



# 为帮老妈断舍离,俩闺女合伙“设局”

窗外风

独居老妈囤积成灾,家里已经难下脚,俩闺女不动便使出“调虎离山”计,趁老妈探亲偷偷大扫除……



老妈爱“囤积”,家里下不去脚

丽姐的老妈王阿姨,在老伴儿去世后独居了好几年。王阿姨打年轻时就爱存破烂儿,嘛都舍不得扔。以前老伴儿活着的时候,她还收敛着点;自从老伴儿去世,王阿姨的东西越攒越多,就连一个掉瓷的杯子,也要先找个犄角旮旯放着,觉得说不定哪天有用呢。天长日久,家里满满当当到处都是东西。

丽姐每次去老妈家,都觉得堵得慌。她联合在外地定居的大姐,一起给老妈做思想工作。丽姐说:“妈,您这房子一平方米好几万块钱,全用来放破烂儿,太可惜了!”大姐从外地给王阿姨打视频:“老妈呀,家里看着都像垃圾站了,咱能不能清理一下,把不用的东西扔扔啊?”王阿姨一听这话不乐意了:“哪像垃圾站了?你懂什么,扔东西容易,等到要用的时候就抓瞎了!”大姐说:“您说,家里这东一摞西一摞的,都快没地方下脚了,您大外孙要是上您那去,连步子都迈不开……”王阿姨知道大闺女说的是事实,大外孙长得又高又胖,他要是来了,在这屋里走路都转不开身



杨丽莉 绘

子。可王阿姨是真舍不得自己多年攒下的这些“宝贝”啊!

调老妈离家,闺女“下手”了

前些日子,大闺女说要接王阿姨上她那住几天。王阿姨想外孙了,立刻就答应了。其实这是丽姐和大姐想出来的计策,就是为了帮老妈断舍离。要是老妈在家,那铁定是不行,扔什么都跟割她的肉一样,但如果老妈不在家,那就一样了,她想拦也拦不住。

王阿姨到了大闺女家,一把把大外孙搂在怀里,心里别提多高兴了。大闺女带着她吃美食逛美景,哄得王阿姨心里喜滋滋的。趁着王阿姨高兴,大闺女道出了实情:“老妈,我跟妹妹商量了,您在我家多住几天,妹妹给您收拾一下房子,把那些没用的东西都扔掉,让家里清爽清爽。”王阿姨一听,顿时慌了神,立马就要回家,可是大闺女愣是没给她买票。后来,在大闺女的百般劝说下,在大外孙的亲情攻势下,王阿姨终于决定先不走了,她似乎想通了一点:也是,这些东西生不带来死不带去,将来自己撒手闭眼,她们还不是一样扔?

里,转念一想,还是打开看看吧,俗话说的好,皮裤套棉裤,必定有缘故。打开一层一层的塑料袋,打开里面的卫生纸,还真发现宝贝了——卫生纸里包着的竟然是王阿姨找了很久都没找到的金货,金项链、金耳环、金戒指!丽姐赶紧打视频给老妈,王阿姨高兴得直拍手!这金项链是老伴儿好多年前给她买的,金耳环和金戒指是几年前两个闺女送的,王阿姨戴了几天就摘下来了,由于家里东西太多,她随手一搵忘了放在哪了,然后就再也找不到了……

俩闺女开玩笑说,老妈这存储方法,就算贼来了也找不到。王阿姨原本还因为二闺女给她扔东西心里有点不得劲儿,一看见找到了金首饰,立刻心情舒畅了。跟那些破烂儿比起来,金首饰可值钱多了,这可是找到宝贝了呀!

丽姐说,她收拾了这几天,都有点不好意思去扔垃圾了。因为老妈的破烂儿实在太多了,她才出去两三趟,垃圾桶就满了。“老妈,我这两天都不敢跟楼里的保洁员对眼神,生怕人家说咱们增加了她的工作量……”听着二闺女的编派,王阿姨捂着嘴笑弯了腰,一旁的大闺女和大外孙也乐得前仰后合。

丽姐说,给老妈断舍离,累并快乐着,看着利利索索的家,那种成就感,真的是太爽了!

等到王阿姨回来,看着熟悉而又陌生的家,心里竟然也敞亮了不少。二闺女给她扔掉的那些东西,有的甚至几十年都没动过,从搬过来就那么存放着,还有那些瓶瓶罐罐,陈年衣服,外孙小时候的玩具等,这些东西存着确实一点用都没有。王阿姨有点后悔没早点让闺女给收拾收拾,但是丽姐说:“现在收拾也不晚,我们要过好眼前的好日子,是吧?”丽姐说着亲热地搂住了老妈。

点评

看似是一场温柔“骗局”  
实则是一份智慧的孝心

国家二级心理咨询师 俞雪芽

两个女儿为母亲策划的这场“断舍离”,看似是一场温柔的“骗局”,实则是一份充满智慧的孝心。其可贵之处,不是“先斩后奏”的非常规方式,而是后续与母亲的沟通:通过“直播”清理过程安抚母亲焦虑的情绪,让她感到自己依然拥有对家的“掌控感”。

对于许多和文中的王阿姨一样的老年人,我也想说几句:您的“囤积”习惯,是在物资匮乏时期留下的深刻烙印。那种“万一将来有用”的想法,是一种根深蒂固的心理匮乏。我们今天的物质生活已极大丰富,对物品处置方面,人们更加注重着眼现在,追求当下的生活质量。那些常年不动的东西,占据的不仅仅是物理空间,更是您的心理空间。它们积存灰尘,污染空气,更让心情因环境的凌乱而莫名烦躁。

舍不得扔掉它们,看似是“惜物”,实际上是以损害当下的身心健康为代价。有句话说得好:废品是放错位置的资源。真正的“惜物”,不是让有用的资源在角落里停滞、蒙尘,最终沦为垃圾。而是让它们进入回收循环系统,被需要的人再利用,这才是对物品价值最大限度的发挥。

对于爱囤积的老年人来说,学会“断舍离”是一次生活的升级,意味着您终于战胜了内心的匮乏,选择拥抱一个更宽敞、更明亮、更健康的生活空间。

“断舍离”让家更整洁,还有意外惊喜

给老妈断舍离可不是个小工程,为此丽姐专门请了几天年假。她连打扫卫生带整理东西,捎带往外扔,基本上一天只能清理一个房间。从视频里看到整理得清清爽爽的房间,王阿姨也觉得以前屋里确实太满当了。

那天丽姐整理老妈的卧室,在床底下掏出一个塑料袋,里面用卫生纸包着什么东西,丽姐刚要随手扔进垃圾桶

## 老伴儿,我错了

婚恋拼图

时间过得太快了,转眼间,我和老伴儿已携手走过了30多个春秋。

30多年来,我和老伴儿争过,吵过,冷战过,有一次还黑着脸去了民政局,若不是遇上在那工作的亲戚,把我们狠狠批了一顿,或许我们早已各奔东西了。

不知从什么时候起,我和老伴儿彼此越来越依赖对方。我最依赖她的是穿的和用的。每次换衣服,她若不在家,我就找不到,必须要打电话一问再问才行。平时用个工具什么的,肯定要问她,否则我都不知道放在哪里。而她依赖我的,是家里大小事儿都得我拿主意,就连每天买什么菜,也要打电话问一问。我不止一次说:“这点儿小事儿

也要问,你看着买呗!”而她的回答永远是:“不是怕不合你的口味嘛!”

有时,我会情不自禁地跟她她说:“老婆子,你可能走在我前边,否则我都不知道怎么生活了。”她却阴阳怪气地怼我:“这不正合你意,再找一个比我强的!”

三年前,老伴儿患上了手疾,严重时,好几个手指关节都红肿变形,疼得彻夜睡不着。为治病,晕车的老伴儿每个月都要坐三个小时的公交车,到市医院去诊治,每一次少则数百元,多则上千元,花钱跟流水似的。

病要治,钱也要挣,否则,哪来的钱治病。当我决定外出打工时,老伴儿非要陪着我,还说是“夫唱妇随”。拗不过她,我们只好到市医院拿了两个月的药背上,从老家辗转上千公里,到外地打工。

在家千日好,出门一时难。因为手疾,老伴儿的手不能沾凉水。在家里有自动洗衣机,有热水器,除了做饭,别的家务活我都没干过。到了打工的镇子后,我揽下了洗衣服、刷碗筷等家务。每次看我忙里忙外,老伴儿不是说“辛苦你了”,就是说“看你洗衣服,我心里可不得劲儿,老头

儿,对不起”。

那天晚上我洗衣服时,她站在卫生间门口又说起了客气话,我突然很不耐烦,下午与一名同事的对话也瞬间在脑中闪现。那是快下班时,我正在打扫卫生,老伴儿拿着水杯过来让我喝水。我一边说着“谢谢”,一边接过茶杯。把茶杯还给老伴儿时,我看见她的肩上有一团布毛毛,就抬手拍了下去,老伴儿也随口说了声“谢谢”。老伴儿走后,旁边的同事一脸诧异:“你们两口子平常都这么客气?我和我老婆从没这样过。你们可真是相敬如宾呀!”那腔调,不

是赞美,而是揶揄。

想起同事说话的腔调,我心里升起一股无名火,没好气地对老伴儿说:“老婆子,咱俩是夫妻,不需要相敬如宾。你关心我,我关心你是天经地义的事,说那些客气话有什么意思……”

话没说完,老伴儿却泪流满面。难道我说错了?

我确实说错了。“相敬如宾”本来就是形容夫妻和睦的成语,看似简单的“谢谢”“对不起”,不仅仅是礼貌,更体现了夫妻间的尊重。这种平凡生活中的相互体恤,是家庭幸福、婚姻美满的基石。而我,就因为同事的揶揄,竟然对老伴儿满怀体贴与心意的举动产生反感,难怪她会如此伤心。

徐善景

