



冥冥有理

赵宾,女,1970年生,网名“凿冰煮雪”。通川区中医院内科医生,曾经的文青一枚。从医20余年,感悟颇多,常思述之与人,言之不尽泄于笔端。把自己所想所思所悟用文字表达出来,和朋友们分享快乐,分担忧伤。

受欢迎的老人
如何修炼成

办公室外一片喧哗:有惊呼、有劝阻、有呵斥,以及老人带着哭腔含糊不清地呻吟。赶到门口,见是一位老年女性患者,直直躺在地上哭哭啼啼、骂骂咧咧,赶紧扶起来仔细检查并无受伤。有旁观者生动描述,说老人碰瓷,她顺着儿子的手,缓缓倒在地面,有很强的自我保护意识。

老人沧桑、憔悴、悲伤的面容,以及急促费力地呼吸,断断续续地哭诉。围观人群的议论,给50多岁的儿子极大压力。他一手提着饭盒,一手连比带画,声嘶力竭向人群解释事情原委:老人常年多病,幸好儿女较多,轮值看护。子女都是中年人,有自己的家庭和工作,轮值那天难免离开,老人便要自己下楼,被儿子发现阻止,便发作起来。

老人的话是套路:死又不死遭人嫌,你们不管,弄死我算了。这种卖惨的语言最容易激起围观群众的同情,道德的舆论是一根绳索,儿子便用各种解释和母亲争论。劝解开双方,老人的情绪很快平息,儿子的委屈越演越浓。如同,一方付出后索取回报,占着主动理直气壮;一方欠债还钱,本金利息计算不清,债权人甚不满意,辩解起来缺少底气。

医院这个地方,除了产科的疼痛令人欣喜,其它科室病痛带来的都是沮丧,甚至绝望。饶是部分疾病可以痊愈,部分患

者乐观豁达,但是疾病治疗过程中,患者和家人的关系,并非都是温情脉脉。受诸多因素影响,或殷勤体贴、鼓励支持,或漠不关心、嫌弃厌倦,形形色色演戏一般,评分很高的喜剧和悲剧都少,大部分是本色出演的平凡世界。

这里的患者和家人,指父母和子女,以及配偶之间,这是最直接最密切的关系。兄弟姊妹侄男侄女,多是道义上的援助,鲜有深刻地支持,其关系受患者疾病影响较小。夫妻因为疾病导致不和,可以用离婚终止关系,然而父母子女血脉相连,有法律道德约束,虽有诸多不满、万般矛盾,关系总是永久存在。

《红楼梦》有言:痴心父母古来多,孝顺儿孙谁见了。一般儿女患病,父母的付出毫无保留,感动天感动地,患者和家人,相亲相爱、携手共进,对于疾病恢复起着积极作用。然而父母患病,特别是一些高龄老人、重病慢病,这种关系就受到身体状况、家庭条件、性格脾气、认知能力等诸多因素影响。

年轻时,看老年患者和中年子女闹矛盾,感情的天平倾斜患者。当医生30年后,青年到了中年,看周遭,就像看一部长限跨度很长的连续剧,才明白中年的艰难,老年的无奈,是是非非难分对错。

现代科学的进步,使人的平均寿命大

幅度提高,高龄老人剧增,他们是第一代受益者,在衰老的过程中,缺少学习效仿的榜样;而且,普遍受教育程度偏低,更没接受过死亡教育,当疾病来袭时,焦虑紧张恐惧,连同老年各种能力减退、思维固化,他们因而变得性格怪异、行为离奇。

然而中年人,由于社会角色和身体机能的影响,心身开始走下坡路。他们在社会上面临年轻人的挑战,在身体上感受到能量消减,在家庭有子女孙辈需要帮衬,本就有首尾难顾的窘迫。此时,老人的疾病,如同雪上加霜的压迫,如果老人不通情理,双方的矛盾不可避免。

病房一位高龄患者,孙女几天后出嫁,陪护的女儿看她病情比较平稳,就抽空回去帮忙,前脚离开老人就四肢抖动,嘴里不停嘟囔:我晓得,他们就是怕我死在结婚前头,我偏要……情绪很是激动,电话通知女儿赶回来,老人发作就停止了。

实话,每每看这些性格脾气古怪刁钻的老人,对周围全是怨气,饶是赵医生久经磨练,有时耐烦心也被他们的负面情绪消耗殆尽,三十六计走为上。便想,医院里相处时间毕竟短,可以避而远之,作为他们的家人日日相见,无处可避,长此以往,感情真的会被慢慢磨灭。

据我观察,这类患者的子女,大多情绪控制不良,极易烦躁抱怨。他们和坏脾气的父母相处,很少因老人疾病痛苦而克制妥协,总是针尖麦芒相对,用同样的坏脾气回怼。有时,看他们和父母争吵,闹得不可开交,便想他们在衰老途中,回忆起给父母带来的伤害,是检点修正,成为温和睿智的老人;还是变本加厉,成为更加不可理喻的老人?

所以,如何修炼成一个受欢迎的老人,中年是最后的机会。首先,保持身体健康,疾病最是消耗子女的时间和经济,超过他们承受能力,不会有好脸色;其次,保持好心态,控制好情绪,人生轨迹是抛物线,中年开始从巅峰下滑,接受这种无可奈何;最后,孝顺父母,给子女做足榜样,从来没有无缘无故的爱和恨,我们的选择影响孩子未来的行为。

人到中年,有些道理,还想不明白,有些行为,还不及修正,就真的来不及成为被人喜欢的老者。

在慢慢老去的日子

□钢戈

不懂音乐,却对歌词超乎想象的敏感。曾经以为“慢慢地陪着你一起变老”是相爱相守的承诺,在渐渐老去的日子真切感悟那就是生命悄然流逝的过程。顾影自怜,皱纹自如爬上眼角,微霜妄意点染鬓角。扪心自问,心地善良未结仇怨,壮心不已略有憾事。

民间的说法总是蕴含着哲理,狗在年老病重时刻,必会默默离开爱如家人视若恩人的主家,自寻僻静之处等待死亡的降临,不忍不甘让与它朝夕相处情深意切的主人为它的凄凉落寞晚景难过落泪。狗通人性,人知狗命。人们大多在退隐江湖索居寡欢之时自会疏离如日中天身居要职的官场同僚,远离呼风唤雨运筹帷幄的商界精英,偏离得心应手习以为常的生活轨迹,在渐行渐远的岁月寻求心灵的平静,在慢慢老去的日子适应崭新的生活。

在慢慢老去的日子,可以静悟生命

的过程,享受缓慢的快乐。可以去挤人流涌动的公交车,感受慢慢掠过的街景,观察上上下下行色匆匆的乘客,你则不疾不徐不快不慢随车而行,细心观察满眼皆是未曾注意过的风景。或许你会为未带零钱焦虑不安素昧平生的人援手相助,或许有学生模样的清新少年主动为你让座。在清闲的时段乘坐电梯,静立慢慢等待电梯门自由闭合,或许是在即将关闭瞬间,突然飘进一位洋溢着青春活力的美丽姑娘,那时狭窄的轿厢犹如悠长的小巷,仿佛有诗人戴望舒的心绪滋生无边美丽,有江南小巷雨丝飘落浸润心田。

年龄越大,胆子越小,泪点越低。生怕惊扰了清幽,吹老了岁月拖累了亲人,被嫌弃被遗忘。微信运动朋友圈放弃了主动点赞问候,仅仅被动回应关注维系若即若离的微信友缘。诚然朋友不在多少,友情需要大浪淘沙般地排

异,小溪潺潺似地过滤,不求酒局的功利性聚会的仪式感,只是忽然想念的时候,便会如约而至,邀约几位志趣相投的好友小酌,在酒酣微醺迷离状态进行思想交流语言交锋,金句频出文思泉涌,享受身心欢愉愉悦。时而受邀与年轻的朋友坐而论道,谈过往经历论未来规划,浅尝辄止点拨促膝谈心交流,感染青春活力,消磨垂暮时光。既有“沉舟侧畔千帆过,病树前头万木春”的酸楚,更有“落红本是无情物,化作春泥更护花”的期盼。

不少朋友献招出策劝慰应主动解脱精神羁绊寻求心灵寄托,消磨休闲时光。牌局,不喜争斗。垂钓,难耐孤寂。书画,志趣不在。歌舞,太过喧嚣。摄影,行路坎坷。寻寻觅觅之中找回了宣泄情感,憧憬未来的方式——写作散文随笔之类。男怕入错行,女怕嫁错郎。曾经胸怀苍生行走江湖惩恶扬善的记者梦,曾经憧憬激扬文字著书立说的作家梦,在经年累月的机关公文并不丰富的文字、约定俗成的格式中渐渐湮没。落花有意,流水无情,在慢慢老去的日子,心绪却不知不觉产生巨大变化,原本感觉枯燥无味陈词滥调的文字变得异常亲切和丰富多彩,

纵横驰骋自由自在放松心情放纵想象,积累沉淀生活阅历,观察解读人性世界,多有文字见诸报端,多有引发同龄人群或类似经历朋友共鸣,在感叹与释怀中证证生命的美好、生存的艰辛和生活的希望。

在慢慢老去的日子,可以塑造更好的自己。来一次自由自在的旅行,以流浪的情怀观察人间;干一件梦寐以求的事情,以童真的情趣了却心愿;读一本陌生领域的书籍,以崭新的视角感受世界;栽一院次第绽放的鲜花,以阳光的心态拥抱芬芳;交一位健康养生的朋友,与生命的感悟珍惜人生;释一桩纠结多年的情愫,以达观的心情包容你我;开一间温暖浪漫酒馆,以交流的平台留住美好。

生命是既定的轮回,相守是约定的等候。曾经青春年少初入机关,而今迟暮沧桑退隐职场。曾经携手相约大巴山,而今妻子提前退休移居另一座城市,提前经营两人未来的养老生活,平添了更多的两地相思离愁别绪。在遛狗养花的恬淡与闲适中,误打误撞义无反顾选择从事公益慈善事业如鱼得水活力迸射,似乎开启了人生新的旅程……