



【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,她正躺在床上休息,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了一个磨指甲的工具,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



老人特别要“板正”。剪完指甲后,经常拿锉刀磨一下,把形状弄得好看一点儿。

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。



1984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。

