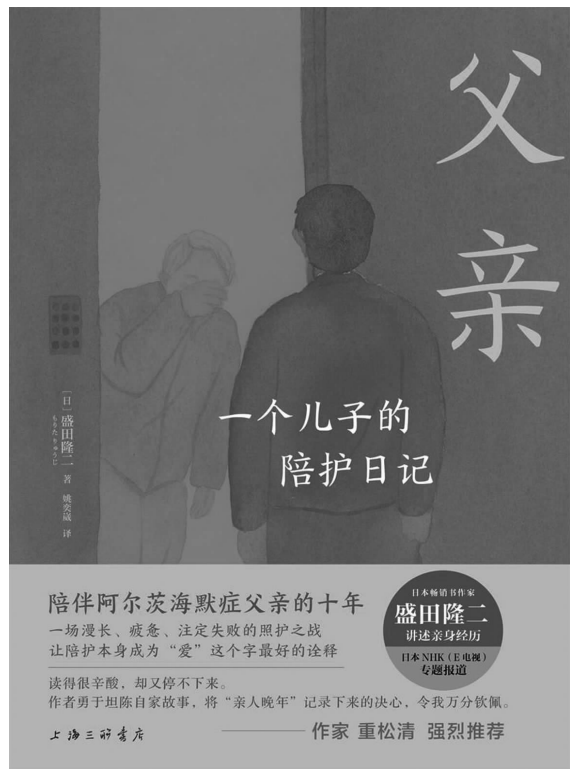


母亲背着父亲告诉我一个秘密

漫谈人生

学会倾听

□朱步楼



《父亲：一个儿子的陪护日记》
[日]盛田隆二 著 姚奕斌 译 凤凰壹力/上海三联书店 2022年10月

日本畅销百万册
盛田隆二
讲述亲身经历
日本NHK(日电视)
专题报道

陪伴阿尔茨海默症父亲的十年

一场漫长、疲惫、注定失败的照护之战
让陪护本身成为“爱”这个字最好的诠释

读得很辛酸，却又停不下来。

作者勇于坦陈自家故事，将“亲人晚年”记录下来的决心，令我万分钦佩。

上海三联书店

作家 重松清 强烈推荐

尽管已经过去了二十年，但是那个夜晚我至今无法忘怀。

吃完晚饭，我正悠闲地看着电视，母亲打来电话。时间应该已经过了九点。

“小隆，有空的话，能不能见一面？”

“啊？有什么急事吗？”

“电话里不方便说。”

“好，知道了，这就过去。”

“咱们去外面说吧。在家里不好说。”

母亲指定了一家家庭餐馆，挂断了电话。

母亲的声音很阴郁，似乎是有着什么心事，我把电话内容告诉了妻子。

“这还是咱妈吗？”妻子一脸讶异。有胆有识的母亲每时每刻都是面带笑容的。这还是我们第一次遇到母亲这样。

虽然与父母和妹妹同住一个城市，可是我这个不孝子只有逢年过节才会回家看看。我已经几个月没有见过母亲了。“在家里不好说”的究竟是什么事？我完全是一头雾水。

驱车风驰电掣地赶到餐馆，母亲已经坐在那里等候我了。

“抱歉啊，这大晚上的。”

我望着母亲深陷的眼窝，脑海里一阵胡思乱想，听了她所说的，这才放下心来。原来是为了配合新颁布的护理保险制度，埼玉县将成立首个由医师协会设立的“川越市上门护理站”，医师协会的会长希望母亲能够作为首任负责人参与筹备工作。

“妈，这不是好事吗？工作虽然辛苦，可是很有意义啊。爸自然是不会同意吧？不过，我支持您。”

很久以来母亲都在市内的医院任护士长，几个月前才刚刚退休。而生于大正时代的父亲，打心眼儿里认为做老婆的就该一门心思扑在家务事上，对于年逾花甲仍坚持工作的母亲，他隔三岔五地就会劝说几句。

“谢谢。儿子你能这样说，让我很受鼓舞。”

“是吗？”我啜着咖啡，不好意思地笑笑，然而之后母亲的话却让我目瞪口呆。

“接下来要说的事，要对你爸保密。最近妈妈的手脚偶尔会发抖，咨询了专业医生，诊断结果是帕金森病……哎呀，也没什么大不了，这种病发展得特别慢，耽误不了工作。不过，要是让你爸知道了，一准儿让我辞职。所以你可千万要保密啊。”

对丈夫隐瞒自己的病情，却又对儿子如实相告。

我已经永远没有机会知道母亲说这番话时的心情了，但是时至今日，我依然禁不住去想象，当时母亲是怎样默默地计算余生的时日，然后告诉我这个悲壮的决定的。然而那时候我不仅对帕金森病一无所知，而且根本没有明白母亲的这份决心。

“您出去上班，总比整天在家听我爸絮絮叨

叨要舒服一些嘛。”

我嘻嘻哈哈地给母亲打气。为人子已至不惑之年，竟如此稚拙无情。不过话说回来，只要父母安在，孩子年龄再大终归也是孩子。

“我只是高小毕业，那个岗位力不从心呐。”

母亲虽然嘴上牢骚不断，一会儿是要交给埼玉县政府的材料太复杂，一会儿又是筹备时间捉襟见肘，但是在之后将近三年的时间里，她为了设立这个上门护理站四处奔走，护理保险制度实施以后，又是向使用者递送护理等级通知，又是拟订、完善护理计划，加之国家迟迟没有明确护理费用，工作一团乱麻，忙得团团转。

“快要没有信心了。”

母亲曾专门打来电话，向她的儿子诉说这些烦心事，出于担心，我回家探望，可母亲却是眼里充满光。

“小隆，能不能教我用电脑？”

本以为是文档编辑，结果母亲是想要修改会计软件，让它更好用，提高工作效率。母亲看我也无能为力，心里的不甘都写在了脸上。

二

当时我刚刚从工作了十八年的公司辞职，改行做了一名职业作家。一直在月刊杂志上连载一部名叫《直到夜的尽头》的长篇小说，但是仅凭这一本小说的稿费显然无法养家糊口，所以有什么稿子就接什么稿子，勉强强算是一个撰稿人。

究竟做小说家能不能走得远，从公司辞职不算一次失败，这些担忧时常从心头掠过。恰好在这个阶段，反倒是母亲的干劲激励了我。

“喂，有约稿吗？还能坚持吧？”

母亲惦记儿子的事情总是比对自己更用心。“这个，眼下还凑合吧，勉强撑得下去。”

距离那次深夜在家庭餐馆得知母亲病情的三年后，从外表上看母亲还是老样子。因此尽管帕金森病是一种痊愈可能性微乎其微的疑难杂症，但是我却没有特别深的感触。

可是，就在上门护理站成立一年多之时，母亲的病情迅速恶化了。手脚颤抖得愈发厉害，走路也只能一步一挪。或许母亲也意识到了，在她全身心投入的居家护理支援事业中，自己从护理的一方，变成了被护理的一方。终于，她决定辞职。

之前母亲一直在川越市区的神经内科专科医院就诊，但是由于病情加重，医院建议她去御茶水的顺天堂医院治疗。顺天堂医院的神经内科号称是治疗帕金森病的权威。此后每月两次，我开车带着母亲去顺天堂医院看病。心想这是最后的希望，于是特意挂了大学教授主治医生的号。

我们要去医院了，出发之前向父亲打招呼，他却回道：“我就不用了吧。”

“没想到这人这么铁石心肠。”母亲抱怨道，我无言以对。

母亲经常半夜咳嗽，喉咙阻塞，呼哧呼哧地喘气。

“烦死了，让人怎么睡觉！”

“别这么说行吗！”有一次听到父亲抱怨，我出口顶撞。“我妈生着病，晚上睡觉的时候可能会突然喘不上气。那感觉难受得很。”

“我哪知道你妈啥时候成这样子了。”

看着惊慌失措的父亲，我气得浑身发抖。“爸，我跟您说了多少遍了！”

他拒绝面对母亲严峻的病情。那时候我对于父亲的所作所为曾大动肝火，但是如今想来，父亲只是不想接受母亲患上了不治之症这个事实。

很快，母亲的四肢萎缩了，需要请人上门帮助洗浴，每周两次，然而每次工作人员到家，父亲一贯大男子主义，在家里说一不二，可是晚年生活却片刻离不开母亲的照料，极度的惊恐和不安造就了这种近乎冷漠的表现。他从来没有想过，母亲会先他而去，留下他自己孤身一人。

那段时间，经上门护理站的护理专员同事劝告，母亲多次入住市区的老年人护理保健机构“望苑”，接受短期理疗。

“也没人烦我了，吃得也好，还能洗澡，很舒服呢。”说起来时母亲总是笑盈盈的，不过每次为期一周的理疗结束，我去接她，她都会左一句右一句，询问独自一人在家的父亲的情况。“我不在，那老头子什么也干不成。”

虽然母亲保持着乐观的心态，但病情恶化之迅速，就连主治医师都难以相信。一天，我像往常一样开车带母亲去顺天堂医院，而医生的建议则是入院治疗。这距母亲从上门护理站辞职，仅仅过去了四个月。

内容简介

本书讲述了一个关于照顾患有阿尔茨海默病父亲的动人故事。母亲突然病逝后，父亲被诊断出患有阿尔茨海默病。身为儿子，作者肩负起了照顾父亲的责任。本书真实记录了父亲从患病到逝去十年间的晚年生活，以及作者陪护父亲的点点滴滴，体现了他与父亲之间深厚且真挚的感情。作者写下自身经历，希望给正在经历这一过程的人们一些参考与帮助。

作者简介

盛田隆二

1954年生。畅销书作家，被誉为现实主义文学大师。曾担任日本娱乐资讯杂志《PIA》副总编、早稻田大学文学学术院教授。1990年其出道作品《街边儿童》入选野间文艺新人奖提名。1992年以作品《怀念》入选三岛由纪夫奖提名。1996年辞职后专职写作，2004年出版了《直到夜的尽头》，一跃成为销售三十万册的畅销书作家。

你会倾听吗？你愿意倾听吗？

听与说，是人际交往、传递信息、交流感情的重要方式。倾听，顾名思义倾耳聆听，意味着专注、用心，意味着尊重、理解，意味着谦让、包容，体现了一个人的文明素养和优良品德。

古希腊先哲苏格拉底有句名言：“上天赐人以两耳两目，但只有一口，欲使其多闻多见而少言。”形象而深刻地说明了倾听的重要性。教育心理学家对人的学习活动进行研究发现，在各类学习中，听占45%，说占30%，读占16%，写占9%。倾听，是人们获得知识和信息的重要途径之一。在社会竞争激烈、生活节奏加快的今天，不少人往往习惯于以自我为中心的表达，而忽视了倾听，不太愿意倾听别人的心声；有些人被瞬息万变的互联网裹挟，将自己的诉说与倾听局限于虚拟世界，以回避现实的灼热与挑战；有的人则一言不中听就拍案而起，扬长而去。而在现代社会，没有良好的倾听，就会阻碍自由而通畅的表达，就难以建设和谐的人际关系和社会秩序。所以，学会倾听、善于倾听，既是新时代新征程的强烈呼唤，也是提升全社会文明程度的重要内容。

倾听是一种修养。这种修养是发自内心的与人善和尊重理解。面带微笑、注视对方是倾听的前提，这既是一种社交礼仪，通过肢体语言表达对他人的善意和尊重，也是一种表现出兴趣和热情、专注聆听的指向。心理学研究表明，每个人都有着得到别人尊重的愿望。其实，不尊重别人就是不尊重自己，把别人当作一个人来尊重和对待，也就是把自己提高到真正的人的高度，在人生跋涉的道路上，跌倒时希望有人扶持、忧愁时希望有人分忧、烦躁时希望有人排解，寂寞时希望有人陪伴，渴望倾听之人对倾听的向往如同“青青子衿、悠悠我心”般迫切。倾听，犹如黑暗中的一束光、干涸中的一丝雨、炎烈中的一缕风，是促进人际关系和谐的“润滑剂”。

倾听是一种能力。它不仅体现一个人内在的修养，更是一种思考、判断和共情的能力。听不等于倾听，听是听觉器官对声波的一种单纯感受，只是被动地接受信息，或许是听听而已、一听而过，而倾听是一个视觉、听觉、大脑乃至整个身心协调配合，耳听眼看心想，信息思想情感兼收并蓄的过程。真正的智者都是擅长思考着来倾听的。思考给了我们倾听的基石，倾听赋予思考灵动的色彩。开动脑筋、倾耳聆听，就会有独立的价值判断，不会轻易跟风，“不受人惑”；就会从诉说者的言论甚至声音、表情和肢体语言中，了解和把握对方内心的期望和需求；就会换个角度考察、将心比心思考，不仅提醒自己审时度势与他人互动交流，而且还会及时觉察自身的缺陷和不足。亚里士多德在倾听中思考，发出了“我爱我师，我更爱真理”的至理名言；但丁在思考中倾听，喊出了“走自己的路，让别人说去吧”的人生金句。

善于倾听的内核是共情。所谓共情，就是感同身受、换位思考，就是能设身处地体验他人处境，从而达到感受和理解他人情感的能力。共情绝不是虚情，而是真情；不只是嘘寒问暖的客套，而是推己及人的真诚。电影《触不可及》中有一句台词：“其实很多时候，你不需要做什么，真诚即可。”内心的坦荡和诚意，拥有打动人心的力量。正所谓良言一句三春暖，即便是一句关切之辞、体谅之语，也会让对方如沐春风、备感快慰。只要真诚沟通、平等交流，将心比心、以情共情，在倾听中换位思考并积极回应，对其优点及时点赞、对其误会坦诚说明、对其错误诚恳批评，就可以在情与理的交融中，让自己和对方的人生都循着共情的光亮闪耀起来。

倾听是一种境界。这种境界是蕴含耐心和爱心、宽厚和宽容的“虚怀若谷”胸襟。在现实社会中，人们渴望爱、渴望分享、渴望交流。“欲将心事付瑶琴，知音少，弦断有谁听？”是的，每个人的心灵都呼唤着良好的倾听。而倾听者七嘴八舌、五花八门，倾听者只有宽厚待人、宽容异己，才能有效沟通、和谐交流。人生因不同而可爱，人又以包容不同而可贵。对待不同的人、不同的话，不同的思想观点，只有善于倾听，才能集众所长、集思广益。善于倾听的人有着宽厚、宽容的大境界。有了这种境界，就有了包容之心和博爱情怀，就能以倾听汲取思想上的营养、润泽情感中的缝隙，消弭人际间的齟齬。

谁说花开无声？你只要倾听，就会感到那花开得轰轰烈烈；谁说人生无常？你只要倾听，就会把人间所有的风霜雨雪都化为多姿多彩的风景。我们要学会倾听、善于倾听，让倾听像一束柔光，照亮自己、温暖别人；让倾听像一泓碧水，促进全社会的畅所欲言和心灵滋养。