

常言道，人生能遇三两知己尤为幸运，当时间悠悠转转地不停向前，那些携手相伴的友情显得弥足珍贵。

“你有几个‘老闺蜜’？”“你们平常一起都做些什么？”近日，记者走上街头，对中老年朋友进行采访，同时发放调查问卷，听一听“老闺蜜”之间的故事。

在将近50位老年人中，几乎所有人都表示自己有“老闺蜜”，有的是一两知己，也有的是五六人成群。

## 老朋友希望彼此“打扰” 历经岁月陈酿 友谊不断升华



### 交往时间不重要 关键是要有话聊

您和“老闺蜜”认识多久了？此次调查中，记者发现认识时间的长短并不是衡量友谊厚度的决定性因素。超过三分之一的人和自己的好友认识时间超过20年以上，也有部分人与好友相识还不到5年。

傅菊仙有一个认识近60多年的“老闺蜜”，从初中成为同学开始，一直延续至今。谈起最初相识，傅菊仙笑得十分灿烂，她说两人都是很随和的人，聊天很投缘，上学期间常常互相督

促，遇到不懂的问题就互相帮忙，共同进步。

随着年龄增长，傅菊仙与“老闺蜜”回忆当初上学时场景的频率越来越高。“聊起那些年发生的事，仿佛时光倒流，想起彼此曾经青涩的模样，欢声笑语历历在目。”傅菊仙说。

66岁的王雪英住在杭州上城区，她的“老闺蜜”是社区里一起跳舞的朋友们。一群人因为同样的爱好而相聚，每晚7至8时是她们享受欢乐律动的时

光。虽然认识时间不久，但大家早已从当初的陌生拘谨，变得熟悉而默契。王雪英说，和“老闺蜜”们跳着跳着节奏契合了，话也多了，跳舞前唠唠家常，跳完后依依不舍。

好友相遇的缘由各不相同，有以前读书的同学，有工作时的同事，也有退休后老年大学里的同学，还有志愿服务团队里认识的好友等，不管因何相识，80%以上的老年人表示，能成为好友主要是因为共同话题。

## 另类“老来伴” 满满幸福感

近些年，各地抱团养老的案例层出不穷，近的有杭州临平区瓶窑镇一对老夫妇把自家的三层小别墅拿出来，邀请志同道合的老年人一起同吃同住，抱团养老；在天津和广西北海，有当年的知青抱团养老，重返“集体生活”；在四川成都，有5位单身阿姨，合伙买了大理某处老宅，重新装修改造，共同迎接养老新生活……

在中国心理学会注册督导师、浙江晒福社会工作服务研究院院长沈宣元看来，抱团养老之所以在这些年持续火爆，还有类似故事搬上荧幕，主要有三点原因。

首先，和时代发展有关。传统养儿防老观念建立在多子女的社会背景下，随着独生子女越来越多，甚至成为时代主体，同时，人均寿命不断提高，一个孩子要照顾4位老人，会顾不过来。“很多老人本着不给子女添麻烦的初衷，为了让子女过好自己的生活，便主动为自己的养老寻找出路。”沈宣元说，这样做的出发点是好的，也皆大欢喜。

其次，抱团养老符合时下大众追求的个性化、多样性的养老需要，是一种补充式的养老方式。沈宣元说，如果把老人送往养老机构，部分子女心理上多少会有些负罪感，担心

被别人说“对长辈不孝”等，但是抱团养老既让老人觉得自由，又容易让子女接受，是个双赢选择。

再次，如今时代发展，人的思想观念也得到极大释放，崇尚自由、个性化的养老方式，也是时代发展的产物，也是时代发展的产物。杭州师范大学公共管理学院副教授张旭升认为，养老方式从传统的以依靠“血缘”关系为主，逐渐扩大到“趣缘”，即选择和自己兴趣相仿的人一起养老。张旭升多年来持续关注全国各地抱团养老模式，同时研究城市互助养老，他表示，这样的转变是可喜的。

沈宣元说，另一种值得关注的模式是“老来伴”，即异性“同住式养老”。“两人商量好住在一所房子里，但不以男女朋友或再婚的形式相处，他们可能更像是好朋友。”沈宣元说，一些抱团养老方式，不仅超越血缘关系，也越过婚约关系，这恰恰说明，人们的养老观念越来越开放和多元。

张旭升认为，抱团式养老要想取得比较好的效果，有几点共性可供参考，比如参与的人员之间要相知知底，志趣相投；经济、价值观念没有相差太大。如果吃住都在一起，应尽量避免人数太多，各自有独立空间。还有最重要一点就是，互相包容迁就。 (综合)

### 联系多或少不在意 心中始终记挂彼此

对于大多数老年人来说，和好友之间的联系不在于多少，但心里始终记挂彼此。调查中，超过70%的人表示会经常联系好友，而每天联系和偶尔联系好友的人占比均为12.9%。

家住杭州西湖区的沈阿姨和闺蜜一周总要见面三四次。疫情防控时期，她们还相约做起社区志愿者，既服务社区居民，又相伴左右，很有意义。她说，即使不见面，闺蜜之间也会线上互相问

候，有些不想和家人说的贴心话，沈阿姨就和闺蜜分享。

谢成荣和老友从小学就认识了，八九个从小学到初中一直在同个学校就读的发小，这些年不论谁有重要的事情，大家都会聚到一起。他说，老友有个微信群，每天都会群里问候。平时有空闲，大家还会约着一起去农家乐游玩。

在谢成荣看来，老友就是能说到一起，频率一致，不管经过多少年，再见面还

是和当初一样熟悉，这些和家人一般的老同学，早已成为他人生中的重要组成部分。

65岁的吴光娟也有几个好闺蜜，但随着年岁增长，大家都有自己的家庭和事业，渐渐地联系变少，加上彼此住得远，线下见面几乎很少。不过吴光娟说，现在网络发达，想念了就打个电话聊聊，逢年过节也会彼此问候。大家即使不联系，在遇到难事时，还是会想到彼此，毫不犹豫伸出援手。

### 老闺蜜不怕麻烦 让陪伴细水长流

老年人之间的友谊不仅是喝茶逛街，谈心下棋，更多的是陪伴与关怀。

68岁的丁花萍是她“闺蜜团”的主心骨，她们既是好朋友，更是好邻居，性格活泼开朗的她是大家的开心果，有她在的地方总有笑声。丁花萍说，“好闺蜜”不仅要能有福同享，也要有难同当。

前些年，姐妹中有人患了轻微的老年痴呆症，容易记不住事情，丁花萍和“闺蜜团”成员经常在天气晴好

的时候带她外出散心，多和她聊天，锻炼她的脑部记忆。还有一次，“闺蜜团”中有成员的家人摔倒，一直卧病在床，一个人实在照顾不过来，老友们就分批上门，今天你看护，明天我陪伴，丁花萍还自学了按摩手法，帮助病人缓解疼痛。

在丁花萍看来，老友之间从来谈不上“麻烦”，也不会计较，更多的是希望你来“麻烦”我，我去“打扰”你，一来一去，感情变得更加深厚。

调查中，记者发现，老年朋友之间更在乎细水长流的陪伴，也都很愿意在朋友需要的时候给予帮助，他们觉得老友是除了家人之外最重要的人。

采访最后，记者问，如果你给老闺蜜或老哥们送上一句话，你最想对他们说什么？大部分人都说，健康、快乐是他们对彼此最真挚的祝福。

一位王女士对着镜头表白：“时光不老，我们不散。” (浙江老年报)