

# 老來添樂且卻愁

文◎ 梁中英

有人說：在當今醫藥如此發達的年代，很多耄耋長者不是病死的，而是愁死的、氣死的。我自命為快樂老人的代言人，願意提供一些添樂卻愁的心態，與黃岡鄉親們分享共勉。



多壽多樂的梁中英教授

## 感恩身心康泰之樂

我們步入老年，當得起別人尊稱一聲「老人家」，其實已是上天恩賜，多少人在中壯時期就突然罹患絕症，心不甘情不願的離世。我們這些有幸多享了幾十年健康的老者，豈不更應該格外惜福感恩？

當然，人體的各種器官會隨著壽命增長而逐漸老化，就算是一部機器，運轉久了也會產生故障，修理之後也不可能全然翻新。老人的身體儘管再用心去保養，總有老化的一天，而且醫生給予的治療最多祇能做到緩解，絕對不能徹底治本，還你一個青春的軀體。就我自己的體會而言，原來我有健步如飛的雙腿，在遼闊的復

興崗校園裡，我既不會開小車，又不會踩腳踏車，祇靠急步趕路，在多棟大樓之間更換授課的教室，一天之中轉多少圈都不覺累。七十五歲之後，腿部（尤其是膝蓋）開始發軟，腳趾骨變形發麻，醫生說是神經老化，末梢神經不管用了。我祇好柱上雨傘當拐杖（真正拄拐太惹眼），小心翼翼的緩慢邁步，做一個個佝僂老媪了。但我深深感恩還能到處行走，參與我喜愛的公益活動。祇不過得時刻提醒自己：慢點莫急！千萬別摔倒！

各種老化造成的毛病不勝枚舉，需要老人豁達的去承受，認清這是老化、不是患病，醫生已無從根治。我們惟有自己忍耐，不應為它發愁，更不可常在兒孫面前訴苦，造成他們的困擾，甚至得決心帶病延年，與它和平共存。一些和我同齡的親友有時會愁眉苦臉的向我訴說這兒麻、那兒痛，我問他是否已嚴重到影響日常的「吃喝拉撒睡」，如果還沒有，就忍着吧！我還有一句不好明說的話：誰叫你要活得那麼老？

老化的身體何時會出現毛病，我們難以預測，但保持心境愉悅卻操之



梁中英教授(前排左起第五人)在粵港澳梁氏文化協會成立大會會場-珠海德翰大酒店前留影(梁瑞林攝影)

在我。人老了應該退出煩重工作的崗位，卸去思慮的壓力，生命中美好的仗我已打過，沒必要再過度的勞心勞力了。我一向主張退休後的老人應發揮餘光餘熱，參與社會公益團體的活動，但隨著年齡的增添，絕不可一直負責事務性的重任，要懂得「知老、服老」，讓適合的晚輩接棒，也讓我

們自己獲得身心兩方面的徹底放鬆休息，心安自能保障體健，何等自在快樂！

### 追憶奉獻有成之樂

我出身書香世家，從小接受長輩們的言傳身教，對我優良的中華傳統文化有所認知，而且決心要身體力行，可說有識以來已為自己的

生涯規劃定下一個大方向：修身、立業、齊家、愛鄉、報國。我自認渺小平凡，並無治國與平天下的抱負，但身修、業立、家齊之後，我可擴大生活範圍去愛我的親戚、鄉親和宗親，如果這方面都能有些成就的話，也算是一種報國行爲了。到底如何才能達到各個階段的目標呢？我自覺有「奉獻最樂」的個性——奉獻自己，別人快樂，自己更樂。以這種精神去齊家愛鄉，將無往不利。至於加強自己為齊家愛鄉奉獻的能力，就要靠修身立業階段所下的功夫了。

回憶過去，我在修身、

立業、齊家三個階段，為自己定下的角色是：女兒、學生、老師（我的職業）、妻子、母親。後來每個角色都曾盡最大的努力扮演好；孝順的女兒、勤奮的學生、負責的老師、賢慧的妻子、慈愛的母親。因此好朋友们常豎起大拇指給我點讚；不愧是五好女性！

我生逢抗戰、內戰的離亂時代，要把女兒、學生當好其實不易。我本富家驕女，在婢僕簇擁中長大。十零歲逃難出香港，一下子成了一無所有的難民。父母為糊口奔馳，我必須開始操持家務、照顧幼妹。後來我在臺灣掙得自己的一片天，立即迎養父母來臺，奉以華屋甘旨，養其口體外還得養志，父母心願一一為之達成。能在父母身邊為他們奉獻長達三十餘年，我至感心滿意足。

我四歲入讀小學啟蒙，五年級即跳級考入初中，一直是不足齡卻成績頗佳的學生。又是逃港使我學業中輟，後來十八歲才進調景嶺難民營的鳴遠中學免費重讀高中一年級，成了一名超齡的學生。臺灣省立師範大學畢業後實習一年，再進香港新亞書院

研究所修讀碩士學位。我坎坷轉折的求學路總算結束在二十八歲。若非我一直堅持把好學生當到底的決心，恐怕早已半途放棄了。

有了高學歷，我進復興崗政工幹校大學部執教，從講師晉升到研究所的資深教授。幾近三十年我愛護學生如同自家子弟，他們也很親暱的喊我梁姐姐、梁媽媽、一直喊到梁奶奶。上我的課不但能學到書本上的知識，還能學到很多做人處世的道理，所以幾乎年年當選優良教師。我開始就業時，臺灣的教師待遇很低，講師月薪不過一千零，經濟起飛後每年數倍添加，等我退休時已好幾萬了。以在職薪金八成半來計算我的退休俸，每月仍有七萬多，可以展開我的愛鄉行動了。若非立業有成，何來愛鄉基金？

我與黃岡夫婦劉俊三結褵於民國四十八年，彼此志同道合，後來又夫妻唱隨，同入復興崗任教，家庭生活至為融洽。我迎養父母後，為感激夫婿長期理解包容之恩，更善盡主婦職責。不料民國七十九年我們首次返黃岡探親歸來，一次身體例檢竟發現夫婿已患肝癌，從此我們夫婦祇好接受

事實，攜手協力抗癌。由於俊三的性格開朗，我的護理細心得宜，一般祇有數月半載的存活期竟延長到六年。期間我們按計劃出國遊覽，積極返大陸資助親人，最後俊三可以了無遺憾的仙逝，我這十足奉獻過的賢妻角色也才能安心下台。

我育二子，雖教職繁忙，仍儘量不假手他人，尤其到了晚上，他們都是在我懷中安眠長大的。我深信兒時的充分母愛能使他們一生平安。正因為我將家庭經營得夠溫暖，如今已入中年的二子都僅在臺灣求學謀職、娶妻生子，守著老家平安度日，我也再無任何後顧之憂了。

在愛鄉這一項，我自問已奉獻得夠多，先是資助湖北及廣東（我的娘家）兩省的親人，給他們蓋房、開店、安排孩子們讀書。一切停當後我開始為廣大的鄉親奉獻，當了兩任臺北市高雷（廣東茂名市和湛江市）同鄉會的理事長，每年出錢出力，帶領旅臺鄉親回家鄉獎教獎學做好事。送回去的祇是零星火種，但不久即燃起紅火，我們偏遠的粵西故鄉進步了，我們的奉獻有了立竿見影的成效。

同鄉會理事長卸任後，我全力投入世界梁氏宗親總會的工作。當年大陸鐵幕深垂，很多世界性的宗親會在自由寶島臺灣組成，及至大陸改革開放，默許氏族文化復甦，我們梁氏是最早回去活動的一群。宗親無地域的侷限，我揮灑的舞台更寬，廿幾年培植下來，已是碩果纍纍了。

我祇是一個挺平凡的人，以之為例，一生奉獻之有成竟也可列出這麼多，我想一般人老來總有些引以為傲，值得回味的往事，不時緬懷追憶，何等快樂！

### 享受到處豐收之樂

當年悉心奉獻本不企求回報，但辛勤耕耘者必有收穫，大陸上那些曾受恩於我的親戚、晚輩，現在都一一成才了，無論我到那裡探親，都被奉若上賓，而且施者與受者易位，我反而可以接受他們的厚贈了。眼看他們過上富足美滿的生活，我的老懷真是樂開了花！

在推動家鄉公益方面，最近我也有了意外的驚喜，村中幾位到廣州經商賺了錢的青年老板，受到我長期愛



梁中英教授代表《世界梁氏宗親總會》在粵港澳 梁氏文化協會成立大會中發言（梁瑞林攝影）

鄉精神的感染和激勵，自動自發的組成我村公益事業促進會，要跟隨我的腳步，把一些敬老、愛幼、扶貧、助學等等好事永續做下去。愛鄉而能牽動晚輩們的景從，樂何如之！

至於大陸各省的梁氏宗親會，近年組成的規模是越來越大，動輒一兩千人，其中最有實力的當推近日成立的粵港澳梁氏文化協會。我們廣東人過去以省港澳三字招牌最為拉風，不

管是吃的、用的，註明這三字就是最好的。省是指廣州市，換成粵字，則涵蓋廣東全省，範圍更廣。發起組成粵港澳梁氏會的兄弟全是珠三角、珠海、深圳的房地產大亨，首次籌募基金便得過千萬人民幣，號稱珠海填海大王的兄弟又捐出價值千萬的大幅地，已計劃在其上建一棟中華梁氏大廈，竣工後將把五十年前創設於臺灣的世界梁氏宗親總會遷往珠海。我送給該會成立特刊的賀詞是「菁英薈萃宏圖現，引領梁氏責可肩」。我作為一名梁氏文化的鼓吹者，得獲如此盛況的豐收，當然天天都快樂無比。

### 喜見民族復興之樂

我國的近代史其實正是一部承受帝國主義者侵凌的可恥紀錄，讀來大傷民族的自尊，而且悲憤莫名，所以我特別崇拜國父孫中山先生所領導的國民革命。雖然他逝世得早，却留下很多寶貴的遺訓。當年的國民政府平定軍閥割據後又遇上日寇大舉入侵，急於救亡，根本無從遂行國父建設國家、振興民族的計劃。不想數十年後，大陸政府宣布改革開放，將他

們原先信奉的主義詮釋為近似三民主義的中國特色社會主義，而且按照國父在建國方略、建國大綱所指導的方向，認真的去富國、強國，使中華民族得以揚眉吐氣的復興，一洗過去的羞辱卑屈，我躬逢其盛，焉能不樂？

記得廿七年前我初返大陸，曾以一高一低的雙掌比喻當時的臺灣和大陸，我說：「想統一嗎？你們趕緊往上提升，到一樣水平的時候才談吧！」誰知言猶在耳，他們竟竄升得那麼快。反觀臺灣，這些年不但原地踏步，還有逐漸向下沉淪的態勢。如今臺獨分子還堅拒九二共識，奢談甚麼仇中、去中，實在太不合時宜了。我講求大是大非，難以忍受蠻不講理的謬論，也頂不住臺灣政局的低氣壓，惟有自求多福，回家鄉多享受一些榮景之樂了。

爲了添樂，我曾悟出三句話；懷念是回憶過去的快樂，知足是享受現在的快樂，希望是想像未來的快樂。無論過去、現在、未來，都有可樂之處，而且快樂不是靠別人給的，完全可以自行操控。各位黃岡老鄉親；我們一起來添樂且卻愁吧！