世相百态

邻床老人

■任炽越 文

人进入老年后,总有一段时间会在病床上度过,或几天,或几月,甚至数年。在与躺在床上的他们接触中,个中的喜怒哀乐,让我颇有感慨。

前一阵,我因一生物指标异化,去医院住了几天。这天上午,我住进病房后,见邻床的一位老先生,正软软地躺在床上,边输着液,边听着手机里的音乐。对床的病友说,他刚做了手术没几天,头还晕着呢。

午饭时,老先生妻子特意去外面买了碗馄饨给他吃。老先生吃了半碗后,吃不下,又昏昏沉睡着了。其妻把头俯在椅背上打瞌睡,她对我说,已连续陪了好几夜了,实在吃不消。

晚间,老先生儿子来探望父亲,高高大大的,满脸精神。老先生看着儿子,眼光中顿时亮起了光采。不一会儿,护工来登记陪夜的躺椅,老妻对丈夫说,今天晚上回去休息,不陪了。

老先生把目光扫向儿子,儿子说已叫好护工,“夜里扶你上上厕所间”。老先生问,一夜天多少钞票?儿子答道不贵的,就100元。老先生说:“你们都回去好了,我一个人行的。”

儿子说:“你不要嫌贵,这100元不要你出的,我来出。”老先生说:“我夜里顶多上一次厕所间,其他又没事体的,100元一泡尿,你讲贵不贵啊?”

这时,那位女护工来到床前,对老先生说:“我晚上就把躺椅搭在这里,你有事尽管叫我。你老爱人已陪你好几夜了,也要让她歇一歇的呀!”

老先生没搭护工的腔,只是看着儿子说,“不用的,不用的。”我看出,他眼中饱含着让儿子陪夜的企盼,只是没说出来。一直到儿子离开病房,老先生目光中期待的亮光倏地黯然了。

夜里,老先生由女护工扶着,上了好几次卫生间。早晨时,我与他开玩笑,“你昨晚100元买了几泡啊?”老先生叹了口气道,现在小青年出手大啊!100元一个夜里就“出送”了。

记得前几年,我岳母在世时,因骨折住进了护理院,那天我去护理院看望她,坐在床边给她吃香蕉。忽然感到身后有人碰我的衣服,回头一看,是邻床的一位老太太。

只见她睡在床上,伸出两只戴着连指手套的手比划着,嘴里说着含混不清的话。我过去俯下身子仔细听,才知她也要吃香蕉。我问护工能给她吃伐?护工说给她少吃一些吧,我就让妻子拗了小半根喂给她吃。

老太一边吃着香蕉,一边双手给我们作着揖,脸上呈现出生动的光采来。 护工介绍,老太太原是学校的体育老师,中风后躺在床上已几年了,先前在一个养老院,因护理不到位,女儿就把她转到这儿来了。

开始女儿一个星期要来看母亲好几次,后因身体不好,就由女婿一个星期来一次。女婿每次来,站在床前问候岳母几句,然后问阿姨尿布、肥皂、毛巾等有什么缺的,去楼下超市一次买足,气喘吁吁搬上来。

以后,我每次去看望岳母,都会与邻床的体育老师互动一会,问她一些教育生涯的往事,听她用含糊不清的话讲述当年岁月。有时她还会哼一段那个年代流行的儿童歌曲旋律,让我倍感亲切。见我用手合着她的旋律打着拍子时,她似孩子一般,开心地笑了。

那天,她让我帮她脱去戴在手上的连指手套,我“请示”阿姨。阿姨说不能脱,戴了这个手套,她就不会乱扯尿布了,否则刚换上去的尿布,马上会被她扯烂。

我轻轻对她说,我们暂时不脱好伐?只听她清楚地说,难受!我赶紧转过脸去,怕看到她痛苦的表情。

另一位邻床老人,是在一家养老机构知晓的。有一天,我去某养老机构探访,在走廊上一位老人问院长,邻床的病情怎样了?院长回答已基本稳定,过几天就可出院了,老人双手合十道:“阿弥陀佛!”

回办公室,院长与我讲了那个邻床的故事。 那位老人家已年逾八旬,住在养老院身体一直不错,家属平时也很放心。那天半夜,老人家突发高热,院方联系家属后,家属表示烦养老院先把老人送到医院,自己随后就到。

养老院院长亲自开车,医务室医生随车护送,急忙将老人家送到医院。经医生医治,病情趋于稳定,院长与医生松了口气。这时天已大亮,俩人忙了一夜,这才发现,老人的家属迟迟没有到院。

院长又打了个电话过去,告知老人病情,请家属马上来院交接。不一会儿,老人的女儿急匆匆赶来,原来她家中还有一位失智卧床婆婆需护理,昨晚折腾了一夜,才姗姗来迟。院长说,现在独生子女要承担四位老人的养老重任,压力不小啊!

据资料,至去年底,全国60岁及以上老年人已达2.6亿多人,高龄老人超过3500万人,失能及部分失能老人约4000万人。眼下,国家养老服务体系在不断完善,普惠养老政策正惠及更多老年人,家庭养老的援助网络在社区逐步织密,机构护理的措施更加人性化,千千万万个“邻床”老人,他们的床上生活,一定会过得更安好。

我在心里,告慰千万个“邻床”老人,也告慰将来的自己。

文苑投稿电子信箱:
zfk@yptimes.cn,欢迎投稿

云翳舒展 ■唐嘉鸥

生活故事

一盆多肉

■张勤 文

家里养着一盆多肉,是花了不少钱买回来的,于是视作宝贝,放在阳光充足的南阳台,用了上好的培养土,早晚查看,时不时浇水、松土、拔草,忙得不亦乐乎。

可是每天看,却没有看到长大长好,反倒有些萎靡,叶片蜷缩发黄,有越长越矮的趋势。在这株小小多肉身上,一分耕耘一分收获的经验似乎失灵了,让人不知所措又颇感失望。

无奈,只得把它放在了后阳台,任其风吹雨淋,一时倒也眼不见心不烦,隐约也有些死马当做活马医的用意。因为放的位置偏僻,隔了好几天也没去看,甚至有些忘记了。

那天突然想起,朝后阳台一看,那盆多肉长高长壮了,叶子饱满肥嫩,水灵灵肉嘟嘟的。我又怜爱起来,想去给它浇浇水,又一想还是算了,瞎讨好未必被它买账。

几天以后,我看到多肉叶瓣间还抽出穗来,含苞待放,简直可以说是惊艳了。

寻思着,原来这株看似柔弱的多肉,却有着倔强坚忍的个性,不喜欢人为干扰,就爱在自然风雨中顽强扎根,野蛮生长。看来有些事,什么都操心未必就好,尝试着放手,或换一个环境,反倒会出彩。

意犹未尽

清水湾畔苦瓜香

■罗光辉 文

在清水湾小住,过足了苦瓜瘾。

苦瓜,藤蔓植物,清热解毒,明目养心。山庄里的苦瓜,又苦又精神。那段日子,我几乎天天都要吃苦瓜。今天清炒苦瓜,明天凉拌苦瓜,后天苦瓜炖排骨。

苦瓜的本质是苦。苦瓜的苦,神仙也挡不住。但苦瓜有君子之德,是“君子菜”。明末清初著名学者诗人屈大均在他的《广东新语》中道:“苦瓜,一名菩苾,一名君子菜。其味甚苦,然杂他物煮之,他物弗苦,自苦而不以苦人,有君子之德焉。又诸蔬性寒者多不克化,而苦瓜其性属火,以寒为体,以热为用,其皮其子皆益人,又有君子之功,故今北人亦嗜之。”

我亦发现,苦瓜不管与什么食物同炒、合烧、共炖、煲汤,均不会把苦传染给对方。而是让对方保持原有的本味,不侵扰,不干预,不霸道。不像有的食物,如辣椒能把其他食物变辣,泡菜能让整盘菜变酸,苋菜能把一碗菜染红,还有苦荞麦,一煮水就变色,泛着黄绿,放在哪儿,哪儿就会泛黄绿,就是钢筋锅沾染上也得洗半天。

苦瓜,不但好吃,而且可爱。清晨,走进菜园,刚长出来的苦瓜很乖,静静挂在藤上,淡淡的青绿色,看上去非常舒服,有“小清新”的感觉。我用鼻子贴近,闻了又闻。

苦瓜的样子也和别的瓜不一样,别的瓜要么圆,要么长,摸上去比较平,苦瓜不同,椭圆,整个身体表面是一颗颗凸起的小颗粒。

苦瓜的花也很有特色,黄黄的,看上去很温柔,散发着清新的香。叶子是绿色的,一种很朦胧的绿,就像是隔着纱窗看绿色草地。叶子的外形像一只手,一阵风吹过来,手热情地和我打招呼。我不禁拿出手机,拍苦瓜的容貌,拍苦瓜的花。正拍、斜拍,从下往上拍,从上往下拍,一张,一张,又一张。

很喜欢一个关于苦瓜的故事:有一群弟子要出去朝圣。师傅拿出一个苦瓜,对弟子们说:“随身带着这个苦瓜,记得把它浸泡在每一条你们经过的圣河,并且把它带进你们所朝拜的圣殿,放在圣桌上供奉,并朝拜它。”

弟子朝圣走过许多圣河圣殿,并依照师傅的教导去做,回去以后,他们把苦瓜交给师傅,师傅叫他们把苦瓜煮熟,做晚餐。

晚餐的时候,师傅问:“味道如何?”弟子们众口一声:“苦。”师傅语重心长地说道:“泡过这么多圣水,进过这么多圣殿,这苦瓜竟然没变,还是苦。”弟子们似有所悟。

此时,我的桌上也有这盘菜,洁净的瓷盘里,翠绿的苦瓜谦虚谨慎,低眉淡雅。

看着这盘内敛婉约的苦瓜,我突然想起了母亲。

人生智慧

一滚抵三鲜

■陈茂生 文

2021年度的诺贝尔生理学或医学奖授予了两位科学家,获奖理由是“表彰他们在发现温度和触碰‘感受器’方面所做出的贡献。找到了人们在理解这种相互作用时关键的缺失环节。他们的突破性发现引发了很多相关研究,使人们对神经系统感知热、冷和机械刺激的机制方面的理解得到了快速提升。”

民以食为天,“吃”很重要。这个“重要”在不少时候不是吃什么而是怎么吃。尤其是冷吃、热吃的选择上,后者总是远超前者。

今年入秋虽然缓慢,但一日三餐上的反应仍最敏感。夏天早上最忙,趁一点凉意,赶紧把一天的饭菜准备停当,然后躲进空调房该躺躺该坐坐。到午饭了饭菜入口不烫,晚上尚有余温暖胃。天气凉一点就要改变流程,顿顿“现场烹制”以便饭菜入口三分烫,让晚归的人踏进家门就有一碗热汤,立马浑身通透,舒筋活血。

笔者祖籍是湖北,早饭称“过早”,一粥一馕就打发了。中饭、晚饭就要有点仪式感,菜可简单但不可无汤而且必须热汤。年少时供给紧缺,每天晚餐开动前奶奶都要煮一锅汤,其实就是清水上飘几片菜叶罢了。父亲总会先舀一碗喝一口,然后感叹“一滚抵三鲜啊”,意思是只要汤水滚烫,味道自然鲜美。

“一滚”就指汤水沸烫,而“三鲜”是指且并不局限于海鲜河鲜荤鲜,但凡产生味蕾愉悦的味道尽揽其中。

此习惯一直传承至今。

以后偶然看到清代袁枚的《随园食单》里有这样写:“物味取鲜,全在起锅时极峰而试,略微停顿,便如霉过衣裳,虽然锦绣绮罗,亦晦闷而旧气可憎矣。”意思是说菜肴的鲜美全在刚刚烧制完的那一刻,吃得稍微晚一点,菜就像发霉的衣服即使是优质的锦罗绸缎,也因霉气太重而令人厌恶。父亲的“一滚抵三鲜”与美食大家的认识如出一辙啊。

为把由“熟”到“食”的那点时差一短再短,人们动足了脑筋,令食物刚刚“断生”就已下胃,所以“撸串”“火锅”之类大行其道;厨师上电视介绍专业“爆炒”过程,大火重油,从下锅到起锅25秒,动作一起呵成,色香味齐全。“烟火气”成了“一滚抵三鲜”的延伸,甚至有过之无不及。

黄花菜俗称“金针菇”,味美还富含卵磷脂,据说可健脑、提高记忆力。但仅热食才可尝其美味,凉的就会有点异味,于是那句俗话“等得黄花菜都凉了”也在大江南北流行,用以批评、调侃那些让众人等候多时还姗姗来迟的人。

据说国际权威医学杂志上有研究报告显示,饮用65℃以上的汤汁食物会增加患食道癌的风险,因此烫感是人类自我保护的反映,说得过于斯文深奥,坊间的说法形象、生动:“心急吃不了热豆腐。”

不过很多年过来,方才悟出父亲所说的真正含义。“一滚”之所以能抵“三鲜”,关键是于汤水氤氲中家人围坐,炉火通红,热气翻滚中,七嘴八舌闲谈,显示了小日子称心如意,此时心情又岂止是“三鲜”!日子的好坏就体现在这口烫里了。

本报地址:上海市安波路565号 电话:65653113 邮编:200433 本报电脑部电脑照排 浦东彩虹印刷厂印刷