

关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第 374 期 | 2021 年 10 月 29 日 星期五 主编:龚建星 本版编辑:金晖 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:sherry@xmwb.com.cn

一茶一饭

刘笑冰

尘世中，大街上，一对老夫妻，步履蹒跚，相扶相挽，与呼啸疾驰的车、步伐匆匆的人，毫不协调。驻足、转身、谛视——行人的眼里写满羡慕，小情侣会心一笑，手握得更紧了。苍颜，鹤发，布满褶子的脸，青筋暴突的手，无不在互相灌注、输送着爱意和默契，构成一幅缓慢流动的图画，最美的图画！

老夫妻尽半生之功力，合作完成这幅画。

妻是多彩绚烂的颜料，夫是勾勒彩图的画笔，人生，是画板。他们一笔一画创作属于自己的图画。颜料不断补充材料、增添色系、改善质量；画笔不断磨砺锋毫、调整下笔力度角度，或浓墨重彩渲染，或笔尖轻触淡描。

他们也会互相抱怨、指责，甚至大吵，互相伤害，以致颜料罢工，画笔怒摔，发誓再也不要与对方合作。但每一次暴风雨后，阳光下总有一道迷人的彩虹，唤回他们的记忆，他们曾经各自从彩虹的两端奔向彼此，在彩虹的最高处相会。

他们懂得，不可能永远在彩虹的最高处，恰恰相反，他们只能在瓶瓶罐罐、一茶一饭、孩子的尿布、老人的病痛，在尘世的烟火中，在平淡得枯燥乏味的现实中作画；他们知道，唯有在机械的、重复的、单调乏味的日子中，还能不断审视、商量图画的创作方法，还能密切合作，才能如初所愿。他们努力去理解宽容，尝试迎合对方的喜恶，不断调整步伐，求同存异……渐渐地，他们找到了最佳契合点。终于，到了言语成为多余工具的那一天，一个眼神一个手势，读懂彼此。

老夫妻合作的那幅画完成了！夕阳下，那向倦着的两个背影，是投射在人世最美的图画！

珍惜余生

星星

我和老伴当年是好朋友介绍认识的，说实话，其实我俩的性格差异蛮大的，我开朗豁达，朋友很多；他寡言少语，不善交际。但因为我们都是大龄未婚，都身有残疾，所以彼此能理解包容。我们还有不少相同之处，都为人真诚，爱听音乐，爱好摄影，喜欢旅行。我们在生活中不断磨合，开开心心相依相伴三十多年，如今一起走进了古稀之年。

当初因为年龄和身体原因，我俩选择了“丁克”，好在现在政府对老龄化社会的养老很重视，养老方式可以有很多，所以膝下无子也无妨。但近年来，一个很现实且无法回避的新问题困扰了我，那就是：谁先走？

几年前，我突发小脑梗，躺在病床上，虽有侄儿侄女左右相伴，但看到老伴那从没有过的紧张神态，我突然意识到我必须赶快好起来。几十年相濡以沫，我们之间的情感已升华为亲情，我们都希望彼此健康长寿。但是天下没有不散的筵席，永别的那天早晚会的到来，无论谁先走，留下的那个一定会非常难受。说心里话，我真的不希望自己走在老伴之前，我不是贪生，也不是良心不好，我是不愿让他承受孤独痛苦。老伴性格内向，不善于跟人打交道，我无法想象他日后一个人如何面对生活。我曾好几次试图跟他讨论这个话题，他总是像鸵鸟一样回避，后来被我问急了，他给了这样的回答：想这么多干吗？这个事情是你我能决定的吗？

是啊！谁先走，掌控权在老天爷那里啊，我们是没办法左右的，看来这个问题是无解啦。静下心来想一想，现在我能做的，就是一如既往地把余下的日子过好，善待他的同时也不忘珍惜自己。

老 少 咸 宜

编者按：

最美不过夕阳红。相依相携，蹒跚在夕阳里的老夫老妻，夕阳为他们镀上一层沉淀岁月凝结成的光，他们赋予夕阳厚重的动感。人与夕阳融为一体、互相映衬，向世界昭示：哪怕将到终点，接近尽头，依然可以散发温暖、布散爱。这是一种比流光溢彩、活力四射更坚定更踏实的美，是一幅最美的图画！

本期有两篇尝试用文学的叙事法，讲述执子之手、与子偕老……



摄影 / 赵海银

老夫老妻

人生最美图画「篇」

(四)

怀念老妻

曹慧中

老妻走了。

他捧着老妻的遗像，默默地注视着。窗外一片漆黑，屋里一团死寂。老妻的嘴角微微上翘，带着一抹笑容，但依旧透出一丝威严。

记得有一次，朋友来叫他逛街，刚要出门，老妻大叫：“回来回来。”老妻一把扯住他：“你看你看，衣服领子也没翻好，鞋带也散了。”老妻帮他整好衣领，系好鞋带，继续唠叨着：“几十岁的人了还不如小孩。好了，过马路当心点！”当时面对老妻的大嗓门，他觉得很没面子。

更深露重。他默默地注视着老妻。那次老同事聚会，大家兴致勃勃，会喝酒的更是使劲地吆喝着。有人给他倒了一小杯啤酒，虽然他不会喝，但一小杯啤酒应该没有问题。还没等他抿上一口，老妻一把夺走了杯子。

这下，老同事们开始纷纷取笑，他感到无地自容。没想到，老妻的大嗓门立刻盖住了众人的喧哗：“怎么啦怎么啦？我们家的不会喝酒，我们家就是‘妻管严’，有种的冲我来啊，我先干三杯，你们随意。”那天，老妻主宰了整个酒楼，众人臣服。

万籁俱寂。他默默地注视着老妻。他感觉这个世界太安静了，有些茫然和不适。没有了老妻的大嗓门，这个家还像家么？忽然，他想起了，那次女儿回家看望他们时，老妻为了不让他吃辣的争吵起来。女儿打开手机说：“你们吵吧，我录下来，等你们哪天吵不动了再听听，看好笑不？”对，女儿那里有录音。于是，他立即给女儿发微信，让女儿马上把录音发给他。女儿没有回复。他打开手机，想再给女儿发微信，发现手机显示已是凌晨2点了。

他喃喃自语着，默默地注视着老妻……

日常情调

侯晨轶

他俩一点也不“黏”，各自有着天壤之别的社交圈：母亲喜欢同三五个老闺蜜喝下午茶、聊热播剧，父亲则偏好与街坊邻里大谈“买汰烧”。每每陪父母出门购物下馆子，两人的差异尤为明显：父亲总是不等太阳落山就急着独自回家，而母亲则显得悠然许多，会让我接着带她去时下热门的网红打卡地逛逛。

在家看电视和出门逛菜场便是父亲的日常。母亲没少抱怨父亲缺乏情趣，成天和婆婆妈妈打交道，活在柴米油盐里，世面见得少。她总把“别人家的老公”拿来说事：“你看人家孟孟，每次去看书画展看话剧，老公都陪伴左右……”我不止一次提醒她：这样说爸，不好。

有一次，趁母亲不在家，我问父亲为何跟妈荡马路总是心不在焉。父亲的回答干脆利落：“你爸不懂别的什么情调，我只晓得把一日三餐给你妈安排好。通过我的劳动，使她获得满足，这就是情调。”

那回，父亲住院，我用尽全年所有的带薪休假，接力给极其挑剔的母亲掌勺。父亲放心不下我的厨艺，半躺在病床上，向我面授机宜。

我留意到母亲那些天相较于平日，吃饭的速度变慢了。再三追问之下，母亲方才挤牙膏似的挤出一句：“还是你爸‘会烧’，没他不行。”出生以来，我第一次听到母亲对父亲如此这般表白。恍然发现，原来，母亲的胃和心，被父亲抓得牢牢的，两人的兴趣爱好虽不在同一“频道”，可感情一直都属同一个“台”，毫无嫌隙。

父亲对母亲低调而长久的爱竟然可以这么帅！四十年情比金坚的婚姻才不靠“同进同出”之类的表象呢！

婚姻保鲜膜

胡觉明

都说婚姻有“七年之痒”，尤其是对于一起生活了几十年的老年夫妻，从相看两不厌，到“左手握右手”，更让人容易感觉婚姻生活的乏善可陈。如何去打破这一潭死水，给婚姻注入清泉？生活中，有食品保鲜。同样，婚姻也需要保鲜。这就是我们常说的婚姻需要经营，而经营正是婚姻的“保鲜膜”。

现实生活中常见老年夫妻分床、分房睡。其实，这是影响老年夫妻保鲜的一大问题。老年人需要同床共眠，这不是浪漫，而是因为老年人到了晚年，会倍感孤独。而同床共眠，伴侣在旁，可驱除孤独感。虽然随着年龄的增长，老年人在生理上的要求会逐渐减弱，但仍然会有一定的需求。同床共眠，可彼此亲密，对于身体和心理的满足极为有益。更重要的是能互相照应，防止意外，如跌倒、急病等。

影响老年夫妻保鲜的另一大问题是缺乏沟通。人们普遍认为，都老夫老妻了，有什么可多说的？其实老年夫妻之间，完全可以经常多一点赞美，多一点欣赏，用语言和行动向对方表达爱。在节假日、生日、结婚纪念日等有意义的日子，送一份礼物给对方，制造一点惊喜。在外出时能养成携手同行的习惯。培养共同的兴趣和爱好，彼唱此随。遇到问题，能换位思考。多宽容，多理解；少责备，少攀比。彼此不忘初心，回忆曾经的美好，感恩对方的付出，这对促进双方的沟通极为有利。

当然，如何保鲜婚姻的方法很多，在此只是略举一二。相信只要用心，一定还有很多秘籍和技巧。

保鲜，使婚姻之树常青！