

孝老爱老敬老

近年来,我县坚持以人民为中心理念,以共同富裕幸福颐养标杆区建设为目标,把握形势、立足县情,通过政府、家庭、社会三方合力,全方位打造“孝老之城”。截至目前,我县共有22名百岁老人,主要分布在天马街道、紫港街道、球川镇、招贤镇、东案乡、大桥头乡等乡镇(街道)。其中,男性6名,女性16名,最年长者招贤镇廖荣风106(虚)岁。近期,县作家协会组织部分会员进村入户,走进百岁老人家中进行采访,以文字形式记录下百岁老人生活中的点点滴滴,分享百岁老人们的健康长寿秘诀。本报将持续刊发系列文章,本期为第三期。



顺应自然过百年

——访百岁老人徐花花

通讯员 白石虎



百岁老人徐花花

地处浙赣边界的球川镇吴家村,系2013年由吴家村与天井坞村合并,人口虽然只有八百多,但林地却有6000多亩,这里山清水秀,气候宜人。重阳节期间,暖阳普照,笔者走进了干净整洁的吴家村。一路看到的民宅窗明几净,房前屋后都种着绿油油的蔬菜或果树,见惯了城市“钢筋森林”的我们,顿时感到神

清气爽。

在老支书鲁汽俊的带领下,我们去拜访村里的百岁老人徐花花。原来,百岁老人正是他的母亲。

鲁汽俊介绍,母亲出生于1921年10月,今年虚岁103岁,荣登村里的首席寿星,是远近闻名的老寿星。我们见到老人时,她头上戴着一顶黑色的线帽,身穿红色大衣,背有些驼驼,拄着拐杖还能行走自如,历经沧桑的脸上挂着从容的微笑。我们一进屋,老人就热情地用本地方言和我们打招呼。徐花花24岁从本镇东坑村嫁到天井坞自然村,育有五男一女,他的几个儿子都住在本村相邻的村子里。

回忆起青少年时代,徐花花几乎哽咽。她出生在白石镇,因为父亲去世的早,母亲又嫁到了江西玉山的岩瑞镇。6岁时她跟着做裁缝的哥哥走东家窜西家,后来实在不方便,就入户到东坑村人家做童养媳。小小的年龄常常挨打,吃了上顿没有下顿。直到“准丈夫”去世了,她才嫁到天井坞村。

年轻时的徐花花颇能吃苦耐劳,包

揽了七八口人的家务活,还要种菜养猪。回忆起吃大食堂的年代,能抢到一碗粥时,她高兴的不得了。八九十岁年龄,她还自己做饭洗衣服。直到前几年跌了一跤,才由5个儿子轮流照看她的生活起居。

徐花花现在四代同堂,一大家子人有40多口,在节假日里那些常年在外工作的儿孙们都要回来看她,给她带来好吃的食物,一家人热闹融洽地说说笑笑。如今她住在大儿子的楼房里,每过10天由5个儿子家人轮流照应他的一日三餐。受老人勤劳善良的影响,儿孙们都遵纪守法本分做人,各个家庭和睦相处。鲁汽俊自豪地对我们说:“我们这个大家庭中,有打工的、当公务员的,做老师、当医生的,也有在大城市做企业管理的,但走歪门邪道的一个也没有。”

徐花花一大家子的和睦相处在当地出了名。他的几个儿子房子都建在山岩边周围的坪地上,几十年来,儿孙妯娌们从未发生过口角。母亲生病的时候,大家都抢着上医院陪护,到医药费分担的时候,各家都毫无怨言地主动承担。现

在轮到哪个儿子家照料时,各家都会主动地来老母亲身边陪吃陪睡。母亲过生日时,一大家子都会赶回来团聚,其乐融融。

徐花花老伴已经去世47年了,她含辛茹苦地将6个子女拉扯大,其中的艰难可想而知,但老人都坚强地熬了过来。现在政府每个月都给满百岁老人发放1000元的高龄补贴,这些补贴直接放在老人手中。徐花花高兴地说:“感谢党和政府,我现在生活很幸福,天天有肉吃。儿孙儿媳照应都十分周全,三天两头都炖排骨汤给我吃。”

临别前,笔者问老人有什么长寿秘诀,她说没什么秘诀,平时和家里人同吃同住,一日三餐,每餐都能吃得下一碗,几十年来,她只进过3次医院,也不是什么大病。

出门时,徐花花站起来向我们挥手道别。穿行在空气清新的乡村公路,回望健康长寿的老人,我们不禁感叹:老人有年轻时坚强面对艰苦生活的好心态,如今又生活在这么好的环境里,能不长寿吗?

青山绿水养“顽童”

——游林村百岁老人廖荣风居家小记

通讯员 毛香菊

走进招贤镇游林村,清新的空气扑面而来。来到坐落在地势略高的一座三层小楼房前面,看到院子外面有一棵高高的鸡爪梨树,上面长满了金灿灿的待采摘的鸡爪梨。11月的阳光懒洋洋地照射在鸡爪梨上面,让人觉得这片天地是那么温暖和惬意。

出生于1918年8月已经105岁的老人廖荣风便住在这幢楼房里。笔者来看她的时候,家里只有老人在家,她的儿子儿媳到村里去帮人家采摘橘子去



百岁老人廖荣风

了。

山青水绿 楼清房净

走进院子,感觉一阵神清气爽。和暖的阳光、怡人的风景、清新的空气让人觉得这里的确是居家养老的好地方。廖荣风老人住在一楼,里面布置得干净简约,一铺带顶雕花的旧式床,一张旧桌子,一个旧柜子,一个新式的抽水马桶,除此之外没有多余杂物。新式的楼房搭配旧式家具,老人带着自己的记忆住着整洁的房子,惬意的晒着太阳,呼吸着清新的空气,这样的画面让我们对老人的长寿之因似乎有了一份天然的解读。

廖荣风老人面庞舒展,脸上肌肉紧厚,只是一道道细密的皱纹告诉人们她已经经历了百年岁月的风霜。老人很健谈,见到我们便滔滔不绝地说话,或许是因为口音不对,我们只能听懂其中一小部分。通过村里的网格员翻译,我们才明白。原来是老人儿子今早出去采摘橘子之前嘱咐她,让她把家门看好。

老人的儿子和儿媳回来了。问起老人长寿的秘诀,儿子陈三林立刻朗声

笑了:其实也没啥秘诀,主要是我们这里水好空气好啊。

三餐固定 尤喜米饭

廖荣风的饮食和家人很接近,靠的就是平时用当地水做的一日三餐。家人没有专门为她张罗保健品或其他什么长寿秘方。

廖荣风最喜欢吃的就是米饭。她不喜欢吃稀饭,平时不喜欢吃零食,一天三顿饭,每顿饭量都很好,吃的菜都容易消化。家人给她搭配少量的肉类,因为她吃多了不容易消化。老人喜欢自己在床上吃饭,有时甚至躺着吃。儿子便经常纠正她,告诉她躺着吃饭对身体不好。老人有时听到了会改正,有时却执拗不肯。

廖荣风的父母和姐妹们当中也有好几个长寿的。她母亲的年寿是108岁,一个姐姐如今108岁还健在,还能自己做饭吃。

廖荣风老人睡眠时间很充足,没事时她会自己关上门睡觉。等家人做好饭叫她,她便起来吃饭。三餐固定,睡眠充

足,都可能为她的延年益寿起到重要作用。

儿媳孝顺 任性如孩

廖荣风一共养育了两个女儿和一个儿子。她一直和儿子陈三林住在一起。丈夫去世多年,儿子儿媳一直竭尽自己所能悉心照料着年迈的母亲。

一日三餐都是儿媳张里仙做,保证老人每顿都能吃到热菜热饭。因为儿媳脊椎不好,老人洗澡都由儿子完成。老人脾气执拗,经常会发脾气,儿子儿媳便让着她,等她把脾气发完,一切照旧,当做没事一样。为了照顾老母亲,夫妻俩一直没能外出打工挣钱。原本是想多挣钱帮儿子娶媳妇,但为了照顾老人,他们也顾不上儿子了,只能让儿子在杭州自己拼搏,自己去成家立业。

儿子儿媳说,照顾老母亲,就像带一个不懂事的孩子,我们不能和她计较,因为她“返老还童”了,我们不必和大人一样和她讲道理,我们得顺着她。

儿子儿媳的孝顺,让廖荣风如同顽童一般,任性“顽皮”了一年又一年。