



关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第 137 期 | 2016 年 12 月 25 日 星期日 主编:龚建星 责编:王瑜明 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:wyming@xmwb.com.cn

人生在世，长寿可贵。人们常用长命百岁恭贺亲友的健康长寿。倘若老人百岁之后依旧身轻体健，脑筋清爽，那不仅是家人亲友的福分，也是左邻右舍嘴里啧啧称奇的寿星了，家居山阴路留青小筑的罗时敏老太，当之无愧。这位著名大画家黄宾虹的大儿媳，不仅品行善良、颇有人缘，而且在弄堂里邻居中博得的口头禅是：伊脑子“煞煞清”。



文/金洪远

我欢喜讨伊“骂”

若讲对罗老太的了解，居在隔壁邻居叶文德先生无疑是首选人物。

按照叶先生的说法，罗老太是看着他长大的。因为淘气，罗老太给他封了一个名号“皮小囡”。一晃眼，皮小囡成了年过花甲的老人，但老人依旧像自己的孙辈一样喜欢他，称他是家里的“开心果”。因为叶先生在老人面前喜欢出自己“洋相”，一副冷面滑稽面孔，常常逗得老太笑口常开。叶先生自嘲说，我和老太搞脑筋搞不过她，我是经常讨伊“骂”的。

前年春节拜年，叶先生初一给老太拜年，老人笑呵呵地对他说：“侬给我拜年，我要给侬压岁钱的，侬要不要？”叶先生笑脸相迎：“当然要啊。”老太笑着指同来拜年的叶太太说：“侬证明啊，‘老虎’（叶先生的小名）讲要的要。”老人从口袋里摸索了好一阵，又问叶先生：“侬要不要？”叶先生给她肯定的回答后，老太说：“讲好要，不好不要。”说完，老太从口袋里掏出一包餐巾纸递给他。老太的家人笑得是前仰后合，叶先生则被伊弄得一脸尴尬：大年初一，老太就给我玩“冷幽默”，我服帖了！

服帖的事情还多了去。去年，老太在家不慎摔了一跤。热心的叶先生自以为很幽默地在微信里发了“老太杠头开花”的信息，闻讯而来的邻居亲友纷纷上门来探望。也许是有人走漏了叶先生的“幽默”，她指着叶先生说：“老虎呀，今朝大家来看望我没有空，明朝依带副麻将来，我和依对搓，叫依也‘杠头开花’。”众人被老太机智的即时应答笑得喘不过气来，唯独叶先生被噎得怔怔地发呆。按叶先生的口头禅是：我被老太又“叉得”差点“昏”过去。

率性诙谐的叶先生在接受笔者采访时一直笑声不断。看得出来，他对自个在老人面前扮演的“开心果”角色十分满意。不过，他多次提及：老太和左邻右舍是“客客气气”，就是我一个人是“讨骂”。哎呀呀，叶先生，依福气哦！依想想看，依66岁的人被百岁老人介喜欢，像这种待遇也不是啥个人能享受得到的，依不要得了便宜还卖乖哦。

还有一句老话：亲密到什么程度，就随便到什么程度。

女儿女婿眼中的老太

也许是遗传因子使然，罗老太的女儿虽然已是90高龄，谈吐条理甚是清晰，丝毫不见印象中九旬老人言谈举止

老寿星

伊脑子「煞清」

——记110岁老人罗时敏

老老琐言

饱食终日，无所用心

文/ 剑箫

对于退休生活的概括，无论是老年人自己还是他们的小辈，几乎只有两个字：享福。什么是享福？大多数人的理解是模糊的，通行的说法就是：饱食终日，无所用心。

这句话，用在年轻人身上，那是寒碜他；用在老年人身上，那是祝福他。

饱食终日，不是说每天的饭要吃到撑算到位，而是说再也不用为五斗米折腰，辛苦，劳作；无所用心，不是说对任何事都事不关己，高高挂起，而是说要拿得起、放得下、想得开。应

当说，饱食终日，无所用心，是老年生活的一种常态，一种境界。

有些老人认为，“饱食终日，无所用心”可耻，故而不屑于此，非得活出精彩，夕阳还要红一把。这当然很好，其中的关键在于，“活出精彩”“夕阳还红”时，究竟是全力以赴还是量入为出为好？可以说，一切有利于老年人提高生活质量和延长生命周期的行为，应该是考量其正确与否的出发点。

人各有志，也各有活法。我们千万不要把“饱食终日，无所用心”这本适合于老年人的“经”，给念坏了。

的“常态”，难道真的应了一句老话——有其母必有其女？

问及她母亲罗老太的身世，一句话轻轻带过；问及学历，毕业于爱国女中的初中生。言简意赅评价老母好学，“要强”，被她多次提到。难怪当年嫁进黄家门，聪慧的罗时敏，深得公公黄宾虹先生的喜欢和赞赏。罗老太年轻时曾在商务印书馆谋职，和报人，以后曾任上海市副市长的金仲华是同事。当时她干的是校对：编校二十四史。编校二十四史，我想不落，初中生就可以干校对，肯定肚皮里有“货”，是智慧之人，否则谁敢接这个“活儿”？依叫现在的高中生、大学生试试！

不过，在女儿黄女士的眼里，脑筋清爽要强的母亲在操劳家务活上也绝对是一把好手。黄女士告诉我，当时她在某区百货公司工作，杂务缠身，常常是早晨出门，很晚回家，家里的家务就是老太一手打理。尤其是父亲晚年，因患病卧床，照料老爸的担子基本由她母亲承担。有时看到母亲劳累，做女儿女婿要“插手”，老母亲总是挥挥手要他们“忙自己的事去”。理由也简单，她要多陪陪相濡以沫70多年的老伴，因为老伴就喜欢品尝她烧的“饭菜”。当时黄女士的父亲住在二楼，罗老太每天跑上奔下，不亦乐乎。要知道，她当时已年过九旬了。后来，黄女士的父亲发病被送进了位于四川北路

第四人民医院，从山阴路的家到医院说远不远，说近不近，老母亲总是在探望病人的规定时间准时出现在病榻前。

黄女士的述说，让人很难想象：一个年过九旬瘦小的老人，哪能有这么旺盛的精力和体力，每天提着餐盒，里面装着老伴喜欢的各色小菜，直到丈夫在98岁那年安详地逝世。

高寿有诀窍吗？老人喜好锻炼吗？当我把这两个问题抛给同是90高龄、罗老太的女儿和女婿时，两位老人都不由自主地笑了起来。他们摇摇头，连连摆手告诉我：当时年过百岁的老太依然很要强，家务活都是自己做，不喜欢别人去“插手”；自己的房间每天打理得清清爽爽；要说“锻炼”，也不是刻意去“散步”啦，“兜一圈”啦，而是力所能及的在家里“动动”。他们最津津乐道的是，前三年，也就是老人106岁那年，她还挥毫写小楷呢。看来老人那个活法长寿，正像幸福是个自我感觉，难有统一的客观标准，或许是各得其所，因人而异的自我感觉吧。别人的活法，只能欣赏，不能照搬，跟风的模仿，或许是邯郸学步，适得其反。笔者想，适合自己是最好的，也许是最好的锻炼方法。

高寿有诀窍吗？比如吃的方面。罗老太的女儿女婿介绍说：老人除了肥肉不喜欢吃，基本不挑食。如果说嗜好的话，“芝麻核桃和生姜”是一直常备的。

笔者对老人的“感觉”

今年中秋节前，叶先生和老人的女儿陪同我去探望110岁的罗时敏老太太。老太太居住在二楼，第一个直观是，房间里陈设的家居都是上了年头的老家具，心中不由一乐，这倒和已过百岁的老人蛮般配的：珠联璧合。

老人安详地坐在靠窗的沙发上，稀疏的灰白发梳得齐齐整整，看得出，老人不仅脑筋清爽，头势也“清爽”。问候了老人，叶先生示意我和老太太拍个“合影”照。笔者正犹豫间，想不到坐在沙发上的老人轻轻地朝里挪动了一下，腾出“位置”，反应如此之快，让我始料不及，毕竟是110岁的老人呵！看来，叶先生和邻居夸奖罗老太“脑子煞煞清”，真的恰如其分，这个细节让我感受尤为深刻。

考虑到老人年岁已高，不便多打扰，闲聊了几句，我便起身告辞。老人在沙发上和我招手作别，还招呼叶先生过来“握手”。这个场景让人忍俊不禁，又给我留下难以磨灭的印象：“脑子煞煞清”的老太太，不仅会玩幽默，还蛮赶时尚哩。

下得楼来，叶先生笑得闭不拢嘴：“老太太跟弄堂里每个邻居‘客客气气’，平时就是喜欢‘开坏我’，寻我开心。今天我跟着你老兄来，享受这么高的规格和待遇，我沾光了！”

我惊叹110岁老人的反应，脑筋转速如此之快。老太太的女儿笑着补充道：“老太太脑筋转速快连我们也吃不消。”她告诉我，老人的外孙女前上个周末来看望外婆。吃过晚饭，老太太看看窗外，夜空里正飘洒着丝丝细雨，就劝外孙女早点回去。外孙女笑着说：“外婆，今天我没事，多陪你讲讲闲话，下雨怕啥，落铁我也不怕。”老太太看着外孙女，慢悠悠地开了腔：“你说，落铁你不怕，那么，落刀你怕不怕啊？”一席话说得外孙女和家人目瞪口呆。110岁的老人脑筋转速如此之快，真的叫人吃不消！

喜欢读书看报的老太太还有一个长寿和脑筋“煞煞清”的秘密，就是在耄耋之年她还喜欢看报读报，报纸是上海的《新民晚报》《文汇报》，经常订阅的杂志是《收获》《上海文学》。这是不是老太太长寿和脑筋“煞煞清”的精神支柱呢？



采访手记

浓浓的亲情

110岁的罗时敏老太太脑筋“煞煞清”，除了心态平和，热爱劳动、“坚持自己的事自己做”，与她的亲人无微不至的照料和孝敬老人浓浓亲情的氛围是分不开的。

笔者在采访中了解到，每个节假日，老人的小辈都无一例外来探望老人，给老人送来尊老敬老的和煦家风，因为家庭和睦、小辈孝顺，才有每天愉悦的好心情。心情好，一切都好。老人110岁，女儿女婿加起来180岁！在上海三口之家中，加起来290岁的虽然不是首屈一指，肯定也属凤毛麟角。