

# 精神养老需要大爱

本报记者 何欣禹

驱车从京哈高速香河出口右转200米,绿树掩映下,便是“大爱书院”。听名字,大爱书院似乎是所学堂,而它实际上是一所养老中心。在这里,61位老人在书院养老的模式下享受着晚年生活。

自2017年3月,国务院印发《“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划》(以下简称《规划》)以来,“精神养老”被提上议程,老年人的精神文化生活和精神状况成为养老不可忽视的重要部分。又是一年重阳节,如何让老人健康快乐、更有尊严地活着?大爱书院也许提供了另一种答案。

## “变身”书院的养老中心

走进“大爱书院”,只见老人们三两聚在一起喝茶、下棋、聊天……这里的老人平均年龄高达81岁,最高龄的有96岁。书院的大厅里展示着日常文娱活动安排,上午:太极拳、球类、钢琴教学,下午:手工制作、交际舞、瑜伽训练,晚上:健身、游泳、棋牌……此外,还有书法、绘画、园艺、花艺、摄影、葡萄酒品鉴等上百种课程。正是这些课程吸引了老人们的参与,丰富了他们的精神生活。

今年70岁的王克信是大爱书院的“明星奶奶”,爱好唱歌、跳舞。在书院,她一共选了10门课程,“住在这里,每天课程安排得满满的,除了学就是玩,非常充实和享受。”

除了文化课程,大爱书院还定期举办音乐会、话剧、京剧、演唱会等文化演出,还为长者量身定制游学活动。这个月,王克信便要跟着书院一同前去宁波市溪口游学。

在7000平方米的大爱书院中心

会所,设有藏书室、棋牌室、茶艺室、手工教室、花艺教室、健身房、游泳池……书院里的一切设施都是适老化设计,比如梳妆琉璃台、洗手间挂钩、冰箱、门把手等设备的高度。为了防止老人磕碰受伤,桌椅边角等坚硬处都装有泡沫防撞条。每隔不远,便设有桌椅和茶水,让老人能够随时停下脚步歇息。

声乐室里,传来欢乐的歌声。只见老人们站成一排,在声乐老师的手势指挥下,认真又高兴地唱起了《我的祖国》,一位坐在轮椅上的老人也笑得格外香甜。一不留神,他没跟上节拍,一个人落了尾,引得满堂大笑。

“从养老服务体系上看,老年人的需求分为不同阶段,其中,精神文化对于老年人而言是至关重要的,尤其对于活力老人,或低龄老人(60-69岁)来说。”北京大学社会学系教授陆杰华在接受本报记者采访时说。“这关系到老年人能否构建和保持良好的社会关系,关系到老年人学习、成长和自我决定的能力,是健康老龄化的重要方面。”陆杰华说。

## 老有所养更要有为

第一次在大爱书院见到87岁的张忠仁老人时,他正在摆弄手里的新疆舞帽。“你们好,快进来。”张老笑着冲我们招手,眼睛眯成了一条线。

这是张忠仁住大爱书院的第2个月。“原本不想进养老院,我单位的居家养老条件挺好的,子女也都在北京,何必跑到这里来呢?”张忠仁说。直到今年3月,他受邀参加了一次大爱书院的活动,便决定选择住到这里。

“这儿的环境不错,物质生活条件能够得到满足,并且还能满足精



老人在大爱书院上文化课

神需求,这点非常重要。”张忠仁最看重大爱书院丰富多彩的文化生活,他选择了舞蹈、声乐、文学等多门课程。

张忠仁退休后制定过一个“30年学习规划”。第一个10年,学习书画、篮球和交谊舞;第二个10年,钻研文学,出版了《岁月留痕》散文集。如今已步入第三个10年的尾声,他在钻研中国古典诗词,每有心得便为书院里的老人们讲解。虽然已是耄耋之年,张忠仁仍旧能熟练使用电脑做幻灯片,对技术的运用程度不输于一个年轻人。

精神矍铄的张忠仁老人说:“主要还是心态好,这个周末,我要戴上大胡子和帽子跳一出新疆舞。这个舞只有一个老头,老师们不会给我设计特别难的动作,我也可以自由发挥。”谈起新疆舞,张忠仁老人乐呵起来。

“我希望不只是老有所养、老有所学,更要老有所为。自己能真正成为老人事业贡献一份力量。”张忠仁老人说,“到大爱书院是我人生非常重要的一个里程碑,能将我的晚年生活过得更精彩。”

## 加快精神养老步伐

“在许多人看来,我还远远没到该去养老院的年纪,毕竟刚70岁。这的确有些颠覆传统的养老观念。可熬日子和享受晚年有本质的区别。我希望换一种生活方式,提高精神生活。”王克信说。

目前,我国人口老龄化的比重和速度加快,对养老事业提出了新的要求。养老,不再局限于简单的“老有所养”,《规划》中提出,要丰富老年人精神文化生活,发展老年教育,繁荣老年文化,加强老年人精神关爱。这也对养老行业提出了新的挑

战,养老机构、养老设施的需求与日俱增。大爱书院正是基于长者的精神与物质需求所建造的书院式养老中心,但它并不局限于此。作为大爱城全龄层、全配套亲情健康社区中的核心组成部分,大爱书院不仅让长者得到精神颐养,还使他们能享有全生命周期、专业科学护理的养老服务,在大爱城社区内共享医疗、养生、生态农场等资源。

大爱城投资控股有限公司总裁李大彦说:“精神养老需要孝心、细心,让老人有精神寄托。养老不是目的,健康快乐生活才是根本。所以,精神养老需要大爱之心。我们‘大爱城’的宗旨是‘爱就是生活,生活就是爱’。”

李大彦接着说道:“老年人的心理健康其实更需要关注。比如有一天我们发现有位老人胃口不好、精神不佳,后来了解到是子女忘了给老人送上生日祝福。注重细节、注重老人的感受,才能做好老年事业,这也正是大爱的体现。”

有一年除夕,李大彦去一所大学看望一位80多岁的老教授,教授的女儿都在国外。那一刻,李大彦对空巢老人的孤独印象深刻。

李大彦深有感触地说:“老人最害怕的是什么?我觉得可能是孤独。那么在这样一个书院的模式下,我们希望通过老人们共同的兴趣爱好、共同的需求,把他们组织起来,产生共同的语言,形成一个个社群,让每个老人找到自己的乐。”

中国人民大学劳动人事学院教授郑功成在采访中对本报表示,对于精神养老,还需要政策层面将公共资源下沉到社区,靠近老人居住的场所,让居家养老和机构养老结合起来,这样才能有效实现老年人精神文化层面的提升。

## 苏辙的诗与远方

李天保 鲁国霞

南山……忽惊九华峰,高拱立我前……”苏辙不以贬谪为意,喜悦之情溢于言表。他一向寡言持重,但此诗却写得浪漫奇妙。在贵州,他“山行得一饱,看尽千山绿”,旅行途中,苏辙的关怀现实之心并没有泯灭,有时凭吊古迹遗址、借古讽今,如在《赤壁怀古》中通过追述三国时期的赤壁古战场,意在说明宋与辽、西夏的国策,在武昌西山,苏轼建了九曲亭,后来请苏辙作了著名的《武昌九曲亭记》,其中有:“盖天下之乐无穷,而以适意为悦……夫孰知得失之所在?惟其无愧于中,无责于外,而姑寓焉。”每个人对快乐的体验不同,苏辙“以适意为悦”,就是他自己快乐的感觉。明代茅坤认为此文“情与心思,俱入佳处”。苏辙曾两谪筠州,但每次都能随遇而安,他说:“我来邂逅逢宽政,忘却漂流身在南”,其散文名篇《庐山栖贤寺记》《东轩记》《黄州快哉亭记》等均作于此,堪称散文经典。绍圣元年,他因反对哲宗恢复熙宁新法,被贬知汝州。来到这里,他饮酒抒怀:“可怜洛阳酒,味与上国同。游心四山外,寄适酒杯中。”后苏辙又被贬至袁州、雷州、循州等地,他的心路历程和谪宦胜游之旅,莫不同上。

苏辙的贬谪之路亦是他的交游之旅。一个人的精神世界不可能孤立存在,苏辙和其他人的交游生活,正反映了他的士人品格和精神世界。在他的贬谪生涯中,和他联系最紧密的当属其兄苏轼。苏轼曾说:“岂独为吾弟,要亦贤友生。”他们既是患难与共的好兄弟,更是情投意合的好朋友。苏辙在南迁途中,曾护送苏轼家眷往黄州,苏轼以诗先迎之。苏辙因风浪太大困于磁湖,无法马上相见,乃作《舟次磁湖以风浪留二日不得进子瞻以诗见寄》安慰其兄。一句“夜深魂梦先飞去,风雨对床闻晓钟”,道出了兄弟情深,而“从此莫言身外事,功名毕竟不如休”,乃是苏辙宽慰哥哥的真挚言语。患难之中见真情,苏氏兄弟的贬谪,不但没有中断他们之间的联系,反而加深了兄弟之间的感情,《宋史》称赞他们:“患难之中,友爱弥笃,无少怨尤,近古罕见。”

贬谪途中,苏辙结识了不少朋友,如在筠州结识的毛维瞻、吴厚、洞山文老、牢山陈道士等人。“池塘草生春尚浅,桃李飞花初片片。一樽花下夜忘归,灯火寻春畏春晚”,记载了苏辙和筠州太守毛维瞻一同游玩的情景;“问我近来谁复可,对君聊拟诵《周南》”,描述的是苏辙和新喻县秀才吴厚论诗说道的情况;宋代的



旅游漫笔



大爱书院里的老人正在唱歌 何欣禹摄

## 《传奇老字号》纪录片在故宫开机

本报电(记者何欣禹)日前,大型电影纪录片《传奇老字号》开机暨老字号创新联盟启动仪式在北京故宫博物院宝蕴楼举办。

此次活动由中国国际贸易促进委员会指导,山西、湖北、河北、吉林、云南五省商务厅共同支持,五省广播电视台及中国贸促会知识产权服务中心、中华老字号国际交流中心、北京故宫文化创意有限公司共同主办。旨在促进老字号顺应消费需求新变化和“互联网+”新趋势,加快改革

创新发展。据介绍,《传奇老字号》第一季共有15期节目,将汇聚全国15家底蕴深厚的中华老字号,包括杏花村汾酒、广誉远等多家老字号品牌。《传奇老字号》将推出电影化纪录,以“依老塑新”为策划核心,用最强烈视觉手法吸引核心人群,以故事为载体,鲜活展示老字号的前世今生,用高层级角度解读,引导核心人群的思考和行动。节目将于11月底在五省卫视平台播出。



## 铜山描绘现代版富春山居图

尚庆迎 魏朝星

近年来,江苏省徐州市铜山区围绕人居环境整治,狠抓生态建设,推进绿色发展,书写了新时代的“乡村巨变”,描绘出现代版的富春山居图。

### 治污增绿打牢“美丽底色”

铜山工农业发达,来自工业生产和农业面源的污染较为突出,为从根本上解决污染问题,铜山铁腕治污,使工厂进工业园,养殖进养殖小区,同时加快产业园区循环化、生态化改造。

“绿水绕村,鸭游鱼戏”是人们向往乡村美好生活的向往。铜山在河道治理方面出台了“河长制”和“中高级以上河道市场化保洁”两项长效管理制度,同时建成14座镇级污水处理厂。通过河道综合整治,打造出水韵悠然的“苏北江南”风情。

俯瞰徐州,铜山犹如一条绿色的丝带,将古城紧紧环绕。为了扩大这座城市的生态腹地,铜山积极优化生态建设布局,以“二次进军荒山”

### 凸显特色打造“美丽乡村”

走进微山湖畔的柳泉镇北村村,随处可见游园健身广场,柏油路、水泥路通到每一户人家,依山而建的石头院落古朴、厚重,山下的荷塘、长廊、游船码头,处处彰显湖区的灵动和活力。

同样位于微山湖畔的利国镇西李村,立足渔村实际,讲好“渔村故事”,打造原汁原味的“旧时乡村”,使得千年古村落焕发勃勃生机。千村一

面不是美丽,乡村之美关键在展现农村“味道”。铜山区在新型社区、美丽康居村、美丽宜居村建设中拒绝大拆大建,尊重村庄自然肌理与特色,依山造势、借水造景,不挖山、不填塘,努力实现“一村一景”“一村一韵”。

美丽乡村建设资金是关键。2017年,铜山美丽乡村建设投入达1.6亿元。今年,铜山区启动“百村示范、千村整治、万户集中居住”行动,拿出5亿元政策引导扶持资金,全面推进全村人居环境整治。年底前,100个示范村将整体完成。如今,铜山区乡村的道路、医疗、供水、供气、社区服务中心、文化体育场所等公共设施日渐完备。农民的生活更加便捷,生活质量大大提高,满意度、幸福感显著增强。

### 依托优势建设“美丽经济”

美丽不光养眼,还是生产力。近年来,生态环境的持续改善,让铜山“颜值爆表”,在此基础上,铜山依托独特的旅游资源、便捷的交通、优质丰富的农产品,使休闲度假、生态农业观光、民俗风情体验等不同类型的乡村旅游实现“井喷式”增长。据统计,2017年全区休闲农业与乡村旅游园区(点)达到322个,接待游客288万人次,综合收入11.3亿元,让更多的老百姓吃上“生态饭”“旅游饭”。

打造亮点工程,塑造知名品牌是发展“美丽经济”的关键。铜山区围绕建设“徐州后花园、休闲度假区”的目标,着力打造休闲观光农业精品工程和精品旅游线路,打造出汉王镇西紫山村、伊庄镇倪园村等农家乐示范村,同时积极创建星级园区,月亮湾生态园、刘集葡萄采摘园等一批“农”字头休闲观光示范基地陆续建成。

发展“美丽经济”,顶层设计不可少。铜山充分利用全区山水人文资源,围绕“一山一镇一河一湖一圈”布局,打造东部吕梁山风景区、南部燕山文化景区、西部汉王景区、北部微山湖滨湖生态旅游景区四大旅游文化片区,真正把绿水青山变成群众致富的“金山银山”。

上图:铜山区柳泉镇北村 郑士运摄