



被重置的人生

阿布 著

站在人生边上

只想对这个世界说：

请让我再爱一次

被重置的人生

阿布 著

图书在版编目 (CIP) 数据

被重置的人生 / 阿布著. —南京: 译林出版社, 2016.8
ISBN 978-7-5447-6314-1

I. ①被… II. ①阿… III. ①回忆录—中国—当代
IV. ①I251

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第082440号

书 名 被重置的人生

作 者 阿 布

责任编辑 陆元昶

特约编辑 郭挚英

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

译林出版社

出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

电子信箱 yilin@yilin.com

出版社网址 <http://www.yilin.com>

印 刷 北京鑫海达印刷有限公司

开 本 889×1194毫米 1/32

印 张 7.75

字 数 127千字

版 次 2016年8月第1版 2016年8月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5447-6314-1

定 价 35.00元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

编 者 的 话

从我被阿布发表在百度“白血病吧”（吧友简称“白吧”）的帖子《死前写个回忆录》深深震撼和感动，到现在能为他出版这本书，已经四年有余了。

阿布是一个寻常百姓家的孩子，二〇〇九年他不幸患上了治愈率较低的急性淋巴细胞混合型白血病。高昂的治疗费用给这个普通家庭带来的灾难是毁灭性的，他也担心最后会落得人财两失的结果，所以放弃骨髓移植，这背后唯有无奈。在治疗的过程中，看着为自己奔波、煎熬的父母，面对着他们悲伤无助的泪水和强颜欢笑的鼓励，有多少次阿布天真地以为如果没有自己的拖累，他们会活得更好……

在回忆录中，阿布用乐观、诙谐的文字记录下了自己求医的经历和对人生的思考。面对病魔的坚强，不想拖累亲人的善良，对有尊严生活的执着和面对死亡的豁达，使得数以百万计的读者为之动容、落泪。阿布也因此成了“白吧”的灵魂人物，成了贴吧中无数患者和家属的精神支柱，更启发了大家对生活、生命的反思，不再彷徨、蹉跎。

阿布走的时候只有二十六岁，这是一个有太多梦想的年纪，但对于阿布，有的只是太多的来不及。好在，他在最后的日子留下了自己“平凡的世界”——再没有浮躁，没有喧嚣，也没有伪装，更不要说什么所谓的崇高，有的只是两个看似简单却又矛盾的愿望：不拖累家人，活下去。

遗憾的是，事情并不像阿布曾经以为的那样“少了他这个包袱父母会过得更好”。阿布的父亲在阿布故去的第二年，因为悲伤过度罹患肝癌随阿布而去了。没有做过父母的人，终究不能懂得“慈母爱子，非为

报也”，再没有什么比自己的孩子能健康平安地活着更重要了。可怜天下父母心。在独生子女居多的环境下，在大病与意外的吞噬下，失独父母在承受精神打击的同时，又面临经济困难，成为新的社会弱势群体，这也是一个时代的痛点。

对于本书的出版，从第一次联系因悲伤过度而不愿再提此事的阿布母亲，到如今老人家愿意授权出版本书，已经有将近一年的时间了。这期间老人家几经犹豫，才终于下定出版的决心，希望阿布的这些文字可以鼓舞更多的人。根据阿布母亲的意愿，希望读者“静静读书，好好生活，不要以任何形式的‘慰问’打扰她好不容易恢复平静的生活”。

此书决定出版之后，在“白吧”引起了热议，多是由于阿布生前的病友出于对阿布家人的关切、爱护引起的，令人万分感动。希望阿布的乐观、豁达能够感染更多人：对光阴，学会珍惜，把每一天都当成生命的最后一天来认真度过；对梦想要努力，即使失败，也不留遗憾；善待自己的家人，在苦痛降临时，最终守护在身边的唯有那份亲情；对困难要学会坚强，学会乐观，因为只要活着就有希望；助人为乐，像那些听说阿布的病情曾为他免去车费的善良的出租车司机们；热爱生命，热爱自然，热爱人世间的一切……

在这里，我也希望各位心怀善念的读者，能够力所能及地向周围需要帮助的人伸出援助之手，身体健康、满足条件的朋友可以参与无偿献血，可以成为中华骨髓库的入库志愿者，可以为患病的亲朋、同学，甚至素不相识的人，献上自己的一份关爱。让可以避免的悲剧不再在那些白血病患者的家庭重演，才是本书出版的最美好的意义之所在。

最后，谨以此书献给深爱阿布的大家，献给伟大的父亲、母亲，献给热爱生命的所有人。

代序 他是千万人的精神领袖——致永远的阿布

这一篇序拖了很长时间，在离开媒体一年多的时间里，我以为我已经完美治好了自己的拖延症，谁知道一碰到写稿件，拖延症无可避免地复发。写稿子拖延症只有两种情况，一种是无话可说，一种是想说的太多。对于阿布，我的情绪比较复杂，自己也说不清该属于上面哪种情况。

这是记者生涯中少数没有见过面的采访对象。时任深度记者的我，接到这个采访任务时，阿布已经离开了这个世界。当听说是这样一个白血病患者离世的故事时，一开始我是抗拒的。我短暂的记者生涯中，算上阿布在内，只做过两个白血病患者的稿件。其中一个是一名12岁的女孩，倾全家之力治疗后依旧不可避免地去世，当女孩爸爸打电话告诉我这个消息时，我反复确认好几遍后号啕大哭。至此之后，我不再接触这类稿件，因为这样的稿件太容易凸显媒体人的无力感，我怕它会将我仅有的新闻理想的火苗浇得越来越小。

用了整整一晚上的时间流着泪看完了阿布留在“白血病吧”的所有文字，我给主任打电话，我要去一趟桂林。

如同这本书出版的艰难，采访其家人的过程也很艰难，父亲留在医院的电话已经成空号，我发挥记者的人肉搜索功力查到的桂林本地号一直无人接听；阿布母亲的情绪时好时坏，好起来叫我“孩子”，可下一分钟就会哭着说“你们这些坏人”；阿布时任女友的一篇帖子更是给我招来了全吧网友的痛骂，公开的和私信的……做惯了舆论监督报道的我，竟被当时的压力压到失声痛哭。

也是因为这些压力，我重新开始思考阿布对于这些人来说究竟意味

着什么。

于父亲母亲，他们是他们的精神支柱，虽然阿布生病前的二十多年，一直在怀疑父母究竟爱不爱他，可在阿布被确诊后，父母表现出来的伤痛和坚持，在生病的几年里既是阿布最坚实的后盾，也因此让阿布负罪和愧疚。他一直认为是自己拖累了父母，甚至数度放弃治疗希望给父母减轻负担。但是阿布最终没有想到的是，因为他的离世，原本他认为并不爱他、长期没有生活在一起的父亲，因为悲伤过度第二年就匆匆离世。因为他的离世，原本他认为对他漠不关心甚至不够靠谱的妈妈，也因精神刺激一度难以自制。

于爷爷奶奶，他们是他们所有爱的倾注。作为长子长孙，他从小和爷爷奶奶生活在一起，爷爷奶奶宠他到其他的兄弟姐妹嫉妒的分儿上，“如果菜里有十块肉，他爷爷奶奶会将八块夹到他碗里，剩下所有的兄弟姐妹分剩下的两块”。也因为曾经历过孩童之间小小的排斥，阿布分外珍惜亲人给予的小小温暖。在他离世前住院期间，阿布的一个亲人拿着熬好的鸡汤来医院看望，分明是从2009年发病后就谨遵医嘱不再吃鸡肉的他，为了不让亲人失望，还是硬喝下了几口。阿布身上寄托了两位老人对于生命血脉延续的所有希望，他的猝然离世，对这个家庭来说，是无可挽回、无法治愈的伤痛。

于死党，他们是他们少年和青年时不能回避的美好记忆，是之后不能碰的伤疤。在跟他两个死党对话时，采访一度难以进行，大家谈话时天南海北，但谁也不把话题往阿布身上引，对于做惯了人物采访的我，这还是第一次难以触摸到采访的核心。当终于言归正传，嘻嘻哈哈的场面一下子凝重了起来，阿布文中反复提及的这个死党，眼眶一红就狠狠地嘬烟，一根烟五六口就能抽完。

而对于“白血病吧”里的吧友们，阿布是整个贴吧的精神领袖。在

这样一群病友聚集的地方，大家相互取暖相互安慰，而阿布对待病魔的乐观态度，如同一缕清风般给了病友们不一样的希望，甚至吸引了不少非白血病的人来到“白血病吧”。

如果没有2009年暑假的那次确诊，阿布还是一个普普通通的年轻人，正准备做完一篇名为《仿制某电脑板检测仪器可行性以及具体实施措施的报告》的毕业论文，然后毕业恋爱结婚生子，按照他之前的生活轨迹，也许再没机会确认父母对他的爱有多深，也很难收获一份天南海北的爱情，更难成为数万人的精神领袖。

那段时间里，每天都有来自全国各地甚至是国外的人，趴在电脑前看阿布有没有更新，等着阿布敲下的“精神食粮”。不知道如果阿布临终前能再敲下一篇帖子，会不会是“我来过，我不悔”。

写到这想起一首诗：“当你走过，请你细听，那颤抖的叶是我等待的热情”，如果你好奇阿布是怎样一个人，请安静地读完他写下的这些文字，触摸一个调皮、温暖而乐观的阿布。

原《河北青年报》记着 白娟

序 言

作为一名中国造血干细胞捐献者资料库（以下简称中华骨髓库）的工作人员，为血液病患者及家属服务已经有十来个年头了。在这些年中面对生存和死亡，有着太多的无奈和感动，在此也非常感谢我们的志愿者和捐献者的无偿付出，帮助了很多在痛苦中挣扎的患者。

对于这本书的作者阿布，我并不陌生。早在两年前，我就在百度的白血病吧关注过阿布的帖子。阿布是一个急性淋巴细胞白血病患者，但是苦痛和磨难并没有击倒阿布，在患病期间，阿布忍受着心灵和身体上的双重折磨，在贴吧里写下了《死前写个回忆录》的长帖，记录下了患病后的点滴。一个二十多岁的青年，生命才刚刚开始，却要日日忍受疾病的折磨，他的乐观、坚强、懂事、孝顺，和对一切苦难的“报之以歌”，不能不让人为之动容、落泪。他留下的乐观诙谐的文字，不仅深深地震撼了我，同时也在激励着无数患者和家属，成了他们的精神支柱。

所以，当出版社的编辑联系到我，希望我能为阿布的书做一个序，我觉得我义不容辞。一方面，我希望可以让阿布的精神鼓励更多的人，乐观积极地生活；另一方面，我希望有更多的人了解白血病等血液病，在有能力的情况下帮助这个群体。

实际上，我国白血病每年新发病人数就有七万多，其中能有条件完全积极治疗的不足十分之一，而治愈者更是寥寥，更多的是像阿布这样，靠着基本治疗勉强续命。

希望读者都能珍惜生命，热爱生命，善待家人和朋友，也希望读者可以关注中华骨髓库，为更多的患者带来温暖和希望。

中华骨髓库管理中心 杜世强



扫描二维码了解中华骨髓库

目 录

死前写个回忆录·····	001
希望记事本·····	095
被重置的人生·····	145



死 前 写 个 回 忆 录

已然八月，又是个灿烂阳光的日子，习习凉风吹得苹果树叶沙沙作响。我一脸苦逼样地坐在轮椅上看着母亲拿着我的拐杖屁颠屁颠地去敲树上的苹果。

一棵苹果树

2011 08 18

已然八月，又是个灿烂阳光的日子，习习凉风吹得苹果树叶沙沙作响。我一脸苦逼样地坐在轮椅上看着母亲拿着我的拐杖屁颠屁颠地去敲树上的苹果。历来人们都喜欢把未成熟而被人取走的东西叫作“糟蹋”，而已成熟被取走的则叫收获。比如说抗战时期，一个未成年少女被鬼子○○××了就叫被糟蹋了，等她长大后跟心上人结婚了就叫收获了爱情。我看着母亲糟蹋着苹果而脸上挂满了丰收的表情，觉得很矛盾。

我现在身处石家庄的一所医院，此院始建于一九八五年，跟我的年龄一样大，病房破败不堪，而我两年前却是在这破败的病房中捡回了一条小命。石家庄平安医院八楼血液科，在我眼里这就是个阎王横行、小鬼乱走的地狱，经常都能看到有人被推出去，身上盖着白布。医院的角落，花园的角落，经常能看到哭泣的人们，或独自或相拥而泣，或抚慰，或暴走。昨天跟你侃侃而谈的人今天可能就不在了。

血液病，我患的是白血病。死亡率高，治疗漫长，而痛苦。

抬头看看苹果树，我觉得那一个个青涩的果子不是水果，而是一个个冤魂。我把想法说了出来，母亲惊得双手一颤，冤魂们都纷纷掉落在地上，四处滚开。母亲挥舞着手杖喊道：“说什么呢，怪吓人的。”说罢推着我小跑离去，之后很久，我都没有去过那棵苹果树下。

我的父亲

2011 08 18

小学时曾写过一篇作文，题目是《我的父亲》。儿时沉迷玩乐荒废学业，到了关键时刻自然是互抄功课以图蒙混过关，以至于几份作业除了名字外几乎都是相同的。儿时的作文结构都是相同的，开头，我的父亲是个脸朝黄土背朝天的农民（劳动阶级最光荣），黝黑的皮肤，有力的大手布满老茧……诸如此类，而我们居然愚蠢到连父亲的工作单位以及名字都是抄得一样。于是乎老师在修改作业时第一反应便是把我们几个留下，然后叫家长都来一趟。也许老师的初衷只是想看看到底哪个老流氓在县城四处播种，居然还胆大妄为地让几个孩子都在一个班级读书。然而我们几个被老师叫去时双腿顿时软了，趴在地上连呼女侠饶命，自己懒惰，一念之差做了错事，望能给机会改过，家长就不要叫来了。女侠放过了我们。

回家后看见父亲还是感觉战战兢兢，感觉他知道这件蠢事。今日回想起来，那时候的父亲很年轻，很有活力，很坚强，头上没有那么多白发。多年后的一个夜晚，我抱住父亲，双膝跪地，失声大哭，求他不要再给我治疗，只求一死，望死后火葬，一切从简，但求死在家乡。透过模糊的双眼我看见父亲爬满皱纹的脸满是泪水，一年间好像头发都白了……

如果说我拥有什么，我想只剩下这浓郁的亲情了，家人在尽力地挽救我的生命，每当感觉无力走下去，想一死了之时，想到我的父母、爷爷奶奶……我那颗绝望的心仿佛又被从虚无中抽了回来。

送战友

2011 08 19

在我心中每个敢与病魔抗争到底的人都是英勇的战士，他们忍受着身体及精神的双重折磨，折磨自己，折磨亲人。

在我身边的战友，有些已然离去，有些走时豁然，有些走时彷徨，有些走时恐惧。亲人悲恸欲绝，朋友扼腕叹息。

上个月张君走了，死于重复大剂量化疗后的感染，他妈妈说，他最难受时经常说一句话：“妈妈，我还不死，我要活下去。”多年轻的生命啊，舞象之年，十七未满。他的愿望很简单，不是想考取个好的大学，不是想要个高档游戏机，只是希望能够活下去，哪怕路途艰难。然对于普通人如此简单的一个愿望在我们病友看来却是一种上天赐予的怜恤。

张君病后一年半复发，而后支撑了大半年。在一次大剂量化疗后的感染中，身体未愈，手肘出现疼痛感，医生进行了第二次化疗，当时他的血象^①低得可怜。终日在高热及疼痛中度过，化疗进行一半时手肘忽然无疼痛感，张君家人意识到这次化疗是错误的，而为时已晚，半个月后张君带着无尽遗憾离开了我们。

刘君是众多病友中我印象最难忘的，喜欢吹牛，喜欢帮助人，喜欢小朋友，

① 血象，用化验的方法把血液中所含红细胞、白细胞、血小板等的数目计算出来制成的结果，用作诊断的资料。——编注

喜欢调戏小护士。虽然我到现在也还不知道他到底得的是什么病，但是每每看他从医生值班室里出来的表情，我知道，这个，很麻烦。

最后一次见他时，我们走在铁轨上，背对着夕阳。刘君从荷包里摸出一支中华，点着了深吸一口。风凌乱地吹着，我看见他的眼角渗着泪光。我心里明白了七八分，这货快不行了。刘君幽幽地说：“我×，结果出来了，我知道有这么一天的，下次我不来了，你自己保重。死没那么可怕，我家人也有这个心理准备。”我当时不知道怎么安慰他，我满脑子都是“见到你很高兴”之类的话，我第一次看着说自己快要死的人说得如此轻松，仿佛死不是那么痛苦的事情，而是去另外一个地方旅游，只是永远不再回来。临走的那几天仍然看见他在调戏小护士，当时我无法理解他的心情，直到以后……

正是如此，我觉得我没有化疗的时候，遇到可乐的事情都比别人要开心。我很有信心。我能活下去。如果我走了，这帖子留给我家人看看；如果多年后我活下来，重温此时的心情，在我健康的时候将是一笔珍贵的财富，因为我们比别人更懂得珍惜生命，享受生命。我也希望各位病友不要灰心，勇敢地活下去。