

是哪一瞬间，让你发现父母老了？是他们头上开始有了白发？还是发现他们的背不再挺直？“父母在，人生尚有来处；父母去，人生只剩归途。”发现父母变老何尝不是一次契机，让我们再次走近彼此，温暖彼此。

时光时光慢些吧，不要再让你变老了……

你是哪个瞬间发现父母老了

□潍坊日报社全媒体记者 郭超

旺旺 (34岁 潍城区)

几百米的路，他走得气喘吁吁

10月22日，我带着父母和孩子一起去浮烟山游玩，一路走走停停，拍照打卡。不知走了多久，突然发现爸爸落在了身后。停下来等待，看着爸爸慢慢朝我走来，背略弓，短短几百米的距离，他走得气喘吁吁，额头渗出汗珠。那一刻，我真切感受到，以前那个高大的爸爸，总是走在我前面的爸爸，悄无声息地变老了。

小的时候，爸爸经常骑着自行车带我去市人民公园玩。我坐在自行车后座，靠着他宽厚的肩膀，感觉温暖、安心。那时的我什么都不用担心，因为有爸爸撑着，现在想想，那些时光真的已经离我很远很远了……以后，该我照顾爸妈了。

在努力的大学生 (20岁 奎文区)

“小刘”变成了“老刘”

暑假的一天早上，我陪着妈妈去早市买菜。在这人间烟火气中，妈妈热情地和熟悉的商贩打着招呼。我们挑挑选选，走到一家卖西瓜的摊位时，一名商贩对着我妈妈说：“老刘，今天的西瓜口感不错，来上几个？”我心头一震，老刘？再仔细一看，妈妈确实两鬓斑白了。

印象中妈妈还是那个穿着漂亮裙子的“小刘”，在同龄人中，她是那么耀眼。妈妈是从什么时候变老的呢？也许是在日复一日照顾爷爷和奶奶的岁月里，也许是在我高三的那年，也许是在我上大学后的电话唠叨里……想到这些，我的眼睛湿润了。

聆听 (42岁 寿光市)

“山东大汉”不爱大鱼大肉了

以前爸爸爱喝酒、吃肉，每天中午和晚上，必然要炒上一两个拿手小菜，来上几杯白酒，我认为用“山东大汉”四个字来形容他，再合适不过。我和妈妈对爸爸的行为十分不解，甚至是烦，特别是妈妈，每次见他喝酒，总要数落几句。现如今，我发现爸爸喝酒的次数越来越少了，也开始讲究清淡饮食了，他以前可是“无肉不欢”啊。我常常在想，是他嫌弃没有酒搭子吗？还是因为牙齿松动，让他的口腹之欲作出了妥协？听到爸爸的叹息声，我突然很想哭，这种感觉很不友好。不得不承认，爸爸老了，可我现在却一事无成，甚至没有做过一件让他觉得骄傲

的事情。

我多么希望时间倒流，再见到那个大口吃肉、大口喝酒的爸爸。

异乡人 (35岁 高新区)

爸爸这座“大山”越来越矮了

我的老家在辽宁锦州，嫁到潍坊快5年了。5年的时间，我生了两个孩子，基本上把时间都用在了他们身上，几乎很少回老家。前不久，爸爸因为身体原因住进了医院，我匆匆忙忙赶回去。爸爸见到我，一直埋怨我不该扔下孩子回去，自己没什么事。但是从他追随我的眼神中，我知道他希望见到我，他心里很开心。

在医院那几天，我发现爸爸的身体确实不如以前了。医生来查房时，每次回答问题前，爸爸都要先看看我，甚至有时反应慢半拍，需要我来代替他回答。我心里很难过，也意识到，爸爸这座“大山”越来越矮了，我应该学着做他的“大山”。

刀锋 (33岁 经济区)

爸妈爱分享“养生哲学”

不知从什么时候开始，爸爸妈妈频繁往家庭微信群里发送一些“伪科学”的链接，“6大养生哲学”“当身体出现这些情况要小心了”……每发送一条，他们还要用语音重复强调，让我和弟弟一定要看。每次看到这些，我都习惯性争辩三分，但好像没有任何作用，他们变得有些固执。

“有个好身体比什么都强。”这是爸妈的口头禅，他们开始注重养生，开始信各种治病“良方”……他们害怕变老，害怕生病，害怕不能像以前那样照顾我和弟弟，可事实是，他们真的在变老。我想对他们说：“不要担心，轮到咱们照顾你们了。”

乐观的柑橘 (36岁 潍城区)

妈妈开始看我的脸色了

我30岁以前，妈妈总喜欢干涉我，无论是学习、生活还是婚姻。例如我上大学，选择了她喜欢的学校；我就业，她干涉过；到了结婚的年龄，她催婚……我总在想，为什么我和妈妈的性格不合？为什么无论我做什么，她都不满意？终于，有一次在饭桌上，我受不了她的唠叨，摔了碗。忘不了她当时震惊的眼神，从此，她的唠叨少了很多。

近几年生活压力大，我的脾气也越来越大，尽管在她面前刻意忍着，但还是爆发了一次。那次我丢下喋喋不休的她，回到自己房间，把门大力一关。

经过这两次，妈妈每次想唠叨前，总会看看我的脸色，她的样子让我心疼。我知道，她做的一切都是

为了我好。原来强势的女人，学会看孩子的脸色了，妈妈真的老了。

世界很透明 (26岁 奎文区)

老家是婆婆思念的根

我的婆婆是诸城农村的，我和爱人没结婚前，她很少来潍坊市，她觉得还是在老家自在。是啊，每次回老家，我发现来找她玩的邻居络绎不绝，她是那些农村妇女中的“人物”，大家都喜欢找她唠嗑。

2022年，我生了女儿，婆婆从老家来帮我们带孩子。来到我们家后，她除了逗孩子时，基本没有笑容，也不爱说话。我和爱人沟通，是我哪里做的不对了？爱人劝我不要多想。在和同事的聊天中，我发现这种情况不在少数。“人越老，越恋家”，这话一点不假。老家尽管不如城市繁华，却是他们思念的根。

(文中讲述人均网名)

话题卷

小时候，父母陪伴着你长大；长大后，他们目送你离开。当你再次回头仔细看着父母，才发现，他们已经老了。那么，一起聊聊，你是在什么时候意识到父母变老了吧！

