

## 晒背

■曾紫昕

冬日的阳光懒洋洋地弥漫了一地,像打翻的蜜糖,在青石板上缓缓流淌。

周日回家的这天,恰逢难得的晴日。万物静谧,连风都歇了脚,只有阳光如暖黄色的薄纱,温柔地铺满了整个院落。

推开熟悉的木门,就见祖母独自躺在床小憩。斑驳的阳光透过窗棂,在她花白的发丝上跳跃。

“祖母,您怎么躺在这儿呢?”我轻声问道。

她缓缓睁眼,嘴角漾开浅浅的笑纹:“腿脚不灵便,就不想出去折腾了,躺着歇会儿也好。”

“躺了多久了?”

“约莫两个小时了。”她的语气云淡风轻。

我心里一紧:“这怎么行?总得起来活动活动。便是拄着拐杖,也该出去走走。”

祖母却执意推辞,说外头风大,不适合她这老骨头。

“我陪您到院子里晒晒太阳,好吗?”我柔声劝道,“窗里透进的阳光,终究不如外头的。这冬日的暖阳,最是养人。”

作为研习中医的人,我深知太阳对老人的重要性。冬日补阳气,晒背是最简便有效的法子。若是阳气不足,寒气侵体,人便容易体弱多病。

我小心扶她起身,为她披上那件穿了很多年的藏青色棉袄,搀着她慢慢走到院中。老榆树下的木椅,已被阳光晒得温热。

祖母眯眼望了望天:“这光亮晃得眼晕。”

“咱们不对着太阳,”我笑着调整她的坐姿,“把背朝向光就好。让阳光照在督脉上,这可是最天然的温灸。”

说话间,阳光正好落在她的背脊上,透过厚厚的棉袄,将暖意一丝丝渗入。我细细解释:“阳光能温通经络,活化气血,就像万物生长离不开太阳。人亦如是,需要这般天地的滋养。”

祖母听得入神,忽然笑出声来:“你这些医理讲得透彻,我这般年纪,倒成了你的学生了。”

于是又聊起养生之道。黄芪配红枣,红糖佐生姜,这些寻常食材的配伍,她都认真记下。但我更强调:药补不如食补,食补不如心补。最重要的,是保持心境的舒畅。

“譬如这晒太阳,”我说,“不费分文,不劳心神,却是顶好的养生。”

祖母频频点头,眼角的皱纹舒展开来。我知道她开心的不单是学到新知识,更是有人陪她说话,听她絮叨。

“你要常来才是,”她握着我的手,“这些道理,我爱听。”

我看着祖母微微眯起的双眼,看着她被阳光镀上一层金边的侧脸,看着她唇角那抹安详的笑意,心里也跟着暖融融的。

这大概就是天伦之乐最美的模样——不喧闹,不刻意,只是静静地相伴,在寻常的日子里,找寻最朴素的温暖。阳光把我们祖孙二人的影子拉得老长,在青石板上紧紧相依。

时光如水,缓缓流淌。有些片刻,正因为太过平凡,反而在记忆里熠熠生辉。就像这个冬日的午后,就像祖母背上那片温暖的阳光,永远定格在心底最柔软的角落。

## 目矚向上还是向下

■倪怡方

“目矚”,闽南话和福州话发音有点相似,意思也一样,都指的是眼睛;向上还是向下,这儿指的是对待长辈和小辈的态度。

先说说向下的事情吧。我现在居住的小区附近就是一所中学,中学背后是一所小学,中学对面是区机关幼儿园。现在不论是早上六七点,还是下午四五点,这几所学校门口都是人潮拥挤,热闹非凡,家长们有步行牵着幼儿手送进校园的,有开着小轿车接送学生的,更多的是骑着电动车接送学生的,那种殷殷关爱之情,每天都在循环反复,让人见了难免心生感慨。

远的不说,就说我家也是如此。女儿夫妻俩在厦门工作,小孙子刚上小学,我女儿夫妻俩有时忙起来感觉捉襟见肘,急呼我妻子过去“救火”。就这样,我妻子周一动车过去,周五回来歇息两天,奔波于厦门与泉州之间,几趟下来,疲惫不堪。但是一遇到女儿夫妻俩带小孙子回来过周末,我妻子又马不停蹄地忙乎起来,早起上菜市场买新鲜鱼肉蔬菜,为小孙子蒸鸡蛋和小馒头、加温

牛奶,忙得不亦乐乎。到了午饭、晚饭时间,除了准备一桌丰盛的饭菜外,还要追着孙子,一口饭一口菜一口汤地喂,生怕他不吃饭饿肚子,说是疼爱很贴切,说是溺爱也不为过。难怪我九十多岁的老妈见了,常常笑说:“现在的人,目矚都习惯向下了。”虽然是句玩笑话,可我听了心里某个角落却不由得咯噔了一下。

回过头来说向上的事情,其实它就是我们几千年传承下来的优良传统“孝道”——孝顺长辈。最为典型的就是古代“二十四孝”的故事,在漫长的历史岁月里,它画在寺庙墙壁,雕在民宅建筑、家具上,也在各种戏曲中不断传唱。《水浒传》中黑旋风李逵,在梁山上过上了“大块吃肉,大碗喝酒”的日子,想起在家里受苦的老母亲,便下山接母亲,途中遇猛虎,母亲不幸遇害,他只身一人怒杀四虎,为母亲报了仇。

纵观当下,随着时代的发展,生活节奏的加快,年轻人身上压力也随之加大,人们的观念也是千变万化,不少人走出本地区,去北上广等经济发达地区打拼,有的甚至去境外、国外打拼,家里退休老人身体康健的,义无反顾地

扮演起“孙经理”的角色,身体欠佳的,有条件的雇保姆或住进养老院,否则只能龟缩一隅,当上“空巢老人”。儿女们表现好的节假日过来探望一下,有的待上几个小时,放下礼盒、水果后匆匆离去;有的没回家的连接个电话也是一句“我在忙,过后再说”;还有不时向长辈伸手,要钱买车买房的“啃老族”;更有甚者的是虐待老人,辱骂甚至拳脚相加的也有,让人不齿。

其实,真正的孝道,从来不是单向的付出,它是一座承上启下的桥梁,你站在桥的中央,一举一动,两头都看得见。你对父母的每一次忽略,都在无声教会子女:人老了,是可以被轻视怠慢的。等到自己站上那个位置,又怎能奢望得到不同的对待。当你给老父亲在饭桌上夹一口软烂的菜肴时,你身后那双稚嫩的双眸正在学会何为“敬老”,当你认真倾听老母亲絮絮叨叨的话语时,身边的那双小耳朵也正在学会何为“耐心”。真正的孝顺,不是单纯地把“向上”与“向下”的爱放在天平两端去计较轻重,而是要悟透一个浅显的道理:向上孝养,本身就是最深刻的向下教育。你奉给父母的那杯热茶,最终会化作滋润你晚年的甘露。



■桂孝树

乡下有句俗语“霜打的柿子分外甜”并非虚言。柿子一般是在霜降过后完全成熟,红彤彤的柿子犹如高高挂起的一盏盏小红灯笼,在阳光照耀下,更加显得晶莹剔透,煞是可爱,分外诱人。真可谓“长空雁鸣秋霜至,霜叶落尽柿子情。”

小时候妈妈打谜语给我猜:“红罐头,绿盖子。挂树上,鸟儿爱。”是一种什么水果。我和妹妹总会不约而同说是柿子。在乡下老家几乎每家都喜欢在门前栽上几株柿子树,因为柿子意味着“心想事(柿)成,事事(柿柿)顺心”。到了柿子成熟之际,也不急于摘采,红红的柿子挂在光秃的树枝上,就如一盏盏吉祥的灯笼,让人油然而生几分愉悦,心下一片温暖。这个时候叽叽喳喳的鸟儿们总是不请自来,围着柿子啄个不停。它们叽叽喳喳的吵闹声,让秋天多了几分灵动与活泼。这一幕,恰如宋人郑刚中《晚望有感》中所写:“霜作晴寒策策风,数家篱落澹烟中。沙鸥径去鱼儿饱,野鸟

相呼柿子红。”

我们乡下有句俗语“留几个柿子看树”,说的是摘柿子时不能把柿子全部摘干净,要留些柿子给鸟儿。鸟儿在啄食柿子的同时,也就顺便把柿树上的害虫吃了。这样,就保护了柿树,到了来年,柿树上就能结出更为丰硕的果实。刘禹锡有一首《咏红柿子》的诗:“晓连星影出,晚带日光悬。本因遗采掇,翻自保天年。”写的就是这种情状。到底是大诗人,赋予了枝头红柿子人生的哲理,让红柿子变得沉甸甸的。而乡人的智慧则是简单、朴素的,他们知道凡事都应留有余地,传给别人一点爱其实也是给自己带来一份收获。

小时候有次和妈妈上街,看到卖柿子的,我哭闹着要妈妈买,最终妈妈还是顺了我的意,买了两个又大又红的柿子。我手握着那又红又香的柿子不停地放在鼻子前闻,就是舍不得吃,因为奶奶曾经说过她牙齿掉没了想吃柿子,奶奶这话我一直放在心上,面对那红

红的柿子我硬是忍住嘴馋把它留给奶奶,当妈妈得知哭着要买柿子是为了给奶奶时,妈妈笑着说,奶奶真是没白疼这个孙儿。让我遗憾的是,这两个柿子是我唯一能给奶奶的礼物。

能给鸟儿留几个柿子把爱传,我们还有什么理由不常回家看看,给父母一点爱,趁着父母、亲人健在的光阴,常续那份难得的亲情与牵挂吧!不要等到失去以后才知道其珍贵。



投稿邮箱:dnzbgfzc@qzwb.com  
联系电话:0595-22500109