

《觉悟之护理》

图书基本信息

书名：《觉悟之护理》

13位ISBN编号：9787308040334

10位ISBN编号：730804033X

出版时间：2004-11

出版社：

作者：荒木由美子

页数：158

译者：赵声良

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《觉悟之护理》

内容概要

我，荒木由美子，昭和三十五年（1960年）出生于佐贺县神崎郡靠近吉野里遗迹的地方，家里有父母、哥哥和我共4人。

那时父母都忙于做保健饮料的生意，特别忙。我每天傍晚放学回家后，一个人一边吃点心，一边做作业，直到哥哥回来。当时九州的家庭，男人都不进厨房。哥哥也是从不做饭的，都是我做饭。所以，才十岁的我就跟现

在一样什么家务都要干。

小时候，奶奶很喜欢我，常塞给我零花钱，说：“人生，就是喜悦和感激啊。”我直到长大才明白这句话的意思。

不论是在演艺界工作的时候，还是在结婚以后对婆婆护理的时候，我都会无数次想起这句话。虽然感到“苦啊”、“受不了啦”，但所有的一切都化成了“喜悦”、“感激”……

十岁时，我瞒着父母参加了电视台的歌曲演唱比赛。

十六岁那年，我赢得了第一届豪丽全国新人大奖赛的审查员特别奖，从此进入演艺界。母亲对此一直持否定的态度，好在有父亲支持我，允许我“按照自己的理想去做”，并说服了母亲。

到了东京，我住进演出公司的集体宿舍，每天来回于学校和排练场。

演艺界的工作是非常繁忙的。有时，早上去大阪，中午录了一个节目，马上回到东京把工作做完，然后傍晚又到大阪，深夜还要录音，常累得精疲力竭，可只要一听到“开始”的声音，无论如何疲劳都必须做出笑容，唱起来，演起来。

正是这些经历，给了我后来的生活以勇气和自信。

我作为歌手正式在演艺界出现是1977年6月10日。

在这之前，我遇到了早就踏入演艺界的汤原昌幸。

当时，我在拍一个洗发液的广告。汤原昌幸说：“啊，广告女孩！别紧张，我来让你稍微笑一点，帮你放松放松吧。”说着就仿照广告节目上那样在我的肩头“咚”地轻轻一敲。

冷不防有男性在我的肩头上敲打，我非常惊讶，就狠狠地瞪了他一眼。汤原感到这个女孩好厉害！

后来，在歌唱节目里我再次见到了久违的汤原。那时的我，跟其他演员一样对汤原较为尊敬。

“哦——由美子，你好吗？长大了！”汤原想请我喝酒，被我很严肃地拒绝了。

在一场宴会上，气氛很热烈，大家都喝得醉醺醺的，其中就有汤原。好像哪里出错了似的，他乘醉说道：“由美子，我知道你现在工作很忙，等三年左右，你就到我这儿来吧！”

我非常吃惊。

从那以后，汤原常打电话来，我只是把他当作很亲切的兄长，没有特别作为恋爱对象来考虑。

当时，我们的交往非常纯洁，可他却开始认真起来。

由于工作的原因，男女交往是被禁止的。于是，公司费尽心机地让我和汤原没有会面的机会。那时，我还感到很奇怪，怎么碰不到汤原了。

因有正月的节目，我回九州老家，母亲提到了汤原。

汤原从小由母亲一个人带大，比我大十三岁，他说他真心想跟我交往。我说：“你说想跟我交往，如果只是简单地玩玩，那就到此为止吧……如果是以结婚为前提，那么我也要严肃地考虑。”

不久，汤原正式向我求婚，而我也很怕错过跟汤原的缘分。

父亲突然因脑血栓而住院了，汤原得知此事，请好假，和我一起回九州。我很担心父亲会给汤原一拳，可没想到父亲见了他，很平静地说：“汤原君，你真觉得这个女儿好，就拜托多关照了！”

汤原的母亲是工商业者居住地区长大的办事干净利落的人。

1983年9月16日，我们正式登记结婚。

汤原的工作非常忙，不能马上去新婚旅行，婚宴之后，我们便开始了一家三人的生活。

新婚生活第二周的一天，婆婆的脚就因血管被血栓堵住了，必须马上手术，而开始了第一次的住院生活。

尽管此事让我心绪不宁，可必须办的事情一件接一件，使我没有时间去烦恼。我心里明白，反正是要做的事，就要用心尽自己最大的努力去做。

婆婆嫌医院的饭不好吃，于是我每天做好饭，送到医院去，一个月后我已疲惫不堪。

婆婆的病是由糖尿病引起的。对糖尿病患者，最重要的是每天饮食的管理。这样，我开始在营养师的

《觉悟之护理》

指导下学习热能知识。计算着卡路里来准备一日三餐，确实是非常艰巨的工作。

由于婆婆有“糖尿病”、“高血压”、“心脏肥大”等成人病，每三个月就要去住一次医院。这个周期后来一直持续下去，我渐渐地习惯了各种住院的手续。

结婚一年后，儿子出生了。

怀孕时，我一直陪伴着婆婆住院并看护着她，甚至连感觉妊娠反应的工夫都没有。

也许是由于这种疲惫不断地加重，怀孕五个月的时候差点就流产了。

儿子出生后，我更忙了。婆婆的糖尿病在渐渐地恶化，一年间两次长期住院。

在家看孩子，为婆婆做饭并送到医院去，回家还要做家务，然后为丈夫做晚饭，周而复始……

即便婆婆不住院，我坐在椅子上，给孩子喂奶时，也是下面看着孩子，上面则看着婆婆，双方都得照料。

婆婆叫我阿美，我在为孩子做断奶食品的时候，她嫉妒地说：“阿美，不要光给孩子做好吃的，给我也同样做一点。”

婆婆、汤原、儿子，我每天都一个一个地侍候着他们。

孩子上幼儿园后，我上午拼命忙家务，有空再到和服学习班或陶艺学习班去。

星期天医院不开门，可奇怪的是，几个月来每到星期天婆婆就去医院。

我的心里充满了疑问，却没有想到，这就是已七十岁的婆婆痴呆症的开始。

那时，我常受婆婆的欺负。

婆婆常无缘无故地冲我发火，儿子有时放学晚了，她便怒吼道：“天都这么黑了，干什么去了？”

最让人难以忍受的是，我花了很大工夫给她做好的饭不吃，却每天都去外面买熟食来吃。最后，连汤原都看不过去了，可我还是一个劲儿地劝他别跟婆婆吼。

所有的泪水都吞进肚里，我忍受着，不跟婆婆吵架。

我结婚时，就下定决心“绝不跟婆婆吵架”。如果相互间把想说的怨言都说出来的话，就会没完没了，大家都觉得没趣。我想，这就是做“媳妇”的思想准备吧。

现在想来，那些都是痴呆症的初始症状。并不是对我做的饭不满意，只是对买熟食这一行动有兴趣，也许买东西这一行动，使婆婆得到一种满足感吧。

到后来痴呆症更严重又去住院时，我整理婆婆的屋子，发现她竟买了近百条纯白的短裤。她恐怕是在无意识中对自己的下身较为担心，或者，实际上她有大小便失禁的情况，弄脏了内裤让我洗的话感到害羞就悄悄处理掉。

后来她开始说“没有钱啊”、“东西没有了”之类的话。这种奇怪的事情最初一个月一次，后来就两次、三次地增加。但在那个时期以外，则完全正常，没有什么异常举动。

其实，那个阶段就是所谓“间歇性痴呆”的时期。在大部分时间里，婆婆的意识、行动都是正常的。但会在没有任何预兆的情况下突然出现痴呆的症状，有时连孩子都不认识了。她的病时好时坏，一般人看不出来。因此，我没法跟谁商量这事，心里非常痛苦。

就在这时，婆婆的主治医生也怀疑她得了痴呆症。可定期检查又查不出来，医生说下次在感到古怪的时候，马上送到医院来。可哪有那么凑巧呢？

反复检查多次，婆婆才被确认为痴呆症。为此，我松了一口气，可想到未来，却不知该怎么办。

当时，大家对痴呆症都没有足够的知识。

婆婆的痴呆症在慢慢地发展，我常感到忐忑不安，但自尊心不允许我当“逃兵”。

“加油啊！由美子。自己在那样繁忙的演艺界不都是竭尽全力地工作吗？把那份自信拿出来，使自己坚强起来吧！”我自己激励着自己迎难而上，坚信不论多么艰苦，自己都有克服困难的力量。

不久，婆婆的痴呆症状越来越厉害了，常说东西没有了，我只好陪着她翻箱倒柜。

她对钱有着强烈的欲望。我不仅常发现钱包里的钱少了，而且她向我和丈夫拿“零花钱”的次数也增加了。

原来她不断地订购一些没必要的首饰和高级化妆品，或许是想从“购物”中获得一种满足感吧。

此后，我把钱放在婆婆不容易发现的地方，还把所有的刀子用好就放到她不容易拿到的地方，以免出事。

有时，我为杂志或广告节目工作，一两天不在家，就把婆婆送到医院去。

可一住院，婆婆的“色痴呆”又开始了。医生给她检查，她说医生对她动手动脚，甚至看到孙子在家，她也要说有个年轻男人在家里。这恐怕跟她过去因丈夫花心而造成的痛苦经历有关。

《觉悟之护理》

孩子也觉得奶奶好古怪，不想和奶奶一起吃饭，我只好让他另外吃，但要求他理解奶奶是因为有病才这样的。

老年性痴呆有一种出现较多的症状就是徘徊，婆婆似乎感觉很孤独，常在家里来回转，在屋里来来回回地找东西。

半夜醒来，我去看她，发现她在走廊里踱步，就陪她一会儿。

孩子上小学四五年级的时候，婆婆的痴呆症到了非常严重的状态，我每天简直寸步不离。

我在家或外出，都要一直牵着婆婆的手。做饭时，就让她坐在一旁，这样我能在看得见她的地方做事。

她的体力并不差，我尽量让她不管什么都做一些，让她自己洗澡，否则体力会逐渐衰弱的。

我经常握住她的手，让她感到安心。人类有个特点，肌肤与肌肤的直接接触会使人安心。只要像待小孩一样待老人，相互之间的心情就会接近了。

婆婆的痴呆症在发展中，多次给亲戚打电话说我不让她吃东西，还说我和别的男人在一起。我不得不四处解释。由于疲劳和精神压力，我得了自律神经失调症和胃溃疡，还出现了脱发。

养育孩子，虽辛苦却能看得见未来，可护理痴呆病人则完全看不到前途，不知道接下来会发生什么。

开始时，我常因不安而控制不住自己哭泣。

即便如此，婆婆的护理是不能等待的。

幸好汤原非常清楚家中的情况，他尽量保持着平常那样的生活，非常重视夫妇在一起和与孩子在一起的时间。

为了自尊心，我坚决要自己打起精神，绝对不让丈夫看到一副怨恨的面孔。

虽一味被婆婆指责，我仍时刻陪在她的身旁，已到“极限”了。

汤原对处于“极限”中的我看不过去了，就让我带孩子回趟娘家。

这反而让我下定决心，决不半途而废。我还觉悟到：不仅仅是婆婆，包括汤原的人生也要由我担当起来。于是，眼前的事变得有了头绪，我更加精力充沛地照顾婆婆，根本没时间发牢骚、想退路。

忙碌中，汤原的爱常给我以宽慰。

尽管在一起的时间很少，互相看着对方的面容，就足以使我的疲劳消解了。

我们互相尊敬，为了不要忘记相恋时的情景，相互之间都直呼其名。

忙于工作的男性，要跟家庭主妇来分担照顾痴呆老人的工作是很难的，更何况九州有男主外、女主内的传统观念。

夫妇在任何时候都要互相尊敬和体谅，要忍住不说伤感情的话，以免互相伤害，追悔莫及。

当然在两人的时机能合拍之前，会不断地有很多因为时机相错而产生的误解等，然后随着不断地磨合而渐渐合拍了。

照顾婆婆的病让我疲惫不堪，有时一点小事都会变得很紧张，这时我会转弯抹角地吐露心中的烦躁：

“什么时候我们一起到外面喝点茶什么的。”

大部分的男性在结婚后，就不带着对方出去吃饭、喝茶了。

“怎么回事？这样的事为什么不早点说清楚？不要什么都藏在心里呀。”

有了这样的对话以后，于是才慢慢地能沟通了。

在家进行的打仗似的痴呆护理持续了七年。

婆婆已完全痴呆了，变得越来越怪，对我忽儿责备，忽儿怀疑。家里充满了紧张的气氛，几乎没了笑声。

连汤原也看不过去地说：“妈妈，如果再让由美子受苦，我也不会允许的。”说着两手做出一个掐住母亲脖子的动作。

那一瞬间，我感到不知道会发生什么事情，心里很害怕。

与其在家庭里护理得让家人与痴呆老人一起倒下，还不如鼓起勇气把她交给医院，家人跟她也才能正常地接触。

我们终于挑了一家虽离家稍远但设备完善的老人福利医院。

按有关规定，每半年就得换一家医院，出院入院是很麻烦的事。

婆婆的痴呆症进一步发展了，还因肺炎等病的发作，身体垮了下来。

在医院里，老人们相互间能接受到一些新鲜的刺激，而有同样境遇的家属也能相互交流信息或聊聊家常，减轻一些心理压力。

《觉悟之护理》

医院还会组织“郊游会”等活动，让病人和家属一起外出活动，放松身心。

在家的時候，对婆婆来说我是她的“敌人”。到了医院，我成了“最好的人”，护士等照顾她的人则成了坏人。

她见了我总是很高兴，我尽量每天都去看她。因为要是哪天我有事没去，她就心绪不宁，夜里也不睡觉。

虽说这对我也会形成压力，但比起在家24小时持续不断的艰苦状况来，就非常轻松了，相互间还有了一种良好的关系。

婆婆常会产生强烈的嫉妒，有时我去帮助别的患者，她就会气得连饭都不吃了。

她的自尊心也很强，喜欢听到表扬。她对我的化妆也很羡慕，小孩似的要我给她涂口红。

现在想来，一直支持着我进行了长达二十年的护理生活的，就是家人的“谢谢”一词。

汤原常拉着我的手对我说“谢谢”，我们相互体谅，共渡难关。

在接近临终的日子，婆婆常拉着我的手说：“阿美，谢谢你！”她时不时地对着我叫“阿妈”。由于痴呆的原因，她把我当作了妈妈。

2003年1月4日，婆婆的病情急剧恶化。9日，她静静地停止了呼吸。

葬礼要在婆婆的出生地茨城举行，汤原为所有的手续奔走之时，我一人守在阴暗的太平间面对婆婆的遗体，被强烈的孤独和悲凉包围着。

婆婆去世后两个月左右，还是初春的光景，我在院子里看到了婆婆生前最喜欢的蓝色的蝴蝶，在翩翩起舞……

附：由美子式的“觉悟之护理”十条

一、做好精神准备。

二、即便是哭也不要发怒。

三、“我绝不会输”。

四、能变换多种身份。根据场合适当选择，在医院是“护士”，回到家则是“母亲”。

五、应坚持的自尊心和应放弃的自尊心。无论怎样艰苦，也要一直坚持“作为人的自尊心”，“作为女性的自己”。要放弃的是诸如固执己见之类的无意义的自尊心。

六、不要过分期待于对方。

七、想清楚自己是为了谁而生活。

八、找准时机。

九、把“谢谢”、“对不起”作为常用语。

十、喜悦和感激。

（欧阳胜/缩写）

《觉悟之护理》

作者简介

20年前，日本电视剧《排球女将》中的“小鹿纯子”成为当时年轻人的偶像。在事业的顶峰期，“纯子”的扮演者荒木选择了婚姻，婆婆却是个重度老年痴呆症患者。几天之内，她就从一个舞台明星转为默默无闻的家庭主妇。难以想像，20年来，右手是儿子，左手是婆婆，荒木整个身心投入到以照顾家人为主的生活。如今，她把自己20年来的心灵感悟写成了《觉悟之护理》。回望20年的默默牺牲，令人感动的是，荒木的心态非常平和。她是如何“觉悟”的？对于深陷家庭、事业两难困境的读者，也许本书能起到一些帮助吧，但要达到荒木的境界，绝非一日之功啊。

《觉悟之护理》

精彩短评

- 1、在坎坷和困难中寻找喜悦和感激是一件不容易的事。时间证明由美子内心的强大。在记录中有学到不少东西，以及不同的文化。一样也是激励人心，只是更多了很多的沉稳和坦然。
- 2、看PP来着
- 3、很好的一本书 女性值得一看。
- 4、三岁时的童年偶像排球女将，当我结婚生子后再读到这本书，好多同感，觉得她真是完美的女性！
- 5、虽然字数不是很多，我两个小时不到就全读完了，但是看到了不一样的由美子，原来明星也有我们想不到的家庭，很为她的坚强而感动，我又重新看了遍排球女将，依然被她的精神所感动！
- 6、看了以后觉得应该勇敢地面对生活，面对目前的挫折，虽然可能会看上去很傻，但是人生只有一次，要做对得起良心的事，才是成功的。
- 7、人生就是喜悦与感激啊！
- 8、后面的小标题是中文版自己加上去的，其实就没怎么讲拍戏的事。但是喜欢小鹿，喜欢荒木由美子，虽然这个在网上已经看过了，还是买了收藏支持一下。
- 9、觉悟
- 10、还不错，由美子本人的毅力要超过护理那部分内容，很真实
- 11、这本书很好的，读书育人，大家可以看一看。

《觉悟之护理》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com