

老有所依

会昌县吴庆阳与瘫痪妻子的相伴岁月

□赖加福 文图

最深情的告白

“老婆，我扶你起来去阳台晒晒太阳吧。”吴庆阳刚从外面买菜回家，便马不停蹄地照顾起了瘫痪的妻子张洪春。穿衣、洗脸、喂饭、测血压、测血糖……忙得团团转。喂妻子吃完早餐，他又搀扶着她到阳台上晒着太阳做康复训练。笔者在会昌县城吴庆阳的家里看见的这温馨场面，却是他与妻子多年的日常。

现年73岁的吴庆阳自妻子2013年中风以来，不离不弃地守护、照顾着她，生动地诠释着“陪伴是最深情的告白”。



吴庆阳在阳台边聊天时帮妻子活动手指。

寒门结缘 以爱为基

1953年，吴庆阳出生在会昌县中村乡半溪村，因父亲早逝，母亲一个人拉扯着4个孩子，家境贫困。直到27岁，他才在媒人介绍下，认识了周田镇大坑村的姑娘张洪春。

善良质朴的张洪春在接触几次后，喜欢上了吴庆阳这个吃苦耐劳的小伙子。她没有嫌弃吴庆阳家贫，毅然嫁给了他。那年，她20岁。直到今天聊起结婚时的情景，吴庆阳依然感恩妻子当年选择了她，给了他爱的幸福、家的温暖。

结婚时，身无分文的吴庆阳向邻居借了70元钱，才办完婚礼。婚后，夫妻俩勤俭节约过日子，起早贪黑劳动，用三年时间还清了债务。随后，3个孩子接二连三地出生了，夫妻俩头更足，辛劳地操持着生计，一家人虽不富裕却其乐融融。

岁月流淌，孩子们长大成人，陆续成家立业，养家的重担卸下了，吴庆阳夫妇无比欣慰。2012年，他们拿出所有积蓄，在县城购买了一套房子，欢欢喜喜地搬进新居安享晚年。

突患重疾 不离不弃

天有不测风云，谁料命运跟吴庆阳开起了残酷的玩笑。

2013年的一个晚上，张洪春突然躺在床上起不来了。吴庆阳马上拨打了急救电话，送到医院一检查，原来是突发脑溢血。住院半年后，张洪春依然无法走路，吴庆阳又带着妻子到医疗条件更好的赣州市区治疗。可惜，

张洪春的病仍不见起色。几个已成家并生儿育女的儿女本在外务工，张洪春住院期间，他们轮流请假回来照顾她。虽然儿子承担了大部分医疗费用，但这样下去也不是长久之计。吴庆阳无奈听从了医师的建议，把妻子接回家中慢慢调理静养。他握着妻子的手说：“我们先回家，慢慢调养，会好起来的。”

十年守护 真情相伴

从那以后，年过花甲的吴庆阳独自承担起了照顾妻子的重任。他买菜做饭洗衣拖地，包揽了所有家务，每天固定早中晚三次给妻子擦拭身子，一日三餐给妻子喂饭，中途端茶送水喂药。没事时，便坐在床边，陪妻子聊天解闷，回忆过往，感受从青春到迟暮相伴多年的幸福。

2022年，张洪春再次中风，从此大小便失禁。吴庆阳时刻守着她，一旦发现衣物脏了，就立刻帮她换洗。有时候刚换好，又弄脏了，他也从不抱怨，只是默默地收拾干净。常年的劳累，让他的腰弯了，背驼了，一身的病痛缠上身，可他从不曾在妻子面前叫苦。

久卧病床的张洪春难免有脾气暴躁的时候，有时候

无端发火，又或是默默流泪。吴庆阳理解妻子的痛苦，他只能尽力给予她更多的关爱，鼓励她振作起来，勇敢面对生活。为此，他自学了基本的康复技能。每天带着妻子在家做康复训练。张洪春在丈夫的悉心照顾下，逐渐可以下地搀扶着在屋子里挪动了。十余载春秋流转，吴庆阳的头发早已花白，身体也大不如前，可他守护妻子的决心却从未动摇过，依旧佝偻着身子，忙前忙后。

冬日的上午，暖阳透过窗户，洒满了整个屋子，屋子里温暖如春。吴庆阳搀扶着妻子，在阳台上做着康复练习，两个老人的身影，在阳光下定格成一道风景，如一株历经风雨的老树，枝丫缠绕，深情相依。

退而不休新征程

□周一海



吴庆阳在喂妻子喝水。

晨光透过窗帘缝隙漫进房间时，我不再像从前那样猛地惊醒，慌忙摸过床头的闹钟核对时间。伸手触到的不是冰凉的金属外壳，而是一本摊开的诗集，纸页上还留着昨夜未读完的余温。窗外的鸟鸣声清晰可辨，不像过去那般被匆忙的脚步声淹没，这便是我退休后最寻常的清晨，没有催促，没有议程，只有时光缓缓流淌的温柔。

曾经以为，退休是人生的终点站，是褪去所有社会角色后的落寞与清闲。直到真正卸下工作的重担，才发现它更像一个换乘站，告别了奔波忙碌的通勤列车，转而登上一列慢下来的观光车厢，沿途的风景从未如此真切可感。那些被工作挤占的时光，那些被忽略的生活细节，都在这一刻重新浮现，组成了另一种鲜活的生活形态。

退休的第一个月，我确实经历了一段短暂的迷茫。习惯了被闹钟唤醒的身体，在没有催促的清晨反而不知所措；空荡荡的书桌让人心慌，仿佛失去了赖以支撑的重心。我试着像从前那样早起，却不知道该去往何处；习惯性地打开电脑，却发现再也没有需要处理的工作。那段时间，我常常坐在阳台的藤椅上，看着楼下往来的人群，心里满是失落与彷徨，怀疑自己是不是成了“无用之人”。

改变是从一盆绿萝开始的。工作时无暇打理的绿萝，早已在角落枯萎凋零。我索性清理了阳台的杂物，去花市挑了几盆好养活的绿植——绿萝、吊兰、多肉，还有一盆含苞待放的栀子。每天清晨，我不再是匆忙起身，而是先走到阳台，给绿植浇水、松土、擦拭叶片上的灰尘。看着绿萝的藤蔓慢慢攀爬，吊兰抽出嫩绿的新芽，多肉长得胖乎乎的可爱模样，心里竟生出一种久违的喜悦。阳光洒在叶片

上，折射出细碎的光芒，我蹲在花盆前，静静观察着每一点细微的变化，这是从前从未有过的耐心与专注。

渐渐地，我开始重新拾起被遗忘的爱好。年少时喜欢书法，却因为工作繁忙不得不搁置。如今，我在阳台开辟了一小块书法角，摆上笔墨纸砚，每天午后抽出两个小时练习。起初，笔尖在纸上总是颤抖，写出的字歪歪扭扭，远不如从前。但我不再像从前那样急于求成，而是慢慢摸索，一笔一画地临摹。墨香萦绕在鼻尖，笔尖与宣纸摩擦发出沙沙的声响，浮躁的心渐渐沉静下来。有时候写入了神，夕阳西下才发觉时间过得如此之快。看着宣纸上渐渐成型的字迹，虽然不够完美，却带着几分自在与洒脱，这是忙碌岁月里从未有过的从容。

我还开始尝试走进大自然。从前周末总是用来补觉或处理不完的工作，如今，我常常和老伴一起去附近的公园散步。春日里，看樱花如云似霞，听春风拂过柳梢；夏日里，坐在树荫下听蝉鸣，看孩子们在湖边追逐嬉戏；秋日里，踩在铺满落叶的小径上，感受秋风带来的凉爽；冬日里，晒着温暖的阳光，看湖面结起薄薄的冰层。我们会和晨练的老人闲聊，听他们讲过去的故事；会观察公园里的小猫小狗，看它们自在地玩耍。这些细碎的瞬间，没有惊天动地的波澜，却充满了生活的烟火气，让我感受到了久违的轻松与惬意。

退休后，我也有了更多时间陪伴家人。从前因为工作忙碌，很少时间和父母好好说话，如今每隔几天，我就会提着亲手做的点心去看望他们，陪母亲在厨房择菜聊天，听她絮絮叨叨地讲着邻里琐事，再帮父亲修剪修剪盆栽。看着父母日渐苍老的脸庞，才明白陪伴是最好的孝顺。我

还重拾了烹饪的爱好，从前总是在外面吃或者简单对付，如今会对美食APP认真研究菜谱，学着做先生和孩子爱吃的菜。看着先生和孩子吃得津津有味，听着他们夸赞的话语，心里满是幸福。那些曾经被忽略的亲情时光，在退休后变得愈发珍贵，也让我更加懂得生活的真谛。

有人说，退休意味着衰老与退场，但我却觉得，退休是一种新生。它让我们摆脱了工作的束缚，有机会重新审视自己的生活，去做那些曾经想做却来不及做的事情，去感受那些被忽略的美好。工作时，我们为了生活奔波，却常常忘了生活本身；退休后，我们终于可以慢下来，用心去体会生活的点滴，去发现生活的另一种可能。

如今的我，不再纠结于“价值”与“成就”的定义，不再将忙碌视为生活的全部。我享受清晨的阳光，喜欢绿植的生机，沉醉于笔墨的芬芳，珍惜家人的陪伴。我知道，退休不是生活的终点，而是换一种方式进入生活，是卸下重担后的轻盈，是回归本心的从容。

夕阳西下，我站在阳台上，看着晚霞染红天际。晚风拂过，带来栀子花的清香，绿萝的藤蔓在风中轻轻摇曳。我拿起刚写好的书法作品，上面是“退而不休，另辟新程”八个字，字迹清秀中带着初劲。墨色在宣纸上晕染开来，正如我退休后的生活，看似平淡，却有着无限的可能。原来，最好的生活，从来都不是疲于奔命的追逐，而是慢下来，用心感受每一个当下的美好。退休，不过是换了一条路，继续奔赴属于自己的精彩人生。

老有所悟

老有所乐

新年，我和老伴的镜头之约

□李秀芹

前段时间，孙女带我出去旅游，到了景区给我拍了很多照片，到我给她拍时，因为我一点照相技术也没有，都是“盲”拍，她想发朋友圈都找不出一张像样的。孙女只好求助路人，还说以后带我出去玩，她要带个自拍三脚架，拍照就可以不求别人了。

那天，我忽然动了学摄影的念头，甚至想花钱学摄影。孙女听了我的想法说，不用单反相机，那个旅游时带着也不方便，现在网上很多摄影博主教手机摄影，只要有空就看看，既方便又省钱。

听了孙女的建议后，我在手机短视频平台搜手机摄影。搜了一次后，它便读懂了我的心思，天天给我推送这种视频，我关注了好几个。这些老师教得很仔细，既教手机如何拍照，还讲怎么摆造型。我一边听一边把重点记本子上，下了课就拿着手机去外面拍照，让老伴给我当模特。

才听了几天课，我自己都觉得拍照技术提升了一大截，因为从来不上镜的老伴，在我的镜头里竟然好看了许多。

老伴为了支持我继续学下去，还用他的私房钱给我买了一部像素很高的手机。他支持我学习，我也不能落后，背着他，给他买了同款手机，也让他跟我一起学摄影——等他学会了，好给我拍照呀。

前几天，老伴和我一起商量2026年的学摄影计划，像小学生的课程表，从周一到周五每天学几个小时都列了出来，每天一早一晚散步时是实习阶段，只有多拍多练，才能很好地消化当天所学。

有了老伴这个学习“搭子”，我学摄影的动力更足了，老伴学习积极性也提高。他跟我说，等学会了摄影，他的朋友圈就会大变样，比起那些拿起手机就拍、一点儿摄影技术都不懂的老伙计，他要不鸣则已一鸣惊人。

他还说：“你想呀，我摄影技术好了，朋友圈里一宣传，那群老同事、老同学、老朋友，出去玩也愿意喊着我，当他们的御用摄影师。”老伴果然比我想得“多”，但也没错，老年人就得多掌握几门技术，艺多不压身，而且艺多了社交圈也拓宽了，多与他人交往，既排遣了寂寞又锻炼了大脑，宅在家里就立。

之前，我每到年底就立计划，可一过了年，又抛之脑后了，这次不同了，有老伴这个“搭子”监督着，想偷懒也不容易，因为谁偷懒不学就得多做家务，他学我也学，学完了一起做家务。

他听我这样说，嘿嘿乐了：“嘿，原来你也是这么想的！”

念亲恩

她忘了我的名字

□陈弛

小时候回老家，奶奶总在灶台前忙。锅盖一掀，白气扑上来，她转过身，眼角堆着笑纹：“就知道你要来！”桌上早摆好了糖醋排骨、蒸鸡蛋羹，连我随口提过一嘴的山楂糕，她都收在陶罐里，藏在碗柜最里头，等我回来才拿出来。

她记性好得吓人。谁家孩子几岁掉门牙，哪年发大水冲垮了石桥，我小学班主任姓啥——她张口就来。有回我开玩笑：“奶奶，您是不是把全村的事都装心里了？”她一边给我夹菜，一边说：“傻小子，别的不打紧，把你记得牢就行。”

去年冬天，我推门进屋喊她。她抬头看我，眼神却像蒙了层雾，迟疑地问：“你是谁呀？”

我嗓子一下子堵住，说不出话。妈妈在旁边轻声说：“妈，这是小孙子。”

她摇摇头：“不记得了。”屋外风刮得厉害，屋里炉子烧得正旺，可我忽然觉得冷。不是身上冷，是心里空了一块。那个牵我上学、给我讲故事的人，现在连我的脸都认不出了。

其实早有苗头。前年妈妈打电话说，奶奶开始忘事：饭煮两回，钥匙塞进米缸，站在院门口半天想不起要干啥。我听着心里发紧，嘴上却说：“年纪大了，正常。”然后继续加班，把回家的日子一拖再拖，好像只要我不回去，时间就碰不到她。

可它还是来了，而且一点没客气。那天我坐在她旁边，握住她的手。那双手给我缝过书包、剥过板栗、擦过眼泪，现在骨节粗大，皮薄得透青，可还是暖的。我一遍遍小声说：“奶奶，我是您的小孙子。”她没应，只是低头摸我的手指，忽然抬头对我笑了笑，很轻，很淡，却和三十年前哄我睡觉时一模一样。

自那以后，我每个月都会回去看她。她还是叫不出我的名字，但偶尔会拉着我问：“吃饭没？”走的时候，她颤巍巍塞给我一包晒干的柿饼，用袋子包得整整齐齐。

我不再执着于让她“想起我来”，只是陪她晒晒太阳，给她梳头，听她重复讲那些以前的事。

临走那天，我又喊了声“奶奶”。她没答应，只是望着院门口那棵老槐树，忽然哼起一段调子，模糊、走音，我却马上听出，那是我小时候睡前常听的童谣。

我站在门槛上，眼泪终于忍不住，一下就涌出来。有些东西，就算记忆留不住，身体还藏着痕迹。最深的亲情，不需要被记住。它只需要，在遗忘的废墟上，依然有人愿意一遍遍说：“我在。”