

间和生活，最喜欢的旅游更是无从谈起。今天是常规检查，明天是突发并发症，后天又要调整治疗方案，她记不清自己在医院的走廊里来来回回走了多少趟，也数不清有多少个夜晚，她趴在病床边打个盹就当作休息。

为了照顾老伴，她每天天不亮就起床熬粥熬汤，再匆匆赶到医院，晚上回到家，累得连脱衣服的力气都没有，倒头就睡。有好几次，她因为过度劳累差点晕倒在医院的楼梯间，幸好被路过的护士扶住。那时候，她满脑子都是“一定要让老伴好起来”，根本顾不上自己，更别说关心女儿的工作和生活了。

正是那段频繁进出医院的日子，让她后来根本不想再踏进医院半步，哪怕是自己不小心被开水烫伤了脚，也不肯去医院治疗，而是硬生生在家自己涂各种烫伤药膏，用了半年时间才让脚面长出新肉来。

和女儿一家同住的日子，彼此充满着照应，却又到处都是别扭。女儿是好意，但这份好意却带着令人窒息的控制。早餐必须喝牛奶，因为“有营养”；晚上九点必须睡觉，因为“要规律”；电视遥控器永远被调到他们认为“适合老年人”的养生频道。

这种无微不至的“关爱”，像一张温柔的网，密不透风地将她包裹起来，让她喘不过气。她感

觉自己不像个长辈，倒像个需要时刻被看管的孩子。她失去的不仅是老伴，还有对自己生活的主宰权。在一个辗转难眠的深夜，林苏终于想明白了。她不想在余生里，成为女儿生活中的一个“甜蜜的负担”，一个需要被安排、被规划的附属品。她需要找回自己。

## 自由

刚回到熟悉的社区，邻居的关爱和背后闲言碎语让林苏难受了好一段时间。在大多数人的观念里，儿孙绕膝、三代同堂才是晚年幸福的标配，而她，选择了一条看似离经叛道的路。最让她难受的，是一次家庭聚会。女儿的大伯当着所有亲戚的面，半开玩笑半认真地对女儿说：“你也是，怎么能让你妈一个人住？传出去还以为我们老陈家的人不孝顺呢！”

在那一刻，林苏没有选择沉默。她放下筷子，环视了一圈众人，缓缓开口，声音不大，却字字清晰：“大哥，我女儿是个孝顺孩子，我觉得，孝顺不是把老人拴在身边，而是尊重她的选择。”

她深吸一口气，说出了那句让在场所有人哑口无言的话：“自由是老年最贵的资产。”

林苏没有想到，所有的自由，都必须付出一定的代价。

独居生活中面临的挑战，比想象中来得更为密集和琐碎。

过去几十年，家里的饭菜一直是老伴在操持，她只负责打下手。独居的第一天，她想简单煮个面条，结果却发现煤气灶怎么点火都打不燃。一通电话求救下来，急急忙忙去超市买来电池换上，依然无解，最后只能就着开水啃了个冷馒头。

晚上，想看会儿电视，却对着几个功能复杂的遥控器发呆，怎么也调不出想看的频道。夜深人静时，那种被无能和挫败感包围的滋味，让她第一次对自己的决定产生了动摇。

第二天清晨，晨光透过窗帘的缝隙，在林苏家卧室的五斗柜上投下一道细长的光斑，阳光正好洒在老公的照片上。林苏骨子里不服输的劲头一下子被激发了出来——“不能就这么认输”！

她开始像个小学生一样，从头学起。她向女儿请教怎么用手机App，在里面找到了无数看上去非常简单易上手的菜谱，对着上面的图文一步步摸索。很快，她就从做饭小白变成了家常菜达人。当女儿一家过来探望，她把一盘色香味俱全的家常菜端上桌时，那份简单的成就感，比吃任何山珍海味都来得香甜。

“每一天都像在和自己重新认识。”林苏开始享受这个过程。她学会了用手机查生活小窍门，