

星期天夜光杯

本报副刊部主编 2014 年 8 月 3 日 星期日 第 523 期 | 新民晚报 | 责编:赵 美 视觉:叶 聆 编辑邮箱:zhaom@xmwb.com.cn

B1

毕淑敏的三张“名片”

◆ 王瑜明

名片1 医生 一千就是二十二年

不久前，毕淑敏做了一次纵贯非洲的长途旅行。她开玩笑说，现在的她每天钻研非洲，她要写一本关于非洲的书，“以一个普通中国人的眼光看看非洲。我不会写成旅游攻略，大致是本散文兼纪实的书。”非洲之旅给她留下了深刻的印象，“车窗外，绿色的非洲原野，牛羊成群的牧场，就像一部鲜活的非洲纪录片，在面前不断切换。”毕淑敏回忆，“拿把椅子，坐在旅店的露台上，喝着茶。在通电的铁丝网外，可能有两百头大象过来喝水。”

从这次旅行中，毕淑敏获得更加从容的人生态度。问毕淑敏，去那么遥远的地方怕不怕？她笑了：“年轻时候到西藏去过，当时是一次被迫的旅行，在西藏的那种生活和感受，让我对地球上的地貌、历史很有兴趣。”

1986 年，毕淑敏凭借小说《昆仑殇》踏入文坛，之前，她曾在西藏阿里高原某部当过 11 年的卫生兵。“《昆仑殇》写的就是昆仑军区部队军事拉练中发生的事。有当时的影子。”在当兵的日子里，毕淑敏看过死亡，也常思考人为什么活着，“在西藏的雪山上，离天穹非常近。夜晚星星大得如小灯。每年大雪封山的五六个月，会彻底和外界失去联系。”极度的单调、寂寞和孤独，让毕淑敏不由自主地思考着不着边际的问题。17 岁那年的冬天，她甚至第一次想到了自杀。阿里高原的冬天酷寒缺氧，部队野营拉练穿越无人区。她要身背 60 公斤的负重，一天要走 60 公里的高原路程。“午饭因为自己不小心扣在了牛粪上，再做饭已经来不及，部队马上出发了。只能饿着肚子继续走。心里想，休息一下吧，然后我就趴在地上，一动也不动。”毕淑敏说。这样掉队越落越远，收容小分队对她说，太阳落山前必须要赶上大部队，不然就会被冻死在雪地里。“负重、远途、空腹，我觉得反正我走不到目的地了，还是死了算了。”“当时正好走到山体断崖旁，悬崖陡峭，只要把手放开就可以了断生命。没想到我的手反而更紧地抓住岩石缝，这是求生的本能，青春的生命以本能抗拒死亡。”生理意志到达极限，那次经历她一生铭记。后来，毕淑敏转业回到北京，在一个工厂的医务所任主治医生、所长。

毕淑敏从事医务工作一共 22 年。她自诩是个不错的医生，“比不上钟南山，比鲁迅、郭沫若好。因为鲁迅和郭沫若都没有进入到临床实践，算不得真正的医生啊。”毕淑敏说，职业与生命相连，意义就非同一般，病人把最宝贵的生命托付于你，如果有一点点疏忽，后果都会很严重。22 年后，为了珍视生命，毕淑敏放下了听诊器去专职写作。



■ 上世纪 70 年代在西藏阿里军分区卫生科

毕淑敏有三个头衔，主治医生、作家、心理咨询师，这三个看起来没有关系的职业，但在毕淑敏眼里却有共通之处。“有时，我觉得自己终身在做的是同一件事，只是表达的方式可能不同，但研究的都是人。人是世界上最复杂的生灵，探索人的生命状态是件很有意思的事，将这些探索用打动人心的语言表达出来，除了专业技术，还需要有对人生的悲悯情怀。”



名片2 作家 文学界的白衣天使

毕淑敏的文字细腻又冷静，对事物观察准确又犀利。这种文字风格和她的从医经历有千丝万缕的关系，王蒙先生称她为“文学界的白衣天使”。关注生老病死，是毕淑敏作品最大的特点。但她笔下的死亡并不是丑陋可怕的，甚至给人安宁和落叶归根的感觉。

“我书中所写的很多场景，我都体验过。”毕淑敏说，写《预约死亡》时，她曾多次去一家临终关怀医院体验、采访。“我曾躺到一张刚死过人的床上，那张床不是温暖的，即将死去的人多是冰冷的。我只想安静地体会一下人在生命即将结束时，可以看到什么、摸到什么，心里可能会想到什么。”《预约死亡》中，她将自己在临终关怀医院中对死亡的体验都展现了出来，她要让读者面对死亡消除悲伤和恐惧，更好地生活下去、挚爱下去。

2003 年，国内“非典”肆虐，中国作家协会组织了在京的 8 位作家到一线采访，

毕淑敏是其中一个。“当时很纠结，因为我妈妈被诊断为癌症，住在我家。我这一走，不知何时回，她怎么办？作协打电话给我，因为我当过医生又当过兵，在这种紧急关头希望我能参加。我说让我想想。我妈妈听到了，她说，国家有难，你该挺身而出，既然被派遣，就不该推辞。我说，妈妈你要好好地活着，等我回来。”后来，毕淑敏去了佑安医院，采访那些在一线紧张工作的医生和护士，采访那些在非常危险的病症中恢复过来的病人以及研制抗击病毒药物的一线科研人员。她甚至来到焚烧病人排泄物的火化场。这些触目惊心的现场给了她一个和病毒“亲密接触”的机会。采访归来，毕淑敏花了 8 年时间写就了长篇小说《花冠病毒》，不仅写出了与病毒作战时的心理灾难，也在思考心灵危机的应对之策，“在没有特效药的情况下，我们面对病毒对生命挑战的时候只能寄希望于心灵的力量，调动我们身体中的正面抵抗力。”毕淑敏说。

生命就是一种体验

璃杯。“我先生老说我，把自己家弄得像个招待所。”毕淑敏开玩笑说。

说起先生，毕淑敏充满了谢意。“我很感激他对我的包容。我医生不当了，突然开始写作，后来又去读心理学，读完我开了诊所，然后又去环球旅行等等。他心里或许有时不以为然，但他信任我，不曾表示过反对。只是说，你真的想好了，就去做吧。”

毕淑敏说，她觉得生命是没有回程票的旅程，是一支面向死亡的离弦之箭。在这个漫长的旅程中，你要找到自己的目标，然后有勇气一往无前地挺进。在飞翔的瞬间，你可以欣赏沿途美好的风景，结识新的朋友，调整自己的姿态……然后安稳地到达终点。

名片3 心理咨询师 探索人的精神世界

1998 年，正处于写作黄金时期的毕淑敏突然放弃写作，进入北京师范大学心理系读书。“我们每个人都活在自己的世界里，对别人的了解，常常依靠自己有限的经验。我一直对研究‘人’感兴趣，每个人的内心世界都很神秘，我想对此有更系统地探究。”香港中文大学心理学教授林孟平到北京师范大学带学生，于是毕淑敏报名，成了一名心理学的学生。重进课堂学习一门新的学科，对 46 岁的毕淑敏来说是个不小的挑战。由于没有心理学本科的基础，刚开始老师讲的大量术语她听不懂，唯一的办法就是“恶补”。“我当时做好了随时逃走的准备，不过我也确实很想学习这门科学，尽力而为。”毕淑敏开始看大量的心理学书籍，把略知一二的知识进一步夯实，花了大半年的时间，终于赶了上去。四年里，毕淑敏连续读了硕士和博士的课程，并获得了注册心理咨询师的职业资格。2002 年 8 月，毕淑敏和同学合作的心理咨询中心成立了。“来做心理咨询的人很多，多到我不知如何应对是好了。”毕淑敏说，可能因为自己小说家的身份，为她成为一个成功的心理咨询师起了很大作用。“无论哪个流派的心理咨询师，都首先要建立起病人与医生之间的信任，这是最关键的。感谢我的来访者，由于读过我的书，对我先有了一份了解，很自然产生了一份信任，这是疗效的基础。”

毕淑敏写过一部长篇小说《女心理师》，小说以女心理师贺顿的成长经历为主线，并在她和丈夫、情人与心理权威之间错综复杂的情感关系中，穿插了若干来访者的精彩故事。毕淑敏说，她的书里没有不加改变的采用任何一个来访者的案例。“我曾和老师探讨过这个问题，来访者碰到的很多问题都是共同问题，能否和更多的人分享？让这些精彩的故事，成为对更多人有所帮助的资料？老师告诉我说，你必须保护他们的隐私。你要掌握一条标准，写他们的经历但要加以尽可能地变形，不能让人在人群中把他们识别出来。”



■ 毕淑敏在旅途中