



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 152 期 | 2017 年 4 月 9 日 星期日 主编:龚建星 责编:龚建星 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

## 有德守序，心安即是家

文/曹国君

有德守序，是说只要我们修心有德，行为有序，时时处处以道德规范约束自己，就能将所到之处安然当做自己的家。

社会上的人群总是良莠不齐，有高尚的长者，有低俗的老人。有些老人在公共场所的所作所为实在太差劲，他们倚老卖老，不消费占座长时间聊天，蹭这蹭那，占尽了便宜，虽大恶之念不敢有，但小恶之心却常在。有的还为一点小摩擦(如在公交车上硬要人家让座)恶语伤人，甚至大打出手。他们不听话，不守序，心不安，又张狂，所以动辄遭人侧目而视，无论身处何地都难以为家。

而有德守序之人大多善良、真诚、谦逊，处处“温良恭俭让”，既受人们欢迎，更受人们尊重，也最容易合群找到自己的“家”。果不其然，我们小区的老张在养鸟的圈子受到大家欢迎，就是因为懂得赞美别人的鸟，能虚心请教养鸟的经验。明知道对方的鸟品种一般，不恶言恶语伤人，更不会奚落嘲笑。尽管老张自己养鸟也有不少心得，但是从来不夸夸其谈，不将自己的观点强加于人。为避免扰民，相聚在公园，听听鸟语，闻闻花香，其乐融融。老张还是葫芦丝迷，又买乐器又请指导，他的凝聚力特强，人缘极好，豁达、开朗，从不惹事，最喜欢帮助别人，无论走到哪里，颇受欢迎。为何？因为他有德守序，心安！不仅大家喜欢他，他自己也找到了快乐。

所以，只要你有德守序，内心安宁满满，你也肯定会找到一个属于你晚年生活的“家”。

## 老人在宜家寻找家的感觉

文/程介平

老年人喜欢去宜家，除了喜欢那里的热闹，更是喜欢那里那种体验式生活方式。他们或许不需要现代家居，但他们需要美的享受。现在大多数独居老人，特别是单身独居老人的生活状况很不尽如人意。我的一位邻居，她儿子媳妇都是成功人士，住高档别墅，她的家却数十年没装修过，屋里堆满乱七八糟的东西，连坐的地方都没有，根本不像一个家。

而这商家独特的经营方式营造了一种家的感觉，这里充满时尚元素，氛围搭建十分温馨，在这样的环境里相聚聊天，即使是闲逛，也使人感觉非常舒适。累了有沙发可以休息，还可以体验式“蹭睡”；饿了入座宜家餐厅，美食美味又便宜，如果愿意，尽可以在这里一日三餐。在餐厅，我还见证了一对老人经人介绍相识牵手，过程很美好。老年人图实惠喜热闹，如果政府部门在老龄化服务问题上“Hold”不住，难免会有老人去宜家各种“蹭”。

再次去商场，又见到了这对在餐厅相亲的老人，只见他们手挽手来到一张被人“蹭睡”后一片狼藉的床前，主动帮忙整理床铺。老先生摇摇头说：别把商场当自己家呀，咋能见床就睡，还拍屁股走人，有没有公德啊！老妇人笑着呛他：让你帮个忙，咋那么多闲话。

看到这一幕，在为这对老人点赞时，想到有关蹭睡的不文明现象的报道，真为商家叫冤。我们希望杜绝把商场当自家的不文明行为，期待多一点爱护的行动，宜家会更“宜家”。

# 什么是老年人适宜的「家」

〔渴望相聚篇〕

## 老少咸宜

去年年底，上海宜家针对部分顾客不文明的行为，推出了“限制令”，要求顾客“先购餐，后入座”，此举引发舆论关注，也引起了本报读者的兴趣。今天发表的5篇文章，有在商场体验以后的感受，有诉说老年人渴望相聚的种种无奈和不如意等等。

如何找到“家”？如何在“家”能和大家友好相处？有读者支招，只要每个人有德守序，在任何时候，任何地方都能找到“家”的感觉。



## 渴望相聚

文/周伟民

读关于部分老人以“宜家”为“家”的报道，有些同志得出老人“何以为家”的感慨，我觉得是对老年人心理诉求的一种误解，你们以为老人是贪图那里的空调，或者是在意那里的优良环境吗？不，老人们在意的，是在意有可以聊聊的老伙伴们，是渴望相聚！聚的本意是村落的意思，古代的村落，就像一个大家庭。所以，在人们的心目中，相聚，能找到家的感觉，多年不见或多日不见的人们，总不忘发出“啥辰光出来聚聚”的邀约。

当然，因为文化层次和兴趣爱好的不同，相聚的主题也各不相同，喜欢旅游的经常结伴同行，畅游于大好河山之间；喜欢唱歌的，相聚于合唱团或卡拉OK歌

厅，引吭高歌；喜欢舞蹈的，则参加舞蹈队，或者相聚于广场，翩翩起舞；喜欢文学的，则自发地组织一些文学沙龙，交流创作心得，谈谈构思，相互改稿，或朗诵自己的诗作；也有为实现自己年轻时未竟的梦想，相聚与老年大学学习钢琴，书法，美术的；也有些老人，只是希望能经常和老朋友、老邻居、老伙伴经常聚在一起聊聊天家长里短的，不仅在宜家，在很多街心花园，公交车站的座椅上，甚至在小区门口的皮匠摊前，都经常能看到一些老人的相聚聊天的身影，当然，也不乏经常相约搓搓小麻将，斗斗地主，下下象棋的老人。

相聚的理由可以不同，只要老人自觉开心就好，都应该得到我们的理解和尊重！

## 这里不是老人的“家”

文/吕庆

近来，部分老人把宜家作为休闲聚会、打发日子的场所引发热议，这让我想起了天天目睹的一幕场景而心生感慨。

我家旁边有个小公园，一年四季，不管刮风下雨，总有不少老人围坐在一只只石桌边打牌，中午，有的匆匆回家扒几口饭，有的就着公园免费供应的茶水啃只把冷馒头，打发一下肚子后，老地方、老搭子继续酣战。前些时公园关门大修，老人们又把“战场”移到小区的绿化长廊里。即使寒风瑟瑟，依然不改兴致，他们不知从哪里找来旧棉毯、坏被单，扛来邻居装修时丢弃的旧门板、席梦思，绳拉钉扎，把个长廊围得紧紧的，让人感觉像“难民营”。可老人们不以为然，一脸的悠然自得，不时把“牌桌”拍得乒乓响。

居委干部担心老人的健康，也顾虑影响小区的环境整洁，说服他们避避寒潮，可都被拒绝了。后来知道，这些老人中不少都是有“故事”的：有的家庭不和睦，“野”在外面就为远离矛盾；有的孤身独居，窝在家里难忍寂寞；有的本就经济拮据，加上安排失当，却又挡不住输赢的刺激；还有的缺少文化积淀，没兴趣融入其他活动……于是，他们把这里当成“家”，天天不见不散，但心却被冻得空空的。

其实，老人之所以选择这样的“家”，也是无奈之举。倘若社会方方面面多给点细致入微的关注，配偶子女多一点包容理解，谁会寻这样的“家”安度晚年？

## 小区老年活动室的困扰

文/曹慧中

小区老年活动室，是老年人最喜欢去的地方，大家聚在一起喝茶、聊天、打牌，以此交友、消遣和娱乐。最近，某街道的一、二村居委的老年人有点烦。原来，从今年1月23日开始，小区老年活动室的开放时间从早上5点改为11点，足足延迟了6个小时，因此引起小区老年人的强烈不满。笔者居住的小区，早上七八点钟，许多老年人聚集在露天聊天，9点活动室开门后却车马冷落。由于活动室没有空调，冬夏两季更是人员寥落。由此，联想到之前的“宜家事件”、“肯德基风波”，确实让人深思。

为了让老年人老有所乐，政府加大了财政投入，新建小区都有标准化的老年活动室，老旧小区也不断挖潜，腾挪出宝贵的空间供老年人活动之用。然而，仍然有不少老年人舍近求远跑向宜家 and 肯德基。

如果小区居委会在运作时更人性化些，老年活动室的开放时间更符合老年人的生活规律，老年活动室的活动样式更符合老年人的喜好，老年人还会舍近求远跑到宜家、肯德基或其他什么地方去聚集吗？

诚然，老年活动室装上空调，延长开放时间，人多了，管理难度就会大一些，管理人员也难以寻觅。但是，我们不能因此把老年活动室边缘化。至于老年活动室的管理人员，可以动员小区志愿者轮流担任，也可以让老年人中相对年轻的人轮流担任。总之，不要让老年活动室流于形式，而是要把现有的资源充分地、最大化地利用好，让老年人真正就近享受老有所乐。