

晚年乐趣在助人

◆羊坊

这几年,我居家养老赢得乐趣多多,其中之一是来自帮人助人!

首先是帮老伴。老伴腿脚差还爱犯糊涂,所以买菜散步去医院我都得陪着。另外还有“三帮”就是:帮厨(洗菜、和馅、刷碗等),帮看(指看京剧昆曲等电视节目),帮待(帮她接待娘家人和老同事、老朋友)。这“陪与帮”颇有好处,可以说白发伉俪之间陪出了理解,帮出了快乐,陪帮出了感情……

二是帮助孩子。他们人生路上压力大,为父母者除要理解体谅之外,就是扶上马走一程。比如女儿刚结婚,“新巢”离娘家不远,我与老伴商定,小两口晚饭跟我们一起吃,双休日过来不过来由她们。小外孙女降生,从襁褓之婴到牙牙学语,再到入托,我们老两口可谓倾注全力。老伴自然是“一把手”,可我这副手也没闲着,诸如昼哄玩、夜拍睡、逮蜻蜓、挖蚯蚓、讲故事之类都是我的事。孩子该上小学了,女儿也买了新房,即彻底过上了小家庭的生活。我又为他们做了两件事:一是托物业主任给她们找了位既可靠又热情能干的小时工负责接送孩子以及孩子的晚饭;二是时不常将老伴包好的饺子炖好的肉给他们送去,老伴说得好,“救急也好、解馋也罢,反正有用!”

再说儿子跳槽那五六年,生活没规律,情绪多波动。老伴看着心疼就

跟我讨主意,其实我对此也是“丈二金刚”,便试着予以“赞助与心疗”(一改一味严肃的“庭训”),即一则买车和买房交首付时多掏点钱,二则多关心多引导少数落,结果效果还不错,这两年眼看成熟稳健多了。话又说回来,如此所得回报也可观,外出游玩忘不了我们,各种营养药物一样不差,儿女单过,也保证每周回来一次,进门就找活儿,查查电表、调调电视、看看煤气灶啥的。在姐弟二人的示范之下,女婿与儿媳也都做得不含糊。特别是女婿,我电脑只要一出毛病他就尽快上门服务。

三是帮助邻居。俗话说“远亲不如近邻”,我挺信服这句话。去年末伏里的一个周末,6层王奶奶家突然停电了,屋子里顿时蒸笼似的。她急着颠颠的往物业跑,正好让我撞见了。我就说“别着急,我先上去给您看看”,我上去一看,原来是跳闸了,我就用手轻轻一扳,解决了。王奶奶一个劲地道谢还不算,没几天亲自上

门送来一大兜唐山老家带过来的生栗子。去年刚入冬,同层的胡家姥姥感冒发烧了,小学生羊羊没人接,我就自告奋勇,一连负责了4天,从此羊羊见我就“爷爷,爷爷”叫个不停,叫得我心里也是美滋滋的。再如老同学常工程师的孙子高考前,前前后后我给他辅导了五六次作文(后来考上了北京理工大学)。

四是那些文帮琐事。其一微信上对过去的学生朋友的诗文作品予以点评或修润;其二替邻居们写感谢信之类;其三为母校校庆书画展览撰写前言;其四积极投稿支持原单位街道的两个内刊。

总之近年来十分走红的“养老哲学”里频频提出不少“护己养己”的经验,我这里要补充的是:护己养己的同时“帮人助人”亦十分必要大有裨益,其中倒不在那有没有的物化酬谢,最宝贵的是你精神上赢得的尊爱、充实与愉悦。

(责编:孙展)



老年志愿者