

当 呼 吸

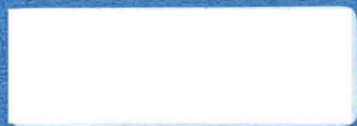
W H E N B R E A T H

化 ● 为

B E C O M E S A I R

空 气

Paul
Kalanithi



当 呼 吸

W H E N B R E A T H

化 ● 为

B E C O M E S A I R

空 气

WHEN BREATH BECOMES AIR by Paul Kalanithi
Copyright © 2016 by Corcovado, Inc.
Published by arrangement with Random House through Andrew
Nurnberg Associates International Limited.
Simplified Chinese translation copyright © 2016 by Beijing Xiron Books
Co., Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED.

版权合同登记号 图字：11-2016-390

图书在版编目 (CIP) 数据

当呼吸化为空气 / (美) 保罗·卡拉尼什著；何雨
珈译. —杭州：浙江文艺出版社，2016.11
ISBN 978-7-5339-4656-2

I . ①当… II . ①保… ②何… III . ①散文集—美国
—现代 IV . ① I712.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 248982 号

责任编辑 陈 坚
特约监制 赵 菁 肖 蕊
特约编辑 胡瑞婷 孟 玮
装帧设计 唐 旭

当呼吸化为空气

[美] 保罗·卡拉尼什 著 何雨珈 译

出版发行 **浙江文艺出版社**
地 址 杭州市体育场路 347 号 邮编 310006
网 址 www.zjwycbs.cn
经 销 浙江省新华书店集团有限公司
印 刷 河北鹏润印刷有限公司
开 本 889 毫米 × 1194 毫米 1/32
字 数 129 千字
印 张 8
插 页 2
版 次 2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5339-4656-2
定 价 48.00 元

版权所有 侵权必究
如发现图书质量问题，可联系调换。
质量投诉电话：010-82069336

我虽死去

——代译序

何雨珈

我曾经因为一场意外，在医院度过了半年漫长的时光。病床上的我慢慢好转，却目睹了种种人间悲喜：喝醉闹事受伤后仍然大打出手，第二天又泪眼相向、和好如初的夫妻；做工时被轧断十指工厂却拒绝赔付的女孩；因为骨质疏松被送进医院，最后却查出骨癌的老太太。印象最深的，大概是我快出院时进来的一个女人，她骨盆碎裂，神志不清，手术之后脑袋仍然迷迷糊糊的。护工悄悄告诉我，她的丈夫和儿子，都在那晚的车祸中不幸去世，只有她一个人活了下来。但她还毫不知情。每

天，她只是躺在床上，脸上洋溢着奇怪的笑容，偶尔问：“他们怎么都不来看我？”

几天后我就出院了，以我当时的状况，自然也无暇顾及这个悲情故事的后续。但医院的经历却让我在很长一段时间里怪梦连连。大概因为生命中过去的时光还算幸运，并未遭遇恶事，而在医院，所有的悲恸无常，一下子都铺展在我眼前，让我惊觉“死亡”的真实与残酷。那段时间我总不由自主地去想我人生记忆的起点，那时的我刚满三岁，亲生父亲罹患癌症，其间与母亲一起带着他艰难辗转求医的事情已经非常模糊，只记得他火葬那天，周围或假意或真心的眼泪，还有殡仪馆的推车上，父亲那双光秃秃对着我的脚板心。我似乎在某位长辈的怀抱里傻笑，不懂这眼前的生死离别。那一刻只是想跑上去为爸爸暖暖脚心，秋天，风有点凉。那便是我清晰记忆的起点。

毕竟年幼，这段经历很快埋在记忆深处。而医院的时光又将其唤醒，让我在时隔二十年后再次去触碰死亡。我的第一感觉，是愤恨。我的父亲，还有医院的病友们，都是温厚纯良的人，连那个遭到不公待遇的打工女孩，虽然偶尔诉苦，脸上也总是挂着开朗的笑容。然而“愿世界对你温柔以待”的鸡汤到这里却不管用了。死神毫不留情地席卷而来，不分青红皂白地带走牵挂、陪伴、幸福与欢

笑。呵，如果举头三尺真有神明，那么在他们受难之时，神明一定缺席，任由死神滥杀无辜。

这种愤恨的感觉，在我初次听说美国医生保罗·卡拉尼什（Paul Kalanithi）的故事时，又微微冒出来。记得是两年前，社交网络上的一篇英语文章转得很火，标题叫“*How Long Have I Got Left*”（我还能活多久）。打开读了一遍，篇幅不算短，是这位医生叙述自己在确诊肺癌之后对生命的一些思考。全篇语气很理性平淡，文章的最后，坚持带病工作的医生有些撑不住，对自己说：“我无法前行。”（*I can't go on.*）当然很快接上了后一句：“我仍将前行。”（*I'll go on.*）然后带着疲乏的病体，走向手术室，继续自己的追求。彼时的我伤病还未彻底痊愈，敏感易怒，医生如此平静，反倒让我愤愤不平：世间多少人蝇营狗苟，甚至心怀鬼胎，却一生平安，健康自得；而这位医生，优秀高尚，绝症之下还不忘救死扶伤，却被恶疾缠身，生死难料。这世界的公平何在？

愤怒的感觉跟随着我，继续应对焦头烂额的生活。这期间我对死亡的情绪，慢慢从痛恨变成恐惧。这应该是那场意外的“创伤后应激反应”。我惧怕站在高处，总觉得下一分钟就要掉下去；我惧怕出门过街，总幻想闯红灯的车怪兽般飞扑而来；亲朋好友出门在外，我时时刻刻忧心

他们的安危，短时间联系不上就各种胡思乱想。甚至但凡与死亡沾边的字眼，在我这里都变成《哈利·波特》中的“伏地魔”三个字，大忌讳，不可说。我曾反省过这种心态，告诫自己，要随着岁月的沉淀，走出过去的阴影，尽量变得成熟和从容，但很快也就原谅了自己：这世上谁不惧怕死亡呢？

大概这一次，神明没有缺席。他看到我的慌张与恐惧，安排我与保罗再一次相遇。

只是，再看到医生的文字，斯人已逝。两年前我读到的那篇文章的作者，已经在2015年的春日走了。医者终究无法自救。死后，家人把他患病期间的文字集结成这本 *When Breath Becomes Air*（《当呼吸化为空气》），现在就摆在我面前。白色的封面，简单地印着书名，“Air”那个小点被设计成一片淡蓝色的羽毛，竟像飞到了我心头，萦绕不去。很容易就让人想起书名的来历，十七世纪英国诗人福尔克·格莱维尔十四行诗中的句子，也是本书开篇的节选：

你在死亡中探究生命的意义，

你见证生前的呼吸化作死后的空气。

新人尚不可知，故旧早已逝去：

躯体有尽时，灵魂无绝期。

读者啊，趁生之欢愉，快与时间同行，

共赴永恒生命！

诗歌总是含义模糊的，这一首也不算例外。然而我想，保罗会选择这个书名，大概也是因为他理解中的这首诗，描绘自己的心情最为恰切。翻开扉页读到这首带感叹号的诗，我想起两年前读他那篇行文平淡冷静的文章时，心想这本书总该会有所起伏。毕竟只听他的故事就让人心有戚戚，绝症这样的事情，怎么可能没有一点煽情？

然而，阅读全书的过程中，我完全没有如预想般涕泪横流。读完保罗写的结尾，他对女儿的告白，我翻到封面，盯着他的名字，心里打了个问号：“That’s it?”（这样就完了？）我想象中“壮志未酬身先死”的悲情呢？我想象中“活在当下”的鸡汤呢？保罗，我本以为亲身经历死亡的你，会用慷慨激昂的文字，劝我忘记那些消极的情绪，高歌猛进，莫负好时光呢！

可是，我接着就读了保罗遗孀露西写的后记，那哀而不伤的笔调让我想起杨绛先生的《我们仨》，也是未亡人写给亡夫和早逝的女儿。与其说是后记，不如说是对这部作品的解读。露西写道：“他没有故作勇敢，也没有怀

着虚妄的信念，认为可以‘克服’或者‘战胜’癌症。他坦然真诚，对自己本来规划好的未来变得无望，他表示悲痛；但同时又创造了一个新的未来。”

对，没有故作勇敢，坦然真诚。我被这相当淡然的一句评价触动了。露西这篇后记，传递的也正是保罗给她的态度。这个越走到生命尽头越散发着人性光辉的男人，他虽死去，却好像仍在和伴侣一起携手人生。就像他的好友所写的序言：“他的身体已经化归尘土，然而形象却依然如此亲切鲜活。他活在美丽的妻子和可爱的小女儿身体里，活在悲痛的双亲与手足心中，活在这教堂里的众多好友、同事和过去的病人的表情中。”等我读完露西的后记，感受到保罗所给予她的力量，想着保罗的医术与文字传递给全世界的福泽，一种震撼的战栗，从后背爬上来，悄悄遍布全身。原来还会有如此平静柔韧而又勇敢刚毅的力量，我虽然是“慢半拍”才感受到的，却后劲十足，久久萦绕不去，竟让我深夜辗转难眠，爬起来再次翻开这本小小的书，感觉手捧千钧。

书中的保罗是个无比坦诚的讲述者。他讲述意气风发的年轻时代，在文学中探寻人生的意义；讲述自己为了更进一步去感受生死，弃文从医。而中国一位文字同样具有震撼力的作家鲁迅，曾经在大时代背景下选择了

弃医从文。鲁迅先生认为，医只能医身体，文则可以医灵魂。保罗的经历其实和鲁迅是不谋而合的。从医之后，他拼杀在与死神对抗的第一线，面对垂危的病人，用手术刀力挽狂澜。当然也有无可奈何的时候，而正是这样的时刻，令他明白医者的职责，有时不是去挽救病人的生命，而是做一个领路人，引导病人和家属，度过人生中的艰难时刻，以后还可以创造新生活。自己被确诊绝症，也是他的无可奈何。医生和病人的双重身份，大概让他更自觉地承担起引渡自己的责任。他也曾经历愤怒和恐惧，却不为消极的情绪所恼，而是敞开心扉，对亲朋好友展示自己的眼泪，坦诚面临的困境，接受别人的帮助。我想这种毫不避讳的态度，才是真正的勇敢坚强，让他在生命的最后时光，还能毫不懈怠地去完成梦想，甚至承担起保护所爱之人的责任。

身体已然垮掉，灵魂需要拯救。保罗在这时又求助于文学。其实看完整本书不难发现，即使是在查出癌症之前，日理万机、忙于拯救别人生命的保罗，也从来都没有忘记自己对文学的热爱。对生与死的探究，是古往今来文学作品的一大主题，其中不乏经典。而保罗一边获得关于生死的亲身体验，一边回到文学作品中去思考人生的终极奥义：面对死亡，是什么让我们的生命值得一活？多年浸

润在文学作品当中的保罗，每每幽默轻快地行文之后，总伴着富有哲思、超然于世的思考，赋予这本薄薄的小书不可估量的力量。

一部我很喜欢的电影《超新约全书》中，上帝的小女儿捣乱，以发送短信的形式，提前把每个人的去世时间昭告天下。结果可想而知。有的人惶惶不可终日，有的人有恃无恐尽情冒险，有的人则完全挣脱枷锁，做回想做的自己。但我想这些行为在保罗看来，大概都并非人生真正的好活法。他借自己的肿瘤医生之口，说出了一句真理：别因为你要死了才去做或者不去做某件事情，而是要找到自己认为重要的事情，不管什么时候，只要去做。从这个意义上来说，保罗还是为读者们熬了“活在当下”的鸡汤。但他的“活在当下”，有着比常人高尚许多的内涵。此刻，若你让我阐述“活在当下”的意义，我第一个想到的，仍然是自己，大快朵颐，畅游山水，享受生活。而保罗呢，余生的前半段，他重返了热爱的手术台，到后面甚至满负荷工作；后半段病情恶化，体力实在不支，他转而写作，也是为了与大家分享自己的感悟，希望能给这个世界带去一些积极正面的能量。他当然也为家人考虑，为了妻子不至孤独凄凉，和她生育了一个孩子。我想，他们的女儿卡迪，多年后捧读这些文字，也会感觉到这个记忆中十分模

糊的父亲，就在身边吧。（就像如今的我读亲生父亲在我出生前和出生后写给我的那些小诗，还有他在家中藏书上写的字迹娟秀、细致温润的批语，也总会有非常温暖的感觉。）我虽死去，福泽绵延，我想这是保罗心中，最值得一活的人生吧。

我便是被福泽至深的一个。反复捧读这本书以及翻译的过程中，我对死亡的态度，似乎也悄然改变着。我好像真正找到了想要的那种成熟和从容。不刻意避讳，也不让它对我造成烦扰。做“人生导师”应该并非保罗的本意，但他在书中的讲述与探讨，真正起到了引领的作用（至少对我来说是如此）。我只需要问自己，此刻做的事情，有没有积极的意义？有没有把当下的每一分每一秒过好？每每这样自问，心绪似乎也渐渐澄澈明净，对于死亡的那些虚妄的担忧，也变成了勇敢和笃定。

保罗给予我的福泽，还在于翻译这本书期间结下的奇妙缘分。我着手翻译工作后不久，与保罗有着千丝万缕联系的吴承瀚先生（如果保罗活下来，担任教授，开设实验室，承瀚就将成为他招收的第一个研究人员）主动联系了负责出版的北京磨铁图书，承担了审校的工作。生活在湾区，从事医疗工作的他，对这本书中的医学术语进行了严格的把关，并与我们讨论保罗文字中传达的思想要义，力

求更加准确。他特地去了保罗的墓前，为我们拍了照片，每天我会打开照片，仿佛在与保罗对话，拷问自己人生的意义。第一个把这本书介绍给我的，是因书结缘的编辑信宁宁，这本书带给她和我的震撼，相信同样强烈。负责这本书具体编辑工作的陈亮和肖蕊，与我的合作相当顺畅默契。我们共同讨论读书后的感受，对书中某个字眼的译法进行钻研，定期对译文内容进行讨论和修改。虽然不常常发表太私密的个人感受，我也能感觉到他们想要好好传达保罗精神的决心。我们都因为保罗的这本书，产生了奇妙的人生联结。这大约也是保罗人生的意义之一，至少是我人生的一大意义。

在翻译的过程中，书中一些内容常常让我沉思，有些感受堵在胸口如同块垒。每每此时我都对伴侣与亲朋倾诉。他们都认真倾听，给予回应。有的当即去阅读这本书的英文版，甚至读我的译稿，提出建议，分享感受。他们也是让我的生命值得一活的原因之一。人生来孤独，须得有人并肩同行。谢谢你们，让我不怕死，更不怕活下去。谢谢你们的爱，让我勇敢前行。

就像维基斯的序言中所说，我是在保罗死后，才真正认识他，成为他的朋友的。这一切都是因为他留下的这些力透纸背的文字。他临死前，对于肉身如何处理这一类

的事情，全都是云淡风轻，毫不在意，却一定要让家人承诺，自己的文字能得到某种形式的发表。我想之所以有这个遗愿，是因为他希望实现主题诗中描述的存在意义，“躯体有尽时，灵魂无绝期”。当他想要传达的信息昭告天下为世人所知，他就永远活在我们的心中，并随着这本书的散播推广，不断创造新的灵魂，改变新的人生。我深深相信，当你翻开这本书，也会和我一样，开始一场探究生死的旅程，并永生难忘。

所以我深深感谢这位真正能称之为“伟大”和“高尚”的医生、作者。保罗，你虽死去，精神不灭，灵魂永生。

此时此刻，无须多言，请你敞开心扉，与保罗一起奔赴这场“生死之约”吧。

2016年秋

与保罗的无限对话

吴承瀚

我和保罗的关系很微妙。和大多数读者一样，我从没见过保罗，只能凭他的书和照片，想象他生前的模样。但我现在每天走的路，是保罗生前最后几年时间里每天都走过的路。我们同样在加州斯坦福大学医院神经外科工作。我们的目标都是成为神经外科医生兼神经科学家。我们都对功能神经外科与神经调控技术研究充满热情。如果他还活着，继续在斯坦福医院工作，他会是我现在的直属上司。我们彼此擦肩而过。

2015年年中，我来到斯坦福医院的时候，并不知道

保罗的故事，直到某天匆匆经过医院书店，不经意瞥见柜台前摆放着保罗的书。英文版洁白的封面，*When Breath Becomes Air*，书如其名，轻巧地躺在那儿，静悄悄的，毫不张扬。我带了一本回家。

保罗以被诊断为肺癌末期后的心境为引子，从自己的童年开始回顾一生。幼年时对文学初现的爱好，大学时在选择以文学或自然科学为志业时的彷徨犹疑，进入医学院后的刻苦学习，实习期间初次面对病人死亡的冲击，医学研究背后外人难以理解的辛酸，住院医师培训期的高压生活……阅读过程中，除了因为类似经历而不时出现的似曾相识感与会心一笑以外，心中更多的是对保罗的羡慕与尊敬。羡慕的是保罗渊博的文学知识与洋溢文采，尊敬的是保罗对医学倾心倾力（真的是用尽洪荒之力）的投入，无论是对病人视病如亲的同理心，或是对医学知识与手术技巧日臻完美、锲而不舍的追求。当然，还有对保罗英年早逝的无比惋惜。

读完第一遍，我意外发现了保罗和我冥冥之中存在的千丝万缕的联结。再读第二遍、第三遍，每读完一次，心中都有不同层次的感受与收获，如同保罗的遗孀露西看到医学教科书上死亡病例的心电图后，意识到这不只是一条油墨印在纸上的曲线，而是一个真实生命逝去的过程一

样。在反复阅读保罗的书之后，我也逐渐意识到：这不只是一本文字堆叠而成的自传，还包含着太多关于生命的事。他共事过的同事的生命、他照顾过的病人的生命、他家人的生命，还有他自己的生命。

但在阅读过程中，我心中反复出现过同一个问题：透过这本薄薄的回忆录，保罗到底想说什么？他的书所涵盖的关于生和死的主题又广又深。处在不同人生阶段，甚至阅读当下有不同心情体悟的读者，都可能会对同一章节有截然不同的感受。与其妄想通透生死哲理，我该问的其实是：保罗想对当下的我说什么？

身为保罗的后辈，保罗告诉我：科技发展日新月异，无论是临床还是研究工作，一旦怠惰，很快就会被新科技的潮流淹没。何况身为医者，必须以“不允许自己犯任何错误”的完美标准鞭策自己不断学习新的知识和技术。特别是神经外科，一旦失误，代价是别人一辈子的健康，轻者脑神经功能损伤，严重者瘫痪，甚至死亡。

但与此同时，也别让自己成为单纯的医疗工匠。医生是一种每天都徘徊在病人生死之间的职业。生离死别的故事与伴随而来的令人心碎的哭声是工作环境的背景音乐。为了更好地在如此令人沮丧的环境中持续运转，医生必须在个人的感情外套上一层防护罩。像是伤口长出的痂一