

湖南现有百岁老人 2534 人

重阳节，收下百岁娱驰的“生活秘方”

文、图：今日女报 / 凤网记者 张秋盈 陈炜 欧阳婷

10月16日，长沙市侯家塘水院社区干部廖容媚早早地为即将到来的重阳节忙碌起来。她要为辖区内的老人送上米、面、油，以及数量不等的高龄补贴。其中，廖容媚要探访的最特殊一位，也是高龄补贴拿得最多的一位，是名叫李成志的娱驰，今年已经102岁了。

像李成志一样能够拿到“百岁红包”的，如今湖南有2534人。在10月25日的重阳节即将到来之际，今日女报/凤网记者就拜访了多位“百岁娱驰”。走过人生百年，娱驰们有不少共同点：心里不装事儿，生活作息规律，闲不下来爱走动；历经人间烟火，她们也各有精彩亮色：谈了35年的黄昏恋，无须遮掩的孩子气，自贫瘠岁月而来的勤俭作风……和睦小家的滋养，社会这个“大家”的看护，让我们身边的百岁老人越来越多，老人们脸上的笑容也越来越美。

该吃吃该喝喝，有事不往心里搁

“淡定娱驰”李成志，102岁



李成志是名副其实的“淡定娱驰”，随遇而安。

坐在一张中式竹椅上，李成志精神矍铄、口齿清晰，看向镜头时，还摆了好看的造型。

身体硬朗的李成志并不属于爱运动、爱养生的类型，在饮食上也是有什么吃什么。这不，昨天还吃了腊肉。

“特点就是脾气好、想得开。”照顾李成志的保姆说，李成志很少生气，就算不开心，过两天也忘了。

在李志成这里，平平淡淡地生活，就是她的长寿秘诀。而在水院社区干部和今日女报/凤网记者上门看望的当口，远在美国的儿子给她打来了问候的电话。

黄昏恋一谈35年，爱与生活一样绵长

比起上面两位百岁娱驰，今年刚好100岁的李秀英经历则更为跌宕——别看她年纪大了，但她和丈夫可是时髦的“姐弟恋”。

35年前，65岁的李秀英离家出走，从浏阳市来到长沙市同升街道桃阳村（现为桃阳社区）。具体出走的原因，老人从未说过，邻居们也无从知晓。就在那一年，50岁的邹正华经人介绍认识了李秀英。尽管相差15岁，但邹正华觉得李秀英能绣花、会做家务，李秀英觉得邹正华为人不错，两人便结为连理。婚后的生活免不了吵吵闹闹，但两人一直相互扶持。到

“他们每天都会打电话过来。”李成志说，自己的一双儿女分别去了美国和深圳，本来要带上她，但一是距离太远，二是她在长沙生活了一辈子，已然离不开。加上子女本身也是高龄，多有不便，只能请了保姆日夜照顾。尽管偶尔会觉得寂寞，但老人还是那句话——想得开。

和李成志生活习惯颇为相似的，还有住在长沙市左家塘荷叶塘社区，今年101岁的老人杨莲卿。

杨莲卿出身富裕，父亲是当年长沙有名的油漆商。她生有7个子女，一大家子

人和睦相处，婆媳间都少有争执。比如最小的儿媳王琳，近三十年都和杨莲卿生活在一起，两人从没红过脸，“我跟老公吵架，婆婆都是站在我这边”。

不止王琳，其他几个儿媳对杨莲卿的评价都很高，且一致认为“婆婆会做人”。

为了让杨莲卿的晚年生活多一些色彩，几个住在附近的儿媳经常带她到烈士公园等地走一走、看一看。多年的相处，已经让她们如母女一般。“家有一老，如有一宝，我们家是有个宝贝呢！”王琳笑着说。

“闺秀娱驰”杨莲卿，101岁



杨莲卿（左）和小儿媳王琳、四儿媳何建莲。

“甜蜜娱驰”李秀英，100岁



李秀英和丈夫邹正华的“黄昏恋”已经持续了35年。

了李秀英八十多岁的时候，家中的大事小情都是邹正华操持。每天，他都会给李秀英做好饭，然后再出门干农活。作为村里的五保户，2010年，邹正华一家被列为重点帮扶对象。

由社区出钱，重新给两人租了房子，房东听说是两位高龄老人居住，忙不迭的重新搞了装修。不仅如此，社区还出钱请保姆照顾两位老人的生活起居，一请就是10年。“我现在过的是神仙日子

咧！”看到社区工作人员送来的重阳节慰问礼品，李秀英高兴极了。现场有人夸她身体硬朗，她更是站起身来，乘兴表演了一套健身操。

一旁的邹正华看着她，也笑了。

“和气娱驰”吴金莲，100岁



龙七金、唐先爱夫妇与母亲吴金莲。

今年4月，是湘西凤凰县老人吴金莲的100岁寿辰。此时，湖南的新冠肺炎病例虽已实现“零新增”，但龙七金还是放弃了广邀宾朋的计划，只是把家里的至亲召集起来，为母亲好好庆祝。

这一天，龙七金的大哥、大姐、二姐……大家都从外地奔赴老家凤凰县阿拉营镇，为母亲送上祝福。晚辈们簇拥在老人身边，抢着握手合影，沾沾福气。

龙七金告诉今日女报/凤网记

105岁“老顽童”，越活越恣意

如果说高寿老人的共性之一是脾气好，那家住邵阳市大祥区105岁的娱驰金长秀就“颇有性格”。

64岁的唐玉元告诉今日女报/凤网记者，在照顾母亲的30多年里，老人从不把情绪压在心底，而是喜怒哀乐都在脸上，有时突然嘴馋某样美食，如果当天没吃到，就会孩子般闹脾气，“她是家里最大的，所有人都得顺着她”。

不过，生活中的金长秀却是个极自律的人。

“她一日三餐只吃五谷杂粮，秋冬时节都是晚上7点睡觉，第二天早上7点起床，每天要睡满12个小时。”按照唐玉元的说法，母亲至今没进过医院，早几年还能自己煮饭、炒菜。

得以享受百岁老来福，金长秀除了好的生活习惯、无需遮掩的“孩子”性格，还少不了和美家庭的滋养。

今年4月20日，唐玉元六兄妹带着各自的儿孙赶回老家，祝贺母亲金长秀的105岁寿辰。当天，40多位亲人欢聚一堂，现场

走过人生百年，娱驰从未“红脸”

者，已是期颐之年的母亲身子骨依然硬朗，“起床、洗澡都不用我们管”。若遇上天晴，老人就会在附近转圈散步，到了饭点才在家人的催促下意犹未尽地回家。

“母亲很和善，我从没见过她红过脸。”谈及母亲的长寿秘诀，龙七金觉得，除去豁达淡然的性格，家庭和睦也是不可或缺的一环。“她虽不识字，但为人处世的道理却都明白，经常跟我说，凡事都要多包容理解，任何麻烦总有办法解决。”

再过几天就是重阳节，大哥打来的一通电话让龙七金很高兴。“这次，兄弟姐妹还会回来！”为此，龙七金和妻子唐先爱这两天没少往市集上跑——买来好酒好菜，备齐饮料糖果，再添上几罐母亲最爱的片片桔罐头，只等其乐融融的家庭聚会火热开场。

“个性娱驰”金长秀，105岁



唐玉元和母亲金长秀。

好不热闹。

就在大家为金长秀送红包、送祝福的时候，却上演了诙谐一幕。

“有个孩子下意识地说‘祝姥姥身体健康，长命百岁’，我母亲一听，故意板着脸说‘都105（岁）了，还百岁啊’，吓得孩子赶紧改口，‘祝姥姥福如东海、寿比南山’，这才算完。”谈及即将到来的重阳节，唐玉元坦言，争取兄弟姐妹们都回来陪老人过节，“老人嘛，总归是喜欢家里热热闹闹的”。

(下转 07 版)



扫一扫，看百岁老人“生活秘方”