

从心站起

CONG XIN ZHAN QI

——我的行走笔记——

石新荣 著



出院回到家里，坐在窗前，

看街上人们轻快地骑自行车，

看捡垃圾的人背个编织袋，东瞅瞅西看看，

那时我羡慕地想，健康的他们是多么幸福！

人民日报出版社

从心站起

CONG XIN ZHAN QI

石新荣 著

——我的行走笔记——



出院回到家里，坐在窗前，
看街上人们轻快地骑自行车，
看捡垃圾的人背个编织袋，东瞅瞅西看看，
那时我羡慕地想，健康的他们是多么幸福！

人民日报 出版社

图书在版编目(CIP)数据

从心站起：我的行走笔记 / 石新荣著. — 北京：人民日报出版社，2010.9

ISBN 978-7-5115-0136-3

I. ①从… II. ①石… III. ①石新荣-自传

IV. ①K828.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 147970 号

书 名：从心站起：我的行走笔记

作 者：石新荣 著

出 版 人：董 伟

责任编辑：宋 娜

封面设计：刘文东

出版发行：人民日报出版社

社 址：北京金台西路 2 号

邮政编码：100733

发行热线：(010) 65369527 65369512 65369509 65369510

邮购热线：(010) 65369530

编辑热线：(010) 65369521

网 址：www.peopledaily.press.com

经 销：新华书店

印 刷：北京顶佳世纪印刷有限公司

开 本：710×1092mm 1/16

字 数：200 千

印 张：14

印 数：10000-16000

印 次：2010 年 8 月第 1 版 2010 年 11 月第 2 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5115-0136-3

定 价：32.00 元

序 言

深圳有个石新荣

詹国枢

回家路上,接朋友胡斌电话,希望给一本书写篇序。我问什么书,谁写的?胡斌说,一位朋友,叫石新荣,残疾人,住在深圳,新闻同行,书写得非常感人。这样,您先看看吧。

书稿送到手中,饭后无事,泡茶一杯,将书稿慢慢展开。这一展开不打紧,看着看着吸引了我,读进去,心中便有些隐隐作痛,阵阵发紧。

这是一个残酷的真实故事。

他,石新荣,深圳《证券时报》勤奋而又年轻有为的财经记者,一年使用机票 50 张以上,四年连续获得报社年度好新闻一等奖,正在西安负责西北总部工作并兼任首席记者,事业干得有声有色,业余刚刚完成西安交大研究生课程,又拿到另一重点大学 EMBA 录取通知书……一个能干好学、积极上进、前程美好的年轻人,却在不经意间,遭受了命运劈头盖脸的重重一击!



一场突发车祸,让他躺进医院,醒来时,浑身缠满绷带,上下插遍管子,脑子一片空白,呼吸奄奄一息。从医生和亲属眼神里他似乎明白,完了,全完了!

是的,尽管经过和伤病一次次顽强搏斗,尽管经过权威大夫最大努力,他还是全身瘫痪了!不但将终身与轮椅为伴,而且,从颈部以下,四个肢体,全部失去知觉,十个手指,完全僵硬,不能活动!

如此巨大的意外打击,如此强烈的人生反差,搁谁身上也是够残忍的。石新荣痛不欲生,心灰意冷,别无所想,但求一死。他在文字中作了如下描述:

“接受这个现实是残酷的。那些日子我不愿去治疗,躺在病床上,看着窗外的青山和山顶一条航线上掠过的一架架飞机,心如枯井,心灰意冷。

“晚饭后,我和病友们在河边乘凉。坐在一棵高大的木棉树下,看着一朵朵木棉花打着旋儿飘落,我在思考着死亡的问题。温泉镇风景如画,可如画的风光与我有什么关系呢?正是美国攻打伊拉克的时候,我在想,假如有一颗炸弹落到我头上多好。我又在想,如果有一颗陨石落在头上也好啊!

“有一天,隔壁来了一个病人,他说:‘唉,活着真累,真想把自己给解决掉!’那一刻,我心里晴空万里、充满了阳光,许久没有的轻快感涌上心头——我终于有知音了!可病友仅仅说说而已,第二天又忙着进行他的康复治疗,我呢,一边消极地做着康复治疗,一边想着我的心事。

“电视新闻报道香港影星张国荣跳楼自杀了。我在想,张国荣变成了一只美丽的蝴蝶,他快乐地飞走了。那段时间,死亡对于我

来说是两个亲切的字眼……”

一个心如死灰的意外伤残者,一个从人生顶峰突然摔下低谷的失意人,经过九九八十一道肉体的痛苦磨难,经历七七四十九次心灵的搓揉煎熬,渐渐地,他承受了,想开了,他试图在生活中去触摸和寻找人生的乐趣和意义。

——他开始有滋有味地养鱼、种兰花,不但喜欢瓷器、音乐和美术而且有了深入研究。

——他鼓励支持妻子以优异业绩回报社会,在数百人的高学历公司被评为“十佳员工”。

——他细心指导读小学的儿子读了300多本书,书单挂上博客后,成为家长们的参考。

——他积极建言献策,参与社会公益活动,为残疾朋友排忧解难,为公益事业添砖加瓦。

——他利用辅助工具在电脑上打字并开了博客,写出近二十万字的书,还打算创作小说。

凤凰涅槃,浴火重生。一个全新的充满活力和激情的石新荣重新归来,他快快乐乐、高高兴兴地面对朋友和亲人!经历人生洗礼的他,对人生已经淡然超然、大彻大悟。通过博客,他将自己的经历和感悟,痛苦和快乐,细细描述,娓娓道来,与爱他的人们和他爱的人们一道分享。

于是,有了摆在人们面前这本《从心站起》。

在细细读完全书文字后,不由让人有了一种感动,一种震撼,也有了一种沉思,一种回味。我想,此书出版以后,一定购回数册,让我的亲人们,尤其是我那可爱的小孙子和小孙女好好看一看,想一想。我想让他们知道,在中国,在深圳,有这样一位叔叔叫石



新荣,他曾经经历过那样的意外打击和身心磨难,他曾经那样痛苦那样沮丧而如今又是如此阳光这般快乐。我相信,对于涉世未深天真烂漫的孩子,此书将是一笔宝贵财富,一个关于如何看待和对待人生的生动教材。

说实话,我是抱着姑且一看的态度阅读书稿的,看后提笔,写下了自己的感受。原本,我是没有资格为这样一本书写序的,尽管,我也曾经在媒体开过所谓《养心之道》的专栏,尽管,积六十余年之人生经历,我也曾在博客上与网友交流人生感悟。

以上文字,只能算是看完《从心站起》后的一点推介文字和读后感吧。

希望大家都能来读读这本书。

希望大家都能晓得,在中国深圳,有这么一个值得敬佩的人,他曾经有过那样一段痛苦不堪的生活而如今却又那样快乐阳光。

他的名字叫石新荣。

一串幸福的风铃(代自序)

快乐往往是短暂的,许多快乐是虚假的。人生要早早地营建自己的幸福感,亲情、友情、爱情、知识、健康,这些才是永恒的,它们会长久伴随你。

人最大的悲哀是绝望。绝望过的人不多,我绝望过,我知道要渡过绝望这一关,唯一的办法就是坚持,要相信时间的力量。

要学会放下,很多东西都很不重要,“身外之物”这四个字,只有经历过生死的人才理解。当我躺在病床上孱弱得要告别这个世界的时候,那一刻我明白了人生什么是珍贵的。

不要一味沉湎在失去中,多想想依然拥有的,珍惜拥有的,快乐生活、享受生活。

人生最大的失败是,当要告别人世的时候,发现世界上没有爱你的人和你爱的人。

我曾经奢想,给我两根能动的手指头多好啊,那样我可以写字、敲键盘、接电话、发信息、看书、拿勺子、端茶杯、梳头……如果给我两只健康的手,我将开始学习音乐和绘画,我会成为一名优秀的小提琴手或者画家,可是,这都是奢望!



有牵挂和被人牵挂,是一件幸福而富有的事情。人生的悲哀在于,不被人牵挂或者没有牵挂的人。

心头的结还是要一点点解开才好,要轻松,要释然。痛苦的人很多,许多痛苦是自己无法排解的,要活下去,也得淡化。能排解的,要坚决排解,绝不犹豫,虽然有阵痛。

心灵是珍藏财富唯一的仓库。

感情的问题是个很复杂的问题,也是个说不清的问题,存在即合理,因此要放下,眼睛要向前看,不能影响正常的生活。

我真是感动,感动于朋友的友情。这个世界真是因爱而生动。我已经淡泊了许多,但还时时不由得动情,所以,生活真好,活着真好!谢谢你们,我熟悉和不熟悉的朋友们!

目 录

序 言

深圳有个石新荣 / 詹国枢	1
一串幸福的风铃(代自序)	5

第一部分 涅槃 / 1

我是怎样快乐起来的	2
住院记事	10

第二部分 站 起 / 17

1 生活上那点事儿 / 18

吃 饭	19
开 博	22
轮椅走香港	26

2 我爱花草虫鱼 / 31

瓷 韵	32
我的兰花开了	36
我养兰寿	38
我救活了一条金鱼	42
山坑螺	44



读 画	47
像樱花一样灿烂	51
音乐厅里见博友	53

第三部分 温 暖 / 57

激情燃烧的西北岁月	58
结婚的故事	69
南 下	75
一起走过的日子	79
儿子小时候的故事	83
儿子是真情吗?	87
书痴石展	90
从心站起	95
久违的泪水	101
爱的力量	106
芬芳的雪夜	110
夜幕中的玫瑰花	114

第四部分 怀人 / 117

喜欢贾平凹	118
想念叶鹏校长	122
老 莫	126
快乐的涟漪	130
六 爷	133
并非小说	138
画 缘	140

花 蕾	144
美丽的女人	147
人物摄影故事	152
向爱情敬礼	157
寻 梅	163
影 子	166
鸟儿,你飞向何方?	170
一封迟到的信	190

第五部分 演讲 /	201
要重视心理康复	202
让关爱的春天常驻	207

跋

为石新荣干杯 / 叶 子	209
他比我们更健康 / 莫海斌	213
你的心是一座花园 / 刘丽华	217
老同事的一封信 / 王镇平	223



第一部分

涅槃



我是怎样快乐起来的

失去了健康，
但我还拥有很多，
最重要的是，
我拥有对生活的热情和憧憬。
轮椅上也是一种生活，
轮椅上照样有欢乐和梦想，
轮椅上的天空同样有彩虹！

1

我曾经是一名非常忙碌的财经记者，一年使用的机票在 50 张以上。我热爱我的工作，曾连续四年拿得财经日报《证券时报》年度好新闻一等奖。然而，2002 年从天而降的一场车祸改变了这一切，我成了一个不能跑、不能写、不能用电脑的四肢瘫痪者。正是承担各种责任的年龄，却什么都承担不起。

失去了健康意味着什么？鸟儿折了翼，鱼儿搁了浅，猛兽被困

牢笼。没有了健康的日子,天空是黑色的,音乐不再悦耳,花儿不再芳香。

2003年3月,我抱着康复的希望,来到位于广东省从化温泉镇的广东省工伤康复中心,可是在这里,我看到许多康复过的病友依然坐着轮椅,对我的打击很大。正是“非典”严重的时候,我让太太再次去北京求医。她拜访了国内许多著名专家,他们说,脊髓损伤的治疗是一个世界性的医学难题,目前仍然没有突破。我不甘心,世界脊髓年会第五十次会议在北京召开,我让朋友全程跟踪会议,还找来厚厚的论文集和有关专著一页页研读,之后我终于明白了,我将永远地坐在轮椅上!

接受这个现实是残酷的。那些日子我不愿去治疗,躺在病床上,看着窗外的青山和山顶一条航线上掠过的一架架飞机,心如枯井、心灰意冷。

晚饭后,我和病友们在河边乘凉。坐在一棵高大的木棉树下,



我与工伤病友在一起



看着一朵朵木棉花打着旋儿飘落,我在思考着死亡的问题。温泉镇风景如画,可如画的风光与我有什么关系呢?正是美国攻打伊拉克的时候,我在想,假如有一颗炸弹落到我头上多好。我又在想,如果有一颗陨石落在头上也好啊!

有一天,隔壁来了一个病人,他说:“唉,活着真累,真想把自己给解决掉!”那一刻,我心里晴空万里、充满了阳光,许久没有的轻快感涌上心头——我终于有知音了!可病友仅仅说说而已,第二天又忙着进行他的康复治疗,我呢,一边消极地做着康复治疗,一边想着我的心事。

电视新闻报道香港影星张国荣跳楼自杀了。我在想,张国荣变成了一只美丽的蝴蝶,他快乐地飞走了。

那段时间,死亡对于我来说是两个亲切的字眼。心理医生给我做完测评后说,结果非常不好。我很清楚这个结果啊,怎么会好呢?感受不到希望,活着有什么意义啊?

但是,耳边还有一个声音在说,要坚持,苦难是暂时的,痛苦的日子终将会过去!抱着这个信念,我坚持着。阴霾终于渐渐散去,阳光慢慢来到了心田,过程虽然漫长,但我最终使自己快乐了起来。所以我想说,人最大的悲哀是绝望,绝望过的人不多,我绝望过,我知道要渡过绝望这一关,唯一的办法就是坚持,要相信时间的力量!

2

其次还要放下。很多的东西的确不重要,要放下身外之物,让自己轻松起来。工伤病友绝大部分都在青壮年时期致残,正是承担家庭和社会责任的时候,心里有很多东西放不下。我也是这样,我

36岁伤残,正是我人生感觉最好的时候,也是最自信的时候。我有过8年的大型国有企业的工作经历。大学毕业后我参加了国家“七五”“八五”重点建设项目中州铝厂建设,这个项目地跨两市三县号称“有色宝钢”。我23岁负责中州铝厂的报社和对外宣传,荣获建设基地标兵称号。30岁南下深圳,进入了当时很火的证券时报社,十个月后我被派驻西北负责西北总部工作,兼任首席记者。受伤的时候,我刚刚完成西安交通大学金融专业研究生课程,同时拿到了一所重点大学的EMBA的录取通知书。可是这个时候,我折翅了,一时万念俱灰,心头许多东西放不下。

除了事业夭折造成的痛苦,家中也有很多牵挂。我是长子,上有年迈的父母,下有弱妻幼子。儿子正读小学二年级,我不能像其他家长那样尽父亲的责任了,孩子可能因为我的残废而有自卑感。我感觉对不起我的太太,这几年她跟随我东奔西走,现在我把这样一个烂摊子甩给了她,她能挑得起吗?西安是我们暂时客居的地方,今后我们回河南还是回深圳?如果回深圳,家能生存下去吗?很多的问题重重地压迫着我。

还有很多的烦恼和担心。我是一级伤残,但因为工伤保险缴费太低,我每月的工伤津贴深受影响,今后的日子怎么办?

背着沉重的包袱,我心情抑郁,经常莫名地发脾气,家庭气氛因此十分压抑。

回头看,面对现实、放下包袱很重要。自己是残疾人,不能用健康人的标准要求自已,否则造成自卑和自责,自己痛苦,亲人痛苦。应该力所能及地做自已能够做到的事情,让自己充实起来。经历生死后才知道,虽然失去了很多,但我还拥有亲情、友情和爱情啊,它们才是人世间最珍贵的,其他都是身外之物!包袱一件件放下后,我轻松了,快乐了,亲人们也快乐了,欢乐又回到了我的身边。