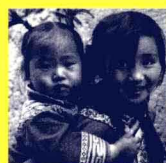


李林樱 著

解开灾后 心灵密码

5·12

四川抗震文学书系



怎样让灾区人民重新微笑，重新看到希望，对未来充满信心？
怎样用中华民族的传统美德鼓励和影响在心灵上遭受重创的灾区人民？
在火热的灾后重建现场作者找到了答案，找到了解开心灵密码的钥匙。

李林樱 著

解开灾后 心灵密码

5·12

四川抗震文学书系



怎样让灾区人民重新微笑，重新看到希望，对未来充满信心？
怎样用中华民族的传统美德鼓励和影响在心灵上遭受重创的灾区人民？
在火热的灾后重建现场作者找到了答案，找到了解开心灵密码的钥匙。

解开灾后心灵密码

JIEKAI ZAIHOU XINLING MIMA



ISBN 978-7-5455-0360-9



9 787545 503609 >

定价：23.00元

四川抗震文学书系

解开灾后心灵密码

JIEKAI ZAIHOU XINLING MIMA

李林樱 著

四川出版集团 天地出版社

图书在版编目(CIP)数据

解开灾后心灵密码 / 李林樱著. — 成都: 天地出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5455-0360-9

I. ①解… II. ①李… III. ①报告文学—作品集—中国—当代 ②地震灾害—灾区—心理保健 IV. ①I25

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第159518号

解开灾后心灵密码

JIEKAI ZAIHOU XINLING MIMA

李林樱 著

天 地 无 极  世 界 有 我

出 品 人 熊 宏

责任编辑 罗文琦 姜枫
责任校对 程于等
电脑制作 经典记忆文化传媒
责任印制 田东洋

出版发行 四川出版集团·天地出版社
(成都市三洞桥路12号 邮政编码 610031)

网 址 <http://www.tiandiph.com>
<http://www.天地出版社.com>

电子邮箱 tiandicbs@vip.163.com

印 刷 成都蜀通印务有限责任公司

版 次 2010年9月第一版

印 次 2010年9月第一次印刷

成品尺寸 250mm × 175mm 1/16

印 张 11.25

字 数 210千

定 价 23.00元

书 号 ISBN 978-7-5455-0360-9

版权所有◆违者必究◆举报有奖!

举报电话:(028)87734639(总编室) 87735359(营销部)

87734601(市场部) 87734632(农家书屋办)

购书咨询热线:(028)87734632 87738671

“四川抗震文学书系”编辑委员会

主 任

黄新初

副主任

朱丹枫 阿 来 吕汝伦 张邦凯

编 委

朱丹枫 阿 来 吕汝伦 张邦凯 牟 佳
陈小海 梁 平 熊 宏 侯安国 罗文琦

主 编

朱丹枫 阿 来

副主编

梁 平 熊 宏

出 品

中共四川省委宣传部

四川省作家协会

四川出版集团

目录 Contents

前言 Preface / 008

第一部 Chapter 1 羌笛悠悠羌魂雄 / 010

二进北川老县城 / 011

重返映秀 / 017

废墟上的守望者 / 022

灵魂的呼喊——访羌族诗人羊子 / 031

最美丽的女神和萝卜寨 / 036

不屈的羌碉 / 043

水乡藏寨和生态新镇 / 047

第二部 Chapter 2 只不过从头再来 / 055

汶川地震何处是，请君看看东河口 / 056

枣树村的平民英雄主义 / 065

心灵的拐杖和隐形的翅膀 / 071

我一定要坚强地活下去 / 084

孩子、父亲和母亲 / 088

呼唤天堂里的爱人 / 103

物质与精神的辩证法 / 110

打开农村财富的大门 / 115

第三部 Chapter 3 慈悲与自我救赎 / 123

中国心理学的里程碑 / 124

来自中国科学院的报告 / 127

与爱同行的心灵守望 / 134

废墟上的“心灵花园” / 142

浴火的凤凰黄莉 / 151

板房里的“完美春天” / 155

心灵无界 大爱无边 / 163

附记 End 1 / 168

后记 End 2 / 178

前言

Preface

“5·12”震后一年，面对满目疮痍的大地和被震碎了的人生，灾后重建的艰巨任务正摆在我们面前。灾区不仅要重建物质的家园，更需要重建心灵的家园，修复受到重创的心灵。

重建不是简单的恢复，而是向高层次的提升，特别是对人的提升，是物质和精神的升华。重建心灵家园，中华民族不仅仅需要和死神抗争时的勇气和激情，还需要科学和理性，需要科学的规划、严格的管理，以及日复一日互相帮助的人间大爱和脚踏实地的持之以恒。

北川以及绵阳、平武、都江堰一些受灾民众的弃世，给我们留下了永久的痛。

怎样让灾区人民重新微笑，重新看到希望，对未来充满信心？

怎样用中华民族的传统美德鼓励和影响在心灵上遭受重创的灾区人民？怎样重塑我们的民族精神和民族文化？

怎样运用现代心理学的最新成果帮助灾区人民？

带着这些问题，我重返灾区浴血的土地。

在火热的灾后重建现场我找到了答案，找到了解开心灵密码的钥匙。

右手骨折的青川农民石光武含着自信的微笑喊出了气壮山河的口号：“有手有脚有条命，天大的困难能战胜！”

在北川进行灾后援建的山东人说：“支援四川灾后重建，山东要人有人，要钱有钱！要把北川作为山东省的一个县来重建，把北川的人民当做自己的亲人来对待！”

中科院心理研究所的专家们在地震发生后第三天（5月15日）便组成小分队奔赴灾区，建立心理援助工作站。除大量培训当地的心理辅导队伍外，直接接受专家们心理援助的群众已上万人次。专家们希望，通过他们的实践、思考、研究和总结，不但让我国的灾害心理学研究得到更快的发展，也为国际心理救援工作作出贡献。

地震发生的第二天，复旦大学心理分析研究中心与中国文化研究中心、华南师范大学心理分析研究所和华人心理分析联合会便共同决定，组织队伍前往灾区。他们先后在北川、汶川、德阳、都江堰等地建立了七个心灵花园工作站，以心为本，以爱为基础，以灵性为基调，以创造和转化为工作导向。

2010年4月初，IT行业三家知名企业EMC、思科以及腾讯在都江堰市共同启动了“重

建都江堰心灵花园”公益项目。聘请国内外著名心理咨询师为全市五十余所中小学七十多名心理辅导老师提供两年的培训，并且协助老师们为全市七万多名学生提供心理辅导和心理咨询，对都江堰市政府及各职能部门中因地震受到心理伤害的三百多位工作人员提供心理辅导。

还有一大批志愿者留在了灾区，以古米兰为首的志愿者组织的“完美春天”就是其中的杰出代表。

生命如花，大爱无边，我们仍然众志成城！

受灾的人们已经看到了新的希望，北川一个小学四年级学生在自己的画作旁抄下了这样一首诗：

向着明亮那方

向着明亮那方

向着明亮那方

哪怕只是分寸的宽敞

也要向着阳光照射的方向

灌木丛中的小草啊

向着明亮那方

哪怕烧焦了翅膀

也要飞向灯火闪烁的方向

夜里的飞虫啊

北川幸存的人啊

地震让我们失去了亲人和家园

给我们心灵留下了永远的伤痛

我们的心虽然流着血

但我们活着的人啊

应该向着明亮那方

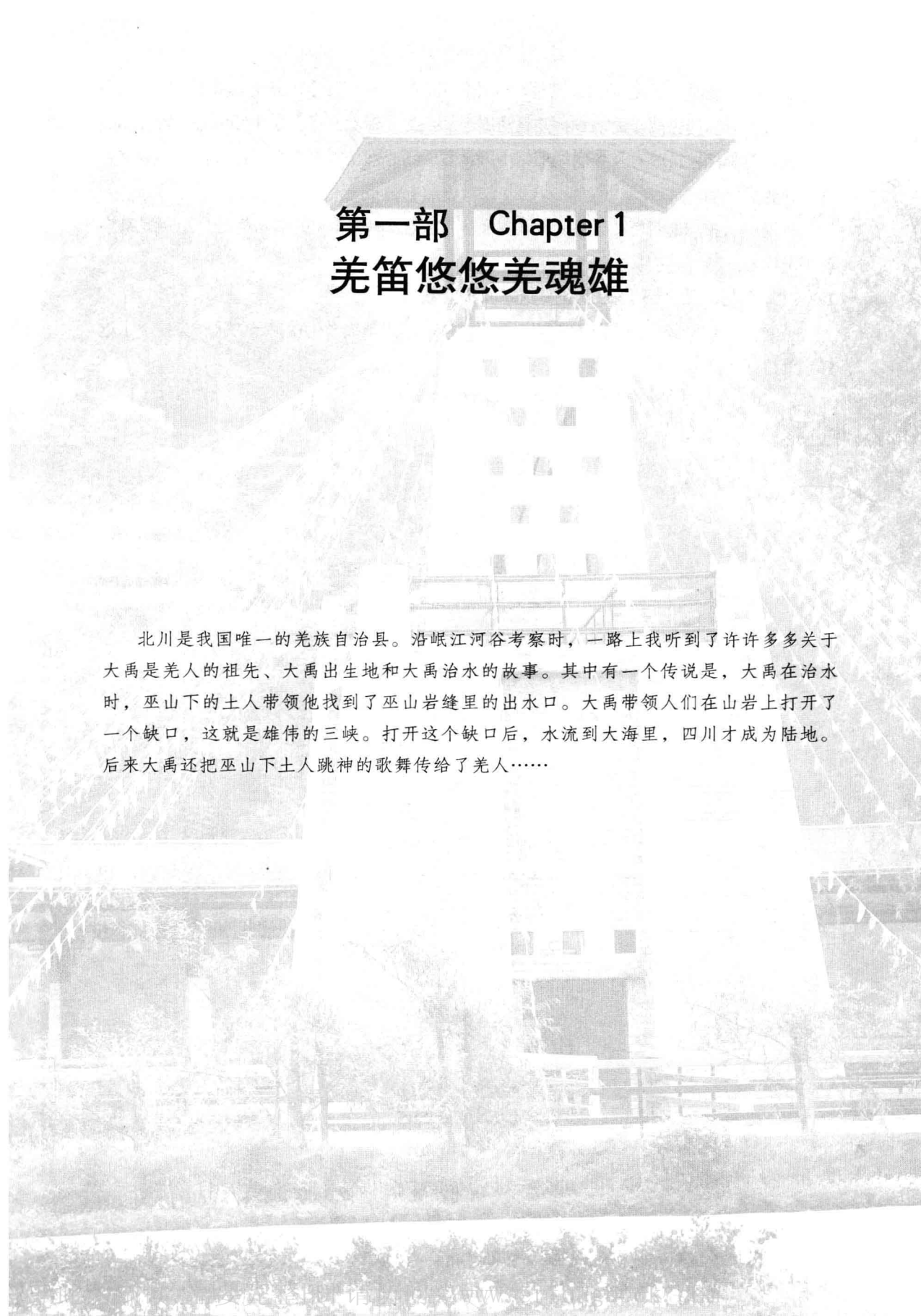
哪怕道路充满荆棘

看成败人生豪迈

只不过从头再来

再造一个新北川

再建一个美好的家园



第一部 Chapter 1

羌笛悠悠羌魂雄

北川是我国唯一的羌族自治县。沿岷江河谷考察时，一路上我听到了许许多多关于大禹是羌人的祖先、大禹出生地和大禹治水的故事。其中有一个传说是，大禹在治水时，巫山下的土人带领他找到了巫山岩缝里的出水口。大禹带领人们在山岩上打开了一个缺口，这就是雄伟的三峡。打开这个缺口后，水流到大海里，四川才成为陆地。后来大禹还把巫山下土人跳神的歌舞传给了羌人……

二进北川老县城

2009年5月12日早晨6点多钟，我从安昌镇（北川县委、县政府临时所在地）向北川老县城进发，想在大灾难发生后的一周年向罹难者送上心的祭奠。

刚一坐上汽车，望着扑面而来的青山翠谷，不知怎么的我就抑制不住悲从中来的感觉。也许老天爷和我的感觉一样，一直没有露出笑脸，乌云覆盖，天空一直是阴沉沉的。

这是大地震后，我第一次踏进这个受到毁灭性破坏的地方，这也是我第二次走进北川县城。

第一次到北川是2002年4月，为考察长江上游的生态环境我来到了这里。

北川是我国唯一的羌族自治县。沿岷江河谷考察时，一路上我听到了许许多多关于大禹是羌人的祖先、大禹出生地和大禹治水的故事。其中有一个传说是，大禹在治水时，巫山下的土人带领他找到了巫山岩缝里的出水口。大禹带领人们在山岩上打开了一个缺口，这就是雄伟的三峡。打开这个缺口后，水流到大海里，四川才成为陆地。后来大禹还把巫山下土人跳神的歌舞传给了羌人……

远古的许多史实如今都隐藏在历史的迷雾里，让人无法探寻。关于大禹的许多传说和故事我们也许已经无法证实，但有一点是肯定的——在保护生态环境和生存环境的长期活动中，羌族人民孕育出了自己特殊的文化。据考古证实，早在两万年前的更新世晚期，岷江河谷就有人类活动，繁衍着古老的民族——羌族。如今，北川居住着十多万羌族人，占全县总人口的60%，约占全国羌族人口的33%。



震后的北川老县城

但是，大地震给羌民族带来了巨大的历史灾难，这个人口仅三十多万的民族，遇难者竟达总人口数的10%。

记忆中这个三面环山的小城北川是一个非常美丽的地方，湔江穿城而过，山花盛开，绿树环绕，整洁宁静，宽敞的街道，别致的街灯，翠绿的山峦，据当地林业部门介绍，全县森林覆盖率已达70%。我特意到了景家山上治理水土流失的试点村杨柳坪，高山上的杨柳坪村梨花盛开，白色的花朵像一堆堆流动的瑞雪，又似一团团飞扬的白云，中间常常夹杂着一枝半枝粉红色的碧桃花，一座座农家小院就隐藏在梨花深处。

带领村民们植树造林的是四十多岁的支部书记冯益固，他把我带到了村庄后面的杉林里，这些20世纪80年代种下的柳杉已经长成胸径四五十厘米的参天大树。冯益固这个憨厚的羌族汉子，抚摸着、搂抱着一棵又一棵大树，黝黑的脸上露出了纯真的微笑，我把他的微笑定格在了胶卷上……

当时，我不知道，北川这个建县已经一千多年、被称为“罕见的物种基因库”的美丽县城，竟恰恰建在龙门山地震断裂带上——而且是主中央断裂带！自有文字记录以来，这一带几乎每隔几年、十几年就会发生一次地震，最近的一次是1976年8月16日发生的7.2级地震，余震四千多次，最强烈的两次达到7级。

重返北川后，我想向冯益固送上衷心的问候和祝福，但人们告诉我，他从杨柳坪村调到了县城所在地曲山镇担任农办主任，在“5·12”大地震中已经不幸遇难……

望着无言的青山，我泪流满面。

一路上许多地方都挂着巨幅标语：“任何困难都难不倒英雄的中国人民！”胡锦涛主席的这句话，正是灾区人民坚强刚毅的写真。

到县城进行周年祭的人络绎不绝：有的坐车，有的步行；有的代表单位，有的以个人名义。许多人抬着花圈，握着香烛，举着黄色和白色的菊花，其中举着花圈的“唐山遇难孤儿”队伍特别引人注目。

过了擂鼓镇后，路上的人更多了。

这一天，到北川县城参加周年祭的有二十多万人。几十公里长的车队从安昌镇一直排到了老县城。

走进被灾难摧毁的老县城，迎面便是肃穆的、黑底白字的大幅标语：“放轻你的脚步，放低你的声音，给逝者一个安宁。”

是的，死者长已矣，我们不能再打扰他们，最好的做法就是让他们的灵魂安息。

浩劫后的北川县城出现在我的眼前。

这根本不是我记忆中的北川！它已经面目全非，没有一栋完整的建筑，只剩下残垣断壁和变了形的“楼房”，整个城市成了一个巨大的“废墟”，一片死寂，没有任何生机。地震时，县城北面的王家岩轰然垮塌，掩埋了整个老城，北川县委等二十多个单位葬身在山岩下，岩石堆积最深处竟达七十多米。残存的少数楼房也被向前推移了两百多米！而新城东南面的景家山又发生了大面积崩塌，最大的石头足有三层楼房那样大，巨石裹挟着惊天动地的巨响，如瀑布般倾泻而下，县政府等机关和中小学、居民楼瞬间便被完全砸毁……

幸存者说，地震发生时，天昏地暗，地下发出了轰轰隆隆的怪声，大地似乎高高地跳跃了一下，楼房被高高抛起来后又重重地摔下来，短短几十秒的时间，眼前便只剩下一片瓦砾堆。

曲山小学的老师告诉我，学校的老师带着一年级的四十四个小学生跑到了操场上，本来以为操场是一个相对安全的地方，哪知道脚下的大地竟突然像大海中的小船一样剧烈摇晃起来，忽上忽下，忽左忽右，一两分钟之后，操场中央忽地隆起，平添了一座小山，四周是深陷的裂缝，操场上的师生们已经消失得无影无踪，只有一个孩子侥幸获救。

一万八千多人的北川县城，罹难者上万，在举行悼念活动的草坪下面是一个掩埋罹难者的巨坑，当地老百姓称之为“万人坑”。在北川考察期间，我小心翼翼地不敢向任何采访对象谈及他们的亲人，因为每一个北川人都有亲属遇难。

四川著名历史学家谭继和先生感伤地告诉我，北川的文人墨客曾组织了一个“禹风诗社”，吟诗作赋，考证典故，治史编志。就在地震发生前四天，禹风诗社成员谢兴鹏还给他发来电子邮件，邀请他为新作《感悟禹里羌乡》写序，并约定5月14日在成都见面叙谈。地震那天，正是禹风诗社聚会的日子，中午大家还在兴致勃勃地品酒论诗，但刹那间垮塌的王家岩就将聚会的六十多个人全部埋在了地下。山崩地裂壮士死，这次电话便成为谢兴鹏和他最后的约定……

北川四十余位“非遗”传承人不幸遇难，羌族口弦演奏者幸存的不超过十人，羌笛演奏者仅存两人。羌族文学、乐谱、舞蹈图谱等文字、图片、影像资料被埋进了废墟，县城所有的公共文化设施片瓦无存，大禹纪念馆、禹羌文化研究中心、北川羌族民俗博物馆、县文物研究所被毁，全县所有羌族研究资料荡然无存。这是对羌族文化生命的沉重打击。因此，对羌族人民而言，地震让他们失去的不只是家园和亲人，还有这个民族的根。

在废墟前我点燃了手中的香烛，深深鞠躬以表达对死者的悼念和敬意。一些和我一样远道而来的人，虽然北川并没有他们的亲人，但也表达了对罹难的骨肉同胞的悼念之情……

更多的祭奠者是失去亲人的人。

一位姓徐的老人蹒跚着走在废墟边，他的妹妹全家遇难。

一位来自外地的母大娘已经七十一岁，老伴八十岁了，在北川工作的儿子和儿媳在地震中双双遇难，只留下十五岁的孙女。孙女天天哭着想着念着爸爸妈妈。老年丧子，一想起“白发人送黑发人”，老人泪湿衣襟。

一位姓唐的婆婆，六十六岁，给罹难的儿子媳妇烧了一栋纸房子，一面哭着一面



来北川祭奠的人们

喃喃地说：“孩子太造孽了，真像做了场噩梦。1976年松潘平武地震的时候，我们还在外面躲过，这一回哪晓得……我想不过啊，连他们的遗体都没有挖出来……”

一位姓赵的小伙子，侥幸从废墟中被人救出，已经高位截瘫，坐着轮椅来到了废墟前……

整个老县城是一座巨大的祭祀堂和纪念堂，人们脚步轻轻，神情肃穆，除了有时响起轻声的啜泣，没有别的声音。

可以告慰死者和生者的是，距老县城二十三公里处的新县城已经动工。根据规划，面积是老县城的八倍，那里地势平坦，四周低山丘陵环抱，安昌河穿城而过，在建设中将尽量保持和突出羌族及川西文化特色，预计将在2020年前建成。而老县城将成为一个规模宏大的地震博物馆，以纪念亡灵、警示后人，同时也为人类研究地质构造、预防地质灾害提供科学依据。迄今为止，世界上还没有一个像北川县城原址这样大规模的地震遗址完整保护工程，遇难者的亲属们说，这是对亲人最好的纪念，是对所有遇难亡灵永恒的记忆。

在悼念和告别过去中，生活仍然在继续。

六十八岁的居民夏婆婆带着上小学的孙女在卖有关北川地震的光碟，沿途卖光碟、羌绣、腊肉、土特产的小摊点很多，已经形成了一个市场。

在老县城附近的任家坪有中科院设立的“心灵驿站”，只是一间十几平方米的板房，是对受灾群众进行心理援助的地方。美术教师韩勇正在教一个六年级小男孩儿画画，目的是利用画面进行心理辅导。孩子画得很专心，先画了一个人，接着又画出了小猫、小鸟。韩勇说：“我希望帮助孩子们把注意力转移到别的地方，只要他们能关注于其他事情，悲痛自然就会减轻很多……”

管理心灵驿站的志愿者冷智远是一个高大、帅气、爱笑、容易激动的小伙子，出生在山东农村，是家里的独子，童年时父亲因车祸去世，靠母亲抚养大。在大学里学了四年心理学，去年毕业后已经找好了工作——在一所学校担任辅导员。汶川大地震发生后，他一心想到灾区，惴惴地征求母亲的意见，通情达理的母亲回答道：“想去就去吧，我还年轻，你可以出去闯几年。记住，要好好干，别让别人失望！”

母亲同意了，冷智远反而舍不得母亲了。他觉得母亲很孤独，也吃了很多苦，怎么办呢？便想方设法给母亲物色了一个对象。他对继父说：“叔，妈脾气急，您让着她点，只要您对我妈好，我会像对亲爸爸一样对您，您放心！”

冷智远说，他物色的这个“对象”人很老实，啥事都顺着妈，妈现在很幸福。

对灾区的心理援助，冷智远有一些看法。他认为，专家们针对孩子们进行的工作多一些，而针对成人尤其对干部的的确很不够；灾区物质方面的重建一直在紧张地进行，而心灵重建却被忽视。他很担心，三年五年后温饱问题解决了，灾区干部和群众心灵方面的需求将会复苏，那时可能会爆发许多新的问题……

至于他自己，虽然学了四年心理学，但对灾难后的心理援助仍然不甚了解，目前除了陪伴灾区人民，也常常用一些穴位按摩等办法帮助受灾的人们舒缓痛苦的情绪。