



能自立真好

原光辉

我已有近一年不乘公交车出门了。一来是疫情的原因,二来是自己年龄大了,孩子们怕我摔跤。但我内心总不服,难道我真的老到连公交车也不能坐了?

那天是平阳路一家药店有优惠活动的日子,正好我吃的降糖药快没有了。孩子们有的忙上班,有的忙看孩子,我尽量不给他们添麻烦。保姆平时对我出门也看得紧,没有她陪,家门也不让出。正好她回家参加婚礼去了,我想,今天是我单独出门、乘公交车、自主办事的好机会。于是,我违背孩子们对我定的“不准一人出门”的家规,使了个大胆,拐杖也不拄,从家到平阳路学府街站走了700多步,然后乘公交车到了平阳路康隆商城下车,又走了200多步到药店。我顺利地、小心谨慎地走了进去。

药店的售货员对我接待热情,服务周到,感动之

下,我加上了她们的微信。买好药后我原路返回,平安到了家。我成功地经受住了单独出门、走路、乘公交车、办事的考验,说明我虽已89周岁,但走路还行,脑子还没痴呆。在这次自立办事的过程中,我思想坚定,但行动很谨慎,慢着走,多看路。

对于我的单独行动,孩子们认为我是冒险。我正在买药时,二姑娘打来电话,她知道我独自出门,当时没怪我,只说:“爸,你要小心!”12点多我回到家时,她打来电话可批评我了:“你快90岁的人了,还想的省那几个钱。万一有个长短咋办?”我知道,如果让其他儿女知道了,尤其儿子知道了,肯定没好果子吃。不管咋,我这次自我体验成功了,以后行动还得多听孩子们的。如果稍有不慎,酿成不好的后果,受罪的是自己,受累的是孩子们。我知道,谨慎快乐过日子,少给儿女找麻烦,这才是养老之道。



老来伴 常欢乐

周海德

老伴今年70岁了,仍然好动,每天上午出去跳会儿舞,下午出去打会儿牌,生活很有规律,天天过得快乐。我则不同,好静,爱一个人在家看看书,写写字。在工地忙碌了一辈子,能静下来做自己喜欢做的事情,我感到很满足。

一天下午,我在家看书,老伴歪在沙发上看电视,一副没精打采的样子。我走过去问:“老伴,今天怎么不出去打牌呀?”她一脸失落地说:“大妹子家中有事,三缺一,玩不成了。”哦,原来不高兴是因为打不成牌呀。我便对她说:“大妹子来不了,不是有我嘛,别闷在家里,我陪你们去玩。”老伴抬头看了看我,说:“你陪我们玩?谁不知道你是书虫,舍得放下书?”我笑说:“成人之美,人之常情,何况是为了自己的老伴呢,我今天不看书了,就陪你们玩。”老伴见我打定主意要陪她,高兴了,忙说:“你真要参加,我就给牌友打电话了。”说着就掏出了手机,看她又急又乐的样子,我暗暗笑了。

从此,她们只要三缺一,老伴第一时间就会想到我,我也总是随叫随到,心甘情愿当替补,乐得老伴常笑着说:“家有老伴就是好,玩牌缺人不用愁。”

通过陪老伴打牌,使我体会到:少年夫妻老来伴,夫妻到了老年,并不需要谁作多大贡献,需要的是更多的互相体贴和照料,陪伴和相互支持啊!



我家的开心果

郭秀川

小外孙说话晚,快两周岁了才会说些简单用语。但是他爱听书,爱看绘本,尤其是车标卡片,可以在5分钟里正确指认100多张。他每天像个小哑巴一样,常常拿书比画着让你讲这个,讲那个,那表情真是专注又虔诚,开心又兴奋。

为了让他早日开口说话,家里人都很耐心,给他讲了一本又一本的故事,简单的句子,让他跟着学读,但他都是沉默。有一天,坐车出去玩,对面行驶过来一辆轿车,宝宝突然大叫“奥迪奥迪”,终于会开口说话了。打那以后,话匣子便打开了。

有天吃鱼,他指着鱼问:“它咋不动了?”我说:“鱼杀了吃肉肉还会动?”“杀它,它咋不喊‘救救我吧,救救我吧’?”一脸的认真。看到大人嬉笑打闹,他会严肃地说:“不要吵架,不要骂人,我是警察。”早学会上厕所的他,有天竟然尿在地上,我一边批评他,一边用洗地机收拾。听洗地机发出吸水模式声音时,他问:“为啥不是吸尿模式呢?”我顿时明白了他尿在地上的用意。真是个捣蛋的小家伙。

有一天,他对我说:“姥姥,我爱妈妈,不爱爸爸。”“为什么?”“因为他凶我。我要把他放在垃圾桶里,让物业的爷爷拉到垃圾中转站。”晚上我和他爸妈学说的话,他立即捂住我的嘴说:“我爱爸爸也爱妈妈,因为爸爸最帅,妈妈最美,我最可爱。”瞧瞧,姥姥里外不是人了。姥爷总是叫他“臭鸡蛋”,有天他不仅不答应,还纠正姥爷,“我不叫臭鸡蛋,不好听,不好听。”看这三岁的小子知道美丑了。

有个绘本叫《农场大发现》,每次都要给他读前言,共有82个字。有天他抢着说,“团团念团团念”。他念得一字不落,字字正确,连大人的语气都学得惟妙惟肖。读完了,他又加了好多话,比如,公鸡为什么打鸣,母鸡咋不会飞了,马会站着睡觉,驴会打滚,团团每天喝牛奶,以及小鸭子、小白兔、小老鼠、猫头鹰、萤火虫……绘本里所有的动物名字几乎都提到了。笨嘴宝宝不开口则罢,一开口语出惊人,有时讲绘本里的故事还故意张冠李戴。听着他如今说出的话,常常让人笑得岔了气。



把母亲当朋友

李标

老妈学会使用智能手机后,每天在家庭群转发各种各样的信息,其中不乏一些荒诞不经的谣言。弟妹们都不作声,唯有我这个长子沉不住气直话直说,传给她正确信息,母子俩于是攻防不断,几乎天天实弹试射。

我心知肚明,今年74岁的她和40岁的我,都不太可能改变对方。但有时真的难以接受,大学毕业、事业成功的妈妈,退休后竟然变成一个受谣言煽动、思想顽固又强势的“太后”。

我是个感性的人,常为母子感情生疏而黯然,非常纠结。我看她的“愚昧”不顺眼,为了“正义”而跟她唱反调,是否不够孝顺?

某天,灵光一闪,我想到“权宜之计”——想突破亲情困局,可以改变的并非老妈,而是我看待她的视角。大家不是都说,子女进入青春期后,父母应该把他们当朋友,不要板起家长脸孔嘛?

我正好借鉴这种做法,先把老妈视为“长辈朋友”。平日遇到邻居或亲友圈中的长辈,我会保持适当的社交距离,嘘寒问暖而不挑剔他们的缺点。我想,如果我做到善待其他长者,当然也可以试着改变对待老妈的方式。

按重视长幼尊卑的传统,我们做子女的习惯把父母视作高高在上的存在,对于他们老年后各种“莫名其妙”的行为,自然产生不解、错愕、愤怒,甚至失望;但距离就是美,假设在心里将彼此关系降为“朋友”,让视角从仰望变成平视,就不会因期望过高而失望。

对待朋友,我总是保持客气,懂得避免讨论敏感话题,对于友谊起伏,也知道保持平常心。所以,跟老妈话不投机,那便不要对她传过来的讯息太认真。

若说做人要随遇而安,这应该也包括学习接受“家家有本难念的经”,有些事不需小题大做。

退一步想,迈进不同人生阶段,每个人都会改变,差别是改变多少而已。当父母进入晚年,除了容貌衰老,思想和个性也会跟年轻时不一样,顽固保守也属自然现象。我们做子女的事先做好心理建设,便不会少见多怪。

如今,老妈仍然“保持真我”,在“同温层”寻开心,这是好事;不同的是,我学会视她为一个“长辈朋友”,不再处处纠正她,母子之间的相处也变得和谐了。





真情时刻

老伴助我走出困扰

李汝骥

今年以来,我双膝退行性病变、骨性关节炎越发严重了,使得我弯腰驼背,步履蹒跚,一副老态龙钟的样子。我几乎不能出门,只好待在家中。老伴见状,心中十分焦急。她比我小一岁,患有“三高”,还得过脑梗。但她却耐心开导我说:“既来之,则安之,不要垂头丧气,要信心百倍地与老年疾病作斗争。”

老伴与儿子商量后,给我买了一辆手动轮椅车。在老伴与儿子的帮助下,经过一段时间的锻炼,我终于可以自如地操作轮椅车了。儿子请来的钟点工小白,时常推我到离家不远的和平公园转悠。赏花,呼吸新鲜空气,晒太阳,与相识好友交谈,有时还在小白的帮助下推着轮椅车走上1000步,我的生活状态大大改观了,老伴很为我高兴。

每日三餐,老伴做了精心安排。每餐有主食、炒菜、汤或稀粥。每天保证有鸡蛋、牛奶,还有鱼、肉等。米饭、烙饼、手擀面、包子、饺子、馅饼等调剂着花样吃。老伴的腿脚比我好一些,购买物品除了网购送上门外,大部分是老伴到市场、超市去采购的。有一次老伴竟然推着小车买回了五斤土豆、四斤大白菜、二斤大葱等,解决了家里吃菜的问题。老伴用尽心思,不辞辛苦,为我精心安排三餐,保证了营养供给,为我战胜老年疾病打下了物质基础。

老伴还安排我做些力所能及的活计,让我尽量生活自理,不依赖别人。我每天坚持刷锅洗碗,感到自己尚能干点家务,心理感受真的大不一样。老伴还经常跟我聊天,回忆我们牵手同行60年的点点滴滴。过往的日子,我们尽管也有过争吵,但老伴总是十分大度地原谅我,她肯定我一辈子工作认真,热爱学习,注意教育子女。我十分热爱写作,老伴也给予了我多方面的帮助。尤其当我因腿脚不便不能外出参加活动而情绪低落时,她鼓励我不悲观不放弃,她为我提供写作素材,帮我挖掘题材和现实生活内涵,拓宽思路,并对我的稿件进行认真的评析,肯定优点,指出不足。

在老伴的精心照护下,我终于走出老年疾病的困扰,走在战胜疾病,积极向上,保持着正常生活的道路上。