顾一家人的重任。“当时父辈一共兄弟四人，还有祖父母要供养。家中人多地少，母亲要为一家人的衣食住行操心，不仅需要体力更需要心力。那时的日子十分清贫，母亲艰苦朴素、厉行节约的品质也润物无声地影响着一家人。”魏秀美的儿子张希周说，“当时家里加上我们这一辈的9男9女，人员复杂且庞大，母亲告诉我她必须多干活、多付出，才能使一大家子和睦运转。”但是魏秀美从不因为这些事有任何情绪和怨言，她的付出完全是出于内心。“如果一个人既要顾全大局，心里却又总是别扭着，觉得自己是在吃亏，或者和别人去攀比，那他永远开心不起来，这样于己于事，百害无一利。”魏秀美告诉孩子们，做人做事都要言行一致，不要过于计较得失，先把内心捋顺，行为才能得体。

“母亲把我们兄妹5人抚养长大，她的可贵品质影响着我们，让我们成为有出息的人。大哥1937年出生，1956年入伍，在部队工作一直到退休。二哥在水利局工作，1972年病故。我1942年出生，1965年参加工作，在卫生系统奋斗了半辈子。大妹妹在国税局工作，小妹妹在家务农。”据张希周回忆，大哥于2009年病故时，家人都怕老人受到刺激，便联合起来瞒着老太太这个消息，但是聪慧的魏秀美从蛛丝马迹中察觉了这件事。“我们

许久没腾出时间去看望老人家，表情又掩饰不住哀伤，母亲就大概猜到了实情，她反过来安慰我们，告诉我们生老病死都是很正常的事，让我们不要伤心。还说话的人要好好过日子，你们都要打起精神来。我们看到母亲这样，心中也安定下来。”张希周说。张希周还记得，大哥去当兵后的首个除夕，村里送来了光荣灯和慰问品，锣鼓声响起时，全家人的思念和担忧之情被勾起，纷纷泪流满面，因为当时世界局势复杂，家里的人都很担心送往前线的战士们。只有母亲柔声细语做着全家人的思想工作，动起手来和面拌馅包饺子，用乐观和开朗感染大家，让全家度过了一个温馨的春节。

魏秀美的手巧在村里是出了名的，她经常会帮邻居做一些针线活，因此邻里关系处理得特别好。“跟魏姐聊天，我们总是特别愉快，她总是乐呵呵的，仿佛天大的事发生，也不会妨碍她的生活，这样的乐观精神常常能感染我们，让我们也豁达起来。而且她说话虽然朴实，但每句话里经常蕴含一些耐人寻味的智慧，这些都是在生活中经历过很多事情后总结出来的道理，在她的口中是那么稀松平常，却能给我们很多启发和帮助。”邻居在谈起魏秀美时，也对她的高情商和大智慧赞不绝口，她们喜欢拿着手中的活计去魏秀美家里和她一起边做边聊天，这也是魏秀美生活里的愉悦时刻。