

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

幸福来之不易

邵天骏

表哥单身后,深知情感的寂寞与诸多生活的不便,与一位同样是单身的女士通过相互交往情投意合,可他儿子却因种种顾虑并不赞成。因为今后的房产、财产分割,都是一个绕不开的现实问题。何况他儿子还认为,老年人的情感需求基本上是可以忽略不计的。表哥为此显得很无奈,也很苦恼。

一次去公园散步,表哥与那位女士进行了一番坦诚沟通。得知男方的儿子有想法时,女方表示理解,同时提出了自己的思路:我和你在一起,并不是图你家里的房子和钱财,而是我们今后在情感上可以相互依偎,在生活上能够相互照料。如果你儿子有顾虑,我愿意去做公证,以解除你儿子的一切后顾之忧。

听到女方脱口而出、善解人意的一席话,表哥的眼睛有点湿润了。是呀,老年人尤怕孤独和寂寞的煎熬,害怕情感和无助的缺失,因此身边需要有一个常年陪伴的人。这是再正常不过的了。儿子再好,也有他自己的小家庭需要经营,也有他自己的工作事业时时忙碌,很难抽出大量时间来关心乃至陪伴自己。表哥当即决定,带上女士去儿子家好好地沟通一下。没有料到结局是皆大欢喜,气氛十分融洽。原来表哥的儿子也是一个通情达理的人,他听了两位老人敞开的内心世界,感动之余很快想通了。当所有的顾虑迎刃而解时,也就献上了满满的祝福。他说:“希望你俩照顾好自己。今后,如果有什么事需要帮忙,尽管说,别客气。”

我的幸福我做主。此时眉开眼笑的表哥一扫往日的忧愁,变得心情大好。经历了各种坎坷的两个老年人,在表哥儿子一家的见证下,终于如愿以偿地走到了一起。

陪老爸“上馆子”

许祥慧

七年前,妈妈永远离开了我们,86 岁的老爸一下子觉得很孤单。他主动提出要去养老院。养老院领导打电话给我,说老爸经常发脾气,到了那里,我才知道,爸爸是孤单的,他十分想念我们。除了陪他聊天,我想到要带老爸上馆子。于是我经常带他去星级酒店吃饭,爸爸在好的环境下,心情会很好,胃口大开。记得有次在西郊宾馆吃完饭,走到大门口,要经过很长一段路,宾馆会安排专门车辆接送,而他一定要和我一起走,边走边看,老爸摆了很多 POSE 让我给他拍照。

老爸年纪越来越大,哥哥和我商量,我们就俩兄妹,以后上馆子,定期安排家人都要参加。我们家四世同堂,有 12 个人,上馆子尽量放在双休日,让小辈也参加。当爸爸,也就是太爷爷、太外公,看到一大家子团团圆圆聚在一起。他总是露出幸福的笑容。每次上馆子前,先征求他意见,到什么饭店,吃什么菜。老爸小时候住在华亭路,我们选饭店尽可能的选华亭路附近,吃好饭再到华亭路去兜兜。在饭店里,老人想去卫生间,我家小外孙会主动陪太外公,搀着太外公的手,还会提醒太外公小心台级。那个场景,爸爸以后经常会提起。我们从养老院得到反馈,说老爸每次上馆子,回来后心情会特别好,配合养老院的工作。老人很容易孤独,尤其是丧偶老人,我们做子女的,要在生活上、精神上多给予关心。多年来,我们坚持通过上馆子的方式和父亲相聚,我们的小辈也受到影响,有时,小外孙会说“外婆,我们什么时候和太外公吃饭?”这个时候,我觉得特别温暖。

金色池塘

老
少
感
议

编者按:

在热映电影《菜肉馄饨》中,老汪对亡妻的怀念、独居生活的孤独、与代际隔阂等心理问题,在现实生活中也常会遇到。现在的老人,不愁吃不愁穿,但是,类似情绪不稳定的现象,却被忽视了;这对老年朋友的健康、对社会都会产生影响。对于“银发族的心思”要做到早发现,早关心,是需要整个社会以及家庭引起关注的。



图 IC

写作调节情绪

周 邢

精神世界的追寻,常遇现实的冷遇。我有一位姐妹慧姐,退休以后爱上了文学,写作成了她晚年生活的重心,一本本笔记本上密密麻麻记录着她写的文章。她开始偷偷给报刊投稿,期待编辑慧眼识珠。可是发出的稿件都杳无音信。由于她的痴迷,疏忽了家庭,到点忘了烧饭,常有忘记正点接孙子等现象,家人也有怨言,丈夫嘲讽她:“哟,你还想当作家啊,你现在这把年纪,太平点吧。”夫妻之间为此经常打起了冷战。

长此以往,也不是个办法。我便介绍了一位作家朋友和慧姐认识,慧姐挑选了几篇得意之作带去请教。老师看后,直言不讳地说:“写作是老年人的一种爱好,作为爱好消遣何尝不可。但写作不是退休生活的全部,要正确处理写作与生活的关系,没有了日常生活,写作的源泉也就干枯。”作家老师委婉地指出:“你的写作思路 and 技巧都还需要很大提升,要写自己熟悉的,自己被感动的题材。自己感动了,读者才会感动。”作家的话,犹如醍醐灌顶,让慧姐猛醒。于是,慧姐主动调整了自己的生活方式,承担起家务,慢慢也得到家人谅解。和老公的沟通也多了,退休前他们是同厂工作的,所以聊的话题就比较多,大家共同回忆起厂里的许多趣事、难忘事。慧姐由此受到启发,重新调整写作角度,我手写我心,没想到很平实的文章受到编辑的青睐,得以发表。慧姐觉得自己的晚年生活更充实了。

在白纸黑字间,她重新审视自己的一生,梳理那些被遗忘的细节。写作不追求发表,而在于记录和爱好,写作早已不是功利的追求,而是与岁月对话的方式。

我的心思有谁知?

用心做聆听者

陆林森

父亲独居石库门亭子间,面积八平方,一床一桌一椅,夏天空调,冬天暖器,生活能自理,但很少外出,也很少与隔壁邻居“搭讪”,除了看电视,没有其他爱好。

自从独居后,有点郁郁寡欢,问其所以,父亲说,没啥,没啥,我很好。真的很好?我觉得并不尽然。父亲是个爱聊天的人,天南地北,国内国际,可以聊上好半天。我起先并没在意父亲的“细微”变化,心想,一个九十好几的高龄老人,能要求他像以前那样整天海阔天空,“闲话”不断?仔细一想,不对呀,父亲的“细微”变化,是因为“话搭子”没有了。我突然想起,父亲以前喜欢听评话。我何不充当听客,让父亲说说评话故事?

从此,我去看父亲,再不来也匆匆,去也匆匆了,在亭子间,我一坐就是大半天,陪父亲聊天。父亲很高兴,话匣子一打开,刹也刹不住,脸色呢,也“阴转多云”,开始渐渐放晴了。父亲以前喜欢看《三侠五义》《小五义》之类的古书,这些书我也都看过,但我还是缠着父亲,要他说说书上的故事。父亲可来劲了,像个说书先生,这回说岳飞精忠报国,下回说杨家将血战疆场,再下回说刘关张“桃园三结义”,说到忘情处,竟连老花眼镜滑在鼻梁上也顾不上扶。我差点笑喷,要是让父亲左手一把折扇,右手一块惊堂木,岂不活脱脱一个说书先生?原来,他的肚子里有货要说啊。

有了我这个“听客”,父亲不再有孤独感了,总是盼望我坐在亭子间,陪他聊天,听他说书。原来人生无常,心安便是归处。这话,说得对呀!父亲是九十六岁那年去世的,面容安详,好像熟睡了一般。

变相收藏有隐情

傅光达

小雅阿娘平时最大的孤独在于“无人可说”,她排遣寂寞的方式就是搞收藏。起先收藏布娃娃、搪瓷杯和名酒等物品,老伴谢世后她的做法开始变形,什么塑料袋、纸箱和酒瓶等都往屋里拖。独居的两室户塞足,连过道都堆满了东西,异味四溢。邻居有意见,要求消除走廊安全隐患。

儿子女儿来,也都抱怨她屋里弄得乱糟糟的,过啥日子啊。儿女在,她好些。儿女一走,她走火入魔一般照旧收破烂。她儿子见到我也曾埋怨其娘:“爷叔,你说我妈这样正常吗?”我说:“老人家这样是有点过分。你要好好跟她沟通。”要说细心还是女孩子,孙女小雅有天看完电影想吃馄饨,便买了皮子、肉糜和荠菜到阿娘这里来。老少俩边裹馄饨边闲聊,提到收藏,小雅问:“阿娘,你藏这么多东西做啥?”阿娘道:“解厌气呀!每样东西都叫人想起老早。酒瓶装过你爷爷爱吃的酒;你爸爸工作时发的各种搪瓷杯,都蛮好的;还有你嬢嬢和你小时候都抱过的布娃娃。你忘了吗?阿娘都记得的。”“那塑料袋啥又不值得收藏的。”“这些都装过你爸妈送我的食品,我留个念想呀。”那天的馄饨对小雅来说格外鲜香好吃,她有些理解阿娘为啥要收废物,原来阿娘是在利用它们寄托对亲人的思念,阿娘是在用爱去填补空虚的缝隙。

此后,小雅和她爸妈就有意识地帮老人搞点纪念品珍藏,还会定时与阿娘通电话、视频或见面闲聊,帮老人打扫卫生,清理房间,将关爱体现在时间里、在耐心上、在细节中,在每一次真诚的看见里。现在,阿娘再也不收破烂了。

下期话题 退休后的午餐我做主

现在物质条件丰富,吃,不再是生活的话题。而当银发族退休后,午餐成为了新的话题。是将就吃一顿,晚上再烧新鲜的?还是约上三五知己,二三好友拼桌吃?各位老年朋友的午餐是如何解决的?欢迎投稿至夜光杯邮箱 ygb@xmwb.com.cn。