

林巧鑫

隔閡在盡孝中悄然消失



孝道園

那是一個四月的清晨，我接到媽媽的電話，聲音裏透著急促與不安。她告訴我，爸爸在中國，突發心肌梗塞，被緊急送往醫院。我拿著手機的手微微顫抖，腦子裏卻一片空白。爸爸，一向是強壯的，我從沒想過他會倒下，更不敢想像失去他的情景。但此刻，冰冷的現實狠狠地擊中了我。

坐在飛機上的時候，思緒開始不受控制地翻騰起來。小時候，他在我眼裏是一個遙遠而陌生的存在。我們家孩子多，我是排行靠中的那個，在他眼中，乖巧懂事的孩子不需要關注。他們總是忙碌，尤其是爸爸，幾乎沒有時間陪伴我們。他嚴肅寡言，我們之間的話題少得可憐。每次他回家，不是看著電視劇，就是約人在家喝酒。我常常覺得，他似乎更關心外人。

我從小就學會了忍耐和獨立，因為早知道在爸爸的眼裏，我永遠不是那個被寵愛的孩子。我時常質疑：我是不是做得還不夠好？為什麼爸爸總是對我冷不熱？這樣的困惑與怨憤逐漸在心中積累，形成一道厚厚的隔閡。久而久之，我開始躲避他，和他保持距離，渴望逃離家裏那種無法言說的壓抑感。我們甚至曾有過幾次激烈的爭吵，那時候叛逆的我，因為得不到他的偏愛，選擇帶著刺去回應他。

但當那通電話打來時，一切彷彿都被擊碎了。我竟然第一次如此強烈地感受到害怕，害怕失去他。爸爸真的會倒下嗎？他會不會永遠離開我們？一連串的問題像潮水般湧上心頭，壓得我透不過氣。一路上，我的心裏充滿了矛盾：那個讓我厭惡、讓我覺得偏心的他，此刻卻成了我最害怕失去的人。

趕到醫院時，爸爸已經被推進了急診室，醫生們在忙碌地準備手術。我站在冰冷的走廊裏，面對著那扇緊閉的手術室門，心裏無數次祈禱他能夠平安無事。那個曾經讓我感到距離遙遠的人，此刻卻成了我最關心的人。時間間是被拉得無限長，我的思緒在焦慮與悔恨之間掙扎著。

幸好手術順利完成，醫生說幸好送醫及時，植入支架後他的病情暫時穩定了。當我走進病房，看見躺在床上的爸爸時，一股複雜的情緒湧上心頭。此刻的他，早已不再是那個嚴厲高大的父親，而是一個虛弱的病人。他的頭髮稀疏而花白，臉上的皺紋深刻，曾經威嚴的形象在病痛面前顯得如此無力。我意識到，時間在他身上留下了不可逆轉的痕跡，而我作為他的子女，已經到了必須承擔責任，盡心照顧他的時候。

接下來的日子裏，我和家人一起輪流照顧爸爸。媽媽在病房裏不眠不休地守

護著他，姐姐和妹妹們也都盡心盡力地幫忙。我雖然身處異國，但每次回到中國，我都會盡量抽出時間守在他的床邊。起初，我對照顧爸爸感到生疏，甚至有些不知所措，但隨著時間的推移，我開始學會了如何給他餵飯、端水，如何在他虛弱時扶他起床。

爸爸的恢復過程並不容易。每天，我都會推著他去醫院做復健，幫助他重新學習走路。他的動作緩慢而艱難，每一步都需要我在旁邊攙扶。我看著他曾經有力的身體如今如此虛弱，心中無比心酸，但同時也更加堅定了要盡孝的決心。

每次帶他去複診，我都會提前準備好一切，幫他安排好醫生的預約，確保他能得到最好的治療。醫生說，雖然手術成功，但後續的康復和保養尤為重要。我牢記這些醫囑，監督他按時吃藥，調整飲食，幫助他戒掉過去那些不良的生活習慣。每當看到他配合我的照料時，我心裏充滿了安慰和滿足。

有一次，爸爸突然對我說：「阿鑫，辛苦你了。」聽到這句話時，我一時愣住了。過去，我總覺得他不關心我，也不會理解我為這個家的付出，但這一刻，我感受到了一種從未有過的親情的溫暖。

日子一天天過去，爸爸的身體漸漸好轉。醫生告訴我們，只要按時複查，保持健康的生活方式，他的病情會穩定下來。我們全家開始計畫著他的出院，每個人都在忙碌著為他準備一切。而我，則更加積極地參與到這些瑣碎的日常生活中去，幫助他打理生活，調整家裏的飲食結構，盡力為他創造一個舒適的康復環境。

出院那天，陽光明媚，我扶著他緩緩走出醫院。他的步伐依然有些踉蹌，但臉上卻帶著久違的笑容。回到家的路上，我心中感受到一種從未有過的平靜與釋然。盡孝的過程讓我重新審視了我和父親的關係，也讓我更加理解了為人子女的責任。

父親康復後，我們的關係變得更加和睦。我不再像從前那樣糾結於他的冷淡和嚴厲，而是用一顆感恩的心去看待他。我明白，作為子女，盡孝是我們的天職，而父母的愛，或許從來不是轟轟烈烈的表達，而是在日復一日的瑣碎生活中積累的點滴關懷。

這一刻，通過對父親的照顧，我學會了放下過去的怨恨與偏見，用新的眼光去看待他。無論他是否曾經忽略過我，作為他的子女，我都有義務去守護他、照顧他。孝道，是一種無聲的承諾，是每個兒女都應該履行的使命。在父親漸漸老去的過程中，我感受到了這種使命的深沉與厚重。最終，隔閡在盡孝的過程中悄然消失，取而代之的，是一種無法言喻的親近與責任感。

林輝煌

別等，現在就回家看看



特稿

今年春節返鄉陪父母過年，村裡比往年安靜了些。串門時聽人說，好些在外打拼的年輕人沒回來——有的嫌路遠時間緊，有的在催收貨款誤了車程，有的說年味淡了，在哪都一樣。聽了這些話，我望著村口那棵老榕樹發呆。恍惚間，不知誰家電視裡飄出那句熟悉的旋律：「常回家看看，回家看看……」心裡被輕輕撞了一下。歌詞寫的都是最平常的日子：幫媽媽刷碗洗洗碗，給爸爸捶捶後背揉揉肩。偏偏是這些不起眼的小事，說中了父母心底最真的念想——他們要的，從來不是你往卡裡打的錢，也不是電話那頭幾句「注意身體」。不過是你推開家門，安穩穩坐下，聊幾句閒話，吃一頓熱乎飯。

這年月，人人都在往前趕。「常回家看看」五個字，倒像一句樸素的提醒：父母就像一方田地，久不照看，就會慢慢荒蕪。孝順不是嘴上說說，得用腳步去兌現。誰也不想將來面對「子欲養而親不待」，只剩一聲歎息。

很多人以為，讓父母吃穿不愁，便是盡了孝心。可物質的充裕，算不盡心裡的孤單。如今中國空巢老人過億，不少人過著「富裕的寂寞」——日子過得去，心裡卻少了什麼。我認識一位阿姨，兒女在外，每月按時打錢。她卻常常對著手機發呆：「卡裡的錢，我看不見也摸不著。少打點，多回來幾趟，比啥都強。」聽著令人心酸。孔子說：「今之孝者，是謂能養。至於犬馬，皆能有養；不敬，何以別乎？」真正的孝，不只是供養，更是敬重——願意花時間陪伴，願意靜下心傾聽，願意去懂他們沒說出口的心事。回家，就是這份敬重。聽母親講家長裡短，陪父親看一遍又一遍的老劇，一起在廚房包頓餃子，滿屋子都是笑聲。這些貌似細碎的小事，卻最暖人心。它在悄悄告訴父母：你們一直被兒女放在心上。

賀彥豪

跑步快樂



特稿

2026年晉江馬拉松賽，讓我看見了像「最快女護士」張水華以及有更多的人在人生的賽道上邁出腳步，一路疾風奔跑。他們在專注熱愛跑步的同時，更是追求健康與生活的快樂，未來道阻且長。我就是「曬跑族」中一個「年輕的老年人」。

十幾年前，我因得了糖尿病而愛上跑步，於是每天鬧鐘起，起床跑步，無論是風晨雨夕還是寒來暑往，這一習慣，雷打不動，雨澆不滅，無人撼動得了。

跑步是一項簡單的體育運動：抬起左腿放下右腿，又抬起右腿放下左腿，這時兩腿加快速度，身子向前移動；揚起頭，挺直胸，雙手像時鐘上的分針和秒針一樣擺動；這時鼻孔微張一吐一吸，做深呼吸；不一會兒，一顆顆汗珠子從額頭上沁出來；再一會兒，汗水便順著前胸和脊樑流下來，掏出毛巾擦乾。不管什麼時候只要一跑步，雙眼就要望著前面的路，什麼行道樹呵、什麼房屋呵、什麼街路呵，一點點，一點點地就在身後漸漸地消失了……當年我家就在市體育場附近，從家裡奔向體育場，一路小跑，然後繞跑道，一口氣跑了3公里，全身早已汗水淋漓，張開大口呼吸著早晨新鮮的空氣。天，已漸漸地亮了，寬闊的跑道上迎來了晨練的人們。我暗自與自己較勁，今天跑5公里，再累也要完成，加油！再跑三圈，目標就在前面，決不能停下腳步。說是鍛煉，每天就是這樣重複著一種肢體動作，累並快樂著，忽覺那健步如飛的跑步中，有一縷徐風吹來——跑步之樂，樂在心中有個目標，也許這就是跑步帶來堅韌的毅力和無窮的樂趣吧。運動改變人的習慣與性格，面對困難步步為營而不是退縮。快樂，為健身最妙之法。跑步之樂，樂在不論春夏秋冬，可早可晚；可快步慢跑；這一路跑下來，屈指一數，跑了5000多個日子，其中

人總愛說「下次吧」「有空再說」，好像父母永遠不會老，家裡那盞燈永遠亮著等你。有人算過一筆賬：倘若父母還能陪你三十年，你每年春節滿打滿算在家待十天，除去走親訪友、應酬聚會，真正陪他們說說話的時間，加起來連一年都湊不夠。原來我們以為的來日方長，在生命的減法面前，薄如蟬翼，短得心驚。蘇軾一生奔波，終是對著明月空歎「此事古難全」；歐陽修功成名就，母親卻已不在。古往今來，多少遺憾，最後都歸結為三個字：來不及。常回家看看，不是義務，是你心裡明白：這份親情，要在還擁有的時候，好好珍惜。

誰都忙。工作纏身，路途奔波，孩子要顧，想不回家總能找出一堆理由。可也有人，週五下班驅車兩小時，只為陪父親下一盤棋；也有人，一有空就帶著母親四處走走。他們不是不忙，只是把回家，看得比什麼都重要。現在的生活很方便。一時回不去，就打十分鐘視頻，看看父母的氣色；網上買點愛吃的點心寄回去，附上一句惦記。這些，都是「常回家看看」如今的模樣。關鍵在一個「常」字，在你心裡始終裝著他們。心裡有，自然會變成一張車票、一通電話，真真切切來到他們身邊。

「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待。」這句話被說了千百年，道盡人生無奈。而「常回家看看」的珍貴，就在於它把無奈，變成了觸手可及的小事。別再把「等等」掛在嘴邊。

就從今天開始：少刷一會兒手機，給家裡打一通長電話；推掉一場飯局，去買一張回家的票；父母嘮叨時，收起不耐煩，認真聽一聽。

「父母在，人生尚有來處；父母去，人生只剩歸途。」常回家看看，溫暖的不只是他們的晚年，更是你自己的心。讓回家，成為生活裡自然而然的事；讓陪伴，成為你能給出的最好禮物。

說到底，孝心，真的等不起。

何瓊珍

守望天空的自然與純淨



特稿

收到朋友轉交的宋顯仁散文集《一樣的天空》。這本書，簡約淡雅而又自然的封面，散發著淡淡的書香味道。而這樣的一種感覺，正如我讀到的《一樣的天空》，裏面的文章，讓我們如同看到一片蔚藍色的天空，看到天空的自然與純淨，給我們精神上的文化雨露。

「心靈不在它生活的地方，而在它所愛好的地方」，《一樣的天空》是一片作家與讀者皆得到自然、溫暖、閒適、愛與感悟的天空。自然與純淨，來自那自然流露出來的生活摯情。源於對自然的敬畏，對生活的熱愛，對事物深入細緻的「觸景生情」，在宋顯仁的筆端下，我們看到許多平時不太顯眼的自然之物，都「躍然紙上」，都能夠觸發我們共同的感悟——這時候，我們才發現，原來，我們身邊會有那麼多被我們忽略的自然之美。如《大榕樹下》、《香椿》、《小街》、《十里畫廊裏的轎夫》、《椰風濤聲入夢來》、《路過萬泉河》、《雨中走進紅樹林》等。《大榕樹下》寫的是我們所熟知

實實的家鄉紅薯乾，今日我是多麼懷戀你，你使我讀懂了生活的艱辛，你更教我不要為艱苦的生活而神傷》。《如水愛情》寫的是「平淡、從容、清亮」的愛情，寫的是「九七年初夏，我就拍攝了這樣的愛情故事」，在如水一樣自然與清澈的意境裏，「如水愛情，流走的是時間，是歲月，留下來的堅貞，是難忘；如水愛情，平淡的是每一天，令人回味的是一年年」這讓我們得到感悟與明瞭，對愛情會更加的堅信及珍惜。

自然與純淨，來自那自然流露出來的底層關懷。作為一個媒體人，宋顯仁站在媒體報導的現場感，以責任及良知，以理性及透明度極高的角度，為我們「亮」出一扇窗口，從這樣的一扇「窗口」中，我們發現更多溫暖人心的「底層關懷」。如《村人舊事（五則）》《像狗一樣的民工？》《我們又能吃什麼呵》《好人一生平安》《平凡的人給人最多感動》《一場遊戲兩場碎夢》《讓我們吃蟲子》《一樣的天空》《落魄江湖》等。《落魄江湖》裏寫到的「阿成」，寫的是一個看起來比較「底層」的朋友的人生經歷，阿成說「已平靜了，已不想再鬧了，自己身體有病，父親也是剛從醫院出來，前不久，動過大手術。他說他調回去可照顧自己以及父親」，以及阿成「眼裏閃過一絲光彩」等，這些語言及細節的刻劃，都給我們心靈上的觸動。

在「一樣的天空」下，我們讀到更多的是自然與純淨的「自然與純淨」，還需要怎樣的形容？讀到《後記》的時候，我再一次為宋顯仁營造出來的「天空意境」或如潮澎湃，或心曠神怡。他在《後記》中說到「朋友，在熱帶叢林，在寧靜的秋夜，我和你一樣獨撐一片天空。每當我穿過偌大的林子，或者穿過那寂寞的長街，我感覺有你同行，我依稀聽聽到你的腳步，我彷彿聽聽到你的話音……」

我們，多麼需要守望這樣的自然，這樣的純淨以及皈依這樣天空，在這樣的天空中，守望幸福、守望家園、守望精神、守望文化、守望未來……

菲律賓商報
CHINESE COMMERCIAL NEWS
 于以同傳媒有限公司出版
 Published every morning by
 YUYITUNG COMMUNICATIONS, INC.
 創社社長：于以同烈士
 社長兼總編輯：于慶文
 營業部：227 Dasmariñas St., Binondo, Manila
 電話：79606382 · 82411756
 傳真：82411588
 電郵地址：siongo@gmail.com
 電子網頁：www.shangbao.com.ph



請掃碼關注微信公眾號

Android 客戶端下載

member:UPMG GROUP