

人到老年多聊天

◎陈卫卫



(资料图片)

董阿姨是我们小区“老人爱心话聊队”的发起人兼队长,她在为许多老人解闷的同时,也充实了自己的退休生活。

性格开朗的董阿姨爱说爱笑,她成立话聊队的初衷,是有一次去看望独居老人赵阿婆时,看到赵阿婆坐在大门口,眼神直直地盯住偶尔经过的路人。董阿姨看出,赵阿婆实在太孤独了,她就是想有人走过来跟她说话啊!

果然,赵阿婆向她倾诉了心中的苦闷:“年轻时,我吃过很多苦。原以为老了可以享享清福,但又得了腿病,不方便出门。儿子忙着自己的工作,难得来一次家里。我最难受的,就是从早到晚总是一个人在家里,实在太寂寞时,我只好和猫说说话。”从这天起,董阿姨每天都会来和赵阿婆聊天。有了董阿姨的陪伴,赵阿婆感到心情好多了。而每次当董阿姨告别时,赵阿婆总会依依不舍地送到门口说:“常来玩,常来玩。”

董阿姨又了解到,比起病痛来,没人陪老人聊天更折磨人,更容易让他们患上老年痴呆症。人到老年就要多聊天,因为闲聊对老年人来说也是一种健脑方式,如果阻断了,就等于在扼杀老年人的健康。而许多空巢老人

的情感往往非常复杂。他们对不在身边的子女既有一种强烈渴望团聚的感情,又不愿意妨碍和影响子女的工作和生活,长期处于矛盾的心理状态中,他们经常过着“出门一把锁,进门一盏灯”的孤独生活。

于是,董阿姨组织起“老人爱心话聊队”,队员都是她的老姐妹们,每天上门为孤寡老人拉拉家常、说些开心的事情。董阿姨特别会说笑话,几个段子一说,让老人哈哈大笑,心中的烦恼马上无影无踪。有时,董阿姨安排十多位老人一起在她家里聚集,大到国家大事,小到家长里短,无所不聊。老人们都说,现在他们早已忘了孤独是什么滋味。

刘大伯原先也是个闷闷不乐的独居老人,自从话聊队隔三差五地来和他聊天后,脸上的笑容多了,他对董阿姨说:“现在生活条件虽然好了,但是我心里的忧伤老是化不开,你们来陪我聊天,不是亲人胜过亲人,现在我天天都很快乐!”

最近,董阿姨被评为本地“最美志愿者”,她激动地说,和空巢、失能的老人们互相聊聊天,帮助他们远离寂寞忧愁,自己也开心,何乐而不为呢?

学会面朝太阳

◎陈玉霞

平时,我的老伴说话很风趣。记得有一回去做体检,我出门时还高高兴兴的,可是一下楼就晴转多云。原因是,老姐妹的儿子开专车来接,而我却是乘公交去医院。老伴就春风拂面地逗我:“专车再好,不就是一幅画呗!也许等你拿到体检报告后,你就变成她最羡慕的美景了!”那天,还真让老伴给说对了。

当时一看体检报告,让我最担心的指标都正常,我一下子就来精神了。可是我的老姐妹却是垂头丧气地走出医院。我早预料到了,她在平时,既不忘口,又不爱锻炼,肯定是“三高”更高了。随行的老伴就对我说:“这下你相信我说的话了吧?这就叫面朝太阳,阴影将永远在你的身后。”没想到老伴的只言片语,还真让我醍醐灌顶,如沐春风。

还有我们小区里的老王头,他空巢,还病魔缠身,在外人眼里,他过的日子简直是在活受罪。可他每天却是在小区红歌不断,别人

眼里的病魔、孤独和煎熬早被他甩到身后去了。老王头尽情享受到的,当然是自己想要的快乐了。

再有,我们厂的老厂长退下来时,他不像别的当官的,一下没权了,还放不下架子,闷在家里怕别人冷落。他以一个老同事的身份融入到老伙计当中,一起玩,一起当志愿者,一起侃大山,一起打牌喝小酒,久而久之,他就成了和大伙形影不离的玩伴、学伴、聊伴和吃伴。无疑,我们的老厂长面对的是一张张让他激动不已的笑脸。

人老了就更更要学会面朝太阳。学会面朝太阳,不只是能让我们享受阳光浴,补充流失的钙质;更重要的是,还能让我们享受到延年益寿的快乐日子。所以,让我们一起学会面朝太阳,将那些总给我们制造不快的阴影,永远甩在我们的身后吧!

岁月如歌

「放养」老父亲

◎陈浩

自从我在湖南生根落脚,远在老家的父亲,就成了我心头最大的牵挂。

几次邀请,他都拒绝跟我们居住。一则怕影响我们这个家的生活,二则他说不习惯城里生活,一整天搁在半空中,连个说话的人都没有,日子怎么过?父亲来这住过一次,短短的7天时间就让他得了“城市后遗症”,整天失魂落魄的。后来我想方设法要留住他,软硬兼施都是无效。只得晓之以理,动之以情,告诉他,我是你儿子,我有赡养你的义务,把你一个人丢在老家,人家会说我不孝。再说你年纪大了,万一有个什么病,村里离县医院那么远,谁送你去?那可是人命关天的大事情,我不能让你走。

父亲却哈哈地笑开了:“谁说我一个人?有这么多邻居陪着我呢,没事时跟他们说说话,有事时跟他们一起捡捡煤,一天很快就过去了。”我家住在煤矿附近,有十多个像父亲这样的老人。他们喜欢在矿车里搜寻点煤矿工人看不上眼的二等煤,细细筛选后挑回家贱卖,有一定收入。每次讲起捡煤,父亲那满足的神情,颇有老有所用的感觉。

想想也是,一个老人整天什么都不做,身体反而会出状况。我只好遵从父命,但心里还是不放心。一天半夜,我睡得正香,被电话吵醒,是父亲焦急的声音:“怎么办?我腹部很痛,恶心,很像上次急性胆囊炎发作的症状。”估计是疼痛难忍,父亲说话都有些哽咽。我一面劝他别急,一面给邻镇的叔叔打电话,可叔叔手机关机。我只好拨打120。县城离家要一个半小时,时间太长了,120是远水解不了近渴啊,怎么办?

父亲无奈地说,我去叫隔壁的王伯吧,他儿子有车,方便些。我也只好说:行,他要多少报酬我都给。不多久打电话过去,就听见父亲说动身了;后来说到医院了,在输液;再打电话过去,父亲说,已经好多了。听父亲说,王伯的儿子为他挂号、交款,忙前跑后。怕父亲没人照顾,王婶也跟了来,一直在旁边守候着。我一下就流出了眼泪,这比我这个亲生儿子还尽心尽力啊!

父亲病好后,我立刻给父亲打了500元钱过去让他酬谢人家。后来父亲说王伯不肯收,给退回来了。他们说,真为了钱谁愿三更半夜受那个苦?邻里之间,谁没有个难处?

一听这话,我突然就释怀了。决定不再硬要父亲跟我同住了,就这么“放养”在老家吧。有这么好的邻居,还有什么不放心的呢。我现在终于明白,有许多东西在我们眼里看是福,但父母消受不了,反而认为是受罪。他们那点福都在老家,在那生养了他们一辈子的土地上,在邻里这亲如一家的乡情里。