

歡迎長輩們多多捧場·踴躍賜稿

老來忘我之境

文／陳效奎 寄自澳洲



上了年紀，特別體會到身體健康才是最重要的。歲月不饒人，生理上的衰老，隨著時日的過去，日益顯著。今年來，我腰酸背痛，雙膝乏力，寫字不成形，時好時壞變成了常事。最困擾的是無精打采，每天起身後，除了把早報的新聞大標題稍稍過目，接下來看中國新聞，晚餐前又收看國際新聞，一天內能列舉出來的就是這些。澳洲南半球現在是夏季，這二天來的氣溫都是36℃，夏日炎炎正好眠，一天就這樣過去了。

午夜夢迴，我常回想我究竟是如何老起來的？記憶力是怎樣逐漸減退的？也很有趣。我在大學讀書時，主要課程是昆蟲學，得學習昆蟲形態的術語及拉丁學名，那時記憶力可算不差。接近中年，接受WHO的轉業訓練，自經濟昆蟲改為衛生昆蟲，且專攻蚊子，蚊子的學名也仍可照背不誤。直到退休後，以栽花蒔草種菜打發日子，逐漸疏遠了本行。看到了學名才似曾相識而已！

退休後僑居澳大利亞，不知不覺發生了記憶力的問題。有一天週末駕車前往市場買菜，邂逅了同事，約好午後一起去飲茶。待我回宿舍後，匆匆忙忙把食物放進冰箱，就準備去赴約。不意翻遍口袋，再也找不到車鑰匙，只好用備用的鑰匙趕往赴約。三點多鐘回宿舍後，循著車庫把經過的地方重走一遍，仍無蹤跡，徒呼奈何！直到黃昏準備晚餐時，不意在菜堆裡發現車鑰匙。這是我第一次鬧的烏龍事件，認真說來，這僅是忙中有錯，粗心大意而已，可能與記憶力無關。

歲月如流，後來逐漸發生書寫信件時，想不起中文字，部首也想不出，只得查英文字典來找中文字。在菜園工作時，常找不到剛用過的小工具，如鏟子之類。我當時是向社區農場租用了一小塊菜圃，開車前往車程不到10分鐘。每次完工回家時總少了些工具，成為常事。好在失去的

工具，第二天總可找回，不是插在土中，就是遺留在菜畦裡。

70歲左右，我不再駕車，改搭乘公共交通工具，更是常丟東西。最離奇的一次，是我一副新配的眼鏡，才用了2、3天，竟不翼而飛，始終想不出是如何丟失的，而且是連鏡盒一併遺失的。使用複雜點的電氣、電訊設備，要同時開幾個開關的，常少開了一個或誤開了一個，得不到結果。如用電壺燒開水，常開了牆上的開關，而忘了開電壺上的開關。

到了80歲，進出大門開始有了問題。出門時，常常忘了熄火，讓食物在瓦斯爐上燒焦了，滿室是煙和焦味。女兒得知後，在大門的背後貼了一張「爐火熄了沒有」的警語提醒我。黃昏散步回來後，常常把鑰匙留在門孔上過夜，有一天早上給來訪的女婿碰上了，拿下了鑰匙，找了一根彩繩穿好套在我的頭頸上。

週末或假日，孩子們來帶我們出街，上了車子開出弄口，我忘記大門究竟關好了沒有？得讓孩子們開車回來重新檢查一下。次數多了，孩子們也學乖了，我一上車，就問我「大門鎖了沒有？」

幸好，到目前為止，每次散步回來，仍認得路回家，希望永遠不會忘記，否則就要流浪街頭了。

■

助聽器 51年老店 值得您信賴

留美專家 ■ 主持驗配 ■ 保障服務

獨一專門店 助聽器世家

台企行

集世界名品

原台灣電氣企業行

2541-3525

2551-2525

2563-7395

台北市中山北路2段25號2樓（中山分局附近）