

用尽温柔与父母相处

——读《请你迷失在我身旁》

□邓勤

九月初,回乡下老家看父母。父亲坐在凉椅上休息。我轻轻地和他打招呼,没想到父亲居然说,“谁呀?”我的心里一沉,难道81岁的父亲已经认不出我了么?几年前,一场惨烈的车祸让父亲受到猛烈的撞击,车祸后遗症使他行走困难,加上高血糖和高血压等慢性病的困扰,父亲的健康状况一直让人担心。看着昔日家庭顶梁柱的父亲成为如今的模样,我的心里真是五味杂陈。人这一辈子转瞬即逝,陪伴我们长大的父母终会老去,我们能为他们做些什么呢?我们该如何做好心理准备,陪伴、接纳逐渐老去的父母呢?日本畅销书作家、心理学家岸见一郎在陪伴父亲对抗阿尔兹海默症的岁月里,运用阿德勒心理学,逐渐重新认识了自己的父亲,找到了与父亲和谐的相处模式。

岸见一郎认为,当父母老了,即使会把我们遗忘,也要用尽所有温柔去陪伴。在这个世界上,我们和父母因性格、代沟、经历等种种问题,将彼此之间的隔阂越积越深。同时,近年来随着老龄化与独生子女时代的重叠,看护患病老人,成为很多中年人沉重的心理压力。我们当然不希望改善与父母关系的契机是疾病。然而却不得不承认,忙碌的我们往往在父母患病的时候,才有时间去重新了解、陪伴他们,去珍惜和他们相处的时光。岸见一郎最新出版的《请你迷失在我身旁》包括“年老父母教给我的人生意义”等六章,作者根据照顾父亲的经验,对照患病老人的过程中如何调整心态给出了实际的方法。

岸见一郎的父亲今年82岁,患有阿尔兹海默症的他逐渐忘记了曾经对他重要的一切,迷失在了时间的长河里。父亲健康时,岸见一郎忙于工作、家庭,很少联系独居的父亲。可随着父亲的确诊,一切都变得不同了。父亲最初居家疗养治疗,现在转到照顾老人保健机构。在照顾父亲的过程中,岸见一郎逐渐体会到其中的种种不易,但既然不能回避,他便决定勇敢、快乐地面对。他通过爱、巧思与智慧,让照顾父亲这件事本来充满压力的事变得快乐和自在。

在《人一老就容易怀疑自己的价值》中,作者谈到“要理解父母,先要理解衰老。等到父母需要照护时,子女就能意识到衰老意味着什么,就能比较容易地接受父母的衰老。”作者认为,一个人不管从事什么行业,当他因为年老退休以后,都会怀疑自己的价值,甚至感到失落或危机到来。为了证明个人价值,他们往往会做出一些反常举动,譬如发牢骚、宠溺孙辈,甚至通过制造麻烦引起子女的关注,以获得家庭地位。如果父母肯定自己的价值,就不会迂回曲折地制造麻烦,想引起关注。当我们明白老人的这种心理共性时,就会知道自己应该怎么与父母相处,从而避免不必要的矛盾。

作者通过亲身经历,对需要照顾家中患病长者的家庭提供了心理疏导和建设,鼓励人们重新构建良性的家庭关系,坦然面对父母年老、生病,甚至会离我们而去的现实,拥有彼此尊敬、信赖的家庭。“我不在乎你记忆里出现的橡皮擦,我只在乎从现在开始的一个当下。”愿所有家庭子欲养而亲犹在,愿天下父母老去时不孤单。

茶话品书

夜读汪曾祺

□晴川

每次周末回老家,我都会随身带几本书,以备得空时看。这个周末自然也不例外。这一次,我带的是汪曾祺的《人间三部曲》。带这三本书,一是今年适逢汪老诞辰100周年,书刚买不久,喜书香和捻书时涩涩的手感;二是前段时间单位举办读书比赛,我的这一候选书目被女同事抢先,我只得被迫放弃。我带它们回家,是想看看自己还能否读出点特别的味儿来。当然最关键的是汪老实乃我最喜欢的京派作家,没有之一。

其实对汪老,我很早就关注。特喜其文风,信手而至,如行云流水,散淡自由,娓娓道来,尤其适宜夜籁人静之时闲读,累了便合眼,往往会有一个恬静的好梦。难怪作家毕飞宇评之为“人性的、文化的、诗意的”。他确实懂他。汪老师承沈从文,然其后来者,却再无人能够做到神形毕肖,实乃一大憾事。

我记得二十几年前刚到某中学任教时,在靠墙的挡板后面读《大淖记事》第一段,便被其独特的写法吸引。后来又读《受戒》,取材独到,是讲述少年初恋情事。汪老用语散淡,不动声色,就把那种人性美好描摹到极致。合上书本回味,不料给我印象深刻的却是小说最后落款处两行闲字“写四十三年前的一个梦”。就是这小小的十个字,让我清晰地感受到了那里流动的宁静与伤感。

单就文字,汪老可谓一位淡泊超然,极富人生智慧的作家,是那种布衣里有绅士气,身处喧闹场景而怀隐士之风的人。其实,他的字亦如其文,无匠气,自然天成,飘逸潇洒而不张扬,洋溢着仙风道骨的清奇。有人说他是“抒情的人道主义者,中国最后一个纯粹的文人,中国最后一个士大夫”,这种判断不仅仅来源于其文读感,其实也应包括其字画,是认真研读后得出的精准结论。

《人间三部曲》中收录了不少汪老画作小品,每幅画与字都那么和谐统一,意趣盎然。我把三本书的开篇所有画作反复看了四遍,将其中竖行小字细细分辨,感觉每张字画里都似有风呼呼而出。这让我想起他的小说里所说:画青藤之妙处,是因为紫藤里有风……确实,他的行文,字字如叶在飘,有舒心润肺之感。现在一想,汪老这哪里是在说字,分明是说一种人生处世态度。他自己的态度,哪怕冬天里吹来的风也像是春风,是送给人间的一壶烟火可亲的小温呢。

新书速递

《凛冬将至》

作者:毛尖

出版社:生活·读书·新知三联书店

内容简介:本书收录了毛尖近二十年来评述中国电视剧以及国外电视剧的88篇文章,表达了期待能有更多好作品、好导演、好剧集来记载和传达

中国人的生活与情感。书名“凛冬将至”出自作者所钟爱的热门美剧《权力的游戏》,对《庆余年》《长安十二时辰》《琅琊榜》《甄嬛传》《都挺好》《24小时》《唐顿庄园》《神探夏洛克》《国土安全》《纸牌屋》等热点剧集的评价别具匠心,妙语连珠。这部带有历史轮廓的笔记,记述的正是二十年来中国普通人的烟火人生和精神脉动。毛尖的文字,嬉笑怒骂、挥洒自如,字里行间都折射出了普通中国人的生活记忆、情感记忆和历史记忆。



《我是谁》

作者:王小枪

出版社:北京时代华文书局

内容简介:这是一个发生在中国西部的故事,特殊的地貌,众多的民族,神秘的宗教,漫天的风沙,荒凉肃杀的边关,高山、盆地、平川、沙漠和戈壁兼而有之,是一块反谍故事的沃土。

嘉峪关外刮在脸上的凛冽寒风,热气腾腾的羊肉汤、红辣椒的拉条子、滋味醇厚的牛肉面、酥烂入味的手抓饭,忍饥挨渴的老骆驼,这些鲜活的细节,伴随着这个故事里的主人公,构成一幅跌宕起伏、惊心动魄的现代谍战秘密画卷。



《成人记》

作者:薛舒

出版社:上海文化出版社

内容简介:《成人记》是现实主义题材小说中情感一隅的系列风景,是一组以爱情或婚姻为主题展开的中篇小说集。六部小说中的不同主人公,有独自抚养失智孩子的单亲妈妈,有用手感知“美”的盲人按摩师,有“落伍”的橱窗设计师,有患了“恐猫症”的妻子和患了婚前恐惧症的未婚女子,他们有的试图在精神的最深处、最幽微处建立起一个情感理想国;有的想要突破情感困境,试图自我实现;有的给自己建立了一座精神乌托邦,以荒诞的真实去达成一个人的理想;也有的自己给自己造了一座牢房,即使手中有钥匙也不愿意走出去。



《奇怪的客人》

作者:[韩]白希那

译者:明书

出版社:接力出版社

内容简介:一个雨天的午后,家里来了一位奇怪的客人,他吃了面包会放屁,吃了冰激凌会下雪,大哭大闹引得雷雨交加……姐弟俩要怎么送走这个小家伙?

