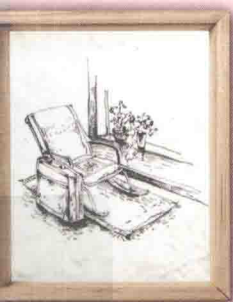


爱是陪伴

春光编辑室 | 编著

46
件事

最想和爸妈
一起做的



这是一道无奈的“亲情计算题”

据统计，大部分的人平均每周陪伴父母的时间只有2小时

如果你的父母已经66岁，以平均寿命79岁计算

$13\text{年} \times 52\text{周} \times 2\text{小时} = 1352\text{小时}$

$1352/24 = 56\text{天}$

看似还有13年，但其实我们只剩下56天可以陪伴在他们身边

爱 是陪伴

春光编辑室 | 编著

46
件事
最想和爸妈
一起做的

图书在版编目 (CIP) 数据

爱是陪伴：最想和爸妈一起做的46件事 / 春光编辑室编著. — 北京：北京联合出版公司，2014.2
ISBN 978-7-5502-2501-5

I. ①爱… II. ①春… III. ①孝—通俗读物 IV.
①B823.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第315509号

版权登记号：01-2013-7113

《最后56天最想跟爸妈一起做的46件事》
© 2011春光编辑室
中文简体字版© 2014北京磨铁图书有限公司
本书经城邦文化事业股份有限公司春光出版事业部授权，
非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

爱是陪伴：最想和爸妈一起做的46件事

作 者：春光编辑室编著
选题策划：北京磨铁图书有限公司
责任编辑：史 媛
版式设计：刘珍珍

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
北京慧美印刷有限公司印刷 新华书店经销
字数132千字 880毫米×1230毫米 1/32 6印张
2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-2501-5
定价：29.80元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有，侵权必究
如发现图书质量问题，可联系调换。质量投诉电话：010-82069336

目录

01_做一道幸福料理	/	1
02_准备一个“天堂旅行箱”	/	5
03_爬山	/	9
04_看樱花	/	13
05_抱一下	/	17
06_再牵一次手	/	21
07_一起回忆美好时光	/	25
08_欢唱卡拉OK	/	29
09_说出那句话：我爱你	/	33
10_和爸妈一起去旅行	/	37
11_每周亲笔写家书	/	41
12_陪爸爸返乡	/	45
13_和妈妈撒娇	/	49
14_听妈妈唠叨	/	53

15_一起去游泳	/	57
16_为爸妈安排一次蜜月旅行	/	61
17_来一次深夜聊天	/	65
18_一起去听音乐会	/	69
19_送给妈妈一束鲜花	/	73
20_幸福的擦背	/	77
21_做一次“亲密接触”	/	81
22_每天陪爸妈说话十分钟	/	85
23_替爸妈安排一次约会	/	89
24_教爸妈用计算机	/	93
25_坐爸爸的摩托车	/	97
26_一起跳舞吧	/	101
27_说声对不起	/	105
28_一起看儿时相片	/	109
29_回乡下种田	/	113
30_和爸爸下一盘棋	/	117

31_一起“活到老学到老”	/	121
32_做妈妈的拐杖	/	125
33_为爸妈办一场婚礼	/	129
34_给爸妈一个温暖的家	/	133
35_做爸妈的和平天使	/	137
36_拍一张全家福照片	/	141
37_脚底按摩	/	145
38_和爸妈说故事	/	149
39_让妈妈撒娇	/	153
40_帮爸妈染发	/	157
41_吃一顿团圆饭	/	161
42_干一杯	/	165
43_和爸妈说谢谢	/	169
44_当爸妈的司机	/	173
45_帮爸妈办一张幸福护照	/	177
46_换我照顾您，一辈子	/	181

OI

做一道幸福料理

有一次陪朋友去医院给他住院的父亲送饭，当时朋友提着一个汤罐笑说：“这里的晚餐可是价值好几千呢！”

我看着他手中晃荡的汤罐，心想：里面绝对是高级食材！

到了医院，朋友的父亲鼻孔插着管子，朋友熟练地捋起父亲身上的一根管子，装上漏斗般的器具，跟他爸爸说：“爸，吃饭了。”说完，就将汤罐里黏稠的液体倒入管子内。

后来我才知道朋友的爸爸得了鼻咽癌，无法从嘴巴进食，必须把食物搅成汁液，透过人工食道倒进胃里。此时只见朋友的爸爸仿佛“吃”得津津有味，一副怡然自得的满足状。

走时，朋友问爸爸明天想吃什么，他爸爸早有准备地拿出一张写好的纸条。我凑过去一看，上面写着他明天想吃的“菜单”：卤猪耳朵、北京烤鸭、干煎鲳鱼、铁板牛柳、明虾色拉……朋友抿嘴笑着说：“最近胃口不错哟，照办！”

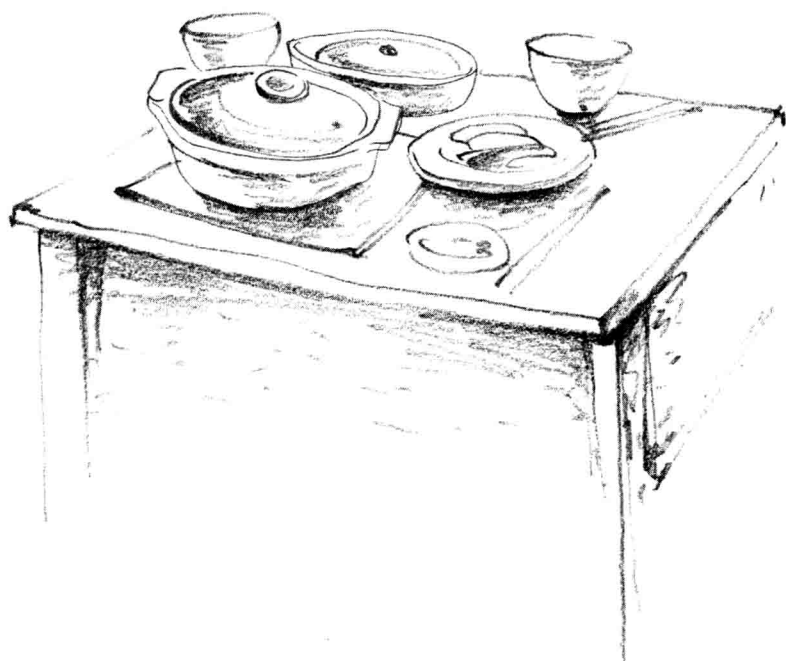
走出医院，我不禁想起住在南部的爸妈。前几天，八十三岁的爸爸在电话里说，妈妈啃甘蔗时把牙齿咬坏了，必须重换一套假牙，所以现在每天只能吃粥，不能咀嚼硬物。

趁着假期我南下返家看望，到家时已近深夜。平常这时间爸妈早已熟睡，妈妈却说她会等我回家帮我开门。门打开的那一刹那，我看见没有牙齿只剩下牙床的妈妈，两颊凹陷，下巴内缩，像极了当年老太婆模样的外婆。我表面不动声色但内心波涛汹涌，曾几何时，我那爱美又重仪态的妈妈，在那晚却呈现老迈、衰弱的模样出现在我面前。

“我的样子看起来很老吧？”妈妈有些羞涩地说。

我捧着妈妈的脸，手掌摩挲着她温润的脸颊，眼眶强忍住溢满的泪，笑说：“皮肤这么好，我妈怎么会老？”妈妈的脸顿时像开了朵花，瘪着嘴咯咯地笑个不停。

那晚，我一夜辗转，脑海里想到的都是朋友的爸爸进食的画面。霎时，我觉得自己好粗心，只想着自己已步入中年，却忘了父母也有垂垂老矣的一天。我决定把握相处的每一段时间，只要南下返家，我每回都要做一道美味的菜肴，好入口好咀嚼，珍惜和爸妈一起围坐在餐桌前的时间，品尝属于我们家幸福的味道。



02

准备一个“天堂旅行箱”

星期天的中午太阳有点大，我站在熙来攘往的忠孝东路街头，看着一位胖胖的拄着拐杖的老太太从马路那头缓缓地走过来，脸上带着微笑。我扶了扶因阳光而变色的眼镜说：“走吧！往前走几步就到了。”这就是我和我的老妈妈午餐约会的开始。

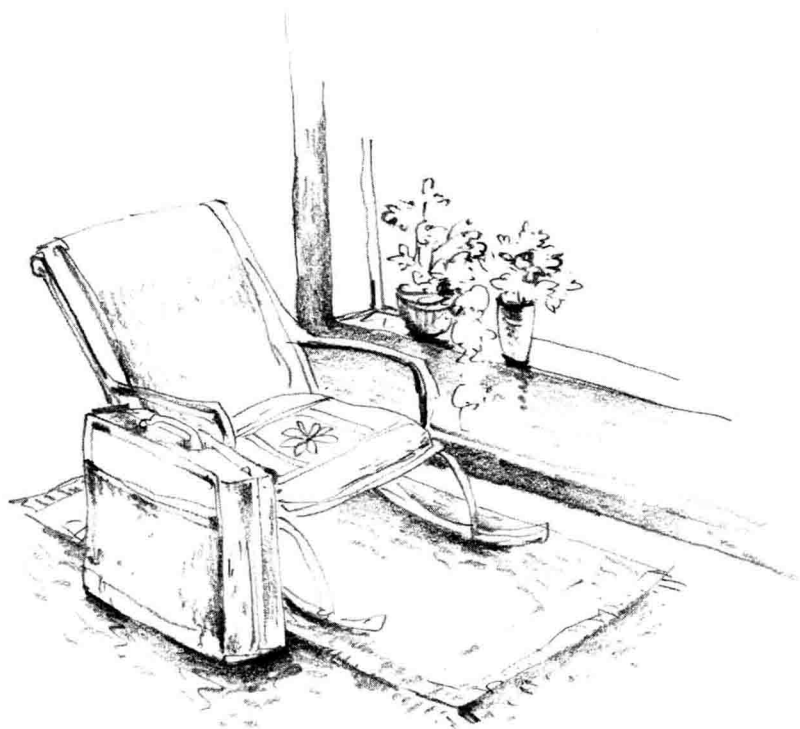
这家号称六十年老店的上海餐馆，席间不少老先生老太太在此享受家乡美食，看着他们带着满足的笑容埋单离开，服务人员亲切地说：“爷爷奶奶慢慢走哦，小心楼梯！”老妈不禁感触地说：“年纪大了，要活在当下，想吃什么就吃，想干吗就干吗，在能力范围内好好享受生活，不要跟自己过不去，要健健康康多活几年。”我心想：不知道我到这把年纪的时候，是不是也有福气能这样自在吃喝。

三年前老爸过世之后，老妈坚持一个人独居在新店的老家，阳台上的盆栽依然茂盛，家里的摆设也一如往昔，但四十几平方米的公寓

还是显得冷清。不过这位七十几岁的老太太也没让自己闲着，早上睡到自然醒，看着书桌上的行事历，该去医院拿药就去拿药，不去医院时就约老朋友吃饭看展览；不想出门的时候也不勉强自己，在家里歇歇腿，抱着电话一一向老同学们嘘寒问暖。她老人家的生活似乎比我这个年轻人还要充实，说不上多彩多姿，但的确没让老年孤寂在她身上发生。

忽然想起了什么似的，老妈开心地说：“我在人间卫视台听到一个法师演讲，法师说只要在世的时候立的遗嘱都有效，最好呢，自己准备一个天堂旅行箱，把自己最后想穿的衣服，想带走的东西都放在里面，存折啊、印章啊、遗嘱啊都放进去，帮自己人生的终点好好打理个箱子，做好去天堂旅行的准备，这样后人就不会手忙脚乱不知所措。”这就是我的老妈！冷静又乐观，严肃的生死问题也能豁达地谈论它。或许是这些年老伴儿走了，老友也一个一个离开，所以老妈更是以随性的心情过日子，充分享受属于她的老年生活。

冬天的太阳感觉特别温暖，我们娘俩儿手牵手漫步着，没有什么特别想去的地方，就是晒晒太阳随便走走。握着老妈的手，心里想着：我何其有幸能做您的女儿，别无所求。如果还能有十年二十年、无数个十年，我多么愿意继续牵着这双手，陪着她走完她的惬意人生。



03

爬山

最近，我正在经历失去父亲的过程。

这几年，父亲以一种稳定的速度衰老、退化，原以为，他是会慢慢地老去、睡去，没想到，一向身体健朗的他被诊断出已是癌症晚期。他的身体与心智，失速般下坠。虽知道那一天总会到来，我也以为自己准备好可以接受这人生的必然，但面临的时候，依然错愕。

期待父亲康复的希望一再落空，躺在病床上的他无助地让手忙脚乱的我们替他擦药、喂药、灌食、清洁，以期缓解越来越加剧的病痛。也许，这就是我们最后的相处模式了，我心里这么想。

那一天，天气十分晴朗，父亲难得地想要下床。

我用轮椅推着他在医院的走廊散步，最后停在一扇窗前看风景，窗外是缀着几朵白云的蓝天，还有层峦叠翠的远山。我们对着窗默默凝视，心中怀着各自的心事。

“这种日子真该去爬爬山的。”父亲突然冒出这么一句。

小时候每到假日，父亲总爱带全家人去爬附近的一座小山，因为那是不需要任何花费的娱乐。长大后，我们开始嫌弃千篇一律的爬山活动，一个又一个，我们脱离了父亲的队伍，连母亲也觉得无趣而宁可待在家里。但只要是天气好的假日，父亲仍然一大早就不见踪影，到了隔天，鞋柜上就会出现一双沾了泥土杂草的鞋子，我们想，父亲应该又去爬山了。

后来，我在偶然的机会中又爱上了爬山。常常跟朋友背上睡袋、饮水、干粮，在山里走上几天几夜，举目尽是雄伟的山脉、美丽的云彩、参天的树木……我兴冲冲地跟父亲分享在山中所见到的一切，并邀他一起去，可父亲只是笑笑，摆摆手，什么也没说。

从母亲口中我才知道，父亲后来其实没去爬什么山，只是到郊区为已逝而无亲人的战友扫扫墓，到他们坟前说说话。爬山，对年纪渐长的他而言，已经太艰难了，而我们的疏于陪伴，不知让他有多寂寞啊！

“这种日子真该去爬爬山的。”坐在轮椅上的父亲说。

我看着窗外的远山，也好想好想去山里走走，更渴望的是能和父亲一起去，像小时候那样，手牵着手，一步一步慢慢走。

但是这一天，也许就像窗外的远山，是在窗内的我们永远无法触及的了。

