



38岁那年意外摔瘫,随后17年,
她以板凳为杖撑起自己的小家

用板凳丈量人生

老记伏枥

联系电话
17708339062



清晨5点半,涪陵区江东街道新梨村的薄雾还未散尽,蔡其兰家的厨房里已亮起昏黄的灯光。一根掉了漆的木凳在水泥地上发出“吱呀”声响,55岁的蔡其兰双手抓着凳面,臀部轻抬,一步一顿挪向灶台。灶台边的墙面上,密密麻麻刻着几十道浅痕——那是她记不清摔了多少次后,用指甲无意识划下的印记。

当天一大早,我们前往她家探望时,她刚在地里种完豌豆,正扶着板凳往家挪。走到屋檐下,她停下脚步,熟练地脱下沾着泥土的胶鞋,换上摆放在门边的干净布鞋——这是她多年来雷打不动的习惯,哪怕行动再不便,也要把地里的泥巴挡在门外,让屋里始终清清爽爽的。引我们进门后,她热情地招呼我们坐,转身便挪着板凳钻进厨房忙活起来:刨土豆、洗蔬菜,动作虽缓慢却有条不紊。做完这些,她又拿起扫帚、拖把,把厨房打扫得一尘不染,接着整理房间和衣物,整个家被她打理得井井有条,看不到一丝凌乱。从38岁因意外致残到如今,这张板凳陪着她走过了17年,撑起了这个只有她和外出打零工的丈夫焦安伦的小家(32岁的女儿焦静已成家),也书写了一段“身残志坚”的动人故事。

意外摔瘫后
她把板凳磨成“腿”

2008年的那个秋日,是蔡其兰生命里最灰暗的一天。38岁的她,在坡上干农活时意外摔伤。“当时只觉得腰杆像断了一样,疼得喊不出声。”回忆起往事,她的指尖无意识地摩挲着板凳边缘,那里已被磨得光滑发亮。

因家境贫困,她在镇卫生院简单处理后便回了家,想着“歇几天就好”。可没想到,腰部以下的力气竟一天天消失,最后连站起来都成了奢望。“医生说错过了最佳治疗时间,腰部神经受损,以后可能再也站不起来了。”丈夫焦安伦蹲在墙角抹眼泪,她却盯着屋角的木凳发呆——那是用丈夫做木工剩下的边角料拼成的,凳面方正、凳腿结实。

“我不能倒下,娃还小,婆婆也需要人照顾。”第二天清晨,蔡其兰咬着牙,双手撑着板凳试图站起来。可刚一用力,身体就像灌了铅似的往下沉,重重地摔在地上。膝盖磕出了血,她没哭,爬起来又试。就这样摔了爬、爬了摔,一天下来,手掌磨出了血泡,臀部也青一块紫一块。焦安伦看得心疼,想要扶她,却被她推开:“你扶得了我一时,扶不了我一辈子。”

为了练习“行走”,她把家里的堂屋当成训练场,从这头挪到那头,再从那头挪回来。起初,十米路要挪半小时,汗水浸湿了衣衫,手臂酸得抬不起来。晚上躺在床上,浑身像散了架,可她却在心里给自己打气:“再坚持一天,明天就能多挪一步。”

“我都记不清用坏了多少根板凳。”蔡其兰笑着说,丈夫是木工,见她磨坏一根就重做一根,家里墙角堆着十几根断了腿、裂了缝的旧板凳。一年后,她终于能靠着板凳灵活移动,甚至能挪到菜园里干活。邻居们经常看见,她在菜地里,一只手抓着板凳,另一只手除草、松土,夕阳把她的影子拉得很长,像一株倔强生长的兰草。哪怕是种菜这样的农活,她也凭着这股韧劲,一步步完成。

用板凳“驮”起
婆婆温暖的晚年

2015年,焦安伦为了贴补家用,不

蔡其兰扶着板凳淘米做饭



蔡其兰在地里干农活

得不外出打零工,照顾患有老年痴呆的婆婆的重担,全都压在了蔡其兰肩上。“他走的时候拉着我的手哭,我说你放心,家里有我。”话虽简单,可做起来却难如登天。

每天清晨,蔡其兰起床后的第一件事就是挪动板凳到婆婆房间,帮老人穿衣、洗漱。婆婆行动迟缓,还时常认不清人,有时会把她当成“陌生人”,挥手就打。有一次,婆婆情绪激动,一把将她推坐在地上,板凳摔出去老远。蔡其兰忍着疼,慢慢爬过去捡板凳,回头还笑着对婆婆说:“妈,咱不生气,吃早饭了。”

最难熬的是雨天。新梨村的泥土路一到雨天就变得湿滑,蔡其兰带着婆婆去厕所时摔倒过好多次。有一回,她为了护住婆婆,自己重重摔在泥水里,手肘擦破了皮,鲜血混着泥水往下流。婆婆像个孩子似的哭起来,她顾不上疼,爬起来先安抚婆婆:“妈,别怕,我没事。”等把婆婆安顿好,她才偷偷躲在厨房角落,用清水冲洗伤口,咬着牙不让眼泪掉下来。即便如此,她依旧没忘保持家里整洁,伤口稍好后又开始收拾屋子。

婆婆晚上经常失眠,蔡其兰就搬着板凳坐在床边,给她唱年轻时的山歌。“我也不会别的,就会唱几首老歌,没想到她还挺爱听。”唱着唱着,婆婆就睡着了,她才悄悄挪回自己房间,这时往往已是凌晨。6年时间,她从未睡过一个安稳觉,可每次给丈夫打电话,都说“家里一切都好,你安心干活”。

2021年冬天,婆婆安详离世。弥留之际,老人紧紧抓着蔡其兰的手,浑浊的眼睛里满是不舍。“妈走的时候很平静,我照顾她6年,没让她受一点委屈。”蔡其兰说这话时,眼眶红了,可嘴角却带着一丝欣慰——她用自己的坚韧,给了婆婆一个温暖的晚年。

暖阳照兰心
她把感恩种进生活

“党和政府没忘了我,乡亲们也帮了我很多。”蔡其兰的语气里满是感激。她指着自家的新房说,以前住的是土坯房,漏雨又透风,街道得知情况后,帮她申请了危房改造资金,2018年建起了宽敞明亮的砖瓦房。院坝边的护栏也是政府派人安装的,“怕我下雨天摔倒,他们想得太周到了!”

新梨村的村干部常常去看望她,送来化肥、种子,帮她翻耕菜园。政府配备的康复器材摆在堂屋里,她每天都坚持训练半小时:“多练练,身体好了,才能少给大家添麻烦。”

家人的陪伴更是她前行的动力。丈夫焦安伦在工地做木工,一有空就往家赶,回来第一件事就是检查她的板凳坏没坏,给她做最爱吃的腊肉炒笋子。女儿焦静嫁到了北山坪,每周都会带着5岁的外孙来看她,外孙一进门就扑到她怀里:“外婆,我帮你拿板凳!”看着外孙天真的笑脸,蔡其兰觉得所有的苦都值得了。

如今,蔡其兰的菜园里种满了青菜、辣椒、茄子,还有今天刚种下的豌豆。她还养了几只鸡,每天挪着板凳喂鸡、捡鸡蛋。“虽然行动不便,但我能靠自己的双手做点事。”她笑着说,上个月卖鸡蛋赚了一百多



蔡其兰在削土豆



乐观开朗的蔡其兰

块钱,她用这笔钱给外孙买了一套绘本。而她爱清洁、爱整洁的习惯,也让这个小家始终透着温暖和生机。

兰草韧如丝
向阳而生暖人心

夕阳西下,蔡其兰搬着板凳坐在院坝里,看着远处的群山。晚风拂过,院墙边的兰草轻轻摇曳——那是她去年种下的,如今已抽出了花茎。“我喜欢兰草,它在石缝里也能生长,韧劲足。”蔡其兰说,自己就像这兰草,虽然命运给了她坎坷,但她偏要向阳而生。

在新梨村,蔡其兰的故事早已传遍乡邻。村民们说:“蔡其兰不容易,可她从没抱怨过,还把家里打理得干干净净、整整齐齐,我们都该向她学习。”当被问起以后的日子有什么打算,蔡其兰望着院坝里嬉戏的外孙,眼里满是温柔:“我想把菜园种得更好,多养几只鸡,等外孙放假了,带他摘菜、捡鸡蛋。还想跟着村里的人学做手工,赚点零花钱,不给家人添麻烦。”

暮色渐浓,蔡其兰挪着板凳起身,准备进屋做饭。灯光下,她的身影虽有些单薄,却透着一股不可摧的力量。那根陪伴她17年的板凳,在灯光下泛着温暖的光泽,就像她的人生——虽历经风雨,却因坚韧与乐观,绽放出别样的精彩。

蔡其兰用板凳丈量人生,用双手撑起家庭,用微笑面对苦难,更用一份对生活的认真与整洁,诠释着对生命的尊重。她就像一株生长在山间的兰草,以残缺之躯诠释着生命的韧性,以平凡之姿书写着不凡的人生。而这份“板凳为杖,兰心向阳”的精神,正像一束光,照亮了更多人前行的道路。
上游财经·重庆晨报记者 刘波 摄影报道