



我

就是我

我就是我，即使我
装得再好，我还是一个
残疾人。

生活是我的，命运
是我的，成功是我的，
失败亦是我的，人生也
是我的，哪怕下一站不
是天堂，我依然会高傲
地在风中大声唱
lalala……

我就是我，虽然不
完美不够好，但至少我
真实。

邬晓菁

著

励志才女 榕树下签约作家

宁波出版社

013030075

I267.1
1254

我，就是我

邬晓菁 著



 宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE



北航

C1636011

I267.1
1254

图书在版编目(CIP)数据

我,就是我 / 邬晓菁著. — 宁波: 宁波出版社,
2012. 12
ISBN 978-7-5526-0510-5

I. ①我… II. ①邬… III. ①随笔—作品集
—中国—当代 IV. ①I267. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 291233 号

我,就是我

作 者 邬晓菁
责任编辑 陈金霞
装帧设计 金字斋
出版发行 宁波出版社
地址邮编 宁波市甬江大道 1 号宁波书城 8 号楼 6 楼 315040
网 址 <http://www.nbcbs.com>
印 刷 浙江开源印务有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/16
印 张 9.875
字 数 210 千
版 次 2012 年 12 月第 1 版
印 次 2012 年 12 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5526-0510-5
定 价 20.00 元

如发现缺页或倒装,影响阅读,请与承印厂联系调换 电话:0574—87638192

013030072

送给每一个坚强的自我



摄于上海故居

推荐者言：
自强不息的
脑瘫女孩

她，幼时脑瘫，不能正确发音，只能说“咿咿呀呀”的肢体语言；手不听使唤，只能用扭曲的手指敲打电脑键盘；脚掌曲反，无法正常步行。如此高度残疾的女孩，能正常生活就很不容易了。

她，缺乏社会交际，无法进入高一级学校读书，靠自学，能写点日常应用性的文字，就属不简单的了。可她广泛阅读电子书籍，写出了百多篇文章，且多在《新民晚报》、上海黄浦区残联主办的《灵芝草》以及《宁波海曙通讯》等刊物上发表，就更值得人们赞赏了。

更让人称道的是，她写的散文，语言时尚，富有个性；意蕴隽永，匠心独运；立意新潮，有穿透力度；让读者不敢相信这是一名脑瘫女孩写出来的文章。

她，在我们颐乐园的读者中，皆有口碑，被称为“才女”。她就是邬晓菁，笔名游弋。父亲已故，与耄耋之年的母亲住在宁波颐乐园。

一个基本与社会隔绝、难以攀登文学殿堂的高度残疾者，竟能写出如此文字隽秀、蕴含哲

理的文章,她是如何自强不息的呢?

晓菁的妈妈是上海市的一名小学教员,身边仅有晓菁一人。她热爱女儿,将其视为掌上明珠;她深通育儿之道,从小就对孩子进行励志教育,用海伦·凯勒、保尔·柯察金、张海迪等名人身残志坚的精神,不断激励晓菁这艘原本脆弱的小船,使其能在大海波涛中不断前进。

晓菁已届入学年龄,可因身体高度残疾,到附近小学报名,遭到拒绝。上诉至上海教育局、中央残联,才被批准入学;初中毕业后,就无法进高一级学校了。

晓菁曾惆怅、徘徊,不断寻觅适合自己发展,求得生命不息、获得人生价值的道路。

在向英雄人物学习的过程中,她深刻地认识到:

人生的挫折,是一笔财富,也是一个人信念、意志和智慧的试金石。在困境面前,只有披荆斩棘,才能实现人生价值,到达理想的彼岸。

于是她寻找曲径通幽之道。根据身残特点,认为只有学会电脑,才能在網上遨游书海;上网站,学习写文章,结交网友,才能充实自身,认识社会。于是,她在表妹的指导下学习电脑,逐渐能熟练地用扭曲的手指敲打键盘,开通了自己的博客和微博,在网上与网友交流。

从此,上网阅读,上网交流,一发不可收。

上网阅读、写作,成为她生命的唯一载体,让她活得充实,生命闪光,充盈了幸福人生。

我们几名耄耋老人与晓菁同住在颐乐园，读了她的文章，心潮起伏，想为她做点什么，于是萌生了帮助她结集付梓的心愿。

这个文集就是：《我，就是我》。

我们郑重地向青少年读者推荐，这本随笔值得读一读。能起到励志、奋发向上的作用。

老年朋友们读一读，能认真思索一名高度脑瘫残疾人对生命的理解和执着的追求，起到心理平衡和永葆青春的作用。

推荐者：

《宁波颐乐园》报编辑

章小艳

宁波颐乐园副园长助理

李水浓

宁波颐乐园耄耋老人、离休干部

陈 晖 李德秀

耄耋老人、退休教师

叶昂龙 陈 白

邬晓菁近百篇随笔将结集付梓。我先睹为快，反复读了几遍，略识精微，谈些看法。

随笔是散文的一种表现形式，随手笔录，不拘一格，中国文学史上称之为笔记文学。欧阳修的《归田录》、陆游的《老学庵笔记》是宋代笔记文学的代表作。

“五四”以后，随笔（也有称为“漫笔”的）十分流行。或借事抒情，或触景生情，夹叙夹议，也有联想，形式多样，朴素自然，意味隽永。多是作者于工作、生活或学习中，确有所得，实有所感，随手写来，紧密联系实际，形式生动活泼，很受读者欢迎。

晓菁的文章具有这些特色，以“随笔”名之，十分恰当。

《我，就是我》作为文集名，显示了作者鲜明的个性：自信而又自强。

晓菁是位残疾姑娘，行动不便，话语不清，自幼至今。但她从不自卑自贱，十分自信，十分要强。文集中多篇文章表达了这样的信念：

形体有缺陷，就以“凤凰涅槃”的勇气，“令

生活变得有意义,叫人活得快活。”(《Do What I Think》)

她以维纳斯雕像为例,表达“美丽需要一点点不完美”,“残缺是完美的另一种形式,正因为残缺我们才会有完美的渴望。”(《残缺即是完美》)

自信、自尊,自爱、自强,主宰了她整个人生。

自信,仅仅是一种心理状态,没有自强的实践,一切心愿都将成为空中楼阁。文集中多篇文章涉及作者的读书求知、上网交友、勤于写作,以倍于常人的努力,才取得了一些成绩。

“珍惜生命每一天,用努力和奋斗弥补人生的遗憾和不足。”“把握自己,努力提高水平。”作者就是这样来要求自己,积极实践。

自信和自强,源于作者双亲的励志教育。给她印象最深的当数海伦·凯勒的《假如给我三天光明》。

“海伦·凯勒真正成了我心中的偶像”,“生命的力量在于征服不幸,自强者自胜,是海伦·凯勒的《假如给我三天光明》教会我的。”

“我要以笔记录人生心路……每一步都脚踏实地,每一步都有一种希冀,每一步都无怨无悔。”

“让大家通过我的作品认识我这个人,而不是因为我的残疾记住我。”(《自强者自胜》)

几十年的岁月,晓菁就是这样一步一个脚印地走过来的。当我们阅读这些作品时,“残缺才会有完美的渴望”,定会深深地印入心田。

作者笔下的上海里弄风尚,春雨秋景的描写,针砭时弊的议论,不一一列举,请读者自己品评。

当然,晓菁还比较年轻,为文之路尚长,要重视不足之处:如因怀旧多重复之处;有些篇章内容较杂,主题不够鲜明。希望作者进一步加浓随笔特色,多写些形式活泼,精短而有灼见的文章。

颐乐园耄耋老人 陈白

2012年8月3日

生命原本是单纯的。可是人却活得越来越复杂了。“秀”，成了流行词。

而我就是我，即使我装得再好，我还是我，一个残疾人，所以我从不隐藏我真实的情感、想法、态度，我的生活不是做做样子给谁看的。我比较疼自己，无聊时看看书，寂寞时听听音乐，还可以写下日记记录自己的点点滴滴，做一些回忆和总结，做些自己觉得有意义的事情，总有一件能提高自己，哪怕是休息！

生活是我的，命运是我的，成功是我的，失败亦是我的，人生也是我的，哪怕下一站不是天堂，我依然会高傲地在风中大声唱 lalalala……就算失望，不能绝望。只要是我的，我就会张开双臂坦然接受；不是我的，我就会洒脱地放手不再留恋。

因为怜悯是可怜之人才需要的东西，可怜之人必有可恨之处，所以我不要别人的怜悯。“天行健，君子以自强不息”。即使悲伤，也不去乞求怜悯及关心，这样才不会因为得不到而心生失落。

我需要去熟悉这个世界的一切，停滞不前是错误的，要得到就要想办法去争取赢得，方法总比困难多。我要用努力让大家记得我的存在，告诉世人我的生活是非比寻常的！

每个人都有不切实际的梦想，有些梦想，纵使永远也没办法实现，纵使光是连说出来都很奢侈。但如果没有说出来温暖自己一下，就无法获得前进的动力。我喜欢写东西，喜欢将自己的想法变成一行行的文字。刚开始用尽我的热情去写了很多很多“文章”，期盼着得到别人的肯定，期盼着自己有一天能够在别人手中的书上看到自己写的东西！然而得到的是一封封退稿信：文章的深度不够……后来我按照他们的要求试图修改自己所写的东西，可是写不出来。我问自己：这样坚持是否正确？是否值得？闭上眼睛，听听自己的内心，它在说，放弃等于没有了希望。现在的我依然在写，不是为了别人，不是为了所谓的掌声和鲜花！对一个无名小卒来说，写作仅仅是一种爱好，是消磨时间的好方法，没有得失的担忧，乐在其中。

这不是我一个人的世界，需要懂得如何与别人更好地相处。现实之于理想，也许有点无奈，但我有权决定我怎样去生活。重要的是把握住自己，展现自己的风格，好好做自己，把握好每一个机会，昨天已经匆匆而过，今天是全新的我。没有更大的不幸，现在的不幸也是暂时的，困难大又怎样？把挫折看作是生活对我的挑战，看成是生活在考验我的毅力和勇气。在成长之路上，这是必须的。困难总有克服的一天，总有过去的一天，总有放下的一天！其实，人生好比一场梦，不要因为美梦而高兴，也不要因为噩

梦而忧愁,开开心心做人最好!

我就是我,虽然不够完美,但至少我很真实。我只是希望多年以后的我,看到这篇文章会感到欣慰,因为曾经的我是这么单纯,执着于追求自己的信仰。

目 录

- 001 推荐者言：自强不息的脑瘫女孩
006 自信·自强——读邬晓菁随笔《我，就是
我》/ 陈白
012 我，就是我/ 邬晓菁



素描自我

- 007 光明在不远处
009 残缺即是完美
012 孔雀
015 Do What I Think
018 本色，做自己生命的主宰
023 自强者自胜
030 写作，顺其自然



父亲母亲

- 037 守护神父亲
040 父亲的“虚荣心”
043 吃蟹门道
046 感受母亲
049 神仙手母亲
052 写给母亲节



家中岁月

- 061 童年上海

- 067 压岁钱
070 妙韵雅音
074 蝉
078 乘风凉之夏
083 七夕,乞巧节
087 收音机情结
091 江南烟雨图
094 看烟火
096 冬至,享受温馨和美味
099 洋学生的心愿
102 吃情
106 吃相
109 至尊风范
111 拐杖
114 旧居门前的路
116 命运常常会留下另一条路
119 难忘中学时光
121 人也欢喜鸟也欢喜



异乡生活

- 127 快乐的风铃
130 颐乐园是我的家
134 想家
136 爸爸,我会好好的
139 绿
142 幸福之珠
145 “中旧”文人
148 母亲摔倒后

- 151 话说拥抱
154 放风筝的心情
157 给圆月一个升起的理由
160 端午节
163 藕粉
166 唱歌的老人



恬适小品

- 171 自嘲,是一种良好的修养
173 记忆之瓶
176 拒绝减肥
179 音乐情韵
182 美丽的一瞬
185 读出万种风情
189 悦书
194 亭亭玉立水中仙
197 春天随笔
200 江南春雨
203 清明心情
206 消闲夏日长
209 瞎侃足球
212 秋的明朗
214 月光里的风景
217 清芬菊韵



我之观点

- 221 侠梦
224 捉贼