

买鞋、看病、做饭、运动、赶集……在网上分享自己的日常生活 82岁老人给7万网友当奶奶

今年82岁的盛悦之是河南许昌市襄城县人，退休前是名教龄30多年的小学语文老师。3年前大病初愈的她接受女儿的提议，在网上分享自己的生活。买鞋、看病、做饭、运动、赶集……这些再平常不过的生活琐碎，成了超7万网友追更的连续剧。



悦之和老伴在老家时的合影。



悦之奶奶在学习使用手机。



悦之奶奶在打乒乓球。

1 自己买了个新手机

2024年秋，悦之奶奶给自己买了个新手机。孩子们不在身边，置办“大件”前，悦之难免犹豫良久。想到闺女常说“给自己买东西也是老年生活的一部分”，她下决心上街，花1200元钱买了台智能手机。

新屏幕亮起的那一刻，悦之既兴奋又激动，小心地把世界握在掌心。之前的老人机被她称为“烂手机”，退居二线。她评价“那位老员工”时称：“不好使、速度慢，才六七百块钱。”

悦之很久之前就想要个智能手

机。买第一个手机时，手机店的店员劝她：“姨，你都老了，就买个老年机吧！用智能手机人家会把你的钱都骗走，你也不会用。”

老人机在性能上捉襟见肘，胜在安全。安全的代价，是有限的宇宙边界。

儿子英年早逝，悦之不想给两个女儿添麻烦，于是暂且打消买智能手机的念头，接受自己拥有一个蹩脚老年机，并在互联网上小试牛刀。

盛悦之给自己起的新网名，就叫悦之。她从自己出生那天讲起，讲到今时

今日。3年来已累计发帖480多篇。

悦之的时间很多，也很少，她想快起来，别浪费。智能手机之于悦之，如虎添翼。

在新手机上，她改用手写输入法，写完就发，比以前快多了。但也有弄巧成拙的时候。有次网友问她吃饭了没，她回：“我正在吃孩子。”少一个标点闹出的笑话，让她对智能手机爱不释手的同时保持警惕。“老了老了，顾前不顾后。”悦之自嘲道。有空就看，没空就放下，以免大脑被手机殖民，成了“网瘾老年”。

2 自家成了“民间办事处”

学会了调节空调、骑电动车，还手把手教同龄人玩转智能手机。退休不退脑，这位银发讲师“老树枝头仍结桃李”。

悦之曾说，养老要靠“四宝”：老伴、老宅、老本、老友。老伴去世后，老友成了她生活中重要的一部分。她乐于每天为别人做点实事，这样心里踏实。

悦之没忘记，她还有7万多个互联网新朋友要关照。

许是老年博主在互联网上还算“稀客”，网友们对这位活力满满的“云奶奶”格外热情，叮嘱的话有一箩筐：“奶奶，别吃太多雪糕”“奶奶，别乱点手机上的链接”“奶奶，早餐记得营养均衡”……他们允许自己沉浸在悦之的具体里，因为这些具体曾一字一句驱散着他们身上名为焦虑的迷雾。

好在她早已养成写日记、记账本的习惯，写起电子日记来驾轻就熟。

老伴在时，会帮她整理好一摞摞的日记本，并郑重地用漂亮书法配上封

3 微信名选了“常青树”

刚有手机的时候，悦之急需一个微信名，老伴提议叫“老槐树”，与她老家的地名呼应。悦之不悦，说老槐树易生虫、落叶多，不中听，最终将微信名定作“常青树”。后来老伴生病，“常青树”也险些倒下。

即便请了护工，老伴仍事事依赖悦之：买药吃药、倒水做饭，悦之手上的活儿一样没少，最终身体累出了问题，再难坚持。大女儿紧急把她接走照顾，又将父亲送去养老院，才平息这场“兵荒马乱”。

搁以往，哪个孩子晚归了、谁家的事儿没有着落，悦之都会急得团团转。直到眼泪在儿子和老伴离世时流干、直到自己年过八十，悦之才敢把更多精力放在自己身上，她说：“俺娘都活了94岁，我爱运动，目标是活到100岁！”

悦之年轻时就爱打乒乓球。刚搬到城里时，还因打不成乒乓球伤心了一场。她常看体育频道的各类比赛，喜欢老当益壮的乒乓老将倪夏莲。如果外面天气不好，她就在家用“乒乓球训练器”自娱自乐——对着空气发球，照样能击退恼人的黄昏！

年龄不是悦之的烦恼，年龄是悦之的强项。

悦之在80岁才吃上人生的第一口生日蛋糕。那唯一的一次，算作是对新生命起点的庆贺：是80岁，也是新的18岁。正如她个性签名说的那样：80岁，人生刚刚开始！

她不愿温和地走入那个良夜，她正用极强的生命力呵斥时间的流逝。

不服老、不怕老——正在这位耄耋老人身上渐成新气候。

据《大河报》