



## 温情陪伴暖如阳

■ 谭宗慧

陪伴是浸润人心的一抹暖阳，是驱散孤寂的一束亮光，尤其是子女给予的温情陪伴，能让老年人的生活变得更有希望和力量。

北宋名臣黄庭坚官至起居舍人，更是有名的大孝子。虽身居高位，但每天办完公事回到家中，他都会给母亲端茶送饭、打洗脚水。母亲生病时，他则衣不解带夜夜侍奉。

后来，母亲行动不便，如厕困难，黄庭坚担心母亲在下人面前为难，也怕下人不知轻重让母亲受苦，就亲自给母亲递倒便盆。母亲觉得丢人，不让儿子侍候。黄庭坚却说：“养儿防老，普天之下都是这个理，谁敢说给老娘端屎端尿是丢人现眼的事？你让儿子侍候，该理直气壮才对。”

你陪我长大，我陪你变老。黄庭坚对母亲的贴心陪伴，映照出亲情最美的光辉。

陪伴方式没有标准。对老年人的陪伴，可以是日日相伴，悉心照料；也可以是保持一碗热汤的距离，既给彼此留足私人空间，又能兼顾其冷暖。

在昆明市弥勒寺公园，笔者常遇到一位形单影只的老人。老人姓李，今年86岁，独自生活。其实老人的子女都曾邀请他一起生活，但他均婉拒了。“年纪大了，作息规律、饮食习惯和子女们不一样，也不好协调。分开住自由自在，双方不用迁就，挺好。”李大爷说。

虽然李大爷选择独自生活，但子女们的关爱并不少：女儿每天都给他打电话，儿子隔三差五送来生活用品和食材，逢年过节则接他去团聚，孙辈们也时常过来看他。“三个孩子都在昆明，有什么事打个电话就来了。”李大爷笑着说。

现在，不少年轻人远离家乡谋生，常回家看看成为奢望。其实，常给家中老人打电话、通通视频，聊一会儿家长里短，也是一种温情陪伴。

最好的亲情是陪伴。无论是鞍前马后伴其左右，还是一通穿越千山万水的电话，都能慰藉人心。人子孝顺心，岂在荣与槁？只要陪伴在，亲情就在，爱就永存。📖