

記住那關於光陰的教訓

神經格爾

恒仔還被人喚作「恒仔」的時候，並非如今這般模樣。三十出頭的年紀，身形精瘦，衣著樸素，背著一個舊帆布斜背包，包裡裝著一疊表格和幾支筆，爬唐樓的速度極快。可是，十年前的恒仔，腕上是名錶，腳上是限量版波鞋，每個月總要到米芝蓮三星餐廳嘗鮮，菜單上的價格從不細看。那時他剛做精神科社康護士不久，薪水不算頂高，但家庭負擔不算重，信奉的是「活在當下」，而他的當下，便是名牌紙袋塞滿衣帽間，手機相簿裡全是精緻餐飲的擺盤藝術。

轉變始於那次家訪……個案是一位五十多歲的陳叔，早年做地盤雜工，後來因工傷斷了腿，又患上抑鬱症；太太在茶餐廳洗碗，獨生女就讀中四。恒仔跟進了將近一年，陳叔的病情反反覆覆，試過三種藥物效果都不太理想，近來又因女兒成績下滑，整夜失眠，有時還會對著牆壁自言自語。恒仔那次前往，是應陳太的要求，想看看能否調整用藥，或者安排日間醫院復康訓練。

他記得很清楚，那天是冬至。香港人對冬至十分重視，比新年還要緊要。恒仔原本約了朋友去中環一家新開的法國餐廳，訂金都付了，但陳太在電話裡聲音發顫，說丈夫今天又不肯吃藥，她非常害怕。恒仔猶豫了十秒鐘，取消了訂位。推開陳家那扇吱呀作響的鐵閘時，恒仔聞到一股熟悉的、廉價的消毒藥水氣味，混雜著舊式公共屋邨特有的潮濕牆灰味。

客廳很小，陳叔蜷縮在沙發一角，眼神空洞地望著窗外；陳太在廚房裡忙碌，鍋鏟碰撞鐵鍋的聲音噼啪作響。「恒仔你來了！快坐快坐，一起吃飯！」陳太探出頭來，臉上掛著汗珠，笑得熱情又帶著幾分不好意思，「今天過冬至，我們沒出去吃，自己煮的，你可別嫌棄。」恒仔說不用，剛剛在樓下茶餐廳吃過了。其實他正餓著肚子，早上出門太急只灌了一杯咖啡。

他坐下來與陳叔聊天，問他吃藥了沒有，晚上睡了幾個小時，有沒有聽到什麼聲音。陳叔答得含糊，不時嘆氣，說自己像個廢人，連累老婆在外辛苦。正說著，陳太端菜上桌。恒仔掃了一眼——一碟豉油雞翼，一碟炒菜心，一碟煎釀三寶，還有一煲冒著熱氣的例湯。餐桌上還擺著三個白色的發泡膠碗，一看便是外賣。「這是什麼？」恒仔隨口問道。陳太笑得更開心了，眼角的魚尾紋擠成一團：「快餐店的冬至套餐！你看，有臘味煲仔飯，有羅漢齋，還送一碗紅豆沙！三個人吃都夠，結帳才一百塊錢呢！」她一邊說，一邊掀開發泡膠碗蓋，熱騰騰的蒸氣升騰而起，帶著臘味的甜香和米飯的焦氣。

陳叔聞到味道，竟動了動，慢慢從沙發上撐起身子，挪到飯桌前坐下。女兒也放下手機走出來，一家三口圍著那張摺疊圓桌，陳太夾了一隻最大的雞翼放進陳叔碗裡，又給女兒舀了滿滿一勺紅豆沙。「爸爸，你多吃一點。」女兒的聲音很輕。陳叔低頭扒飯，扒了幾口，忽然抬起頭，眼眶泛紅，嘴角卻帶著一絲弧度。他說：「好吃。」就兩個字。恒仔坐在一旁，看著他們一家三口「做冬」，一家人整整齊齊吃飯。那一刻，客廳裡只有碗筷碰撞的細碎聲響，恒仔忽然覺得喉嚨發緊。他不是沒吃過快餐店。讀書時趕功課、實習時趕更，三十塊錢一份焗豬扒飯，連凍飲都捨不得加，可是那時他從未覺得那盒飯有什麼特別。後來賺了錢，開始追逐那些

擺盤精緻、名目拗口、一口咬下去要閉眼品味十五秒的料理，他以為那就是「好吃」的終極定義。但此刻他坐在這個不足兩百平方呎的公屋客廳裡，看著一家三口用發泡膠碗吃一百塊錢的冬至飯，臉上那種滿足的神情，竟比他在米芝蓮三星餐廳見過的任何一張面孔都要明亮。他想起上星期的一頓懷石料理，十二道菜，每一道都像一幅畫。但飯後心裡空蕩蕩的，他忽然不明白自己一直在追求什麼。

回去的路上，恒仔沿著屋邨外的老街慢慢走，街燈昏黃，燒臘店的白熾燈還亮著，老闆在斬叉燒，刀落砧板的聲音沉悶而有力。他摸了摸自己的斜背包，裡面有陳叔最新的評估表格。他想，陳叔的病情雖未見明顯好轉，藥效還需觀察，但他今天吃了半碗煲仔飯，還笑了一下——這就是進步。他想起入職培訓時導師說過的話：「我們這一行，別總以為自己是在教育病人。有時你坐到他們家的椅子上，聽他們說一句半句，才會發現原來自己什麼都不懂。」那時他不以為然，覺得導師過於謙虛。做了幾年，見過的個案多了，他才慢慢明白——那些他以為自己在「教育」的病人，其實每天都在用他們的人生教會他更重要的東西。

比如另一個案：根叔。那是一位七十歲的老伯，患有躁鬱症，發作起來會在大街上罵人。根叔清醒的時候其實很斯文，寫得一手好行書。有一次根叔躁期剛過，忽然對恒仔說：「年輕人，你知道我為甚麼老是發脾氣嗎？因為我害怕啊。怕自己沒用，怕別人看不起我，怕我老婆走了之後，再也沒有人記得我。」恒仔坐在他對面，聽完之後他說：「根叔，我記得你。你寫的字我還收在辦公室裡。」根叔愣了一下，渾濁的眼睛裡有什麼東西閃了一下。恒仔後來在個案記錄中寫道：「情感連結比藥物更早發揮作用。」但他心裡知道，是根叔教會他——人最大的恐懼從來不是疾病，而是被遺忘。還有那位二十歲就患上精神分裂的阿強，病發時覺得全世界都要害他，卻在恒仔生日那天發來一條語音，結結巴巴地說「恒仔哥哥生日快樂」——他記得恒仔曾提過一次生日。恒仔把這些叫做「生活中的一點甜」。他在日記裡寫過一句：「我本以為自己是拿著手電筒照路的人，走到一半才發現，沿途那些人遞給我的燭光，比我帶來的光還要多。」

三年後的冬至，恒仔又去了陳叔家。陳叔好了很多，藥物調整適當，能夠自己下樓買報紙，偶爾還會去公園跟老伯下棋。那天陳太又訂了快餐店的冬至套餐，還是那個臘味煲仔飯，還是送一碗紅豆沙。恒仔這次沒有推辭，坐下來與他們一家三口一起吃。發泡膠碗捧在手裡有些燙，臘腸的油脂滲進飯粒，香得樸素而直接。女兒今年考完中學文憑試，成績不理想，但找到一份美容學徒的工作，說想存錢帶爸媽去一趟台灣。陳叔笑她：「你那點薪水，請我們吃快餐店都不夠吧。」女兒噘嘴：「快餐店也很好吃呀！」一桌人都笑了。恒仔咬著那粒臘腸，嚼了很久。他想，他腕上不再戴名錶了，換了一隻精準耐用的跳字錶；他不再追逐米芝蓮了，現在最常吃的是屋邨樓下的雲吞麵，老闆娘認得他，會多加兩粒雲吞。他的快樂沒有比以前少，反而更加踏實。

那天臨走時，陳太塞了一盒自己煎的蘿蔔糕給他。恒仔接過，說多謝。走到樓梯口，他回頭望了一眼那扇半掩的鐵閘，聽見裡面傳來電視聲、碗筷聲、陳太的嘮叨聲和陳叔偶爾的應和聲。那些聲音混在一起，溫熱而瑣碎，像一煲煲了很久的老火湯。他走下樓梯，帆布包在腰間輕輕晃動。外面又降溫了，但他摸到懷裡那盒蘿蔔糕還是暖的。

他想，做精神科社康護士這一行，說到底，是去別人的生命裡借一點火，再把自己手上的火分出去。你永遠不知道哪一次家訪、哪一句閒談、哪一盒一百塊錢的快餐店煲仔飯，會成為某個人的冬至——那個讓你忽然明白，原來快樂可以如此簡單，簡單到只要一碗熱飯、三個人圍坐、和一句「好吃」的冬至。恒仔走出屋邨大門，冷風撲面，他縮了縮脖子，嘴角卻翹了起來。他掏出手機，給朋友發了條訊息：「今晚有空嗎？請你吃雲吞麵。」對面秒回：「又吃雲吞麵？你甚麼時候變得這麼省錢了？」恒仔打字：「好吃嘛。」發送。然後他大步走進風裡。街角的燒臘店還在斬叉燒，刀落砧板的聲音，篤、篤、篤，像某種堅定而樸素的心跳。