

她在养老院写下80万字日记



汪涪芙用平板电脑写日记

84岁的汪涪芙自己也没想到,大半生在讲台上度过,老了竟也成为“低头族”,总是对着手里那台平板,用“一指禅”不停地戳。那是她的养老日记,记录了她到养老院2年多的所见所闻所感,已经“连载”700余篇共80多万字。日记妙语连珠,讲的都是平凡事,处处透着大智慧。字里行间甚至有些汪曾祺的味道——朴实而温和,满是平凡生活里的小确幸。读下来,你或许能从文字里,获得抚慰心灵的良药。

“听君一席话胜读十年书”说的就是汪涪芙这样的长者了。长谈后,记者决定用第一人称视角,带你们走进汪涪芙眼中美好的养老生活。

①我为什么主动进了养老院?

“这里是人生的最后一所学校”

我要找我的同龄人一起玩玩,一起回到那些幸福的往事中去,我们要回到一起说,一起笑,一起闹,甚至一起吵的日子中,而后稀里糊涂度过余生。——摘自日记2021年5月6日

2018年,陪伴我40多年的老伴儿离开人世。他是我的依赖,这依赖突然没了,我总感觉心里空落落的。我便搬去和女儿同住。虽说儿女都孝顺,可他们也有一大堆事情要做,总不能天天陪着我。

这人老了啊,实在怕孤独,我当了整整31年的老师,工作就是给人讲话。现在连个说话人都没有,简直难以适应。偶然和朋友聊

天,她向我推荐了一家养老院。我想,去养老院生活,说不定还能结识新朋友,何乐而不为呢?

2021年2月,原本打算让儿女先陪我去看看,可进入房间的一刹那,我立刻被窗外的满目青绿吸引了。单人床、沙发、卫生间、小阳台,屋子不大,却十分整洁。事情就这么简单,我当即便决定试住一个月,这一住就彻底走不了了。

这里就像是人生的最后一所学校,我感觉自己重回校园,每天按时起床、用餐,然后与“同学”一起参加活动,活动后可以聊天玩耍,晚上各自回宿舍休息,日子悠闲满足。

②我为什么要写日记?

“写日记对我来说,是打磨自己”

不要把这群老人视为另类,不要产生歧视,因为人人都会老去。当然,老人们也该把自己当做一面古老的铜镜,打磨自己、照亮别人。——摘自日记2021年3月29日

我说这里是学校,那“同学”也会闹点矛盾。

最近,养老院在花台里种了蔬菜。长势特别好,工作人员就插了些竹竿,让这些苗苗顺着竿自然往上爬。院里的田大姐是个热心肠,十处打锣九次都有她,便用手去把苗苗掐着往竹竿上引。另一位婆婆见状立即打断她:“你那个热手不要去拉那须,它会死去。”这一番争议,很快发展到对骂,她们几乎打起来。“有话好好说,不骂脏话。”当时

我站得很远,也不知事由地说了句。那位婆婆更恼了,转身过来要和我理论。我也恼了。还没等我们开始争论,工作人员就将她拖开。

回房间后,我躺在床上,对着天花板问,我今天错在哪里?

错在没有换位思考。她们都是出于好心,帮助蔬菜更好生长。同在一个养老院,低头不见抬头见,何必这样。看来我还得找个机会与人赔礼道歉。

我想说的是,我在这里遇到的人和事,就像一面镜子,能从他们身上学点什么,打磨自己,做好总结。

总结写下来当然最记得住了。记忆力会越来越弱,但只要每写一次,也会增强记忆。

③我在日记里写了啥?

“三餐四季,人间烟火”

有人的地方就有事,这事包括了若干个小故事,把小故事串起来就成了大故事。——摘自日记2022年9月11日

有人问我呆在养老院,哪有那么

多故事可以写?不仅有,还很多,我感觉这里的题材取之不尽用之不竭。在这里遇到的人、事,都是我灵感的来源。

先来讲讲保洁工罗大姐,她年龄

六十多岁,身体较好、微胖,说话轻言细语,每次来打扫卫生,都会很礼貌打招呼:“汪老师,您好。”打扫时看到我的衣裤有印记,她会收走默默洗掉再送回来。她24小时都在院里工作。有的老年人大小便失禁,就提着裤子,站在那儿发呆,过路的人看见,就会高声呼喊罗大姐,她会飞快地跑来“救场”。我问她这么辛苦有多少工资时,她特别高兴地说这里包吃住后还有三千元,很满意。在她的身上,我看到“知足常乐”四个字,满足于当下生活就挺好。

沈婆婆也是学习的榜样。她人瘦瘦的,腰不弯、背不驼,脸上红润,头发花白。听说她已经九十三岁,我看着也就七十多。问她长寿秘诀,她说:吃得、睡得、走得。她从小在南山长大,现在没事还会去山上挖野菜,简直就是个“老顽童”!问她平时是否生气,她说:“我们大老粗,听不懂的话不听,不关我的事不想。”我想,这不就是幼儿园小朋友都懂的道理吗?

做个没心没肺、没私心杂念的人,过好当下,一定长寿。

④我为什么总是欢喜?

“我觉得活着有意义,这人就越活越新鲜”

清明上河图中人不一定都是如意的,但看清明上河图的人一定看到一片祥和的风景。——摘自日记2021年12月13日

“爷爷,你哪个把卷筒纸拿来泡水里面哟!”

“我要把它洗干净呀!”

隔壁传来护工和牟爷爷的对话,牟爷爷和我都住二楼,在患上阿尔兹海默症后,他最喜欢耍水。如果进厕所办完事后,他会借着洗手的机会,打开水龙头,便没完没了。今天进厕所后,他把卷筒纸拿来洗。我们几个老太婆知道了,先是觉得好笑,但也

告诉牟爷爷以后不要这样做。

可我也谢谢牟爷爷,谢谢他偶尔给养老院带来了欢笑。

这儿有个调皮婆婆,也患有阿尔兹海默症,心情不好时就会骂几句。随着时间推移,在骂时,她吐词更清楚了,声音也更大。我觉得这是进步,是好事,说明这婆婆精气神不错。

有人问我,你为什么对生活这么热爱,充满了喜气,喜从何来?在我眼里,这些事太平凡不过。

我只不过是看好的、不说坏的而已。什么样的心态,便会看到什么样的风景。

⑤我还要写多久?

“我会离开世界,但我写的东西能给子孙做榜样”

把自己的时间安排得越紧凑,让自己有事做,无时间考虑生病,更无时间考虑如何死。想到就是下一步做什么?如何去?——摘自日记2022年9月11日

在养老院时间越久,越对“家”有更多的理解。

刚来时我常想回家,女儿会开车来接我,儿媳也会备上一桌菜。孩子们有空就来养老院看我,小曾孙每次来了就是院里的小明星,大家都喜欢围着他玩儿,仿佛能带领我们这群老人回到童年。

如今,我对“家”的理解又多了一些。现在我把养老院当家,因为这里有我的小伙伴。子女们有自己的家,有自己的难处。我们老年人不要去拖累他们,自己找自己的乐

园,而写日记就是我当下的乐园。

“你写的文章已经是流量文章了!”今天儿子给我打了个电话,他把我的日记放到了网上。什么是流量?我不懂,孙女告诉我是有很多人看的意思。天呐!这怎么好意思,我文笔不好,经常前言不搭后语,内容脱节,就是个狗屁文章。

但我也开心啊,有人喜欢我的文章,感谢他们让我这颗老年的心又可以怦然地跳动起来。对于我来说,回忆走过的历程,记录身边的故事,是个乐趣。所以,再累我也想写。

终有一天,我会离开这个世界,但我写下的东西还能给子孙留个念想,做个榜样。让他们知道我曾来过这个世界,还是个不错的人!

图文来源:重庆晨报