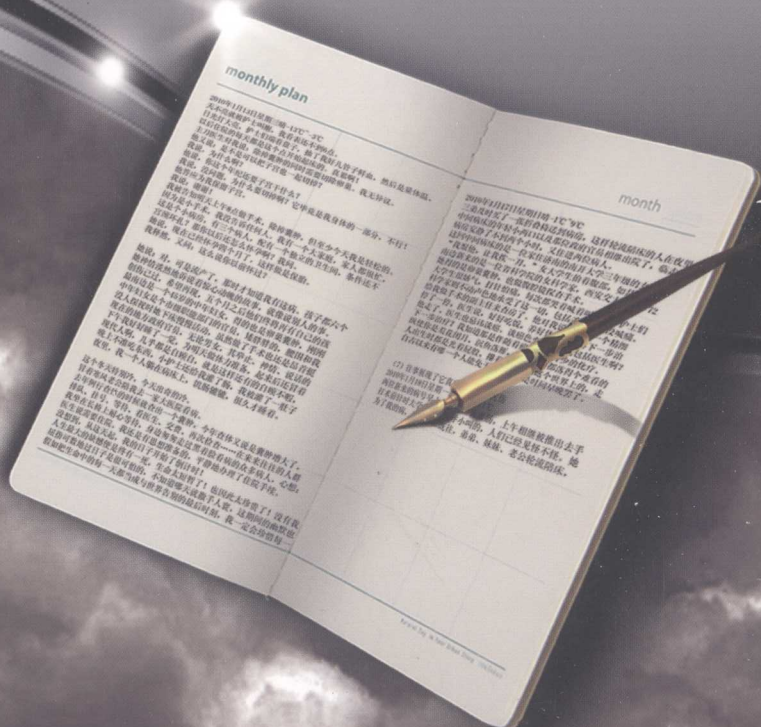


生命日记

王萍 著



華齡出版社

生 命 日 记

王 萍 著

华 龄 出 版 社

责任编辑：李成志

封面设计：多元素文化创意有限公司

责任印制：李未圻

图书在版编目 (CIP) 数据

生命日记 / 王萍著. — 北京：华龄出版社，
2011.10

ISBN 978 - 7 - 80178 - 863 - 4

I. ①生… II. ①王… III. ①日记-作品集-中国-
当代 IV. ①I267.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 182113 号

书 名：生命日记

作 者：王 萍 著

出版发行：华龄出版社

印 刷：三河科达彩色印装有限公司

版 次：2011 年 9 月第 1 版 2011 年 9 月第 1 次印刷

开 本：880×1230 1/32 印 张：15.5

字 数：300 千字 印 数：1~3000 册

定 价：30.00 元

地 址：北京西城区鼓楼西大街 41 号

邮编：100009

电 话：84044445 (发行部)

传真：84039173

序

得知王萍同志患乳腺癌的消息时，先是一惊。继而知道她病后以日记体的形式写了一部书稿，书名《黑色日记》，我心里不禁一沉，当时想，刚过60岁、生性要强、心比天高、情感丰富的她，面对绝症，恐怕不仅身体受到摧毁，精神上的打击更会让她难以抵挡。《黑色日记》，一个多么沉重的题目，而王萍此刻的全部，确只有“黑色”而已。

然而，当我真的读到她的书稿时，却发现那“黑色”只能算是一片小小的浮云，在她那里也仅仅是一掠而过。我看到，尽管在她依然面临死亡威胁的时候，她也没有那么多的悲悲切切，凄凄惨惨，而是理智地面对，在精神上努力去摆脱那“黑色”的阴影。最终她在回忆、反思、探究中找到了“支点”，这就是“爱”。父母的爱，丈夫儿子的爱，兄弟姐妹、亲朋好友的爱，以及她对世间万物的爱，这正是她生命的追求，也正是她对生命的渴望。于是，她的眼前豁亮了，万物在她面前鲜活了。她处处感到的都是生机勃勃，阳光灿烂。这一切，使她信心倍增。她坚强了，勇敢了，面对着“绝症”敢以“微笑”面对了。事实证明，她胜利了！书名也由《黑色日记》改为《生命日记》了！

正如作者所说，这本书“主要记录了自己每天与癌症搏斗的现实生活，同时也打开了尘封已久的记忆。从出生开始，小学、中

* 生命日记 *

学、大学，然后当兵、恋爱、结婚、生子、转业，往事历历在目。”读这本书无疑对一些身患疾病，特别是大病、要命的病的病人一定会有很多有益的启发。作者除了在思想上、精神上对战胜疾病有自己的独到认识外，对医生的治疗、诊断也有一个自己的判断，根据自身的实际状况，科学分析，而不是盲目信从。此外，本书更值得阅读的是，作者通过回忆自己一生的经历所得出的感悟。这些感悟真实、亲切，虽然看上去文字平平，却充满着人生的哲理。细细品味，定会受益匪浅。

近日获悉，作者身体恢复得很好，真的令人非常高兴！

衷心祝她幸福、健康！

常振国

2011年8月25日

目 录

(1) 住院·····	1
(2) 准备手术·····	2
(3) 癌症手术·····	4
(4) 生是走向死亡的开端·····	6
(5) 人活着，能放出屁来也不是易事·····	8
(6) 死亡也是有艺术的·····	12
(7) 往事展现了它真实的美丽和忧伤·····	15
(8) 大难之后又重生·····	17
(9) 人的记忆永远不会褪色·····	21
(10) 人坚强一点儿才会快乐·····	24
(11) 终于开始可怕的化疗·····	27
(12) 至今我还活着·····	29
(13) 女人啊，女人·····	32
(14) 人从出生开始就注定走向衰老，走向死亡·····	35
(15) 终于快熬到头了·····	38
(16) 终于出院·····	40
(17) 弱水三千，只取一瓢·····	43
(18) 癌症病人应该吃些什么·····	46
(19) 珍惜人生旅途上的每一个拥有吧·····	48
(20) 最恐怖的一天·····	49
(21) 相濡以沫·····	51
(22) 这个世界原本就没有圣人·····	53

(23) 人生一世，无非是尽心·····	56
(24) 大劫后的平静，虽然还有些沧桑·····	58
(25) 乱世学会的生存技巧·····	60
(26) 第二次化疗·····	63
(27) 机械的重复·····	65
(28) 一句话点醒梦中人·····	67
(29) 水至清则无鱼·····	70
(30) 元宵节出院·····	72
(31) 帅得一塌糊涂的机要参谋·····	75
(32) 桃花雪，多美的名字·····	77
(33) 亲情是世界上最灿烂的阳光·····	79
(34) 马铃薯生汁可以控制癌·····	82
(35) 有爱就有力量·····	83
(36) 上帝让我活着，就肯定有他的安排·····	85
(37) 现代生活有如此狰狞的面孔·····	87
(38) 第三次可怕的化疗·····	89
(39) 沧桑历尽，爱已无声·····	92
(40) 能放出屁来就是幸福·····	94
(41) 一对农民夫妇·····	96
(42) 继续输液保肝·····	99
(43) 化疗的同时进行保肝治疗·····	101
(44) 第三次化疗·····	103
(45) 一碗粥 20 块钱！哼，抢钱呢·····	105
(46) 恶毒反应开始显现·····	107
(47) 继续保肝·····	108
(48) 怀疑化疗的正确性·····	109
(49) 梦可以重做，改变现实却是太难了·····	111
(50) 癌症患者是不是都要为家人活着·····	113

(51) 回家的感觉真好	116
(52) 人可以死于疾病，但不能死于无知	118
(53) 那夜，大地曾含泪聆听	121
(54) 《癌症不是病》	123
(55) 万物都是有感情的	128
(56) 生活需要简单来沉淀	130
(57) 孤独的触角	133
(58) 独身女人	135
(59) 萨马兰奇，一个传奇式的人物	137
(60) 活着是门艺术，活着更需要勇气	139
(61) 人的生活实在不必太奢侈	142
(62) 相依为命	143
(63) 不仅治病，还要救人	145
(64) 第四次化疗	149
(65) 穷人富人论	152
(66) 年轻真好	153
(67) 寻找到生命支点就可以坚强活着	156
(68) 时间最短的一次化疗	158
(69) 这年头，谁的肩上不是沉甸甸的	161
(70) 古曲虽自爱，今人已不弹	163
(71) 关爱生命，尊重生命	165
(72) 活着真好	167
(73) 母爱是无人能替代的	169
(74) 世界上最珍贵的东西都是免费的	172
(75) 活着的人谁敢挥霍生命	174
(76) 癌症病人如何度过炎热的夏天	176
(77) 癌症患者也要保持人格的完整	178
(78) 独身是一种生活方式	180

(79) 段子满天飞	183
(80) 岁月很苍老	186
(81) 这年头，连绿豆都吃不起了	188
(82) 上帝，真是惊喜至极	189
(83) 复发性卵巢癌的研究进展	191
(84) 现代都市生活就是垃圾	194
(85) 绝症何以不治而愈	196
(86) 郁闷至极	198
(87) 我佩服曼德拉	200
(88) 《反思“过度治疗”》	202
(89) 民间抗癌偏方	205
(90) 一个无惭无愧的人生	206
(91) 怎样才能嫁给有钱人	208
(92) 失去记忆的人是悲凉的	211
(93) 男儿有泪不轻弹	213
(94) 马铃薯生汁疗法	214
(95) 友谊的玫瑰	216
(96) 梦醒了才知道人心有多冷	216
(97) 呵呵，我长头发发了	219
(98) 每个人都有自己生命的最高点	221
(99) 赶紧找个坑儿跳吧	223
(100) 由生入死易，起死回生难	226
(101) 商场上讲究的是弱肉强食	228
(102) 人人羡慕的幸福奶奶	230
(103) 感知生命	232
(104) 博客如人生	234
(105) 我疑故我思，我思故我在	235
(106) 人生之禅	238



(107) 纯粹的精神家园·····	241
(108) 瞬间的美丽·····	243
(109) 如何减少卵巢癌的复发·····	246
(110) 卧榻之侧，岂容他人鼾睡·····	248
(111) 死亡是面镜子·····	250
(112) 人生载不动太多的烦恼和忧愁·····	252
(113) 中国军队的节日·····	255
(114) 生命的延续是以死为代价的·····	257
(115) 这人真容易满足啊·····	260
(116) 主动给自己一缕阳光·····	263
(117) 四世同堂·····	265
(118) 年轻的妈妈们还有其他选择吗·····	268
(119) 纵有千年铁门槛，终须一个土馒头·····	270
(120) 历史的创伤不应忘却·····	271
(121) 人死了钱能带走吗·····	273
(122) 清纯？太奢侈了吧·····	275
(123) 女人都有一个通病·····	277
(124) 富裕不能代替幸福·····	280
(125) 今天，你浪漫了吗·····	282
(126) 不是每一种不幸都是灾难·····	284
(127) 不得不看的经商法则（转帖）·····	287
(128) 匪夷所思·····	293
(129) 自得其乐·····	294
(130) 生命的秘密·····	297
(131) 争取跑完人生的全程·····	298
(132) 苦难没有绝对价值·····	301
(133) 只要生命还在，就不应该悲哀·····	303
(134) 怎么样才算成功呢·····	305

(135) 命运是不可改变的·····	306
(136) 老济南的古朴沧桑·····	308
(137) 耄耋之年·····	310
(138) 运动饮食排忧远离癌症·····	311
(139) 人格上的独立·····	313
(140) 你是否决定让自己快乐·····	315
(141) 试着给自己的人生加点糖·····	317
(142) 抗癌是一场持久战·····	318
(143) 生命应该是有重量的·····	320
(144) “华佗再世”的神医·····	322
(145) 婚姻就像拾贝壳·····	325
(146) 官场无声·····	328
(147) 人生难得糊涂·····	330
(148) 生活就是生下来，活下去·····	333
(149) 败军之将不言勇·····	335
(150) 人生没有彩排·····	338
(151) 人心不足蛇吞象·····	341
(152) 凡事得适可而止·····	343
(153) 光明、希望永远在前·····	346
(154) 人生，真是没趣得很啊·····	349
(155) 我不知道（转帖）·····	351
(156) 人生路上能依靠的只有自己·····	353
(157) 中国是一个含蓄的民族·····	356
(158) 痛苦不一定都有价值·····	358
(159) 请一路走好·····	361
(160) 这是上苍在灭我啊·····	363
(161) 不能拂了上帝的面子·····	366
(162) 战争的幸存者·····	369

(163) 死亡不是失去生命, 而是走出了时间·····	372
(164) 人生就像赛跑·····	375
(165) 曾经的灿烂, 已趋于平淡·····	378
(166) 为什么去日本留学·····	382
(167) 我奋斗了十八年才和你一起喝咖啡(转帖)·····	386
(168) 平淡而坚强地活着·····	391
(169) 静以修身·····	393
(170) 古今多少事, 都付笑谈中·····	398
(171) 没病没灾就是幸福·····	402
(172) 美丽人生·····	406
(173) 给个棒槌就当针(真), 那就太傻了·····	409
(174) 一个脱俗的老人·····	412
(175) 痛苦不是永恒的·····	415
(176) 最简单的满足·····	418
(177) 快乐的原则·····	419
(178) 明天存在吗·····	421
(179) 白领与蓝领·····	422
黑色人家(180) 总有一种无耻让我们泪流满面·····	424
(181) 老年是人生中最美的时候·····	427
(182) 一种心理暗示·····	430
(183) 一辈子有多长·····	433
(184) 生死有命·····	435
(185) 子欲孝, 而亲尚在·····	439
(186) 隔皮猜瓜·····	442
(187) 癌症的“快乐疗法”·····	445
(188) 怎能不感恩·····	448
(189) 珍爱生命·····	450
(190) 雁过无痕·····	453

* 生命日记 *

(191) 又快清明·····	455
(192) 残酷的时间·····	456
(193) 人生一世，草木一秋·····	458
(194) 活着就是王道·····	459
(195) 人生有时很无奈·····	461
(196) 热爱生活吧·····	462
(197) 给生命一份真实·····	465
(198) 走向大自然吧·····	467
(199) 健康生活才是最主要的·····	470
(200) 人生终有一死·····	472
(201) 生活好比打牌·····	475
(202) 爱的延伸·····	478
(203) 生命的潜能是无限的·····	480

(1) 住院

2010年1月12日 星期二 多云 -9℃~-6℃

这个冬天特别冷，今天出奇的冷。

冒着寒风老公陪我去一家大医院看病。

去年例行查体的时候就查出一个囊肿，今年查体又说是囊肿增大了，长在卵巢上，建议我去医院看看。

排队、挂号、等待、看医生、交费、再次检查……在来来往往的人群中折腾了大半天的时间。生平最不愿意去的地方就是医院了。普通老百姓看病就是难，没办法，虽然政府一直在关注。

我坐在长椅上耐心等待，身边匆匆走过黑着脸看病的众多病人，心想：这可真是“河里无鱼集上看”，满大街的都是好人，原来“坏”人都到医院里来了，难怪医院总像是赶大集似的。

医生说需要住院。我还是有思想准备的，平静地办理了住院手续。

没想到，从这天起，我的日子开始了倒计时！

人生最大的缺憾便是终有一死，生命太短暂了！也因此太珍贵了！没有我这种生死经历的人是绝然体会不到的。The days are numbered. 这是我刚学英语时学的一句形容美帝国主义日子不多的说法，准确的翻译是：日子屈指可数，现在用在这里可以说恰如其分，恰到好处。呵呵！

屈指可数地过日子是很可怕的，不知道哪天就撒手人寰，这期间的幽默也是黑色的幽默。黑色，是中国人比较忌讳的颜色，尤其是在快过春节了喜庆的日子里，但不可错过这篇生命日记。

假如把生命中的每一天都当成与世界告别的最后时刻，我一定会珍惜每一分钟、每一秒，并留下一段美丽动人的故事，带走一丝欣慰。

(2) 准备手术

2010年1月13日 星期三 晴 -13℃~-3℃

天不亮就被护士叫醒，我看表还不到6点。

日光灯大亮，护士们端着盘子，抽了我好几管子鲜血，然后是量体温、测血压、测脉搏等一系列检查。关灯，睡觉。刚刚消停一会儿就有护工再度开灯，开始打扫卫生，整理床铺，直到护士交班、医生查房。

以后住院的每天都是这个点开始起床的。真累啊！

主刀医生对我说：除掉囊肿的同时需要切除卵巢。我无异议。

他又说：是不是可以把子宫也一起切掉？

我说，为什么啊？

他说，你这个年纪还要子宫干什么？

我说，没问题，为什么要切掉啊？它毕竟是我身体的一部分，不行！我断然拒绝。

他答应为我保留子宫。

我说：谢谢！

我被告知明天上午8点做手术，除掉囊肿，但至少今天我是轻松的。

因为是小手术，我没告诉任何人。我有一个大家庭，家人都很忙，我不想为这点小事情闹得兴师动众的，手术后悄悄地回家养病就是了。

这是个小病房，有三个病人，配有一个独立的卫生间，条件还不错。我住最北边的一张床，中间是一对小两口，滨州的，都25岁，当然男方是陪床的。我问女人得了什么病，她侧身躺着，细声细语地说，是宫颈先天发育不全症，来医院是做宫颈环扎手术的。

宫颈环扎？那你以后还怎么怀孕啊？我问。

她说，现在已经怀孕四个月了，这样做是保胎。

我释然，又问：这么说你以前怀过？

她说：对，可是流产了，那时才知道我有这病。孩子都六个月了，是个男孩儿，各种器官都长全了，住院保胎也没保住。生下来我还把孩子抱回了家，至少是个活着的小生命啊！他闭着双眼，就像小猫一样轻轻丝丝叫唤着，后来渐渐就没了体温。医生说这次手术后我只能在家躺着，直到这孩子生下来。

她神情淡然地诉说着惊心动魄的故事，就像说别人的事。

创伤已过，希望再现，五个月之后他们终将再有自己的孩子，这小两口无疑还是幸福的。

最南边是一个45岁的中年妇女，得的也是卵巢囊肿，刚刚做完手术。和我一样，做的是腹腔镜探查术。就是在肚子上打几个小洞，把手术器械放里去，医生通过电脑屏幕切掉坏组织，再通过小洞洞把坏组织抽出来。这属于微创手术，病人身体恢复很快，是很先进的技术。

中年妇女是个市级职能部门的官员，矮胖胖的，腰围和我有一拼，官至处级，很快要提副局级，这是从前来探视的人群中听出来的。她的丈夫陪床。探视的人群一波又一波轮番轰炸，鲜花、水果、补品源源不断涌进病房，安慰、鼓励、恭维的话语劈头盖脸，虽然空洞却很应景。她矜持地微笑、点头，带点威严却也得体。

没人探视时她下床慢慢活动，虽然做了手术也还是昂首挺胸，很有官员风度。

现在的地方政府官员，无论男女，其举止、神情、说话的姿态甚至穿着几乎都是一个模子抠出来的，在众多的人群中，几乎一眼就能认出。

下午我好好睡了一觉，为明天做体力准备，起来后还冒着凛冽的寒风到大街上转了转，因为手术后会有一段时间的蜗居。太冷了，街上的人们都裹得严严实实，行色匆匆。我感叹：都是毫不相

干的面孔，谁也不为谁存在！谁也不为谁停留！而所有的人忙活都是为了一张嘴。

现代人啊，几乎都是自顾自，就是这样还有自顾不暇，谁又是阿拉丁神灯，在你需要的时候为你闪亮？

晚上不准吃东西，小护士还给我灌了肠，我被灌了一肚子的肥皂水，结果拉得稀里哗啦。清洗肠道，一切为了明天的手术。

夜里，我一个人躺在病床上，饥肠辘辘，很久才睡着。

(3) 癌症手术

2010年1月14日 星期四 晴 $-6^{\circ}\text{C} \sim 5^{\circ}\text{C}$

天不亮就被护士叫醒，还是那个时间，5点50分。

日光灯大亮，灌肠！护士说。这样我又被灌了一肚子肥皂水，又拉得稀里哗啦。从昨天晚上到现在没吃任何东西，奇怪的是这时我一点也不觉得饿。接着给我打了术前针，说是镇静剂，其实是让我睡觉的。后来我被脱光了所有的衣服，穿上了消毒病号服，上衣反穿，我理解医生手术时方便。

8点钟我被推进手术室，其他人被挡在门外。

进去的一霎那，我回头看到了老公那张焦急的脸。

里面真冷啊！比病房冷多了。白炽灯雪亮，我被转来转去，还坐了电梯上楼，真有种天堂的味道了。与病房的白衣天使不同的是，手术室里的医生、护士都穿绿裤子、绿上衣、绿口罩，呵呵，外戴一顶绿帽子。

我被脱光了安置在窄小的手术床上，护士在我身体上涂抹冰凉的消毒水，那情景极像待宰的白猪。主刀的是个男医生，后来得知是个副主任。

我突然问他：我叫什么名字？得什么病？做什么手术？

他冷静地一一回答，反问：你在考我啊？