刚刚63岁的梁建伟没有刻意计划过自己的退休生活。但就在这个初冬，当他和母亲结束了五天四夜的邮轮行后，两人拖着箱子晃晃悠悠回到成都，看着小区里的银杏叶变黄，絮叨着年底可以去一个温暖海边时，他突然意识到，自己和妈妈已是名副其实的养老“搭子”了。

“我们都喜欢热闹，喜欢耍。”梁建伟说这话时，他的母亲丁文渊已带着乒乓球拍准备出门了。老太太身上有种旺盛的生命力，98岁的年纪，还保持着每天至少7000步的运动量。退休前，她在大学里教体育，退休后，她成为成都“民间体坛”的常青树。79岁那年，她甚至在Wilson杯成都第16届业余网球公开赛中，捧回女子老年组亚军的奖杯。

于是，当63岁的小儿子和98岁的老母亲成为养老“搭子”后，母子之间的关系似乎也有些微改变。梁建伟会听妈妈的话，但有时也会说服妈妈要听话。这对母子一起参加各种比赛，网球、羽毛球，甚至麻将对决，也一起去过很多地方，海边、山野和平原。

——毫无疑问，这对母子正展示着关于老去之后的更多可能。

98岁的丁文渊和儿子梁建伟

与98岁妈妈做“养老搭子”的日子

63岁儿子：别人很羡慕，我很幸福！

不打扰的关心

其实，不用梁建伟说，只要走进他和母亲的家，处处可见母子二人的充实生活。一排奖状和奖杯，有丁文渊刚退休时，在全国老年人女子羽毛球比赛中的卫冕冠军，70多岁时在全国各种网球比赛中的活跃，还有80多岁后被评为学校“老有所为”的先进个人……老太太闲不下来，甚至就在今年夏天，她还受邀参加成都市第十五届运动会开幕式，在现场利落做起俯卧撑……

有一个心态年轻的妈妈，于是相互尊重成了母子二人在共同养老时不用言明的默契，这从两人的日常安排就能看出来。

老太太的睡眠很好，基本上午9点左右悠悠醒来，然后先在床上做一套起床运动，蹬腿、抬手，再麻利起床，选择当日的穿搭。她喜欢各种颜色的围巾，每天都会对着镜子系好花样，之后走到露台上，深呼吸，做上一套广播体操。

这时，梁建伟已经起床了。他先准备早餐，有时是烤面包和牛奶，有时是豆浆油条，然后安静等着母亲，不催促，不打扰。老太太心血来潮，决定自己买菜做饭，母子两人开始计划中午菜单，细碎说着，有了蒸茄子和凉拌莴笋，就不用再做炒豆角了。

母子两人每天会一起锻炼身体

按照计划，母亲斜挂着手机出了门。计划之外，5分钟后，梁建伟也跟了上去。

梁建伟还是有很多担心，例如，母亲虽然会用手机支付、打车软件，但她时常找不到进入的图标，再例如，虽然买菜的地方距离小区不足100米，但是毕竟是在大马路边，人多车多。

梁建伟一般不会打扰，只是默默跟着，看着母亲完成手机支付，提着菜走回家。——这是他们的日常，不张扬的关心和适当的距离。但是，吵吵闹闹，也是日常的另一面。

“都是鸡毛蒜皮的小事。”梁建伟说话会不自觉提高音量，这是因为母亲的听力已大不如从前。在厨房，老太太切菜，拿起菜刀就“铛铛铛”麻利下刀，他会在一旁心惊胆战地提醒，“慢点，慢点，慢点嘛。”当老太太拿出小碟子要装备菜时，他会忍不住一把抢过，“这是装蘸料的，装不下菜。”另一边，当他觉得灶台上蒸的肉差不多了时，老太太终于找回了主场，坚定地反问他，“你用筷子插下，看看好了没有？肉都还没软，怎么好了？”

“兵荒马乱”之后，午饭上桌。“来，谢谢妈妈，今天做了一桌好菜。”很显然，在提供情绪价值上，儿子是专业的。

最重要的小事

尽管老话常说“老来小”，但母亲丁文渊依然会在很多时候让梁建伟感到震撼。

“是的，就是震撼。”梁建伟第一次听到身边人想要遗体捐赠，就是从母亲这里。98岁高龄的丁文渊，几乎没有生过大病，到现在都精力充沛。有一天，她很认真地对家人说，自己离世后，不用大操大办，她想把遗体捐给医疗机构，“发挥点最后价值。”

不过再想想，梁建伟也不觉得意外，毕竟母亲从来就不是一个会被束缚的人，在近百年的人生中，她一直都在坚持做自己。

翻开相册，黑白照片里是老太太的青春。当父母为她定亲后，所谓的未婚夫不喜欢她抛头露面，不愿意她去男女混合的高中时，感到束手束脚的少女，直接登报声明婚约作废。

后来，丁文渊从四川省立体育专科学校(今成都体育学院)毕业，经过层层选拔，入选西南区女子篮球代表队。这个爱笑的姑娘和伙伴一起，坐了3天火车，到北京参加全国篮、排球运动会，这也是新中国成立后的第一次全国性体育赛事。

扎起长发，她是球队的中锋。那时候，她和前来采访的记者一见钟情，两人相互鼓励。在她的支持下，丈夫成为最早一批到西昌支援三线建设的专家。彼时遥远的路途，他们几乎一年才能见一面，那是一个书信时间很长的年代。丁文渊每次收到丈夫要归家的信，“我就按出发时间算，如果3天后还没到家，那就多半是翻车了。”老太太眯着眼睛补充道，“不过我们运气好，没有遇到过翻车。”

梁建伟的手机里，有很多和母亲一起旅行的记录

对于丁文渊而言，她热爱自己的事业。从球队退役后，她进入大学教书，在1954年就完成论文《身体素质训练的重要性》，阐述自己的“健身观点”。

退休后，她先是持续练习羽毛球，发现膝盖有所损伤，又换成网球。她学习使用智能手机、发朋友圈，学习手机打车、扫码支付，她的衣柜永远整整齐齐，使用刀叉熟练顺手，因为她觉得老去的只是身体状态，而不应该是心理。

“所以坦然活在当下，应该是妈妈教会我的最重要一课。”梁建伟在两年前退休，跟着母亲打了10多年网球，他的身体健康，爱好丰富。钢琴、二胡，摄影、剪辑……于他而言，每天是由很多小事拼凑组成的，但每一件小事都很重要。“做好每一件事，过好每一天，这种心态下，每天都值得期待。”

现在就是最幸福的时候

不过，无数小事组成的每一天，母子二人依然会有分歧。

“好比出去旅游时，妈妈特别喜欢找人聊天，一不留神，家里什么具体信息都说出去了。”梁建伟觉得好气又好笑。此次邮轮行，他们是坐绿皮火车，慢悠悠地晃到深圳。在列车上，老太太和同车的人聊了一路。不过，梁建伟觉得，母亲一直都对这个世界带着最美好的感受。“好像她就没有遇到过不好的人、不好的事。”

此外，诸如怎么节约用水、某个椅子摆在哪里、吃饭用哪个碟子一类的小事，在梁建伟看来，本身就没有对错，只是生活习惯不同，各有各的道理。“就尽量迁就妈妈的习惯来。”在外出旅游时，订票做攻略，都是梁建伟在张罗，做母亲的跟着儿子走就行。

早些年，梁建伟在母亲80岁、90岁生日时，为母亲制作了两本厚厚的精致影集。这些年，他又会随时拍摄下母亲的日常，制作成短视频。于是，定格下了老太太在夏天的网球场上奔跑，在蓝天下邮轮上的舞蹈，还有在陌生城市，兴致来了随机加入路边广场舞队的欢笑。在一个爬山的视频中，老太太背着包，回头对着梁建伟挥挥手，“伟伟，快点。”

这是梁建伟觉得最幸福的时候。“朋友们都说，我一个退休老头，还能被妈妈叫小名，有妈妈在身边，大家都很羡慕我。”他说。

当然，不避讳谈及死亡的梁建伟也做好了准备，如果母亲生病，就好好照顾老人，如果母亲离开，他也得到了母亲最珍贵的馈赠。“就是一起养老的这段快乐时光，还有面对老去的坦然豁达。”

“别人都说，妈妈能活到120岁、130岁。”梁建伟的话音未落，一旁的丁文渊就接过话，“想不到那么久哦，我们要活在当下，活好现在每一天。”

11月18日午后，成都难得有了一点阳光。母子二人带着球拍出了门，小区里的人都认识他们，见面就感叹着老人家的精神矍铄。一边走着，梁建伟一边提醒母亲，下周一学校组织的活动早上9点统一坐车，不过他又很快补充道“你没赶上车也没关系，我开车送你去。”

（华西都市报）