



## 放下往事 向阳生活

我们不妨想象这样一个场景：午后阳光暖洋洋的，小区的长椅上坐着一位老人。他眯着眼，看着不远处追逐嬉戏的孩童，嘴角挂着一丝若有若无的笑意。他的目光是平静的，像一潭深水，倒映着当下的光影，也沉淀着岁月的波纹。他在想什么？或许什么都没想，又或许，那些被称作“往事”的东西，正像水底的游鱼，悄然划过。

人到了一定年纪，便成了往事的收藏家。那间名为“记忆”的空间，堆满了各式各样的藏品，有闪着光的，也有蒙着尘的。如何对待这些藏品，成了晚年生活的必修课。

有些人，终日沉醉于往事的辉煌里。他们是“想当年”的忠实信徒，把过去的美好当作反复咀嚼的口香糖。年轻时获得的奖章，中年时取得的成就，甚至是某次

旅行中偶遇的风景，都成了挂在嘴边的荣耀。起初，家人朋友还愿意捧场，听得津津有味。但时间一长，同样的故事讲了无数遍，那份美好便失去了光泽，变成了喋喋不休的重复。往事不再是滋养心灵的甘泉，而成了一座隔绝当下的高墙。墙内，是孤芳自赏的“我”；墙外，是渐渐远去的现实世界。

还有些人则被往事的痛苦所囚禁。那些曾经的伤害、无法弥补的遗憾、失去亲人的锥心之痛，像一根根扎进肉里的刺，时时刻刻提醒着他们的存在。他们反复舔舐着伤口，向每一个愿意倾听的人诉说自己的不幸。痛苦被当作博取同情的资本。然而，这种反复的揭疤，不仅让自己永无宁日，也给周围的人带来了沉重的压抑感。生命本该是一条向前流淌的河，他们却硬要在原地挖一个痛苦的深潭，把自己困在其中。

那么，老年人究竟该如何与往事相处？答案或许就俩字儿：坦然。

坦然，不是遗忘。遗忘是懦弱的逃避，但坦然是勇敢的和解。

对待美好的往事，最好的方式是把它酿成一坛老酒，封存在心底。在某个寂静的夜晚，或是在与老友闲谈的片刻，悄悄地“启封”，独自或与人共品一小杯。那份醇厚与甘甜，能温暖当下的岁月，能给予我们

面对现实的力量。它不是用来炫耀的资本，而是滋养生命的养分。

对待痛苦的往事，则需要更大的智慧。我们要学会的是与那个受伤的自己和解。承认痛苦的存在，感谢它在那个特定的时刻教会了我们什么，然后，轻轻地把它放下。就像一棵树，经历了一场暴风雨，断了一根枝桠。它不会永远盯着那个断口哭泣，而是会把养分输送给新的枝芽，让生命在别处继续繁茂。那些伤疤，会成为树干上独特的纹理，证明它曾如何坚韧地活过。痛苦，不必被遗忘，但可以被超越。当它不再能搅动你的心绪，只是你人生故事里一个平静的注脚时，你便真正获得了自由。

往事是根，它深深地扎进我们生命的土壤，为我们提供了成长的养分和存在的依据。没有根，树便会枯萎。但一棵树的价值，终究要靠它向着阳光伸展的枝叶、开出的花、结出的果来体现。

所以，当夕阳再次洒满长椅，那位老人站起身，慢慢地走回家。他的步履或许有些蹒跚，但他的方向是坚定的——走向那间亮着灯、飘着饭菜香的屋子。往事在他身后，像他长长的影子，安静地跟随。而他的眼前，是正在发生的、热气腾腾的生活。这，或许就是对往事最温柔的报答，也是对生命最深刻的敬意。明伟方

## 等我回家的母亲

接母亲进城，她却提出要一个人住在老屋里，不然就不进城。问她为什么，她只是说，单元房拘束，不自在。这怎么成？她一个人住，别人会怎么说？说了几次，她却固执，只好随她。

母亲一个70岁的老人独住，我总是不放心，下班之后，我总要去看看。说不上两句话，看看没什么事，我就风风火火地走了。而我每次出门，母亲似乎总是一副欲言又止的样子。

不经意间发现，每次去母亲那儿，门总是半掩的。不用敲，一推门就进了屋。而每次，桌上总有一杯热茶。问母亲为什么不关门，母亲浅浅地笑笑，家里没啥东西，还有贼惦记呀？想想也是，要是母亲忘了钥匙，那进门还是个问题。

这天下班，心里想着事儿，一抬头我才发现走到了母亲生活的小区。转过单元楼，远远地看见了母亲，顿时愣住了。母亲倚在门前，佝偻着身子，向我的来路张望着。眼神浑浊，没有了往日的神采，但分明有着热切的期盼。

忽然，母亲笑着转身上门进了屋，就像一个美梦醒了的样子，是那样的舒展、满足。她在看什么呢？她遇到了什么开心的事了？

走到母亲的门前，准备敲门却发现门是虚掩着的。推开门，母亲正站在屋里看着我。桌上一杯茶袅袅地升腾着。显然，是母亲刚刚倒下的。

“你刚才靠在门上干什么？”

母亲一愣，“你看到了？在看你呀。”

“看我？”我疑惑。

“好给你倒水呀。一天在外面跑到晚，渴也渴死了。坐一下，歇口气，陪我说话。”

望着满怀期望的母亲，我的心里涩涩的。原来母亲眼巴巴地倚在门前张望，就是想看到我平安归来的身影，就是想我歇歇脚陪她说说话，倒水也只是想让我多留一会儿。而这，竟然被我忽略了。

小时候去上学，母亲总会送到村头的乌柏树下，直到拐弯看不见了才离开。放学要是不回家，母亲还会撵到学校里去找。后来，工作了，只要听说我要回家，母亲总是望眼欲穿地等在乌柏树下遥望，直到看见了我们才放心地回家……

“发什么呆？是不是有什么事？”一回头看见母亲拉过一把椅子在我的身旁。

“没事，这下班了还有什么事？我就是想来坐坐。”母亲听了我的话明显高兴几分。

我和母亲说着家乡，说着亲友，说着儿时的趣事、糗事，说着女儿的调皮、淘气。突然发现母亲是那么健谈，我以前怎么没发现呢。母亲说着，笑着，我出神地听着，憨笑着，轻轻责怪着。

这么多年，我一直打着忙的幌子应付着母亲，从来没有真正坐下来听她唠叨，以致母亲一直在寂寥中等待、守望，她该有多失望啊。

望着一脸欢喜地说着过去的母亲，我的眼前模糊起来。章中林



## 老伴拼“年轻”

人上了岁数，就像小孩子，想一出是一出，老伴推翻自己的坚持，去染发。

“钱花到哪里哪里有效果”。染完回来，老伴欣慰地说：“虽然皮松了，染了还是显年轻。”可要想保持一头乌发，就得频繁地染，经常染发对身体不好，我决定劝他接受事实。于是翻出作家刘墉的文章给她看——古稀之年，“真相大白”有诸多好处：省钱省时间，辨识度高，老远就能一眼望见；出门坐公交、地铁，保证有人让座；走路时更容易受到好心人照顾；买菜购物，也可以学刘墉问一句“白头发多少钱”，对方看你是一头白发的老人家，还会给你打个折扣。

老伴“哼”了一声：“白发好处再多，一照镜子就提醒自己老了，心情都不好了。”都是同学聚会闹的。自从聚会后，他一天老对着镜子扒拉自己的头发，看看白头堆里还剩几根黑头发。我揶揄他：“这把年纪，又不找对象了，还那么在意自己的形象干吗？”老伴说：“生理年龄无法改变，心理

年龄可以由我控制，把自己的外形收拾得年轻了，人便有了自信。”这话倒是在理，于是我给他支招：“别染发了，干脆剃了，戴顶新潮的帽子出门。”他还真同意了。

上月，他还去健身房办了卡，回来跟我讲，准备坚持健身，把自己锻炼成“肌肉”老头，体形看上去像年轻人。我逗他：“这个年龄，再折腾能年轻到哪里去？”结果老伴戴上墨镜，戴上口罩，站我面前，我认输了，凭体形和气质，还真看不出年龄。

其实，老伴参加了一次同学聚会，是看到同学们个个都比自己混得好，心理不平衡，一把年纪了，拼事业是拼不过了，只好拼“年轻”。

不得不说，这个岁数的他还这么爱攀比不服输我不赞成。但看着他的这份虚荣促使他锻炼了身体，提升了气质，多了包容心和爱心，我也就随他去吧。现在他坐公交、地铁，不再不再吐糟没人让座，还仗着自己身体好，自我感觉“年轻”，给自己年龄小的老人让座呢。李秀芹

老伴参加同学聚会回来，感慨：“我去了还以为走错了房间，推开门一瞧，里面坐了半桌体态臃肿的‘白头翁’，刚想退出，同学老刘喊着说没走错，进来吧……”我听后想也没想就实话实说：“别光看到别人老，看不到自己老。”我这句话刺激到了老伴，他立马拿起镜子仔细端详起来，看了一会儿，说要去理发店染头发。

老伴从来不染发，在染发问题上一直认为“皮都松了，染了未必显得年轻”，而且“染了就要永远染，几天不染，寸发高升，根部一层白茬，黑发腾云驾雾一般，不像头发了，像个帽子，难看至极。”



## 给父母一座“后院”

爸在后院收获的大白菜，丰收啦！”

“报纸上说对于老年人，陪伴是最好的保健品，一家人其乐融融地聚在一起，不比每天辛辛苦苦去种菜好吗？何况家里也不缺那两棵白菜，父母怎么好像不太愿意咱们去呢？”我对先生说道。还没等先生回答，口齿伶俐的儿子抢先发言说：“我知道，姥姥姥爷是想自己呆着，就像我长大了，也想自己在书房里写作业一样，不用爸爸妈妈陪着。”

这让我想起前两天，闺蜜小孙给我讲的她父母的故事，听起来更加“离经叛道”。原来，她的父母不仅不满足于跳广场舞和种菜这些大众老年活动，还经常出去和老伴们野餐、开party、攀岩、甚至是去美容院做“拉皮”手术……小孙说：“你说父母老了以后怎么跟小孩似的，开始贪玩起来咱们该不该管啊？”

儿子和闺蜜的话令我恍然大悟。原来，在父母尚能生活自理的时候，给父母一座不被打扰的“后院”，让他们去做自己喜欢的事，就像把书房还给孩子一样。子女长大了需要空间，父母也是。很多老年人辛苦操劳了一辈子，又尽完了养老的义务，终于可以过上想要的自由生活了。每位老人可能都有他们独特的晚年生活“计划清单”，我们作为子女，为父母建立独立、自在的精神与生活空间，尊重父母真实的需求，少让父母操心，多给他们理解和支持，才是当下最应该做的。给父母一座“后院”，是孝顺他们的另一种方式。

想到这里，我打开手机，在家庭微信群里给老爸和老妈点了个大大的赞，并回复说：“恭喜咱家两位优秀的菜农大丰收，明年一定还会有更大的收获。”赵西蔚

周末难得休息，我打电话给老妈，想要带孩子回家去看看，一家人在一起吃个饭。和前两次一样，电话那头传来了老妈不太情愿的声音，并拒绝了我的回家申请：“今天吗，这周末我跟你爸还要去后院收菜呢，下次再来吧。”

过了没多久，家庭群里发来了一张父母在老房子后院拍的照片。照片中，父亲站在院前，脸上挂着笑，身后是一排排摆放得整整齐齐的大白菜。随即传来一段母亲的语音，语气中满是自豪：“看我和你

