



## 《最好的告别》读后感

□ 土建学院 仲济涛

前段时间我参加了一个公益组织的读书营活动,很荣幸被任命为营主。作为营主,除去要和群里的小伙伴们做好互动,还要提前设计好读书打卡任务。为此,开营前就需要先把书看完。阿图·葛文德的《最好的告别》正是本次的共读书目。

我平时看书很“挑食”,不是因为水平高,恰恰相反,是因为阅读能力有限,无法同许多前辈那样海纳百川、兼收并蓄。像毛姆、卡夫卡这样的国外“著名”作家,在读过他们的代表作品后,私下的真切感受是:罢了罢了,以后不管出版商把此类作品拔高到何种程度,再多看一眼算我输。所以,当看到《最好的告别》封面上赫然写着阿图·葛文德的时候,心里不自觉地排斥了一下——又是西方作家。

然而,在读完全书后,我的刻板和偏见大为改观。

《最好的告别》是一本关于衰老与死亡的书。作者葛文德是一位印裔美籍外科医生,就职于哈佛大学医学院,曾在奥巴马时期担任白

宫健康政策顾问,是《时代周刊》2010年最具影响力人物榜单中唯一的医生。葛文德医生这本书的内容,可以用一句话来概括:都是“传统”医生最不关注的东西。不过书的内容并不难读,是发生在作者身边的一个个真实的故事,关于病人,关于医生,借由这一个个感人至深的故事,作者探讨了在人生的最后一段旅程中,如何让生活保有尊严与意义。

有人说,去医院、墓地、监狱等地方看看,你会更加懂得如何去生活。读完本书后,我自己仿佛也感受到了类似的“功效”。本书像禅宗祖师当头棒喝,敦促弟子顿悟佛法一般,在我让我深深触动的同时,也让我的初心渐渐归位。这是我读完本书后的最大感受。

除此以外,《最好的告别》一书里,有温情。作者在提及85岁的老年病患嘉福里尔斯时,并不只是单纯描述老人腰痛和关节变形的症状,也提及“第二次世界大战期间她在查尔斯顿海军造船厂担任铆工”。作者让读者意识到,这些“行将就木”的老人,年轻时也为这个世界奉献过自己的青春。这种充满人文关怀的描述,虽只言片语,但读来让人心头一暖。

有深度。书中的心理学家卡斯滕森女士曾说:“我们如何使用时间可能取决于我们认为自己还有多少时间。”这句看似轻描淡写实则饱含哲理的话更像是出自某位哲学家之口。

也正是这句深刻隽永的话让我对这位斯坦福大学的女教授“路转粉”。

有感动。平时我们大都乐于提及照顾孩子,因为那代表着希望,但我们不太主动提及照顾老人,因为那终究是一件“日薄西山”的事。也正因为如此,威尔逊的辅助生活中心,托马斯的疯狂计划,卡尔森的山恩伯之地,在让我们感动的同时,也让我们对这些终生关注老年事业的人致以由衷的敬意;看到文中作者的同事苏珊和她父亲手术前的对话,我颤抖着翻出手机里父亲的照片,抱在胸前,歇斯底里却不敢出声地哭了——办公室里有其他同事。那一刻,蚀骨的思念几乎淹没我最后的理智。

有反思。读到某些章节的时候,会不自觉地回溯如烟往事,或者遐想迟暮的自己,有时则会情不自禁地想哭。这本书在越来越触动我的同时,也愈发让我知道如何去生活了,更愈发坚定了我内心深处“不足为外人道”的信念。文中常见有些病人抱怨疗养院“那不是家”。作者葛文德评价说:“对一个人而言,有一个觉得是自己家的地方,其重要性就像水之于鱼一样。”那一刻,立马觉得学校家属区供我们一家四口蜗居的D区房子不挤了。

不但不挤了,某种程度上,还有种前所未有的温馨呢!



## 山河共圆

□ 自动化学院 马书生

海峡潮涌载乡愁,千载同根脉未休。  
汉韵唐风融两岸,晨钟暮鼓映双眸。  
炊烟遥寄家山暖,雁书频传故园秋。  
共忆轩辕承祖训,齐抒壮志护金瓯。  
隔波遥望情难抑,执手相期梦可酬。  
待到九州同聚首,山河万里尽欢游。  
春风漫染疆土秀,旭日高悬岁月悠。  
一统宏图终得遂,中华鼎盛誉寰球。



## 八声甘州

□ 电信学院 张振阳

忆相谈对坐论华章,夜深下层楼。  
暑寒皆过往。白驹偷隙,江水东流。  
恋叶边灯绣影,笑语赶径幽。  
天地凄凄事,尽做文收。  
不美残名青纸,只几行淡语,风雨千秋。  
鹤飞云霄外,诗引在巴州。  
劝姬娥,休摇孤桂,惹游人,日夜寄离愁。  
谁曾问?季鹰嫌险,子胥白头。

闷热。

天气异常地闷热,空气仿佛变得有千斤重,压在人身上,让我喘不过气。不仅如此,空气中的水汽含量似乎直线飙升,我感觉整个人像是被水汽包裹着,皮肤与空气接触的地方变得十分黏腻。

我抬头向上看去,灰白色的云朵呈密集排列状布满了整个天空,给原本蓝色的天空盖上了一层厚厚的棉被。

看这样子,似乎要下一场大雨呢。我加快脚步赶回了家中。

回到家没一会儿,大雨便如期而至。

雨水先到来的是雷鸣闪电,而比雷鸣电闪先到来的是空气中“潮湿”的味道。

站在房间的窗前,我闻到室外空气中有一股潮湿的气味。我无法具体形容何为“潮湿”的味道,但似乎在每一场雨来临前,空气中都会出现这种味道。可能是雨滴的信使吧,告知我们雨即将降落大地。

雷鸣电闪紧随其后。我正看着窗外的景象发呆,突然间,余光中划过一道白光。我下意识追寻白光的踪迹,可它却像一个在玩捉迷藏的小孩儿一样躲进了云层中,消失不见。与此同时,一声雷鸣作响,加入了雨前开幕

## 雨

□ 安全学院 章芷涵

的世界——我看到急促的雨滴从云层中迅速下落;我看到枝桠上的叶子被雨水打得低下了头;我看到室外所有的一切都披上了由雨水缝制而成的外衣。

突然间,一个撑着伞的人闯入了我的视线中。他就这样撑着一把伞,漫步在这场大雨中。

此情此景,我的脑中不由得浮现出一句宋词:

“莫听穿林打叶声,何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马,谁怕?一蓑烟雨任平生。”

式。雷声在云层中轰鸣,伴随着几道不时划过天际的闪电,为雨滴的到来拉开了帷幕。

没过多久,我看原干燥的地板上长出了一朵花——是水滴晕开形成的。哪来的水呢?答案不言而喻。

我专注地看着空气,看到了细细的雨丝从我的眼前划过。那些雨丝降落在地板上,在地板上晕开成一朵朵“水花”。

随着雨滴越来越大、越来越密,“水花”的个头也逐渐变大。

一朵朵“水花”簇拥在一起,铺满了整个原本干燥的土地,

随后又消失了。

雨逐渐大起来,原本街上的行人也因为渐大的雨而回到了室内。

一时间,天地间只剩下了哗哗作响的雨声。我从房间来到客厅阳台,搬把凳子坐在那,看着雨中的世界。

雨逐渐大起来,原本街上的行人也因为渐大的雨而回到了室内。

一时间,天地间只剩下了哗哗作响的雨声。我从房间来到客厅阳台,搬把凳子坐在那,看着雨中的世界。