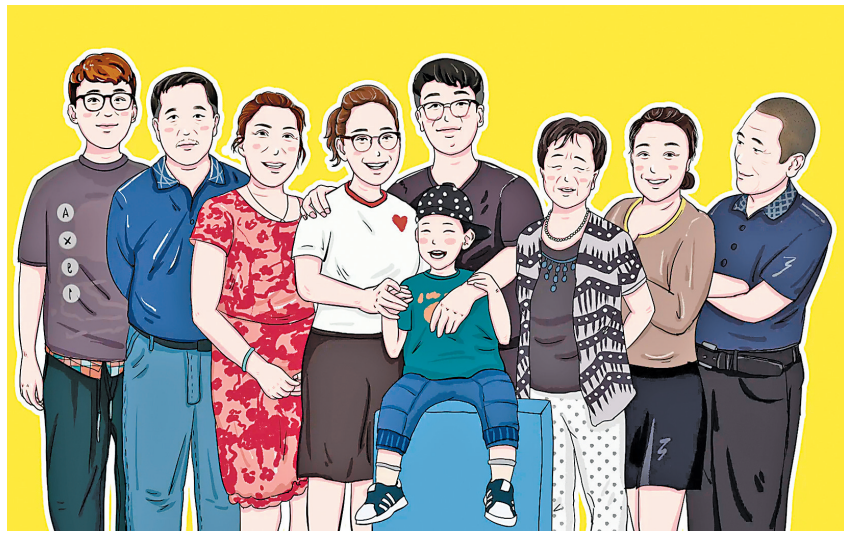


生活话题

# 与“新一代”握手言和吧

□王宇

代际冲突，像父子、婆媳矛盾，几乎贯穿整个人类历史，产生了各种各样的故事。但如果提起代际冲突，只看到父子、婆媳矛盾，那就错了。其实，“老一代”与“新一代”的摩擦，在当下的老年人内部也普遍存在。



拒绝一切室内活动，要郊游、野餐……对于老队员的建议，她们直接忽视”。

## 用实力说话，不倚老卖老

代际冲突的实质是争取自身的话语权，而年龄有时候并非优势。面对年轻一些的老年人，年长的老年人该如何争取自己的话语权呢？

刘琼回答说：“单纯拼年龄、资历会被嘲笑倚老卖老，我们也要凭实力说话。”在舞蹈队，很多领队以前都是业余练习者。随着不少新队员加入，为了留住人才，许多队长每周花钱去上专业课。刘琼也是如此。她几乎每天泡在跳舞上，早上带队练习，下午自己补课。遇上有表演任务，她还请专业老师来指导。虽然队伍里年轻老人都很棒，但刘琼还是用实力证明自己可以做好领队。

刘琼队伍里的元老吴琪华，也有一番心得：“很多年轻队员一开始对我不服气，指责我跳舞拖后腿。论跳舞我比不上年轻人，但我有自己的特长。”寻求演出机会，安排排练场地，协调演出队员的角色、排位……这些都指望吴琪

华。正因如此，她也赢得了年轻队员的尊重。

## 放下身段，达成和解

随着长寿时代的到来，在老年团队，“老一代”与“新一代”共处的情况会越来越多。如何和谐相处，才是最重要的。湖南长沙78岁的祝文丽认为，“老一代”不妨试着与“新一代”达成和解。

祝文丽是老年艺术团团员，这几年，她也明显感到与年轻队员之间有代沟。不过，祝文丽善于向年轻队员们学习。在年轻队员的带领下，祝文丽尝试烫发、网购新款衣服，还穿上了细跟鞋，从容优雅地走上T台。她觉得这样挺好，自己的生活有了新气象。

中国老龄科学研究中心副主任党俊武表示：“化解代际矛盾，前辈们不要总居高临下，也不要排斥心理，不妨试着多了解年轻一代。向他们学习，追赶社会潮流，掌握新技能。当然，年轻一代也应当尊重老一代。双方达成和解，自然能够和谐共处。”

（《快乐老人报》）

## 与“年轻人”有蛮深的代沟

“我们和队伍里年轻人之间的代沟不止一点。”河南洛阳78岁的赵池表示。赵池说的年轻人，其实也不年轻了，多是“60后”。

赵池爱好摄影，退休后配上“长枪短炮”，加入了当地的摄影协会。去年，摄影协会受邀到一所老年公寓讲摄影课，一些年轻会员在现场居然只教手机摄影。让赵池很生气的是，他们号召放弃相机，说以后只用手机拍照。“手机摄影确实方便，但能拍出相机的效果吗？”赵池说，随着许多年轻会员加入协会，连采风也“变了味”，“以前采风，大家说拍荷叶就是拍荷叶；现在的年轻会员，开个车过去打个卡，一起拍个合照完事，剩下时间就打牌、搞烧烤”。

在广州76岁的刘琼看来，代际冲突更多是因为价值观有差异。2004年，刘琼跟着儿子到了广州，开始跳广场舞。最近两年，不少老队员离队，一些60多岁、50多岁的队员纷纷入场，让刘琼感到了深深的代沟。刘琼说：“以前是队长想跳什么就跳什么，如果想学新舞，大家就一起开会商量；现在的队员点名要学鬼步舞、拉丁舞，否则就直接离队。”舞蹈队会定期举行集体活动，以前，刘琼喜欢去KTV唱歌、茶馆喝茶。如今，年轻队员对此完全不买账，“她们

## 百岁老人

### 106岁老人把买菜当旅游

□江波

在重庆白沙镇公园路社区，106岁的刘阳玉是出了名的社交达人。只要有人经过她家门口，她都会热情地打招呼。她身体硬朗、精神矍铄，与人交谈时思维敏捷、口齿清晰。

刘阳玉好动，每天清晨都要和家人一块去菜市场买菜。“每一次去买菜，都是一次和谐之旅。”刘阳玉说，一路上，她和晚辈说说笑笑。到了菜市场，可以一边逛，一边挑选新鲜蔬果。一来一回，既锻炼了身体，也愉悦了身心。“母亲很勤劳，又爱干净。”刘阳玉的大儿子李孝武说，即便年事已高，但母亲仍会帮忙做些力所能及的事，如择菜、烧水、养花等，“每次看着她那瘦小的身躯，还有略显迟缓的动作，我们都能感受到母亲的勤劳和慈爱”。

提及长寿秘诀，刘阳玉笑着分享说：“晚辈孝顺、家庭和睦，自然就长寿了。”生活中，儿子和儿媳对刘阳玉百般照顾。2014年，刘阳玉不慎在家门口摔了一跤。从那后，儿媳就和刘阳玉同住一屋，方便照顾。为了防止母亲再次摔倒，李孝武在家门口安上了栏杆扶手。

晚辈对刘阳玉的饮食也很用心。考虑到母亲牙齿不好，喜吃软糯食品，李孝武和爱人就为母亲单独做饭，菜肴也尽量安排易咀嚼、好消化的蔬菜和肉类。每次开饭，他们都先给刘阳玉盛好，然后全家围坐在一起，一边吃饭一边聊趣事，欢声笑语飘荡屋内外。（《重庆晨报》）



## 至爱亲朋

### 您虽未养我小 我仍要养您老

□李云平

在陕西省商洛市商州区金陵寺镇石灰窑村，说起98岁的老人吕梅，人们都会啧啧赞叹、敬佩不已，羡慕老人长寿贤惠之余，还夸她命好，有个好儿媳。这个好儿媳名叫张彩兰，今年58岁，是一个普通农民。

张彩兰从结婚后就和公公、婆婆生活在一起，日子虽然不是很富裕，但也幸福美满。婆媳和睦，夫妻恩爱，两个儿子和一个女儿的降临更是给家里增添了许多欢乐。年迈的公婆像疼爱自己的女儿一样对待张彩兰，经常帮她照看孩子、做饭、干农活儿，张彩兰也像对待自己父母一样体贴二老，尽量不让他们干重活。

然而，天有不测风云，接踵而来的厄运打破了他们幸福的生活。婚后没几年，裹着小脚的婆婆患上了结石性胆囊炎，做了手术后身体大不如前，留下的后遗症需要常年服药，饮食上也要格外注意。过了几年，身体一贯硬朗的公公

突然撒手人寰，让张彩兰意想不到的的是，她18岁的大儿子得了肾病，一下子花光了家里所有的积蓄，还欠了很多外债，每个月需要几千元医药费。为了支付高昂的医疗费，张彩兰的丈夫常年在外打工，啥苦活累活都干，一刻也不敢闲着，家庭重担就落在她一个人身上。

婆婆年龄越来越大，行动不便，生活不能自理，张彩兰就把一日三餐做好，端到老人手里。婆婆爱吃糊汤，她每天都要做顿糊汤。婆婆爱吃她擀的面条，她就挤时间给老人擀面吃。婆婆不能吃油腻的食物，张彩兰便给老人另外做清淡的饭菜。如果有事要外出，她尽量早早赶回家照看婆婆，心里总是牵挂着老人的吃喝。后来，二儿子、小女儿相继成家，有了孩子，不管她在哪里帮忙管孩子，都把婆婆带在身边照顾。就这样，张彩兰一坚持就是30多年。

2018年5月，94岁的婆婆突发胰腺炎，呕吐不止，腹胀难忍。张彩兰和丈夫立刻把老人送到医院救治，在他们的精心照顾下，婆婆终于转危为安，逃过

了一劫。2020年10月，96岁的婆婆一不小心摔倒，腰部骨折，躺在床上动弹不得。送到医院后，医生建议做手术，突如其来的一大笔手术费无疑给他们艰难的生活雪上加霜。亲戚邻居都唏嘘不已，但是，张彩兰和丈夫毅然决定给老人做了手术。在术后恢复的几个月里，婆婆躺在床上动不了，张彩兰就给老人接屎接尿、喂饭喂药、洗脸梳头，尽心尽力照顾着老人的饮食起居，直到婆婆能自己下床端碗吃饭。婆婆常常激动地说：“如果不是儿媳照顾我，我早都不在人世了！”

张彩兰的婆婆已经98岁了，是村里岁数最大的老人。除了行动不便外，老人依然耳聪目明，思维清晰。冬天天气好的时候，张彩兰会搀扶着婆婆坐在门口晒太阳；夏天的午后，她又会搀扶着婆婆坐在树荫下乘凉。在张彩兰潜移默化的影响下，她的女儿、儿媳遇到节假日，也会带着孩子回家帮老人洗头洗脚、剪脚趾甲，一家人四世同堂、其乐融融的情景让人羡慕。（《商洛日报》）

## 老来乐

### 退休转行“和事佬” 劝和700余对夫妻

□刘晓梅

今年60岁的赵瑞雪，从教师岗位退休后，加入山东省昌邑市婚姻家庭辅导志愿者队伍。“看似简单的婚姻家庭辅导服务工作，背后需要付出很多努力。”赵瑞雪说，特别是对于一些矛盾比较严重的夫妻，要想取得满意的调解结果，不仅需要收集多方面的信息，分析矛盾发生的根源，还要帮助他们找到合适的相处方式。为此，赵瑞雪利用业余时间自学了心理学、婚姻家庭、民法典等相关知识，还上网搜集各类调解案例，观看婚姻调解类节目，学习借鉴调解经验。5年来，她参与调解了700多对夫妻，先后被评为“潍坊市最美志愿者”“婚姻家庭辅导工作优秀辅导员”等称号。（《潍坊晚报》）