

# 我们需要互相疗愈

本报记者 张瑜

## ▶ 护理并不是来自书本或学术理论

作为护士,最基本的工作就是护理。《护士的故事》显然与护理有关。护理一词早在160多年前就出现了。1859年12月,弗洛伦斯·南丁格尔在《护理札记》中写道:“我们没有更好的语言,来表示护理这一词语,所以就使用了‘护理’这二字。”在医疗领域,一直有着“三分治疗,七分护理”的说法,足见护理工作帮助病人战胜病魔、实现康复过程中的重要作用。

护理工作对病人来说不可或缺,可对从业者来说,意味着辛苦和付出,需要决心和勇气。作为护理事业的创始人和现代护理教育的奠基人,南丁格尔放弃高贵的地位和优裕的生活,把一生贡献给当时不受人们重视的护理事业。尽管本书的作者克里斯蒂·沃森对南

丁格尔充满崇拜和敬仰,但与南丁格尔的坚定不同,她在《序言》里回忆了自己当时选择这份工作时的状态——“护士并不是我一直以来想做的工作”。但17岁时,沃森还是受到母亲以及社区护士的影响,选择加入护士队伍之中,这对当时看到血就会犯晕的她而言,意味着挑战的开始。尽管她曾经给小学同学“检查他们的淋巴结”和“挨个翻他们的眼皮”,但真正的护理工作远不止这些。虽然近代护理起步于中世纪之后生物医学发展的基础之上,但这并不意味着具备某些生物学、医学、化学等知识和经验的她就能胜任护理工作,因为“真正的护理并不是来自书本或学术理论”。

人类一直在与疾病作斗争,沃森讲述的护理故事都发生在护

理不同的患者之时。尽管护理的患者年龄不同,病症各异,科室变换,但似乎有一种共同的护理精神和信念一直指引着沃森。在做精神健康护理之初,沃森第一天上班就遭到患者海莉的戏弄,但她之后与海莉成了互相聊天、互开玩笑的“朋友”;在看到患者德里克自杀之时,她意识到“精神健康护理成了没有拉环的手榴弹,这世界上做梦网还远远不够”;在目睹整个分娩过程之后,助产士弗朗西丝的话也深深地印在沃森的脑海——“出生与死亡携手而至……”

沃森对自己20年的护理工作生活描述细致,真切感人。她带着我们一起去走进病房,直击每一种救护现场,以娴熟的笔法记录下感人的护理经历,历经出生到死亡,看

护患者的年龄跨越了从呱呱坠地的早产婴儿到92岁高龄的幽默老人,救护场所自普通病房转换到儿科病房、急诊病房、内科病房等,护理对象涵盖罹患身体疾病的患者到精神疾病的患者……这种回忆式的写作,细腻真实,感悟深刻,作家蕾秋·乔伊斯评价它是“一本优美的回忆录。温柔、勇敢、发人深省,一字一句都满怀悲悯……”

沃森更多的是想告诉我们,护士除了具备清洁卫生、打针、看护等专业知识外,出自心灵的护理对病人更重要。正如沃森在文中所指,“同情、怜悯、共情,这是历史告诉我们造就一名好护士的品质。”“最好的护理也出自心灵,而非头脑。”“护理就像诗歌,是跨越隐喻和实际含义的边界所在。”

### 提示

有人说:“拉开人生帷幕的人是护士,拉上人生帷幕的人也是护士。”从出生至生命终结的旅途中,人总会有生病的某个时刻,在与病魔的抗争中,都会需要护士的护理和陪伴。护士不仅与人的身体健康和生命进程产生关系,同时,患者的病痛、苦难也会对他们产生深刻的影响。在拥有专业背景和经验之下,护士们怎样直面疾病和生死?如何处理护理中的挑战和压力?怎么看待自身所处的环境和职业价值?在《护士的故事》这本书中,你能找到一些答案。



## ▶ 护理他人也是疗愈自己

拥有20年护士生涯的沃森认为,自己为护理工作付出许多,但收获更多,这份“非凡事业”让她带给患者周到细致的护理,同时给她带来悲伤与喜悦,护理他人也是疗愈自己。

在书中,沃森回忆了各种护理经历,而在对每一个救护场面的回忆中,我们都能感受到她总在试图寻求让患者身体感到舒适,心灵得到抚慰的方式和方法。比如,考虑到当时英国的社会环境,沃森对感到胸痛的贝蒂的照护是给她找来取暖设备和食物;为了11岁的女孩做腰椎穿刺时减轻痛苦,沃森找来她最爱的音乐并调好音调,以便检查的同时为她播放。的确,护理应该不仅仅局限于琐碎的日常任务,对病人的善良和温柔让护理的内核延展,悲悯和共情让病痛变

得没那么可怕,因为“有爱的地方就没有那么黑暗”。

护理他人让患者找到了生的希望,但护士们在护理他人的过程中,过多接触悲伤故事,反复吞咽悲恸之后,也会陷入情感疲乏,甚至引起心理问题,作者试图在书中唤起人们对这一问题予以更多关注。病痛和绝望最易导致从业者心理上的问题,医护人员以继日穿梭在病痛环境中,对患者悉心的照料却未能换来治愈,医疗机制和现实社会问题叠加,受到个人生活问题困扰等,这些都会让他们变得封闭起来,感到“疲劳”,甚至麻木。沃森提到自己曾有一段无比艰难的“同情疲乏”时期,她也会犯低级错误,最严重的一次,她差点因为误剪掉插管“加速”了患者死亡。

特别是在工作中,她还发现“一些病例会导致护理人员出现创伤后应激反应,护士和医生就像患者一样,有时候没办法痊愈,只是活下来了而已”。在书中,对护士心理健康问题的担忧,相关部门和机制对心理健康问题的漠视,似乎一直困扰着沃森。此外,她还以护士的视角关注儿童肥胖问题、老人护理问题、家暴问题、住房问题、医疗体系问题……这也引起作家亚当·凯的共鸣,他说:“这本书让我哭,让我笑,让我思考,也让我去理解、赞赏护士这个从未受到应有尊重的职业。”

“授人玫瑰,手留余香”。沃森在不同的科室护理他人,从这些悲伤的故事里,她也找到自己不断前行的力量。在看到被虐待的儿童凯蒂之后,她决定收养一个孩子,

因为“领养很像护理——有能力去爱陌生人”。在照着被她收养的儿子的过程中,护理又教给了她爱心,让她和她的儿子免受收养带来的二次创伤。如她所言,“我找回了自己对一切事物的真切感受,他让我成了一个更好的人,一个更好的母亲,一个更好的人类”。而在护理过肿瘤病房的病人后,沃森悟出生活的真谛:“生活得幸福快乐,要珍惜那些支撑我们一路走来的东西——不是物质上的拥有,而是爱、善良和希望。”但真正让沃森体会到护理的价值所在,是在她的父亲罹患肺癌之后,因为在谢丽尔周到的护理下,她的父亲有尊严地离开了这个世界。沃森深受触动,这让她更深刻地明白:“护理不仅是护理身体,更是护理尊严。”

# 读一本书的同时读另一本书

唐浩铭

最近在读《保守主义思想》,作者是美国人拉塞尔·柯克(Russell Kirk),张大军翻译,全书近六百页,厚厚的一本。

这是我读的第二本拉塞尔·柯克的书,去年我读了他的《美国秩序的根基》。欲了解美国何以短短两百多年就成就了今日之强盛,或者说欲了解中国何谓今日之中国,我觉得读一读这两本书是很有益处的。中国走到今天,挺不容易的,我们不必妄自菲薄,当然也不能顾盼自大,多看别人是怎么做的,免得重蹈他人覆辙。

几年前我意识到需要读一些经典著作,否则老是在一个圈子里打转,眼界打不开不说,还可能吃的是人家嚼碎了的渣滓,于身心有害。于是有意识地读一些学术经典,比如哈耶克的作品。读经典很辛苦,仿佛钻木取火。但读懂了,明白了,又恰似钻木取火成功的那一刻,有光明,有温暖,甚至有重生的激动和喜悦。

以前读过一篇文章,说读书的效率与读者存储的背景知识多少有关,背景知识多,读书效率就高,反之亦然。我纯粹是一个喜欢热闹的看着,没什么学术根基,读《保守主义思想》这样的大部头对我来说无疑是愚公移山。比如书中提到“托利党”,我一头雾水,不得不查资料做笔记,否则难以继续。我读书本来就慢,读《保守主义思想》就更慢了,一晚上能读十页我就很满足了。

作为调剂,读《保守主义思想》的间隙我还选了两本轻松点的书,一本是汪曾祺的《人间草木》,另外一本是林语堂的《苏东坡传》。

汪曾祺此前零散读了一点,有点印象,但不深刻。说起来我系统读汪曾祺的文字还是受了一个同学的女儿的影响。去年这个同学给我发了一篇她女儿写汪曾祺昆明时的文章,自然流转,浅白从容,有点汪曾祺的味道。文章中提到的好多汪曾祺的文字我都

没有读过,不禁赧然。春节前为了准备去昆明寻访西南联大旧址的资料,我才真正开始读汪曾祺的文字,不过用的都是餐前饭后的边角余料时间。

很多人用“闲淡”评价汪曾祺的文字,好像是说他的文字很好,内容则可有可无。这有点像50年前一些人批评汪曾祺的老师沈从文,说先生是粉红色文人,尽写些粉饰太平麻醉人心的文字。沈从文的好几篇文字中都提到世人对他的误解。和他的老师一样,汪曾祺也自辩了几句:“我是写过一些谈风俗、记食物、写草木虫鱼的文章,说是‘悠闲’,并不冤枉。但我也写过一些并不悠闲的作品。我写《陈小手》,是很沉痛

的。《城隍·土地·灶王爷》,也不是全无感慨,只是表面看来,写得比较平静,不那么激昂慷慨罢了。”汪曾祺说自己“我不是不食人间烟火,不动感情的人”。

汪曾祺的文字适合闲时读,一次不要多了,一两篇就好,最多三四篇,就像佐餐的小菜,清新开胃。

林语堂这本《苏东坡传》我十多年前读过,但现在毫无印象。那时我没有在书上做笔记的习惯,如今唯有扉页上的名字和购书日期还能证明我曾经读过。记得一个朋友批评过我读书杂乱无章,尤其同时读几本书的习惯很不好,说我这样东一本西一本,结果是每一本都读不透彻。我接受朋友的批评,我读书很大的毛病就是不求甚解。不过这样读得久了,也自得其乐。尤其前两天我读《苏东坡传》时,读到两段话:

“身为诗人哲人之苏东坡,拼命将自己个人之平实常识,向经济学家王安石的逻辑对抗。”

“王安石在热衷于自己那套社会改革新法之下,自然为目的而不择手段,自然会将倡异议之人不惜全予罢黜,一项神圣不可侵犯的主张,永远是危害甚大的。因为在一项主张成为不可侵犯之时,要实现此一目的的手段,便难免于残忍,乃是不可避免之事。”

读到这里,我一下子想起《保守主义思想》这本书来。保守主义意味着“守成”,守护传统,强调历史的连续性,认为“传统习惯具有约束人的无法无天的冲动与欲望的功能”,认为激进主义是怪物,需要引起我们的注意,倍加提防。柯克说:“比起知识界摆脱了传统和直觉的贫瘠膨胀的浮华,撒旦引诱基督的狂野也没那么可怕,因为在前一处境下,现代人被自己的骄傲所诱惑。”如果以此为标准,那么东坡算得上一个保守主义者,而王安石则是激进主义者。由此来看,王安石变法失败也无可避免。

### 书单

## 图说历史

本期书单的主题是图说。从“图”进入,或展卷文明,或深描艺术,期望你通过实在的例子、渐进的叙述,进入历史的轨迹,更直观地体会中国文化的脉络流变,更深层地地了解图像背后的历史与精神。  
嗯,往下看吧!



《图说中国绘画史》

高居翰的这部中国绘画通史著作,图文并茂,以一个外国人的眼光,来欣赏中国名画,由100幅作品串起对画史的解说,是雅俗共赏的艺术读物。自1960年首度出版英文、法文、德文版以来,它一直是西方最受欢迎的简明《中国绘画史》,不断再版。作者融合了西方汉学及艺术史的方法,以各时代最具代表性的作品,讨论和分析了中国绘画史的衔接与转变,也尝试将中国绘画的意向和含义与思想史、社会史、经济史的种种因素联系起来,向广大读者清晰地介绍了他以及诸多行家集体努力而达到的对中国绘画的看法。此外,书中也精选了美国、日本等大量名作,并对它们进行了细致解读。以实在的例子、具体的描述、渐进的叙述、专业的视角,带领观众一同进入历史的轨迹。



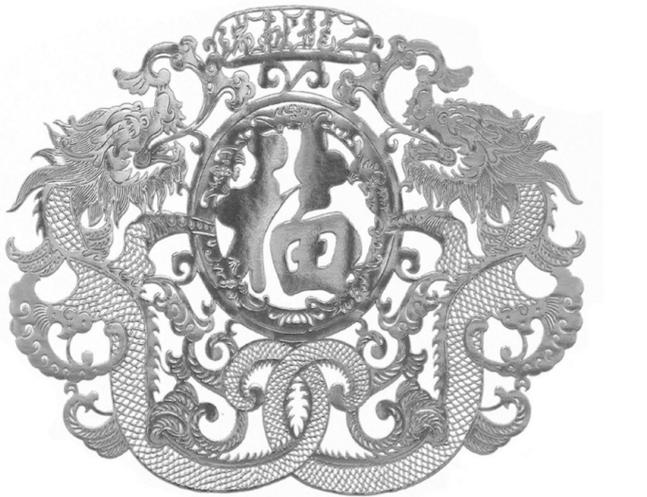
《西洋镜:意大利彩色画报记录的中国1899-1938》

本书取材于《周日邮报》《周日论坛画报》等意大利彩色画报,收录200余幅彩色版画及原刊报道12万字。作为目前不多见的可以与法国彩色画报相媲美的中国题材画报,意大利彩色画报时间跨度更长,收录的历史事件更丰富,因此更具历史和出版价值。

意大利画报发行伊始,正好赶上清朝与意大利历史上仅有的两次冲突——1899年的“三门湾事件”和1900年的“庚子事变”,清朝迅速成为意大利举国上下关注的焦点,上述画报纷纷派遣记者前往清朝,发回了很多新闻报道和影像资料。“庚子事变”结束之后,意大利媒体还重点报道了日俄战争和抗日战争,为我们留下了不少精彩的历史照片。“由于与意大利自身利益无关,意大利媒体对这些战争的报道立场大抵是中立的。特别是当时意大利媒体的摄影技术居于世界先进水平,为我们留下了不少精彩的历史照片,从复原历史现场的角度说,它们远比绘画更为真实可信。”

## “讲文明树新风”公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达



金龙飞舞  
华夏得福