

妻子以“雷霆手段”强拉硬拽——

# “抢”来岳母住了11天

□江源

85岁的岳母,被她的小女儿强拉硬拽地“抢”到我家来居住,而且一住就是11天。这是我们结婚33年来,岳母第一次来我家住这么长的时间。

岳父岳母与我家住在同一个镇,但一个在东头的村子上、一个在西边的村子里,相距四五公里。去年6月的一天中午,岳母在自家田里执拗劳作时,突然觉得手脚发麻、僵硬起来,她坚持着挪步到家,告诉了岳父。岳父即刻拨打我妻子的电话。在服装厂上班的妻子,放下手上的活儿,边往外跑边跟车间主任请假,开着电瓶车赶到娘家,不容分说,就把她娘直接送到地区中心医院诊治。一检查,是脑梗。经过半个多月的住院治疗,老人化险为夷。然而,这一病让一向精神抖擞、灵巧麻利的岳母明显地萎靡起来,走路慢吞吞、饭量减少了许多、记忆力也大不如从前,看着让人心疼与焦虑。

出院那天,妻子和我就打算直接把老人接到我家来住。但任你怎么劝说,她都执拗得不点一个头,还是执意回到她自己那幢住了40多年的老屋。自此,

妻子时不时地奔过去,吃饭、穿衣、服药一样不落地过问与伺候。

今年8月中旬,闲不住的岳母在下地劳作时,再一次病倒,连续两天只喝水而不吃饭菜。第三天大清早,妻子接到老岳父的告急电话,立马赶去,看到躺在床上面黄肌瘦有气无力的母亲,心疼得眼泪直打圈,马上帮她穿衣:“起来,跟我回去。我来慢慢调理你。”强拉硬拽着搀扶进自己的电瓶汽车内,边跑边说:“父,我把娘带回家。你不愿跟她一起去住,在家要自理好啊!”因为妻子的雷霆手段,加之自己身子软,老岳母这一回像个听话的孩子,不唱半个反对的调儿,乖乖顺顺,非常配合。

从岳母住进我的第一天起,在服装厂工作的妻子便请人替她顶岗代班,自己全身心地照顾老人。她从岳母的一日三餐到穿衣戴帽、起居作息到漱口洗澡,甚至上午10点左右、下午4点左右的零食,晨练、午睡和午睡后的慢跑,一项不漏地考虑周到。这期间,她既带着岳母去医院诊疗,以药物解除病痛,又在饮食上用足心思,增加营养。妻子更是

把岳母一天的生活时光安排得既条理分明、紧凑有序,又从容不迫、舒缓自然,让老人没有拘谨局促的感觉。她不再像以前那样,来我家凳子还未坐热就想着要回家、吃顿饭就急匆匆往回跑,把来女儿女婿家当成了走亲戚。

岳母在妻子的精心侍奉下,渐渐走出了病痛,开始了正常饮食、无需搀扶能独行、脸色泛红有气色的状态。这期间,岳父来了两次,催她回去,她都毫不犹豫地说:“我不回去,在这里住得好好的!”发自内心的直白,说明了她对住我家的心坦然和完全安心。于我来说,这是前所未有的期盼的结果。一时间,我和妻子都心里暖暖的、眼眶红红的。

终于习惯了我家内外环境和饮食起居的岳母,身体与生活已经完全恢复了正常状态:一天三餐如常,行走步子稳当,午睡安来夜眠香。不知不觉过去了11天,第12天中午,孤身一人在家的岳父再次赶来。尽管我们一再地阻挡与挽留,岳父还是多轮地催、反复地促、一再地恳求,岳母这才极不情愿又恋恋不舍地吃过晚饭返回了自己家。



## 义工服务老人 义务理发修脚

□张志陆

11月17日下午,南通崇善义工社中片区的义工们走进钟秀路明嘉护理院义务服务,他们为20名老人理了发、为8名老人修了脚。

据介绍,该护理院目前有122名老人,其中卧床不起的占半数以上。今年6月,南通崇善义工社与该院签订了定向服务协议,义工们每月上门一次为老弱病残群体免费理发、修脚。

## 这里的老人爱打八段锦

□黄郑周

在崇川区虹桥公园南侧惠乐邻里的一个小游园场地上,每天都有10多个七十开外的老年人在那里认真地练习打八段锦。

八段锦这名字我早已听说,但对它并不了解。退休后,一个偶然的机会,问了一位在那里练功的老人,才知道他打的就是八段锦。开始我还以为,这种八段锦动作这么慢,对健身有什么用?没把它当作一回事。一次,趁这位老人休息,我特地上去请教,他认真地跟我讲起了八段锦的功效和原理以及对身体的作用。他边练边讲,我听后对它产生了兴趣。于是,我慢慢地跟他边学边做。经一段时间的打练,确

实感到身体很舒服。这时另外也有几位老年朋友跟我一起在学练,大家边练边互相纠正动作。

在这里打八段锦已有两年多时间,有近20人参加,多数是同一邻里的老年朋友,以前都是只见过面而已。现在每天早晨在约定好的时间,提前几分钟到场,见了面,首先开开心心地相互问个好,像亲兄妹一样聊上几句。时间一到,大家开始跟着音乐认真练起来。来这里练习的人中,年龄最大的近九十,最小的也已七十开外,各人的体质也不同,所以我们也不要求大家一定要把动作做到位,只要尽力跟着音乐做就行了。许多老人高兴地说,练八段锦对我

们这些老年人最适合,尽管动作不标准、不到位,但这个动作慢,做起来平稳、安全,跟着运气、屏气、呼气、吸气,也感到很舒畅,对我们来讲同样能达到锻炼身体的目的。

更重要的是,我们这些老年人大部分子女不在身边,我们在一起,有共同语言,大家谈得拢、合得来,跟亲兄妹一样相互体贴、互相照顾。练功结束后,大家互相招呼明天再相会,如有事不参加,也主动打个招呼。大家都说,八段锦拉近了我们这些老年人彼此间的距离,只要能天天相聚就非常开心,何况我们还在练功健身呢!我们也感谢社区为我们提供了这么好的健身锻炼场地。

平凡生活

## 生命 因坚持而坚韧

□雪梅

困扰我多时的左髋关节部位疼痛一直未见缓解,好像已经有了三四年光景,也曾经去医院拍过片子、做过核磁共振,结果无非就是骨质增生或滑膜炎之类的结论,没有什么特效的治疗方法。简而言之,就是随着年龄的增长而出现的关节退变现象,但总感觉行走不能像以前一样健步如飞,有点跛行。自己又不想去医院浪费时间或吃暂时缓解疼痛的药物,就只能忍着点,慢慢去适应它。身体其他没什么不适症状,人无完人,身体也如此啊,总会有这样或那样的毛病。

因关节问题,原来一直坚持的跑步和散步锻炼不得不中止,继而办了体育场馆的游泳年卡。学游泳能增加一项运动技能且不伤害关节,不久就认识了一位泳友,年龄大约60岁。初识她时,感觉她的身材有些与众不同,主要是两腿有些畸形,走路还一拐一拐的,很不灵活。后来听她说,她这腿是先天缺陷,关节先天发育不良,后来又得了较严重的腰椎间盘突出,经常发作,严重时不能行走,要往返于医院和家之间做理疗。尽管如此,一年365天,她基本上每天都要坚持游泳。因为坚持游泳,她腰部毛病有所缓解。前一阵,她告诉我说耳朵不知什么原因失聪了,在市属医院看了,医生建议佩戴“电子耳朵”。她说那东西对耳朵听力伤害大,不想戴,想去上海看,但自己腿脚又不便。我们一起锻炼的泳友都劝她要到大医院去诊疗。前两天遇见她时,她兴高采烈得像个孩子似的说,她坚持去市属医院进行理疗和游泳,现在已经能听到一点声音了,说:“我们游泳要坚持游到80岁啊。”其喜悦之情溢于言表。

感叹她坚强的意志力,不畏自己先天的残疾、不向命运低头而坚韧地生活,活得有滋有味,和正常人无异。生命因为坚持而坚韧和精彩,那我还有什么理由气馁?去它的关节疼痛吧!适应它而坚韧生活着。