



爱心捐助

看一本书 献一份爱

★中国首部心灵重建之作！

本书首批捐赠20000册给受难同胞，
余者发行所得通过“岚昕大爱基金”
悉数捐予灾区重建家园

中国不哭

——劫后，生命的重筑

姜岚昕 著

研究出版社

中国不哭

——劫后，生命的重筑

姜岚昕 著

研究出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

中国不哭：劫后，生命的重筑/姜岚昕编著.

—北京：研究出版社，2008.10

ISBN 978-7-80168-412-7

I. 中...

II. 姜...

III. ①随笔—作品集—中国—当代

②抗震救灾—概况—四川省—2008

③抗震救灾—英雄模范事迹—中国—2008

IV. I 267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第142533号

出版发行 研究出版社

北京1746信箱 (100017)

电话：010-63097512 (总编室) 010-64045344 (发行部)

网址：yjchs.com E-mail：yjchsfhx@126.com

经 销 新华书店

印 刷 北京小红门印刷厂

版 次 2008年10月第1版 2008年10月第1次印刷

规 格 787毫米×1092毫米 1/16 12.5印张

字 数 110千字

定 价 30.00元 ISBN 978-7-80168-412-7

序

当圣火遭遇屈辱，我们义无反顾！

当风雪阻断归路，我们彼此维护！

当列车冲出轨道，我们竭诚互助！

当病毒吞噬生命，我们用爱弥补！

当震撼撕裂大地，我们开山辟路！

中国！不哭！

中国人！不哭！

尽管前进的路泥泞，让你我的手相互搀扶，

尽管天上的雨在下，我伸出双手为你挡住，

尽管地下的路堵死，我们有天空就有出路，

尽管地震无情无义，有人民子弟我们说不。

中国！不哭。

中国人！不许哭。

震动的大地仍然在抖，同胞们恳请你们要挺住。

震中的房屋只要有人，警民就会倾全力的救助。

震裂的路一定会修通，所有灾难一起承受共度。

震后的生活依然惨酷，我们不会对此熟视无睹。

中国！不哭！

中国人！不会哭！

我们万众一起心，伸双手天塌下来一起顶住。

天依然还有迷雾，众人会用双手把它们拨除。

看吧路就在前方，太阳已经从地平线上升出。

苦难终究会过去。让红旗在华夏大地上飘舞。

汶川大地满目疮痍，这个署名东方亮的山东人诗情饱满，像攥紧了拳头，在严峻的生活中，凛然的言辞比我们的肺叶承受着更大胆的呼吸，诠释着灾难面前人性的高洁和中华民族的共同命运。

历史由无数的个人悲剧完成它原本乐观的进程。寻觅人类走过悲怆的豪迈之旅，战乱频仍，饥馑流行，瘟疫蔓延，洪水灭顶，难民汹涌，水有浮尸。言谈论者，不胜枚举，集了太多的因果，大自然最不堪回首。哀鸣过后，生生不已。

一场突如其来的地震惨绝人寰，举国之殇，全民同咽。“天地不仁，以万物为刍狗”，忍看人间的废墟一片，泪雨倾盆！苍天，我们哭了，不代表屈服。灾难带来了重创，也让我们更加坚强。我们在泪水中步履犹健，我们在泪水中百炼成钢！中国人，在废墟中挺立；中国精神，在天地间充盈！

其实，世人都是小人物，不堪一击。很多事，要勇敢面对，有时候最难的是跨出第一步。倘使灾难即日降临，今天你要做什么，不要给自己留下遗憾，从最简单的做起，告诉你身边的父母、爱人、亲友、同仁……你爱他们，给他们一个拥抱，庆幸你我今生走在一起，



朋友，珍惜吧！受难的同胞，让我们挺起中国人的脊梁，重整旗鼓，用坚强和豪壮来回答千种苦难，用意志顽强的生存向死难的同胞发出最坚定最哀婉的誓言。

几点说明：1、姜岚昕老师携手世华同仁捐赠款物512万元（在灾区重建过程中将有后续追加），再投入40万元出版《中国不哭》和《中国加油》，第一时间赠与受灾同胞，余者发行所得悉数捐与灾区重建家园；2、本书旨在抚平心灵创伤，重燃生命圣火，记录感人瞬间，印证无私情怀，展现人性光辉，放眼博爱境界，凝聚民族精神，以慰亡灵；3、本书荟萃了姜岚昕长销不衰的《魂》一书中的精髓；4、有一时无从详其出处者，未以注明，恳请谅解；5由于不是以赢利为目的，时间紧迫，所引信息未经最终核准，有疑义者请尽快与我们联系。



目 录

序	1
长歌当哭，中国不哭	1
灾难的考验	4
接受现实	9
分享艰难	12
放下	14
非如此不可	19
活着是一种责任	21
血缘的牵引	24
团体的意识	28
(1). 献身精神	28
(2). 成就团队	32
(3). 忠诚不渝	35
(4). 荣辱与共	39



中国不哭

——劫后，生命的重筑

心怀天下	43
------------	----

向生命致敬	49
-------------	----

脆弱与坚强	51
有一种微笑，叫坚强（摘自网络）	56
生命，就像激越的“川江号子”	57
人性的至善至美	64
“轻与重”的沉思	71

大爱无疆	77
------------	----

爱的呼唤	81
爱的诠释	85
爱的回馈	91
大爱天下	99

劫后重生	109
------------	-----

爱国主义	111
与灾区人民共命运	115
重建家园	122

意义的岛屿	129
-------------	-----

我是谁?	131
------------	-----

留下谁?	133	目 录
谁是零?	138	
铭记谁?	144	
属于谁?	148	
灾难备忘录	155	

长歌当哭，中国不哭

四川汶川，一阵激烈的摇荡湮没了数万条生命的呐喊，数万生命悬于一线。无数房屋夷为平地……

月有阴晴圆缺，人有旦夕祸福！自然灾害已经夺走了很多人的生命。似乎提醒我们：生命如此脆弱，我们应该好好地生活。

灾难像一把锋利的剑，总会给人类带来难以弥合的创伤、难以忘却的痛苦以及生离死别。在每场灾难面前人类可以暂时倒下，但从未被打败，更不曾屈服。在灾难中，人类重塑着勇气、关爱与牺牲精神；同时，它又迫使人类以理性的自我约束与发展，获得更文明、更智慧的成长与前行！但是，我们依然期待人类能减少一些灾难的负重，生存得轻松一些，快乐一些……

在灾难中，我们重新审视人生。倘若没有别离的伤感，人们或许永远不会如此惺惺相惜；倘若没有交往的几近停滞，人们或许不会意识到彼此竟有这般深切的眷恋。非比寻常的日子，让人们不惯见的社会属性淋漓尽致地彰显，它拉近了人与人之间的心理距离，即便面对空间距离的增大；即便是陌生的匆匆过客，都会平生一种关爱与亲切，“众志成城”又回到了当代人的词典中来。

生命随时都有可能发生意外，我们要珍惜当下的每一个时刻，以及那个时刻的人和事。当我们直面与体验死亡的时候，我们才能更深刻的活着；当我们冲出那个房间的时候，死神告诉我们可以放下一切……我们不再计较成败得失，更不会怨天恨地，刹那间，每一个人都学会了感恩、宽容、珍重、向往、爱……

不管你身在何处或境遇如何

让自己成为一个爱别人的人

一个充满爱的人
 一旦你拥有了爱
 即使有一天你走进坟墓、复活、升上天堂、获得永生
 如果你不是一个爱的人的人
 你也将永远拥有爱
 你的生命得到清算的那天
 你会发现你的生命的一文不值

——利迪亚玛瑞安·切德

突如其来的地震，将所有人的身份界限模糊了，以往默默无闻不为我们所注意的普通人，在此刻，成为媒体争先报道的焦点。那是因为，在灾害面前，他们每个人所表现出来的勇气和无畏。当他们聚集在抗灾前线，我们看到的，是一个个高大的背影，我们见证的，是军民团结一心的感人画面，问苍天，还有什么比之更为让人感动的，还有什么比之更为令人动容的？！

悲剧的发生固然让我们的生活充满悲凉，但在抗灾的人群背后，我们看到了祖国的希望，看到了民族之魂，看到了那些普通人发出的闪耀光芒，正是他们的出现，给予更多人以震撼，也是他们的存在，使得更多人加入到帮助灾区人民的大潮中。身体虽残，但精神不残，懦弱历来不属于我们；让我们擦干血迹再去战斗，我们可以呻吟，但不能哀叹，我们被伤害但不会倒下；让所有的困厄与死神，在我们的勇气和信心面前望而却步。

灾难的考验

我还想在蓝天下呼吸 / 我还想回到灿烂阳光里 / 我还想拉起亲友的手 / 我渴望生活能重新开始

我相信你一定会来 / 我在黑暗中等着你 / 等着你 / 等你扶我出残垣断壁 / 等你拯我于废墟瓦砾

我相信你一定会来 / 我在希望中等着你 / 等着你 / 你的牵挂是我坚持的理由 / 你的到来将给我生命的奇迹

你的血肉连着我的脉息 / 你的呼喊让我锥心饮泣 / 你该知道有一种智慧叫冷静理智 / 你该知道有一种精神叫绝不放弃

灾难中没有孤岛 / 我与你不离不弃 / 等着我 / 即使有一线生机 / 我也会付诸百倍努力

灾难中没有孤岛 / 我与你生死相依 / 等着我 / 爱会生发千钧之力 / 我们一起创造生命奇迹

我在黑暗中等着你 / 我坚信你一定会来 / 等着你 / 我决不放弃 / 充满希望 / 坚定意志

灾难中没有孤岛 / 我与你生死相依 / 等着我 / 我们一起努力 / 坚持到底 / 创造奇迹

地震考验着中国，考验着人性，考验着真情，考验着我们的爱，考验着民族的精神和力量，考验着我们的社会责任，考验着我们的理念和决心，考验着我们应急的机制与措施……多难兴邦，历经种种灾害考验的中国政府和人民，续写着抗震救灾史上的壮歌。

面对灾难，我们相信人定胜天，只要一息尚存，相信一切都会好起来，没有战胜不了的困难。地震时很多人被埋在废墟下，周围一片漆黑，只有极小的空间，他们没有惊慌，表现沉着，树立起生存的信心，他们相信一定会有人来救他们。为了避免继续恶化，为了免遭新的伤害，他们尽量改善自己所处的环境。更令人感动的是，还有很多人在给同样被压的亲朋、同仁、难友打气，鼓励他们坚信自己一定会活下去。

不仅受难同胞对政府和国人的充分信任，同时我们也坚信他们还活着，时间就是生命，与时间赛跑，早进灾区一秒就能多救出一个人。这时候，我们更抓紧每分每秒去打通被毁的公路，让大型救援机械和大批救灾物资进入灾区；我们更尊重科学和保持冷静，暂时放下一切苍白无力的高谈阔论，把救命放在首位。

一位署名“曹林”的北京人发出挽救生命的强音：

当救灾到了最让人揪心的时刻，废墟下的生命到了最艰难的时候，救援的“黄金72小时”已经耗尽，可还有无数的人被埋在废墟下生死不明，三天的苦苦支撑和煎熬，他们的存活率可能已经非常低。不要问怎么办，如果你是被埋在废墟下的人，你会希望外面的人怎么办？总理的那句话仍然是抗灾救命的至上原则：只要有一线希望，我们就要尽百倍努力。不放弃任何一线希望、不放过任何一点生命信息、不轻言终结和放弃。我们充分相信生命的顽强，祈求生命的奇迹，那坚韧的求生意志很可能难以置信地支撑着许多生命，那阴暗的钢筋混凝土废墟下很可能埋着无数生命奇迹，此时此

刻，我们必须选择相信。



1989年，美国洛杉矶大地震，30万人在不到4分钟的时间里受到了不同程度的伤害。混乱中，一位年轻的父亲安顿好受伤的妻子，冲向他7岁儿子的学校。那个昔日充满孩子们欢声笑语的漂亮的三层教室楼，已变成一片废墟。他顿时感到眼前一片漆黑，大喊：“阿曼达，我的儿子！”跪在地上大哭了一阵后，他猛地想起自己常对儿子说的一句话：“不论发生了什么，我总会跟你在一起！”他坚定地站起身，向那片废墟走去。他知道儿子的教室在一层楼的左后角，便疾步走到那里。

就在他挖掘的时候，不断有孩子的父母急匆匆地赶来，看到这片废墟，他们痛哭并大喊：“我的儿子！”“我的女儿！”哭喊过后，便绝望地离开了。有些人上来拉住这位父亲，说：“太晚了，没有希望了。”这位父亲双眼直直地看着这些好心人，问道：“谁愿意帮助我？”没人给他肯定的回答，他便埋头接着挖。

救火队长挡住他：“太危险了，随时可能发生大爆炸，请你离开。”

这位父亲问：“你是不是来帮助我？”

警察走过来：“你很难过，我能理解，可这样做，对你自己、对他人都有危险，马上回家吧。”

“你是不是来帮助我？”

人们摇头叹息地走开了，都认为这位父亲因为失去孩子过于悲痛，而精神失常了。

然而这位父亲心中只有一个念头：“儿子在等着我！”

他挖了8小时、12小时、24小时、36小时，没人再来阻挡他。他满脸灰尘，双眼布满血丝，衣服破烂不堪，到处都是血迹。挖到第38

小时，他突然听见瓦砾堆底下传出孩子的声音：“爸爸，是你吗？”

是儿子的声音！父亲大喊：“阿曼达！我的儿子！”

“爸爸，真的是你吗？”

“是我，是爸爸！我的儿子。”

“我告诉同学们不要害怕，说只要我爸爸活着就一定会来救我，也能救大家。因为你说过，不论发生什么事，你总会和我在一起！”

“你现在怎么样？有几个孩子活着？”

“我们这里有14个同学，都活着，我们都在教室的墙角，房顶塌下来架成个大三角形，我们没被砸着。”

父亲大声向四周呼喊：“这里有14个小孩，都活着！快来人！”

过路的人赶紧跑过来帮忙。

50分钟后，一个安全的出口开辟出来了。

父亲声音颤抖地说：“出来吧！阿曼达。”

“不！爸爸。先让我的同学出去吧！我知道你会跟我在一起，我不怕。不论发生什么事，我知道你总会跟我在一起。”

这对了不起的父与子，无比幸福地紧紧拥抱在一起。

儿子强烈的求生意志和父亲对生存的坚信，构成了这幅让人潸然泪下的画面、这段让人感动的故事。其实，抗震救灾史上有过无数奇迹，伊朗大地震，一名56岁的老汉在废墟下挺过13天；南亚大地震，一名27岁的巴基斯坦青年在废墟中被埋27天后生还；唐山大地震，5名矿工被困矿井下15天后生还。此次汶川大地震中也出现了许多让我们潸然泪下的生命奇迹：一个在废墟里打着手电筒看书的小女孩最后获救，两个女孩生死对话驱走死神，父亲徒手刨出被埋的儿子，幼儿园老师身挡水泥板救下小孩，1岁婴儿被困48小时后从废墟中生还……

相信生命的奇迹，因为人有着顽强的求生意志。在严重的地震面前，山崩地裂房毁桥断，不要说人的身体，一切都那么微小、脆弱和不堪一击。但是，在强大的意志力和对于“生”的强烈渴求下，人的生命又是那么坚韧：希望能继续看到明天升起的太阳，希望能看到老婆和孩子，希望不让白发苍苍的母亲为自己流泪，这种对生的渴求所激发出来的巨大力量很多时候往往超乎我们的想象。在这么强大的求生渴望面前，有时候死神也不得不望而却步。

相信生命的奇迹，因为我们不是彼此孤立的个体， we 有爱，也许在某种大爱中有一个生命为保护另一个生命而筑成了一道足以抵抗任何强震重压的血肉长城。此次救灾里，废墟中无数这样的画面让我们泪流满面：有教师遇难前用双臂护住4个学生，有夫妻用身体护住3岁女儿，有外婆在被埋前奋力将孙女推到安全的地方，两位遇难老师身下有4个学生幸存——人间有大爱在，可以想象，废墟中一定还埋着许多这样感动天地的故事，在生命的羽翼下存活许多生命的奇迹。

相信生命的奇迹，还因为，埋在废墟下的许多人有这样乐观的信念：外面的人一定正不惜一切代价地竭力救他们，党和政府一定不遗余力，社会一定牵肠挂肚，这是一种反求诸己的信任，如果他们此时活在外面而别人埋在废墟下，他们也会这样想这样做——生命因为坚信而变得坚强，因为希望而变得坚韧，因为对爱的信念而变得有力。所以，我们这些外面的人不能辜负他们对我们的信任。

相信生命顽强，祈求生命奇迹，这首先需要一线救灾者有这样的情怀和信念，只要有一线希望就要尽百倍努力，要设身处地地想：如果自己有一天不幸被地震埋在废墟下面，自己会对救援的人有着怎样的期待；如果下面埋着的是自己的亲人，自己又会怎样去做。另一方面，也需要我们远离救灾一线的人有这样的信念，不停地为救灾者打