

淘书之乐

侯修圃

退休后有了大把的时间,读书与淘书成了我生活中的重要组成部分。在此,单说“淘书”。

我淘书有三条途径:书店、市场、旅游。那时,老城区的个体书店可说星罗棋布。当时我家住观象山,从基督教堂向左一拐,观象二路与胶州路拐角就有一个书店,不大,一间房,但文学书籍不少,挺新潮的。我每天外出回来,总愿意进书店浏览一番,顺便捎几本称心的书。比如,宝岛台湾张晓风、林清玄、席慕蓉等人的作品,就是从这个书店买的。不过,我淘书最多的还是胶州路西头一所大型书店,这个书店原是新华书店,后来承包给个人,改名叫“新知书店”。其特点是书多、便宜,特别是人文之类的书籍比较多。所谓便宜,一般是七八折。比如《孙犁散文·三卷》《臧克家散文·三卷》《雅舍小品·四卷》等,都是在这个书店买的。我看到好书,一般是当机立断,免得留下遗憾。

退休后,我一度在青岛中小学家长学校研究会当编辑,地点在五四广场的福泰广场。有一次,坐公交车回家,我特地在辽宁路下了车,逛了文化市场,买了几本书。走到原市北区医院附近,发现一个个体书店,我走进去发现一套简装《鲁迅全集》,竟然只需100元!我翻开仔细检查,没有错别字,不是盗版!于是给老板交了100元订金,便乘上电车,回家拖了个买菜小车把书运回来,心里那个舒服就别提了。

我喜欢逛农贸市场、旧货市场,捡漏。那时,波螺油子、苏州路三角地到无棣二路都是农贸市场,与我家近在咫尺。每天下午三四点钟,我就走进波螺油子,踏着光滑的马牙石,听着吆喝声、音像店的歌声和市场嘈杂声,浑然成一曲天籁。我除了买菜,就是寻旧书。比如《燕山夜话》《艺海拾贝》《郭小川诗选》等都是在地摊上淘来的。

上世纪70年代末,我每年都有出差的机会。当地的风土人情、地方史志、故事传说、诗词选集等,都是我的“猎物”。比如到杭州出差,我购得《杭州史话》《西湖佳话》;到潍坊出差,买了《潍坊文化通鉴》《潍坊历史文化名人》等。旅游淘书也有一种机缘,有“踏破铁鞋无觅处,得来全不费工夫”之感。比如我到敦煌旅游,发现一套《鲁迅全传》三卷本,可惜只有上、中两卷,缺下卷。我怕错过机会,购得前两卷。之后,我在朋友圈征求下卷。不久,文友购得下卷,快递给我,使这套《鲁迅全传》完璧归赵。

望着书橱里七高八短的图书发呆,更常常在阅读时因得到的精神享受而乐不可支。

于暮色中寻光:《照亮黄昏》里的衰老与尊严

于学周

提前送达的思考指南

我们大多数人,都是在父母明显老去之后,才开始认真思考“老年”这件事的。在那之前,“老”往往是遥远的、抽象的,甚至是被刻意回避的。就像我自己,直到看到父亲无力继续生活在他恋恋不舍的旧居,不得不接受现实被安排到相对合适的地方,独自在那里度过风烛残年的每一天,直到回想起五年前母亲从生病到离世的全过程,才真正感受到衰老的重量。

《照亮黄昏》正是这样一本“提前

送达”的思考指南。波洛克医生的写作起点,源自一个朴素却深刻的问题:如果给80岁的自己一个建议,你会写下什么?这个问题看似简单,却逼迫每一个读者提前站到一个并不舒服的位置上——去思考一个迟早要面对的问题:如果有一天我也虚弱、迟钝、依赖他人,我希望这个世界如何对待我?正如波洛克所说:“我们总是在说‘人口老龄化’,仿佛那是一个与我们无关的群体。事实并非如此,我们都是正在变老的人。”

医学的边界与人的尊严

波洛克医生在三十余年的临床观察中发现,当下的医疗系统似乎更擅长延长寿命而非改善生活质量。当老人们逐渐被各种药物和检查填满日程时,其内心对陪伴、尊严和自主生活的渴望却常被忽视。作者不回避现代医疗体系的困境,直言不讳地指出:过度医疗正让晚年变成一场无休止的治疗循环。书中第四章“冒险与回报”中有一句令我反复咀嚼的话:“医学的科学是知道该做什么,而医学的艺术是知道什么时候不做。”这句话揭示了老年医学的本质——

绝非仅仅是延长生命的长度,而是竭尽全力去尊重、理解并捍卫生命的质量与个体的意志。

波洛克以大量案例告诉读者:对于老去的父母,他们需要的或许不是更精密更先进的医学干预,而是一份关于“被理解”和“被尊重”的生命默契。她倡导一种“共同决策”的模式,而非“替他决策”。即便我们认为那是“为了他好”,居高临下的指令也会刺伤老人的自尊。这种将患者视为有尊严的独立个体而非“需要修理的故障”的态度,是本书最重要的精神内核。

未及老须知老境凄苦

中国人向来对“老”与“死”讳莫如深。孔子说“未知生,焉知死”,这句话常被理解为儒家不愿谈论死亡、只关注现世生活的证据。但诚如有学者指出的,孔子在谈及爱徒颜渊之死时,表达了对生命短促的深刻叹惋,这种情感冲击促使他提出了“未知生,焉知死”的哲学命题。

《照亮黄昏》的意义正在于此。波洛克医生写这本书的初衷,不是为了让人恐惧衰老与死亡,而是为了让我们在活着的每一天,更有准备、更有尊严地去面对那不可避免的黄昏。书中没有花哨的理论,全是30年临床的真实故事——一位患有主动脉瘤的老人在手术前的犹豫与家庭支持,一位患有痴呆的老人在生命末期的安宁疗护计划。这些故事告诉我们,衰老不是需要维修的故障,而是需要理解的过程。

真正的老年关怀,不是试图逆转黄昏,而是学会在暮色中点燃温暖的光。这不正是“知老”才能“知生”的另一种表达吗?

合上书的那一刻,其中有句话久久萦绕:“按你自己的意愿去做,你希望如何被对待,就如何对待老人。”

我亲眼见证了母亲的去世,在医生试图为她插管时,我拒绝了,做出拒绝的决定让我心疼不已。同时我也在思考:我们如何在活着的时候活出质量,如何在面对死亡时不失尊严?在《照亮黄昏》里,波洛克医生告诉我们,死亡不是医学的失败,而是生命的必然归宿。真正的医者仁心,不是在无可挽回时强行挽留,而是在黄昏降临时,点亮一盏灯,护送患者有尊严地走过最后一程。

(作者系高级编辑、媒体工作者)



前不久,我读完了英国老年病医生露西·波洛克的著作《照亮黄昏——一名老年病医生的建议》,书中那些关于衰老、死亡与尊严的文字,如一道道光,穿透了夜幕,也穿透了我内心的迷雾。

《照亮黄昏》是一部关于衰老、病痛与尊严的现实之书。作者露西·波洛克是从事老年医学三十余年的医生,她以其丰富的临床经验与深刻的人文关怀,以带有英式视角的人文克制与对“安宁疗护”制度的深刻反思,写下这本温柔却充满力量的作品。全书以真实的病例和细腻的笔触,探讨了老年医疗、临终关怀、痴呆照护、医患关系、预立医疗决策、多重用药及社会孤独等关键议题。每一章都像一把重锤,砸在每一个即将或正在面对亲人老去的人心上。