

# 老年因信念而光彩

文 / 穆光宗

2015年2月28日，习近平总书记会见第四届全国文明城市、文明村镇、文明单位和未成年人思想道德建设工作先进代表发表讲话时指出：人民有信仰，民族有希望，国家有力量。实现中华民族伟大复兴的中国梦，物质财富要极大丰富，精神财富也要极大丰富。借此表述，笔者想表达另一层意思，即人生有信念，生活有希望，生命有力量。老年更是如此。

老年在本质上是不断丧失的过程，包括健康的丧失、亲朋的丧失、亲情的丧失、理想的丧失、收入的丧失、依靠的丧失等等都会接踵而至、如期而至甚至不期而至，所以进入老年后的老龄化具有某种痛楚、无助和别离的意味。老年的老龄化必然是走向孤独和脆弱的一段岁月，是向死而生、日薄西山的最后时光，也是与病苦作斗争并在绝望中寻找希望的苦乐年华。成功的老龄化(successful aging)则要在理智上“顺应丧失”的同时在精神上“超越丧失”，还要争取通过“老年发展”、“老年获得”来填补“老年萎缩”、“老年丧失”所带来的种种冲击，其中有无正确的信仰是成功老龄化的“灵魂”所在，十分关键。

圆满的信念可以使老年人获得正向、强大、救拔的心灵力量，不以苦为苦，反以苦为乐，安顿、愉悦和强健身心。一方面，信念可以独善其身，帮助老年人断恶修善，自净其意，做一个“善知识”和“善老人”；另一方面，信仰可以兼善天下，去我执，无我相，慈悲济世，正如李嘉诚先生所说：建立自我，实现无我。世界和谐，从心开始。路径就是中国传统文化所指引的：正心、修身、齐家、治国、平天下。

在我们周遭的生活中，有一类老人可以称为“义老”，那些厚德自强者、爱人护物者、老年志愿者等等皆可归入“义老”行列。“义老”们是善价值的坚信者，是善信念的践行者，是善行为的成就者；是散落大地的珍珠，是人类灵魂的导师，是社会道德的标尺。他们以慈悲的爱心、崇高的修为成为世间人心的灯塔，义薄云天，默默奉献，爱满人间，以其正能量给世界以温暖、以其正信念给世人以方向。义老们以实际行动诠释了“给时间以生命”、“给生命以欢愉”、“给岁月以价值”等生命真谛，诠释了“义老贤老”的尊严，展示了“乐龄仁寿”的光彩。

“义举善行”升华了存在的意义，贡献了老年的价值，打开了幸福的大门。我心目中“义老”的文化画像是：志于道、乐于义、成于善。也就是说，义老们崇尚大爱之道，追寻生命意义；通过急公好义，乐善好施；达成善其身，也善天下。

义老们实现的是有尊严、有价值、有欢乐的老龄化，他们是老年的榜样，更是社会的瑰宝。

义老们是我们共同的老师，他们的德行义举彰显了“老有所教”无言的价值。现在，社会各界开展的老有所为贡献奖、老有所为先进个人等评选活动实际上就在助推中国特色的义老文化。

“义老”们坚信善的价值、善的因果，以知行合一的方式展示了信仰的力量。老年有信仰，生命有福报。

(作者为北京大学人口研究所教授)

## 老年观察

## 枫林小筑

# 吴语弦声品茶乐

文 / 俞金发

## ——记评弹迷的乐园长艺书苑

台上弦索“叮咚”，台下茶香氤氲，地处上海城市中心区的长宁文化艺术中心的长艺书苑，一年演出多达三百五十多场，每天平均有200多位观众进入书场，这其中，退休后的老听客、老观众当仁不让占了大头。“演员好、书目好、服务好”的长艺书苑如今已成了沪上老年评弹爱好者的精神家园和乐园。

最近一段时间，观众欣赏的是弹词《风流天子》，说唱内容是唐朝武则天至唐玄宗间的一段宫廷争斗故事。每天，近悦远来的观众进大门，乘电梯进入三楼书场后，早到的“老听客”们，寻朋呼友，各有所需，选择舒适的座位

坐下。在开书演出前，泡上一杯书场奉送的香茗，犹如昔日茶馆里，轻松地聊天。各行各业的退休人员畅所欲言，从而得悉养生治疗，购物旅游，生活技巧等信息，养病问诊，还能得到旧友新谊的帮助，令人获益匪浅。

演出开始，观众转而面对三尺书坛，演员吴依软语，甜糯悦耳，故事渐次推进，精彩纷呈，说表插科打诨，情趣盎然，观众时而心花怒放，时而欢欣鼓舞，一个个忘我地沉醉其中。良好的演出氛围，吸引了苏、浙、沪三地的评弹演员纷至沓来，但凡有新的作品，这里便是他们的首选表演场地，以至评

弹界现在有“没到长艺说过书就算不上好评弹演员”的说法。

长艺书苑从1998年开办至今，已走过了17个年头。难得的是书票始终未涨价，单场票价不过5元，联票一场只有4元，还可获赠绿茶一杯。观众席座位也都是特制，可靠可坐，十分舒服。在最靠门的地方，还专门为残疾人、老人留了座，每张座位都贴上了他们的姓名。到这个现代化书场，在香茗甘味里，听书赏曲，赏心悦目，成了许多退休后有了一把时间的评弹迷的一大乐事。“冬天暖气，夏天冷气，票价又这么实惠，哪里去寻个开心的地方啊？”



评弹老观众在长艺书苑悠哉游哉地欣赏着台上演出 徐伟平 摄

## 理财门径

### 带份保险去国外探亲

最近王先生很高兴，和老伴拿到了10年的去美签证。老王的女儿在美国成家立业，刚得了个外甥，和老伴前去美国带孩子，未来十年他们可以自由来回美国。但问题又来了，美国是个高医疗费的国家，又是高度法制的社会，年纪大了，万一有个意外、生个病或者万一撞个人造成意外事故导致第三方损失，听说要赔很多钱，这样的责任可不好担啊。还有不能带药，听说连带抗生素都属违法，得了紧急疾病和意外总不能不去医院吧。但老王在听人介绍了一款保险产品后，心中的石头落了地。这款保险叫美亚万国游踪境外旅行保障计划，承保医疗40万元，个人责任100万元，意外伤亡60万元，医疗运送和送返实际费用，还有旅行延误，行李遗失，个人钱财丢失，随身财产，另外尚有考虑离家期间家财险等等17项保障，于是老王和老伴都选择了全年多次往返、单次行程不超过182天的计划，每人只付了2250元，还得到了全球救援服务。

解决出行后顾之忧，旅行险是不错的选择。

(注：以上所提及的数字只是便于理解之用，详细内容以保险公司的合同条款为准。) 天天保

## 生活小贴士

### 练被窝功防老年腿病

人到老年，腿脚多不灵便，不但患有有关节炎、抽筋等腿病，往往还容易摔跤，造成骨折。对于一些年迈体弱或胆怯出户的老者，只需坚持每天早晚用10分钟实行“被窝功”自我按摩，很能奏效。

功法：首先，双手由左右两侧抱住右大腿，先从上端开始往下摩擦直达脚背部为止，再返回上端为一次，重复数十次；然后再更换左腿如法进行一遍。其次，左右手掌分开按住左右两膝盖，略施压力，先顺后逆时针方向旋转数十次。再用两手掌互相擦热，以左手在右脚涌泉穴(脚心)，顺时针方向旋转摩擦数十次，再换右手在左脚进行同样按摩数十次。久练此功，不仅能预防抽筋、跌跤，而且也是风湿性关节炎的良好医疗方法。 隋寅 辑

## 法律服务

### 被判无效的“雇佣协议”

夏老伯是一名退休干部，1999年起就和妻子分居，并向法院起诉要求与妻子离婚，但法院判决不准离婚。因家庭琐事，夏老伯与女儿关系也不好，无奈之下，他谢绝了女儿的好意，自己独居一处。随着年纪的增大以及身体日渐欠佳，夏老伯萌生了找人为自己养老送终的想法。后经人介绍，夏老伯与一名外来中年女子谢女士认识，2008年6月，双方签订了一份《雇佣协议》，该协议约定夏老伯因年老体弱多病，生活难以自理，谢女士愿意来做夏老伯的佣人，服侍夏老伯到百年过世，不要工资，但由夏老伯出资59万元，购买一套房屋供两人居住，产权登记在谢女士名下。夏老伯保管房屋所有权证，去世后房屋一切权利归谢女士所有。雇佣协议签订后，两人就住在一起，谢女士照顾夏老伯的起居生活，洗衣、做饭、煎药、陪夏老伯早起晨练、练医等等，尽到了佣人的职责。令人意想不到的是，几年之后，两位老人却对簿公堂，由熟人变成了陌路人。夏老伯向人民法院提起诉讼，要求判决原来签订的《雇佣协议》无效，解除双方雇佣关系，称被告谢女士并没有真心实意地服侍自己，并要求返还房屋所有权。人民法院经审理认为，双方当事人所订立的雇佣合同形式虽为在平等自愿的基础上所订立，但实质上是通过合法的形式掩盖非法同居的目的。原告、被告所订立的协议因违反法律，损害社会关系和公共利益，为无

效合同。据此，法院判决双方签订的《雇佣协议》无效，房屋为夏老伯所有。

#### 【律师分析】

近年来，这样的老年人雇佣抚养诉讼案绝非少见。老年人晚年孤独，想找个人养老送终也是人之常情，但如果许诺给予或赠予一定数量的财物，或是涉及财产分配和遗产继承的，如果没有签订真实、合法、有效的遗赠抚养协议，一旦发生纠纷，当事人的权益将得不到法律的保护。虽然谢女士辛苦照料了夏老伯多年，且就算双方住在一起没有过夫妻生活，但法院审理后认为，夏老伯在实际上与妻子的婚姻关系没有解除的情况下，又公开和谢女士居住在同一房屋，此举违反法律、法规，损害包括夏老伯的妻子在内的他人利益和社会公共利益，因此判定《雇佣协议》无效，是正确的。谢女士在不了解夏老伯实际婚姻情况下签订的协议，看似只是照顾老人生活起居，合情合理，但同时也违背了相关法理，是不受法律保护的，双方应签订具有法律效力的遗赠抚养协议。遗赠抚养协议是指公民生前与抚养人之间订立的有关抚养、遗赠的协议，抚养人是法定继承人以外的人。他们之间本来没有法定的权利和义务，通过遗赠抚养协议，一方要求有被抚养的权利，在他去世之后，另一方有继承被抚养人的财产的权利。

市老年人法律服务中心志愿者律师 李东方