

# 别让病魔吓死你



重生手记  
作者：凌志军  
湖南文艺出版社  
2016年6月第1版

## 编辑推荐词

本书讲述了一个癌症患者从身陷绝境到逐步康复的亲历记，是一部充满智慧、勇气和乐观精神的人生励志书。作者被北京、上海两地名医会诊，几乎一边倒地判定，活不过三个月，但他选择了最佳的治疗方案，走出适合自己的康复之路。九年了，他不但活了下来，而且越来越健康。

当医生宣布在我的颅脑、肺叶和肝脏上都发现恶性肿瘤的时候，我平生第一次感觉到与死亡如此接近！

灾难是突然降临的，就像晴天霹雳，让我和家人措手不及。我对自己的身体一向自信。这不仅因为每年一次的体检指标都正常，还因为我没有不良嗜好，比如从不抽烟、酗酒。而且我还是个喜欢运动的人，每天至少有一小时的体育锻炼。所以，当医生宣布在我的颅脑、肺叶和肝脏上都发现恶性肿瘤的时候，我平生第一次感觉到与死亡如此接近！

那一天是2007年2月12日。当时我站在北京医院神经外科的医生办公室里，看着我的颅脑和胸部胶片悬挂在一个巨大的灯箱上。荧光灯的光线从胶片背面透过来，苍白凄厉，有点刺眼。确切地说，胶片上还显示出腹部造影。

“这里有，这里有，啊——肝上也有。”医生一边在胶片上面指指点点，一边说，“已经不能手术了，只能全身化疗。”

“是吗？”我下意识地追问一句。

停了一下，他又补充道：“不说百分之百吧，也差不多了。”

他转过脸看我一眼，好像突然意识到什么：“啊！你还不知道啊？那……那……请你在外面等一会儿，我要和家属谈一谈。”

我走出房间，站在走廊上。四围的墙壁好像是刚刚粉刷过的，一片惨淡的光向我挤压过来。

马晓先在我身后跟着，寸步不离。因为职业的敏感，她显然已经明白了一切，所以特别紧张地看着我，

嘴巴动一动，却什么也没说，只是伸手碰碰我的胳膊。这个60多岁、瘦小精干的女人，是这一代人中最富有人生经历的人之一。退休前她是北京医院的护士长，再早一些，是中南海高层领导人的贴身护士。她为人忠直，勤勉细腻，富有同情心。在刚刚过去的两天里，她一直陪着我，还与我的妻子赵晓东在医院里跑前跑后，寻找她认为最有经验的医生。

“他是什么意思？”我问，期待她给我一个更确切的解释，“情况不妙吧？”

“是不好。”她回答。显然是因为了解我的个性，她打算对我隐瞒任何实情，所以直截了当地确认了这个坏消息，“他说……肝上也有。”

先是颅内，然后是左肺，现在又是肝……我知道这一切意味着什么：脑癌、肺癌，再加上肝癌。这不就是恶性肿瘤、全身转移嘛！

“你进去吧。”我对马晓先说，“去看看晓东。”

我担心晓东会受不了，转过身，透过虚掩的门缝去搜索屋内的情形。

我可以看到晓东的背影。她坐在窗前，独自面对着那位医生。还有一群医生的目光在前后左右包围着她。窗外灰蒙蒙的天空衬托着她僵直的身影，我极力想看到她的脸，可惜看不到。

我等在门外，过了几分钟，也许是十几分钟，终于看到医生做出结束谈话的表情，可晓东还是僵直地坐着，一动不动。我走进房间，站在晓东身后，轻轻拍拍她的肩膀。她站起来，犹豫了一下，然

后像是鼓足了勇气，转过身来面对我。我看到了她的脸。

她的脸色大变，嘴角微微抖动，眼里一片哀伤。在和她共同生活的25年里，我从没见过她的脸色如此暗淡阴沉。她后来告诉我：“我当时脑子里一片空白，唯一的想法就是不能在她们面前哭出来。”

她把我扶到医院走廊的椅子上。两人并肩而坐，沉默，还是沉默。有很长时间，我们之间一句话也没有，全身心沉浸在绝望沉闷的空气中，彼此想要回味眼前的事情到底意味着什么，可是没有办法把思想集中起来。

周围人来人往，行色匆匆。有一会儿，晓东似乎回到现实中来，蓦然抬起头来，把眼睛直对着我说：“如果是最坏的情况，你愿意知道吗？”

我俩早就有过一个约定：无论谁得了不治之症，都不该彼此隐瞒。现在，她既有此一问，一定是想起了这个约定。

“我已经知道了。”我对她说。

晓东被击垮了。她躲在我看不到的地方偷偷哭泣。马晓先陪着她默默掉泪。我的眼睛无法睁开，但我能够感受到她正在用一种悲恸欲绝的眼光看着我。

那天回家的路上，车里气氛低沉。晓东紧紧拉着我的手，似乎担心我突然消失，却又一言不发。她本来是个喋喋不休的人，可现在，所有灵动的声音全都消失了，她整个人沉浸在巨大的惊骇中，剩下的只有沉默。

而我，第一次明白什么叫“绝望”。

我想让内心静下来，恢复思考的能力，却发现无法让自己集中精

力，于是索性让思想天马行空，或者什么也不想，只是细细体会身体内部那些被医生指证的岌岌可危的部位。头痛目眩，这一定是“脑瘤”的征兆了！可是肺癌呢？肝癌呢？我怎么一点感觉也没有啊？如果肝上长了那么大的一个异物——就像医生所说，那应该是能够感觉到的，比如说疼痛感甚至凸起来的硬块。我下意识地伸手去摸索，渐渐地，还真的在腹部感觉到一种异样。更准确地说，是健康人的“异样”。

我饿了，而且激起了一种旺盛的食欲。

于是我和晓东来到金丰华饭馆，拣了个靠窗的位置，相对而坐。晓东点了一份清蒸鲈鱼、一碟蚕豆和一样青菜。这些都是我们家饭桌上最常见的菜肴。我接着给自己要了一大盆疙瘩汤，这是我每次在这里吃饭时必有的节目。它总能勾起一些有趣的回忆：不是和朋友们滑雪归来开怀畅谈，就是两人相对而坐娓娓叙说。

正是午饭时间，周围食客渐多，人声鼎沸。讲究品位的人总喜欢说：“吃饭不是吃饭，是吃环境，吃心情。”刚刚经历过的打击让我们两人都还没有回过神来，在这样一种心情中吃饭真是平生第一遭。

我很快回过神来，决心好好表现一下，于是开始向桌上的食物发起进攻。也许是为了安慰晓东，也许是为了鼓舞自己，也许是想要证明医生在危言耸听，其实我什么毛病也没有，我尽量让自己表现出如饥似渴和津津有味，同时也没有忘记从塞满食物的嘴里挤出一句话来：“肝癌？真是肝癌，我还能这么吃吗？”

节选自《重生手记》

# 数字与历史



数字解读世界史  
(英)艾玛·玛丽奥特/著  
李菲/译  
民主与建设出版社  
2016年7月第1版

## 编辑推荐词

本书记录了从公元前8000年到21世纪之间100多个世纪的世界历史，将世界发展的脉络通过数字呈现出来。宏观数据可以梳理历史上的大变迁，如人口的大规模迁徙、帝国的扩张……微观数据也可能对世界史产生过深远的影响，它们透露着世界发展的细节。从人类早期文明到二战结束，《数字解读世界史》以时间为轴，用数字呈现世界历史曲折的发展进程。

通过数字，我们可以了解到世界史的大部分内容。具体的数字可以使人物复杂而模糊的背景变得清晰，并能迅速揭示出，过去所发生的事是否能产生深远的影响。不同的数字可以改变我们对历史的视角。

## 32种粮食作物

大约1万年前，世界上的大部分粮食作物（56种中的32种）——如大米、小麦、大麦和玉米——都生长在一块名为“肥沃月湾”的地方，那时美洲和非洲只生长着四种，西欧只有一种（燕麦）。“肥沃月湾”位于幼发拉底河和底格里斯河附近的区域，这一区域包括了今叙利亚西部、土耳其南部、伊拉克、科威特、黎巴嫩和伊朗西部。世界农业社会正是从这里开始的。

这一地区丰富的谷物，包括野生的大麦、小麦、小扁豆、洋葱和豌豆，都是“肥沃月湾”原野上生存的人的食粮。还有足够多适合驯养的野生动物——山羊、绵羊、猪和牛（五种最重要的可驯养动物，这里有四种，第五种是马）。这里最初有足够的雨水滋养作物，不需要人工灌溉，加上这些野生动物的排泄物，作为作物的生长繁殖提供了至关重要的养分，多余的粮食最终使人们在这个地方定居下来，发展生产技能，并逐渐发展成为世界的早期文明。

## 700个象形文字符号

第一种已知的文字是苏美尔人发明的，他们位于南美索不达米

亚平原，是最古老的世界文明之一，这一片平原正位于“肥沃月湾”之中。约公元前5500年到公元前4000年之间，苏美尔人掌握了原始的耕作方式，在这一带定居下来。他们的定居点后来发展成了小城镇，到公元前3000年，其中一些城邦兴盛起来，最大的一个是乌鲁克，人口数达到了4万。

苏美尔的每一座城都有自己的寺庙，它既是祭祀的场所，也是政务中心。人们用这些庙宇储存食物，也会在这里分发食物，组织集体劳务，并控制阿富汗运来的锡以及塞浦路斯运来的青铜等原材料。

为了管理和记录这一复杂的过程，苏美尔人发明了文字，最古老的是在乌鲁克发现的，源自约公元前3300年的泥版文书。这种早期的文字主要是象形文字，有700多个字符，很可能公元前3300年前就在使用了，极有可能是为了记录账目的。

最终，苏美尔的文字被传播到了巴比伦、亚述、波斯等地，并逐渐演变成了更抽象更简单的楔形文字（原本单词是cuneiform，就是楔形文字的意思）。它的使用寿命将近3000年，乌鲁克灭亡于公元前2000年，之后苏美尔被亚摩利人控制了。

## 60分与60秒

苏美尔人的行政管理系统错综复杂，让人们有了时间观念，同时也促进了数学的发展。他们计数是以60为基本单位的，到如今，我

们也是如此计时。他们将一小时划分为60分钟，一分钟又等于60秒。自此，我们也画出了一个360度的圆。

苏美尔人规定，7天为一个星期，周二到周六的名字都是以五大行星的名字而命名的——水星、金星、火星、木星和土星，周一和周日分别是以月亮和太阳的名字命名的。

## 英国巨石阵里的82块大青石

公元前3100年至公元前1500年间，巨石阵建于英格兰威尔特郡，所谓巨石阵，就是一堆直立的长石块围成一圈堆在一起而形成的，底座是一个巨大的土质胚盘。巨石阵内圈的双层青石块和砂岩块对准的方向正好是仲夏太阳升起的地方，这就意味着，巨石阵是祭拜神明的地方。

82块大青石，每块约4吨重，是从距当地240公里（约150英里）远的威尔士西南部运来的，随后运来的是30块砂岩石块，每块约50吨重，是从32公里（约20英里）远的地方运过来的。由于没有任何史料能证明巨石阵是如何建造起来的，那么，这些巨大的石块是如何运到当地的也仍然是个谜团。有人猜测是用车（当时已经有车了），但人们仍然怀疑，木质的车轴能否承受这些巨石的重量。那些威尔士的青石块很可能是船运过来，上岸后，又由人驾着牛车将它们送往目的地。无论是哪种理论，巨石阵都证明了，史前人类能够设计并建造复杂的

大型建筑。

## 250万块大石块构建的大金字塔

埃及吉萨有三座古老的金字塔，胡夫大金字塔是其中最高的一座，高度146米（约479英尺）。古埃及的人们相信，他们的统治者死后，就会化身成为太阳神，而这座大金字塔正是为埃及法老胡夫（Khufu，公元前2598—前2566年）所建的，按照他们的信仰，法老胡夫死后便从这里化身成为太阳神升天。金字塔的阶梯就是法老的灵魂“通往天国的阶梯”，其形状就象征着太阳的光辉。胡夫大金字塔与众不同，它的外部不是阶梯状，而是光滑的石灰石，这样便能反射太阳的光辉，很远的地方都能看到——这象征着法老胡夫和太阳的光辉一样永远不灭。

如此浩大的工程用了约2万名劳工和6千名工匠。建造耗时约20年，当时根本就没有车辆、吊车和滑轮等工具，这些巨大的石块（胡夫大金字塔用了约250万块石头）是如何被运送到工地的也一直是一个谜。有人认为，这些石块是从数百英里外的采石场，由船只从尼罗河上运过去的，另有人猜测，这些石块出自附近的采石场，有些石块被堆成了混凝土状，用车和杠杆运送即可。据最新研究显示，建造胡夫大金字塔所用的石块是从金字塔内部旋转的斜坡上推上去的，完工之后，这些斜坡便封闭禁用了。

节选自《数字解读世界史》