

老年的孤寂

江曾培

人进入老年以后,引发烦恼的事以这样两件为最:一病痛;二寂寞。精神上的孤独寂寞像一条毒蛇一样紧紧盘在老人身旁,特别会使一些独居老人、高龄老人,经常处于惶惶不安之中。

有一年重阳节,社区召开老年座谈会,听老人的诉求,我也参加了。许多老人赞扬当今社会敬老爱老之风高扬,老人的基本生活和医疗条件大都有保障,希望能进一步关心老年人的精神生活。会上反映,一位独居老奶奶整天面对四壁,无人说话。幸好送水工小郑每隔十天要为她送一次桶装水,这成了她的一种盼头,并不是她等着水用,而是可以有人“多说几句话”了。湖北有位罗奶奶,原是教师,一直有记日记的习惯,退休后可以写的东西越来越少,最后只能写上“今日无事”。生活空虚寂寞,终于有一天,她在日记上写了这几个字:“没什么事,我就先走了。”在外地工作的儿子在她去世三天后才知。这些生活实例表明需要加强关注老年人的精神生活,让老年人不受孤独寂寞的吞噬。

孤独寂寞是一种负面情绪,老、中、青、少都会受其害,但以老年为甚。这是因为老年人退休后,脱离工作岗位,社会圈子越来越小,独处时间越来越多,加之丧偶、丧友与健康每况愈下等情况的出现,就会产生孤独、寂寞、忧伤、抑郁等问题,严重的甚至导致老年精神障碍、阿尔茨海默病等疾病。一项针对近1.4万名城市老人的调查发现,四成人有孤独、压抑之感。

老年人有孤独之痛,并非“中国特色”,而是“环球同此凉热”。英美等国都有相当比例的老人深受孤独的折磨,称其是老年人的一种“隐形杀手”。世界卫生组织将孤独列为“比吸烟更严重的公共健康问题”。人之所以不能长期处于孤独状态,是因为“人的本质是一切社会关系的总和”,人是不能脱离社会而生存的。孤独寂寞容易使人丧失生活的意义和激情,会导致对生命的伤害。研究表明,长期孤独会使早死风险增加14%。有部名叫《中锋在黎明前死去》的电影,那位被富商圈养在家中的“中锋”,虽然生活条件优越,却处于难以忍受的孤独之中,终于在忧郁中死去。这个故事揭示了资本家残酷的占有欲,同时也说明人不能脱离社会而生存的。

现代社会物质条件的极大发展,改善了人们的物质生活,使人的寿命不断延长,老年人退休后有一段越来越长的路要走。如果就此就割断与社会的联系,得不到必要的关怀,就会“载舟子立,形影相吊”,滋生孤独、孤单、孤寂感,尤其是空巢老人、留守老人、失偶、失能、失能老人,孤独感会强烈到厌生的程度。有媒体报道,韩国平均每天都有老人因不能忍受孤独与寂寞而自杀。罗奶奶的“没什么事,我就先走了”在我国也并非孤例。

减轻老年人的孤独寂寞,需要弘扬孝道,子女应更多关心陪伴父母。同时也需要社会改变对老年人的观感。老年是人生的重要阶段,是仍然可以有作为、有进步、有快乐的重要人生阶段,不要把老人当成包袱,轻率割断他们与社会的联系。要多方为他们提供必要的平台,做其所爱做,学其所爱学,乐其所爱乐,交其所爱交,有人说话,有人来往,从而让他们感到生活仍有奔头、有意义,并没有被摒弃在社会生活之外,并不是在消极地“等死”,就会与孤独忧伤的情绪相捆绑了。

同时,老年人也要摒弃年龄包袱,不为“老”所累。人的生命是一个发展过程,每一个生命阶段都有其特有风景,要按老年和自身的特点,“闲里找忙”,做一些自己力所能及的事,避免整天枯坐寂寞。画家郑午昌年老后有一副自题对联,上联是“煎茶煮饭扫地洗衣自己有力自己做”,下联为“学佛读书养花绘画终日如痴终日醉”,他说,正是这种“自由忙”,使他有一种生活情趣,一种精神寄托,让老年生活避免了孤独寂寞。社会要多方关怀老人,老人也要努力培养必要的兴趣爱好,积极融入社会生活,如此老年的寂寞孤独之苦有望得到缓解,让老年生活更美好。

作为一名写作者,我始终记得铁凝主席在某次讲座上曾提到的一句话,她说:“我们每个文艺工作者,都要牢记自身的责任,要有使命感,一个文化不强大的国家不可能屹立于世界民族之林。比如丹麦,虽然疆域不广,但因为有个安徒生,一根火柴就可以点亮整个世界。”

我个人认为,“使命感”,会让我们对所从事的事业更加地虔诚,同时得到一种升华。许多文学大师,像普希金、巴尔扎克、雨果、托尔斯泰,中国的屈原、杜甫、苏东坡、辛弃疾,近代的鲁郭茅巴老曹等等,他们之所以称得上是“大师”,除了作品本身技术上的精湛之外,更重要的是因为他们把写作的触角伸入社会的各个角落,触碰到那个时代的脉搏,呼吸着人民的呼吸,快乐

游罢黄山,便想去100公里开外的婺源看看。到了婺源,网红打卡之地篁岭只是匆匆带过,倒用了较多时间,去了千年古镇江湾。

上海也有个江湾镇,有1200余年历史了,因此江湾曲入境,有所谓“虬江十八湾,弯弯到江湾”之说。婺源的江湾,始建于隋末唐初,处于远近各山水献奇秀、清溪碧水竞相流映的美景之中。倘若概括,上海之“江湾”得名于形胜;婺源之“江湾”凸显于人文,虽都叫“江湾镇”,实属无意撞名。

进入婺源江湾,即见苍树青篁于粉墙之上参差披拂,亭台疏柳于塘池之中摇曳波影,迥然显出古雅的文氛。特别引起我注意的,乃是被誉为“婺源四大古建之首”的萧江宗祠,其前身为萧江氏族发源地、江湾旃旗族于明朝万历六年始建的一座祠堂,后毁于太平天国战火;1924年重建,惜于“文革”期间被拆。目下所见,为2003年三度修葺的产物。三进九开间布局,不仅气派宏伟、用料考究,且雕工十分精美,其规模冠绝江南70座名祠,故有“江南第一祠”的享誉。不过这里有个问题,即为何在“江”姓前冠一“萧”字而并称为“萧江”呢?后来我查阅了相关文献,并网购了江湾镇自编的、由江氏后人撰写的非公开出版的资料,删繁就简如下:当年状元出身的江南节度使、“僖宗宰相”萧道因“朱温篡唐”蒙难,其子萧祜为避祸带领族人迁居歙县墩墩。萧祜在过江时眼看就要落入追兵之手,恰巧有一股龙卷风掀起巨浪卷走兵船,使萧祜在鬼门关前得以脱险。因感念江天厚德,遂易萧姓为江姓。但先祖岂能忘?故才以“萧江”二姓并列,形成“江”姓中独特的一支,萧祜即为“萧江”氏第一世祖。实际上这一脉萧氏的先祖乃西汉的萧何、南朝的梁武帝萧衍及昭明太子(梁武帝之子)萧统。

江湾古称云湾,乃因这里终年云气缭绕,煞然美景。先后有滕、叶、鲍、戴、程等姓氏落户于此,均因子嗣香火不旺而无法聚为村落。直至宋神宗

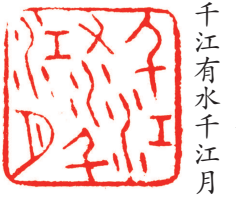
元丰二年(1079),萧江八世祖江敬举家迁居云湾,先后生六子而开枝散叶,繁衍为巨族,遂改“云湾”为“江湾”。

江湾人嗜学好修,有踵武前贤之风。自宋至清,出了状元、进士与仕宦38人、文人学士19人。明抗倭名将江一麟、宫廷太医

婺源有个江湾镇

喻军

江一道、清代朴学大师江永、民国教育家江谦等皆为江湾子弟。尤其值得一提的是,是清代经学家、训诂学家、皖派经学创始人江永(1681—1762,字慎修,号慎斋),堪称最有成就的乾嘉学者之一。乾嘉学派历来有吴、皖两派之分,吴派创自惠周惕,成于惠栋,还包括江声、王鸣盛、钱大昕等;皖派创自江永,成于戴震(早年为江永弟子),还包括段玉裁、王念孙、王引之等。江永一介白屋之士,终生未仕,蛰居乡里。他以教书为业,学映乡邦,发扬勤于考释、重在辨微之学人精神,著有大量治学必读著作,尤以考据、古音见长。在经史百家、天文、历算等方面均有不凡建树,堪称博综淹贯、迥然魁儒。一生著有《周礼疑义举要》《礼书纲要》《古韵标



篆刻 徐兵

我唤作小姑父的人走了。凌晨4点半出发,带家人驱车2个小时,送他最后一程。

遗像一如平时的他,微笑中见平和,静静地看着,看着我们敬三支香叩三个头,看着他的妹妹们哭得伤心欲绝,看着众人绕场三圈做着最后的道别……小姑父,就这样走完了他的一生。

在我们大家庭里,姑父是个不远不近的角色,作为外人的自家而存在着。他为了我的成长增添了不少“野趣”。是他跟我讲岳飞金兀术,讲三侠五义,讲古代章回小说中的忠义侠。我看的第一部武

侠小说《射雕英雄传》就是他在市面上炒得火热时买回来的。后来,我又看到他陆续买来梁羽生、古龙的书。是他教我下中国象棋,之后的对战一直赢不

我唤作小姑父的人

曾原

了他,让我怀疑“猫教老虎”他还留了几手。是他真正教会我骑自行车。一个夏日雨夜,要去接姐姐和她的两个同学,在那个没有出租车也借不到四轮车的年代,最终决定他领着我表哥和我,一人一辆自行车骑到火车站,接到人后再两个人一辆车回来。那

时我还有点学会,怎么上车还搞不定。就是那天,先是他让我“死上”骑起了车,然后一路陪护既确保我的安全又能让车尽量不停下来,最后到达目的地,

让我顺利完成任务。大一第一学期,我的右手腕因为打篮球受伤影响了考试,寒假回去,他认真地试,喝点酒吧,活血,好得快。于是,那段时间还顿晚饭,不知是他陪我还是我陪他,从来没喝过酒的我都会喝点白酒。慢慢地,伤势缓解,从那时起好像也能喝点酒了。最近二十年,自己求学工作成家立业,跟他不生活在一个城市,往来明显少了。

作为大家庭中的他,留给我如此记忆。而在时代之下,他这一生不也是一代普通人的缩影!他与共和国同龄,父辈在农村,他是家里长子,弟妹众多,生活不易。二十九岁,上山下乡时遇到下放他们村上的小姑,后来走到一起。落实返城政策,小姑和表哥先调回城,过了好几年小姑父才与他们团聚。但一直没能解决城镇户口,心里总是不踏实。改革开放之初,三十几岁的他凭着一手漂亮的木工活,做起了个体户。日子渐渐红火,一时间生意很好,不仅家具

店开了三五家,还把弟弟、妹夫们以及村上的后生也带到身边,周边人都叫他“老板”。也因他时间自由,上世纪八十年代末,是他陪着爷爷前往香港探亲,两个多月后回来,把海外见闻讲给我们听。这时候,只有小姑知道,趁着年轻攒点钱,以后都是要养老的。小姑夫四十多岁时,人们都开窍了,他感到生意难做了。但他只会老老实实地做家具,那种老式家具。时代变化了,他还是不紧不慢。日子慢慢平淡下来,弟弟们自立门户,门店越开越少,叫他“老板”的人也越来越少了。五六十岁时,木工活彻底不做了。他曾经做过几年保安。后来哪里都不能做了,他就给表哥做“保安”,在新买的房子看护着别人装修。

告别仪式上表哥的致词很朴实。他说:“父亲和很多人一样非常平凡。然而,忠厚正直勤恳,又是伟大的一生。”时代在变,有些人跟着时代跑,浪底浪尖;有些人落下了,留在原地。大浪淘沙始见金,真正能给人记忆的,还是最基本也是最珍贵的品质,忠厚正直勤恳。

小姑父,一路走好。



“大师”从何而来

滕肖澜

是现实还是穿越,是农村还是城市,人与人之间的情感是互通的,人同,理同,人同此心,心同此理。躲在文字背后的作者的脸,不管是哭着微笑,还是笑着流泪,最终,我们的目的是,哭过笑过后,能够激发出人们心中的爱与美,让人们始终对生活怀着慈悲,抱有希望。

今天,我们说艺风艺德。其实不论哪个行业,风尚与德行,都是最基本的,仿佛造房子打下的地基,百尺高台起于垒土。对艺术家来说,一时的天赋与机遇,或许可以瞬间让我们跃得很高,享受凌空万里的畅快,但如果地基不稳,终究是空中楼阁,昙花一现。无论社会如何日新月异

异地发展,颠覆多少旧的东西,衍生出多少新的东西,但为人处世的基本准则是不会变的。淡泊名利、虚怀若谷,永远是一个艺术家应该具备的品行。书法家刘小晴老师曾在讲座中提到“名利”两字,他说,一时的名利都是虚的,百年之后依然为世人所称颂,那才是真正的名。

我们不可能成为完美的人,但至少必须是个正直的人;我们无法每件事都尽善尽美,但最起码,要做到无愧于心;我们也许无法留下传世之作,但我们应该努力传递真善美,弘扬社会正气而尽自己的一份心力。

回谈

从艺先从德 责编:殷健灵

因为杂技剧《战上海》,我有机会演英雄,学英雄。请看明日日本栏。