

老年人成为KTV下午场主力军

本报记者 赵新丽

随着天气日渐寒冷,约上三五好友,下午去KTV唱歌成了省城不少老年人热衷的生活方式。记者走访省城多个社区调查发现,有半数的老年朋友去KTV唱过歌,其中,有近两成的老年朋友常去KTV欢唱。这些老年人每月都要去唱上几次,有的甚至一周就能去几次。这些喜欢去唱歌的老年人年龄大多在50岁到65岁之间。价格便宜是KTV吸引他们的主要原因。

每周至少K歌一次

1月10日中午时分,57岁的李芸芳和7位“小伙伴”来到市中心的一家KTV包厢,一个下午的欢乐时光就开始了。最近,每周都到KTV唱歌已成为这群老年歌友的生活常态。

“团购的,要中包,提前打电话预约过的,记得把套餐里面的饮料、爆米花送进来。”李芸芳娴熟地办理着登记手续。在她的身后,她的7位同龄人跟着服务员走进指定的包房,熟练地选歌、开唱。很快,《走进新时代》《大海啊故乡》等颇具年代特色的歌曲响彻耳畔。李芸芳说,他们当中有老同学也有老同事,经常下午来唱歌,平均一周至少来一次。

“儿子儿媳都上班,孙子上学,我一个人闲着没啥事做,天天逛公园逛得烦。”刚唱完一首《走进新时代》的吴玉芳告诉记者,为了打发时间,她加入了几个老同学、老同事群,“这不,大家约着唱歌,一唱能唱一个下



午,便宜、尽兴,还暖和。”刚开始,62岁的吴玉芳对来KTV唱歌还比较排斥,“我都这么大岁数的人了,来这里唱歌不好意思呀!后来被老姐妹拉着来了几次,觉得挺好的。”

“午饭后到下午4时,是我们一天中最为休闲的时段。”59岁的林

建国也表示,他以前是靠打牌消遣,现在则爱上了到KTV唱歌,大家在一起开心地唱歌,带着愉悦的心情回家,一觉睡到天亮,比什么保健品都好。“我们来唱歌,不在乎唱得好不好听,重要的是能够结交朋友、联络感情、有益身心。”林建国说。

错峰消费 团购为主

记者走访了多家KTV,发现像李芸芳他们这样的退休老人还有不少,甚至成了KTV下午场的主力。

位于省城五四大街上的一家KTV,每天12点到18点都会推出下午场,团购价39元钱就可以在小包和中包唱一下午,据店员介绍,店内总共三十多个包间,一般下午场会有两成包间上座,其中过半都是退休后的爷爷大妈。而位于同仁路的一家

KTV,在记者走访的下午3时许,上座的两个包间里面全是老年人。

李芸芳和她的队友们每次都来会唱一下午,由她先付钱,再跟伙伴们平摊。“我们一般都是从网上团购,不团购的话就贵,我们今天这个包间团购价79元,8个人,一人才不到10块钱,很划算。”记者走访发现,像李芸芳一样喜欢团购的老年人不在少数。下午场价格优惠,一般一个包房七八十元,也有

三四十元的,每次团购以后大家AA制均摊。

记者在五四大街一间包间内,看到唱歌的老年人点的歌曲多为《十送红军》《幸福万年长》《军中绿花》等颇具年代感的歌曲。“这些都是我们爱唱的歌,你们年轻人肯定好多都不会,老歌才经典啊,歌词好曲子也好。”说起歌单,正在选歌的60岁万先生说,“不过这家的老歌不多,不如我们上次去的那一家。”

老年人社交的新天地

如今,KTV不仅是老年人唱歌娱乐的场所,也成了他们聚会社交的新天地。

下午5点左右,李芸芳和自己的“小伙伴”们走出KTV,一下午的欢唱时光结束。“大家一唱就是一下午,唱得高兴了,我们也会点几瓶啤酒或者红酒。”李芸芳说,越来越多的老年人不满足于抱孙子干家

务,开始懂得享受生活。但目前适合老年人聚会的地方太少了,加上冬天又冷,总不能老在公园吹冷风吧?去茶馆吃饭吧,一来经常去的话经济上负担不起,二来老是吃饭也没啥意思。去谁的家吧,大家年纪都大了,招待起来费劲。

她说,一开始,来唱歌的就我们几个人,后来一个拉一个,人

渐渐多了起来,有时候三五个人就能聚在一起唱一下午。不光是唱歌,唱累了,我们就听着音乐聊聊天,谁家没个烦心事,大家在一起都说说,说完心情也好了不少,实在是郁闷的,就吼上两嗓子。其实,无论爱不爱唱歌,老年人喜欢的是这种温馨、放松的社交环境。

乐度晚年要多看

钱海

看淡 就是学会放弃。有时对改革中出现的新问题、新情况想不通、看不惯,有的老年人只坚持自己的观点与思路不放,这就很难接受新的东西。试想什么都不愿放弃,结果却什么也得不到。有所失才会有所得。对于高人来说,放弃不是失败,是智慧。老年人应学会放弃旧的东西,及时接受新事物,这样才能跟上时代节拍,过得轻松愉快。

看开 步入暮年,生理机能的老化是不可避免的。凡事都应看得开,宽容是最大的智慧,海纳百川,宽容为大,狭隘的恶果随处可见,能容人处且容人,千万不要过于较真,在有些事情上糊涂一些,能使心理保持平衡。遇事莫计较,凡事看开一点,淡泊一点,宽容一点,潇洒一点,生活会更轻松、更愉快。

看重 看重兴趣、目标和追求。年纪大了,不等于一切趋于停止,而是可能成为实现兴趣、目标和追求的新起点。研究发现,人退休后,如果无所事事,没有了生活目标,很快精神和身体状况都会快速下滑。相比之下,退休后继续做一些力所能及的事情,有追求、有爱好和有趣味的老人寿命更长。因而,即便退休前没有什么特殊爱好,退休后也应该有意识地培养一些。生活充实起来了,才会活得有滋有味。退而不休,老有所为,唯有如此生活才能奏出快乐的乐



请本版图片作者与本报联系,即付稿酬

章,生命的火焰才会越烧越旺。

看透 其实烦恼都是自找的,不要过分地追求完美,不要被贪欲长久笼罩,抛下烦恼去收获快乐吧!当然还要学会如何与自己相处,打开窗户给心灵透透气,学会寻找心灵寄托,做好自己的心理医生,每天给自己一个希望,放大你的快乐,把快乐当成一种习惯。

看好 要看好自己,看好生活。将心灵装上彩色的底片,那看到的世界就必然是带彩的。人生苦短,生活中不如意事十之八九,不要让坏心情影响了自己的生活,不要给自己设限,学会原谅自己,不为难自己,别为迎合别人而改变自己,不要作无谓的比较,要做自己的主人。

看齐 《论语·里仁》有言:“见贤思齐焉,见不贤而内自省也。”意即看到贤人就向他学习,看到不贤的人要从内心反省自己有没有跟他相似的毛病。显然,在日常生活中,经常“见贤”就会促使自己锐意前进。要向晚年生活过得精彩的人学习和看齐,学习他们的好计划,好方法,当然也要接受他们失败与失意的教训。

有老伴才像家

刘庆明

老同事对我说,老伴去世两年多,想再找一个,两个儿子反对,儿子说,若我执意要找,也行,先把现在我住的这套三室两厅商品房卖掉,他们就不会与后妈为房子的事产生纠纷。

儿子这一招,着实让他受不住,卖掉房,他住哪儿,于是死了再找老伴的心。因此,他苦闷时,就打我电话,要我到他那儿坐坐。

有一回,我和老伴为儿子的事争吵得我心里很烦。这次,我打他电话,要到他家坐坐。

他听我说完和老伴吵嘴的事,就对我说,你有老伴是幸福,我没老伴是孤独。你知道吗?我虽有两个儿子,可他们都分了家,各吃各的,我一人过,多寂寞,我一人住着这三室两

厅的房子,哪像家?你有老伴,要珍惜啊,对她好点,别动不动对她发脾气,她发脾气,你让着她点,我以前也和你一样,有什么不顺心的事就拿她出气,要是她心情不好,拿我出气,我不但不让着她,还雪上加霜,对她恶言恶语,现在回想起来,很后悔,对不住她,要是她还活着,我有今天这认识,一定好好待她。人就这样,等到失去,才懂得珍惜,在的时候,却不知她珍贵,不好好爱护她。

他的话一下触动我的心,我静下心来,他的话对。

老同事又说,他深深体会到没老伴的苦楚,有老伴,就有人向你问寒问暖,关心你,有病有人照着你,这不是幸福吗?就是骂你,也是幸福的,



我现在连骂我的老伴都没有,多孤独啊。

我连连点头。我回家时,他送我到小路边,分手时又对我说,好好待老伴,她有脾气,你让着她,你是男人,大度些。

我握着他的手,点着头。

本版面向全省征集反映老年人生活的稿件,要求文从字顺、感情真挚。另征集老年人书法、绘画、篆刻、剪纸、摄影优秀作品(请拍成照片)。您手中若有得意之作,欢迎赐稿!来稿请注明作者真实姓名、年龄、联系电话。
联系地址:西宁市长江路5号
西海都市报社专刊部《夕阳》版
电子邮箱:
704083706@qq.com