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78期 | 2015年10月11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

老少咸议

相聚养老院 老年亲友圈

去年,台湾人李伟文与一群知交老友,一共12户,做了一个重大决定:共同集资,在台南市选了一块地,自建一栋老人公寓,取名为"蜗居",他们决定一起实践老年的理想生活,由此引起社会舆论的广泛关注。本刊特请五位对此颇有见解的人士,发表意见。相信这种探讨,对于新型养老模式的探索,会起到积极的作用。

——编者

"众筹养老"不妨一试

文/生民

朋友们不止一次说起过"众筹养老"的事情,意谓到时候大家相约去找一家相应的养老院,甚至找一块地盖一处房,搞一个养老合作社,互相照应又还规避了居家养老的封闭和孤单。这个提议每次都获得了热烈的响应。

真要当回事,就须认真规划。这首先是要慎重协调各人因收入、习惯、原住地域等各种因素的差异,以至于达成"殊途同归";更重要的是,朋友虽是多年的知交,但是将朋友间志趣相投、竭诚以待的友情,直接套接移植到居家生活,还需要有一个心理调适的过程。

这里要克服的一个悖论在于,一般的交往,自可若接若离,各自为政;而朋友间众筹养老的题中之义,自是平常日子间更多的交集和叠加。然而恰恰是衣食住行、吃喝拉撒、柴米油盐,是最为个人和私密的部分;各自多年形成、此时暴露无遗的秉性癖好,未必会被别人接受和包容,加上老年人的固执己见,弄不好因琐事生隙,结果适得其反,事与愿违,这就伤神头疼了。

好事须多磨,众筹养老或者养老合作社既然具有许多优点,就值得大家合力向往;对过程中可能出现的问题多予考量,也是以臻完善的目的。当然在许多情况下,朋友的良性互动是包括了适度的间离性和阶段性的。但是若真的能有人生全覆盖的朋友缘分,则是人生幸事乃至是人生造化,且行且珍惜。

心理的坚定执著最重要

文/史益华

"好友抱团养老"一说,早有耳闻。在我看来,它凸显了社会及相关人群的某种焦虑与渴望。身边就有这样的事例:我身边的一群从事房产和建筑设计的同济毕业生,六七年前在嘉定某地块规划时说好专留一个养老项目,相约建成后共同居此养老,热了好一阵,现已偃旗息鼓。我工作系统的几位同事,退休后候鸟式的栖居于南方名胜之地,据说去试水者也不少,日子过得蛮舒坦。我去浙江安吉农家乐,好几次皆在小村里碰到群居在此操着沪语的养老者,一问,竟已多年。

挂在嘴边的,已然实践的,先期实验的,之后跟风的,抱团式养老已在民间萌发它的初态。从泛泛而得的信息来看,做成这件事情的关键好像绝对不是资金、地域、年龄或人数,而在心理。有的人光想不动,有的人想做而力不从心。我想过,一伙已经如愿安居的养老好友,住了若干年,突然老大走了(各种原因哦),这安然的局面还能维持下去吗?我还想过,平安生活20年后,已是80多岁的这伙好友,年皆老焉,掌控整个局面的能力能不弱化甚至消失?养老之路,是收官之路,各种主观、客观以及始料未及的变化,会是做这件事必然遇到的考验。所以,我说参与者心理的坚定执著,在整个过程的每一个阶段都是至关重要的。

老,终将而至;老去,终将是孤独的。老而同行,又有几分快乐,那就是缘分中的幸福了。在目前的国情下,我赞赏"好友抱团养老"。只不过,它需要所有参与者付出大智慧与大勇气,因为它需要人生晚年的定力。

深秋夕阳下的美妙图景

文/吴锦祥

待我们年老时与亲朋好友共进一家养老院的念头多年前就有了。那时随着周围人渐渐进入了花甲之年,大家自然而然会扯到如何养老上。现在都是独身子女,有的子女还远在海外,即便在身边的,他们也有自己的生活,指望他们照顾双方老人显然不现实。我们希望老了后生活质量不下降。如何安度晚年,又不拖累小辈,这是一个绕不过去的话题。

好友岳父八十多岁了,独自生活多年,虽是一个高级知识分子,但近年渐渐思维退化、体力不支,好友夫妻为照顾老人疲于奔波,不堪重负,从而试图让老人进养老院。但老人不乐意,他习惯了居家生活,在观念上也接受不了。后在多方劝说下才勉强答应试试。未曾料到,老人入住后竟十分喜欢,主要的是养老院体现的人性化,每天都安排不同的活动,丰富多彩,其乐融融。老人进去后乐不思蜀,再也不愿出来了。

好友将养老院的照片和视频发给我们,引得我们一众老伙伴们煞是羡慕。但大家都说,即便进养老院,也要有志趣相投者乃至兄弟姐妹,结伴而入才更有劲。大家共在一处,琴棋书画、诗酒花茶,赏析交流,不亦乐乎!亲朋好友在一起,彼此知根知底,不用刻意去适应,能够包容和照顾,可谓轻松惬意,锦上添花。这才是深秋夕阳下的美妙图景,这才是高质量的晚年生活!

居家养老更本真

文/高元兴

现在社会上有这样一种养老模式:一些性情相仿,志同道合的亲朋或好友,共住一家养老院,平时聊聊天,散散步,或者玩玩牌,来个小麻将什么的,有事时相互也好有个照应。而身体好的兴趣高的还可以一起游山玩水。这样既解放了繁琐的"家务劳动力",也省略了小辈的"孝顺成本",对自身的健康无疑也是有益的。

但再想想,这里毕竟是养老院,而非自己的家。对老人而言,家的感觉和温暖,不是养老院可及的。金屋银屋不如自家的老屋。尽管养老院的护理人员"不是亲人,胜似亲人",但能有家人的亲情动人吗?这其实是一种"亲情养老"的逃避方式。偶尔"潇洒走一回"可以,长期以往,难保心安。所以,我更为"居家养老"点赞。

家是什么?亲情所系,温馨所在。锅碗瓢盆交响曲,油盐酱醋大碗茶。家具也许是老的,但镌刻着最美的记忆;食物也许是简单的,但蕴涵着最真的滋味。居家养老,总难免有家长里短,磕磕碰碰,但心放宽点,气量大点,也就过去了。与"和亲朋好友共住一家养老院"的养老相比,"居家养老"更本真。前者的养老方式所具备的优点,居家养老都可以做到,譬如:亲朋好友相聚;找个护理工;有个家庭保健医生……只要你用心,并达到一定的经济条件,这样的居家养老和"抱团养老"有何差别?

共同书写养老新篇章

文/游本凤

近闻朋友圈子里传,如今流行一种自助养老方式,即找一郊外僻静处,或附近小城镇山清水秀处,租一小屋,寻三五知己,或五六同道,习性相近、志趣相投者结伴同一屋檐下,共同书写养老新篇章。欣闻这一信息,不由为之点赞。从大处来说,此举可为国家分忧、为社会减负;从小处来说,养老方式的多元,让有意者多些选择,不无裨益。

于吾辈文化人来说,有这样一间温馨小屋多好,乃读喜欢之书、写钟情之文、做舒心之事情系所在。不由想到林语堂先生当年的雅趣描述:"在风雪之夜靠炉围坐,佳茗一壶,淡巴菰一盆,哲学经济诗文,史籍十数本狼藉横陈于沙发之上。然后随意所之,取而读之,这才得了读书的兴味。"多么生动贴切的写照,正合吾意。当然,知己同道还可以随意些,根据各人所好,或打牌,或下棋,或上网,或书画;也可泡上一杯浓茶,随意而躺而坐,聊些无关宏旨的天南海北和趣闻轶事。想笑就笑,无拘无束,让嬉笑怒骂皆成文章,让生活情趣充满小屋。而结伴寄情于绿水青山、地理人文,饱览大自然的美丽风光,当是不可缺少的主打内容。

良辰美景,就在身边。所谓"世外桃源",不过如此。

也许,这就是许多人曾经梦想的养老境界。其实这样的养老生活离我们并不远。