

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

舍而有得

李良琪

我从小喜爱涂鸦,退休后花钱在线上报名学画画,买了花鸟画课程,自己在手机屏幕前反复琢磨鸟羽的画法,感觉老师就是一对一教自己。作业发到网上去,老师还会点评,甚至被推荐到学校的作品汇报展。小有进步后,喜滋滋又买了山水画课程,跟老师同步临摹画画,一上午时间匆匆过去,有时候老师拖堂,一边吃饭,一边听老师讲课,恍惚中觉得自己还是个学子。

朋友质疑,学画画不可以临摹作品吗?何必花大价钱,真是浪费钱。

此言差矣,自己临摹画画不知道勾、皴、擦、点、染的基本笔法;用笔也不知道中锋、侧锋。用墨的技巧更是难以掌控,控笔也是无从谈起。

免费的资源固然诱人,却常伴有信息重复、体系不统一之弊,令人耗费大量时间精力去甄别筛选。系统化的优质课程,老师把摸索的经验、结构化的知识悉心相授。省却的不仅仅是时间,更是避免试错成本,少走弯路。一旦固化了的错误画画技巧就难被纠正过来,进步谈不上,而且还是“事倍功没”呢!为优质课程付费,实则是以金钱置换时间,热爱尊重知识的表现。

诚然,家长对小孩子学习,都是一掷千金,眼睛都不眨一下。

邻居家的宝宝,刚会说话就开始进行早期思维开发训练了;朋友家的孩子简单的跳绳练习,家长花费千余元让孩子跟教练学习。为什么轮到大人学习了,抠抠搜搜地不肯投资自己,不肯花钱进行系统学习呢?

真正的舍得,并非一掷千金的挥霍,而是于杂乱信息中辨识真知的能力,是为自我成长助力,是“舍而有得”。

有人还说:上了年纪学习有什么用?我们的回答是:活到老学习到老,幸福到老。

从农家乐到远途游

邵天骏

以前,为孩子舍得大把花钱的我,却对自己非常“吝啬”。出门旅游,从不去路途远的地方,而只愿意在上海市内和周边地区农家乐,既省钱不少,又能看别样风景,还能与朋友一起吃饭、聊聊天、唱唱歌。可是,许多农家乐大同小异,时间久了,未免会产生难以抹去的“倦怠感”。

那不去农家乐,还有什么地方可舒心地乐在其中呢?

有一次儿子儿媳从新疆旅游回来,津津乐道当地的风土人情、人文景观,一时竟使我兴趣盎然起来。是呀,总是短途农家乐,其实远方的世界也很精彩。要么先去国内长途游,那样花费相对较少。只是,我在单位时经常出差开会,跑了国内很多地方,像北京、广州等,已经非常熟悉了。于是,冬天我和妻子去了长白山滑雪,夏天去了内蒙古大草原,不一样的场景带给我们意想不到的快乐。

国内游尝到甜头后,一个大胆的念头在我脑海里突然浮现,心里便萌发了一点小小的期待。我和妻子还可以去国外半自助旅游,得到了妻子的赞同。说走就走,我和妻子共花费一万元左右顺利地走出国门,去新马泰十日游,游览了当地不一样的风光……

没多久和妻子跟团又去了洛杉矶、圣迭戈、科罗拉多大峡谷和蒂华纳。不到一年时间,我们又参加了西欧十国游。接下来又去新加坡游,看全球闻名的热带植物园,赏原生态的热带雨林。所到之处,感觉这些旅游花费是值得的。

如今,在钱上我不会再对自己苛刻,该用的还是要用。因为趁现在走得动,远途游可以给我和妻子带来不同体验,情绪价值的收益也非常高。



编者按:

许多老年朋友一生勤俭,习惯性压缩了自身需求。随着生活水平的提高,有时候需要转变思路,适度地投入消费,不是挥霍而是对自我价值的肯定:一次期待已久的旅行,一门陶冶性情的课程……可以让银发生活过得更丰盈。银发族要学会为品质生活花钱“买单”,这关乎晚年生活的幸福指数。



图 IC

善待“贵宾”更要善待自己

傅光达

老方夫妇伺候的雪白卷毛犬是宝贝外孙招来的——“贵宾”。当初孩子再三央求,说爷爷奶奶家有小猫,外公外婆家应该有狗狗。出于慈爱的表达,妻子就怂恿老方掏钱。老方心想不就是一个月的退休金嘛,“好吧!”说完花了7000元迎来了“贵宾”。殊不知,买狗只是初次投入,之后的费用接连而来,要添置各种用品:玩具、狗窝、牵引绳、尿垫、训练零食和宠物保险等,还得打疫苗、驱虫、年度体检等。日后的养护才是长期开销,只有豢养过宠物的人才知道各种付出。

外孙每周来一次与宠物欢闹,日常喂养、铲屎、溜达等全靠老两口。虽然它讨人喜欢,食物消耗不太多,但需要精细饮食,每天火腿肠不断;要定期(每季)美容,费用不菲。服务项目有剪指甲、清理耳道等,每项加收10—40元不等,若毛发打结要额外加价20—50元,洗次澡上百元,若全身美容造型200—500元。老方的退休金几乎全花在了“贵宾”身上。天长日久,就有些气闷。

爱宠物的妻子乐此不疲,连续几天发眼疾,忍着舍不得花钱看病,却要带“贵宾”去美容。老方埋怨道:“你不怕眼瞎啊!这‘贵宾’赛过我们计划生育外养的第二胎,费时费力还耗钱,真没劲!”老两口为此闹起了别扭。女儿女婿得知后很自责,趁孩子暑假将狗带回小家庭,还陪母亲去诊治了眼病。

经过此事老两口有所醒悟,以人为本,在善对下一代及其宠物的同时,也要关爱自己。9月里老方第一次携妻子入住魔都江景房,花钱买单度了一次假,体验五星级宾馆的舒适自在,有种特别的幸福感。

现在不用,更待何时

郑清心

时间飞逝,当年老房动迁搬新居时,我和老伴刚刚年过半百,如今都已年逾古稀。住了二十多年的房子与我们一样日渐“苍老”,地板松动、设施老化,“二次装修”迫在眉睫。

当年入住时的装修非常简单,因为积蓄不多,认为没有必要把钞票往地上铺朝墙上贴,所以怎么省钱怎么来。这次该怎么搞呢?是局部改善还是推倒重来?我和老伴反复商量后决定:全面更新。

我俩是这样想的,我们已开启奔八且膝下无儿,不会再有第三次装修,何不借这次机会来一个适老化改造,让我们的居家养老更舒适更便捷。对当下的装修行情我们也做了了解和估算,适老化装修或许会增加费用支出,但我们有能力承受。

我们找了一家口碑不错的装修公司,第一次与设计师交流就再三强调了我们的特殊要求:适老、安全、便捷、舒适。设计师很快给出了方案:卫生间拆除浴缸改成淋浴,墙上加装扶手,地面放置防腐木踏板;厨房间里小家电多,插座开关面板全部采用分控式,做到安全用电;进门玄关处安装壁挂式隐形折叠凳,换鞋不用弯腰下蹲;过道墙根处安装自动感应灯,晚上起夜不再摸黑开灯……

至于客厅和房间的家具置换,我们听从建议,像年轻人一样也赶了一回时髦——全屋定制。价格稍贵但物有所值,根据房型做个性化设计,最大的好处是,因腿疾常坐轮椅的我,从此可以无障碍出入客厅与房间。

如今二次装修顺利完成,我们老两口开启了全新的居家养老模式。我深深地体会到,老年人想要一个舒适的居家养老环境,一定要改变老观念,舍得为自己花钱。

“检修”身体要舍得花钱

刘笑冰

身边有七十岁不到的老人,去年因昏迷送医抢救,才查出胃癌晚期,不久就永别亲人。

太可惜了!现在只要一个胃镜,什么萎缩性胃炎、肠化生……可能引起胃不舒服的“坏分子”就无处遁形、定被揪出;胃被坏的细胞全面占领,并筑起铜墙铁壁,任再先进再厉害的手术刀、药物都无法击退癌细胞了。老人的家属颇不平地说“我们每年都体检的,有啥用啦?”其实目前胃肠镜检查不像胸部CT,还未纳入到常规体检项目,必须自己提出加做,加上麻醉费,自己多少要贴点钱,有的老人就舍不得了,加上怕麻烦、自我感觉无不适,而忽视了某些体检项目,导致本来只要花些小钱就能避免的病患酿成大祸。

一些老人年轻时经历过特殊时期的苦日子,节约是他们刻在骨子里的习惯。连不但没营养,吃了还易致病的剩菜剩饭,都舍不得倒掉的老年人,没啥病痛却要花几百几千元体检,舍不得这个钱可以理解。但肿瘤细胞是狡猾的,很多癌症初期都无明显症状,只有靠先进的医学仪器才能让它现形,等自己的身体有了不适反应,往往已是中晚期了,治疗要花大钱,人要受大罪,还未必逃得出病痛的魔爪。

机器用的时间久了,要经常检修,不然可能说“趴下”就“趴下”,人体也一样,使用了几十年的“零部件”也要经常“检修检修”。常规检查外,根据家族遗传病史等,加做针对个体特点的检查项目,这个钱别不舍得花,相比治疗的花费,那是小钱。

老年朋友,舍不得其他也别舍不得“检修”自己身体的钱。

下期话题 老有所依,人工智能来帮忙

这些年,人工智能的迅速发展,给人们带来了惊喜。不难发现,银发族身边也多了很多人工智能产品,给老年朋友带来意想不到的温暖和方便。您身边有哪些例子?

欢迎读者朋友将小故事投稿至夜光杯邮箱 ygb@xmwb.com.cn或在微信公众号后台留言。