



【刘文英, 100 岁, 寒亭区齐家埠】 一天三包奶三个鸡蛋三个饺子, 儿女个个都孝顺 “这日子过得好着呢”

本报记者 付志锦

家住寒亭区齐家埠的刘文英老人今年正好 100 岁, 老太太特别享受现在的生活, 每顿饭都要喝一包牛奶, 吃一个鸡蛋和一个海米韭菜馅儿的水饺。吃穿不愁, 子女又孝顺, 用老人的话说, 就是“吃点儿喝点儿再耍点儿, 这日子过得好着呢!”

乐观态度感染残疾外孙女

每餐吃个海米韭菜馅饺子

要“板正” 剪完指甲磨一磨

10 月 10 日, 记者见到刘文英老人时, 她正躺床上休息, 坐在旁边忙活着叠衣服的是她的外孙女邢丽萍。邢丽萍告诉记者, 老太太最大的特点就是心宽, 最常说的一句话就是别想那么多愁事儿。

邢丽萍今年 43 岁, 4 , 5 岁的时候被查出脊髓瘤, 经手术后高位截瘫。她一直与姥姥、姥爷生活在一起, 姥爷去世后, 她就伴着姥姥。邢丽萍说, 姥姥对她影响很大, 小时候她经常因为自己身体上的残疾自卑, 不知道以后怎么办, 每次愁容满面时, 姥姥都会笑着劝慰说: “别想那么多愁事儿, 以后自然就知道怎么办了。”

正是姥姥心宽乐观的性格, 让她也乐观起来。8 年前她脊髓瘤复发, 已经是“被医院放弃的人”, 可正是因为姥姥的陪伴和鼓励, 她才不去乱想, 好好享受生活。“现在很好, 舅舅们都很孝顺, 我就陪着姥姥, 互相做伴。”

刘文英老人午睡起床后, 就开始梳头发, 记者看到, 刘老太太面色白里透红, 特别有光泽。邢丽萍笑着说: “姥姥这皮肤比我的都好。”

记者了解到, 刘老太太每顿饭都要喝一包牛奶, 吃一个鸡蛋, 一个海米韭菜馅儿的水饺, 除了按时的三顿饭外, 每天还要吃不少水果, 最喜欢吃的水果就是香蕉、樱桃和火龙果。

说起老太太的最爱, 邢丽萍告诉记者, 老太太就爱吃海鲜。不管是大虾、虾虎还是螃蟹, 老太太都喜欢吃, “眼神不如以前, 吃螃蟹太麻烦, 现在主要吃鱼还有虾, 姥姥可喜欢吃了”。

听家里人讲, 刘文英老人年轻时就比较注意养生, 听人说喝黄酒对身体好, 老人就每天都喝一小杯黄酒, 一喝就是近 20 年。邢丽萍指着角落里放着的即墨黄酒说: “那都是老太太喝的。”

刘老太太的屋里特别干净, 床上的被褥床单一尘不染。交谈中, 坐在床边的刘老太太便从枕头底下拿出一个磨指甲的工具, 磨起指甲来。

记者看到, 老太太的指甲形状很好看, 圆润平滑整齐。邢丽萍告诉记者, 平时刘老太太特别爱干净, 剪完指甲后, 就经常拿锉刀磨一下, 把形状弄得好看一点儿。不仅如此, 刘老太太每天晚上都要拿毛巾沾上热水, 拧干了之后擦身, 从头到脚, 都用毛巾擦一遍, 就当按摩。这两年身体不如以前, 自己用不上力气, 才由外孙女邢丽萍代劳。“每天都得擦, 不擦睡不着。”老太太笑着说。

邢丽萍说, 从她跟着姥姥生活开始, 姥姥就一直教育她做人一定要“板正”, 衣服不管新旧, 就算破了也要洗得干干净净。刘老太太

养大了四个子女, 看大了 7 个孙子孙女, 一直都这么教育他们。记者看到, 刘文英老人家里虽然只有 100 岁的她和高位截瘫的外孙女一起生活, 但是家里整整齐齐, 干干净净。

“老太太享福着呢”, 了解刘文英老人的齐家埠村民都这么说。刘文英老人的家住在齐家埠村南头, 三个儿子的家就围着老太太的院, 老太太有什么事儿儿子马上就赶到, 大闺女虽然远在新疆, 但是每年都给老母亲寄不少东西和生活费, 三个儿子也是每人每年给老母亲 2000 块钱, 外孙女邢丽萍虽然腿脚不便, 但是照顾老太太的衣食起居没什么问题, 还能跟老太太精神上互相支持。“难怪老太太脸色红润, 这日子真是过得好着呢!” 一位村民如是说。



1934 年, 刘文英一家 19 口人的珍贵合影。



刘文英老人和外孙女邢丽萍生活在一起, 相处很融洽。