



■唐山老火車站鐘錶定格在1976年7月28日3時42分。

■7月27日，唐山大地震40周年紀念日前夕，市民到唐山遺址紀念公園的罹難者紀念牆跪地緬懷親人。中新社

唐山地震40年祭 倖存者夢魘未散

遺孤後代：直面恐懼破鬱結

1個月前，唐山抗震紀念館面向社會選拔出30名6至10歲的小講解員，於今日（7月28日）唐山大地震40周年之際，以「希望之星」的身份上崗。小講解員前日到館裡上最後一課，將負責培訓的王安然圍得團團轉。作為唐山地震遺孤後代、又是抗震紀念館裡最年輕的講解員，王安然坦言今日的唐山，除了遺址公園和紀念館，已經找不到地震的任何痕跡。然而透過倖存的母親，她更了解到平靜僅是表象，背後隱藏的是纏繞40年的震後恐懼症，她自己亦曾被一種悲傷的情緒困擾，幸而透過直接面對，終解除鬱結。她希望所有逃避恐懼的唐山人衝破心理籬笆，真正治癒創傷。

■文/圖：香港文匯報記者 顧大鵬 唐山報導

「1976年7月28日凌晨3時42分。人正酣睡，萬籟俱寂。突然地光閃射，地聲轟鳴，房倒屋塌，地裂山崩。數秒之內，百年城市唐山夷為墟土。二十四萬城鄉居民歿於瓦礫，十六萬多人頓成傷殘，七千多家庭斷門絕煙……」

出生於1987年的唐山女孩王安然說，這是2009年6月應聘唐山抗震紀念館講解員考試時的一段朗讀板詞，也是進入紀念館要講解的第一段內容。這段講解詞不知講了多少遍，很長時間內她一直為不能「入戲」而感到煩惱。於是，她跑到唐山市截癱治療醫院和唐山康復村體驗生活，想通過對大地震倖存者的了解還原歷史。

母親倖存 鮮提災難

出乎意料，她在這裡偶然得知，外公、外婆就是7·28大地震的罹難者。當時媽媽才15歲，如果不是外公、外婆用

身體保護，恐怕媽媽不會活過來。奇怪的是，父母從來沒有向她提過這件事。

反覆思量，王安然才記起有一年夏天晚上，自來水突然停了，她在裡屋寫小學作業，聽到外屋的媽媽對爸爸說：「我感覺和那年的情況有點像。」於是，拉着爸爸到窗向外望。爸爸有點不耐煩地說：「不會的不會的，以後別這樣疑神疑鬼。」王安然覺得好奇，跑出來問媽媽出了什麼事？媽媽安慰說：「沒事，沒事。」

又有一年，媽媽和姨姨帶她一起去紀念牆獻花，並在牆上找到外公、外婆的名字，用新毛巾擦了又擦。直到上班後，王安然才知道媽媽不是忘記地震了，而是不想再提起。

震後恐懼 集體失憶

唐山大地震災難部分，是講解的最重要的環節。每每講到傷心處，她總會眼裡浸着淚花，哽咽着講不下去，甚至



■王安然稱唐山有一種對大地震歷史集體失憶的傾向。

晚上會經常被惡夢驚醒。對唐山大地震歷史這一種天然的恐懼感，王安然最初的判斷，這很可能是遺傳自母親。然而，當她留意這問題時才發現自己顯然不是個案，在唐山甚至有一種對大地震歷史集體失憶的傾向。除了遺址公園和紀念館，在唐山已經找不到地震的任何痕跡。大地震作為一個歷史，在人們的心中越來越表面化和符號化。王安然最終明白到，倖存者有意迴避這段歷史創傷，但她認為，這未必是一種真正的幸福。

起初，為了追求真實，她的講解努力向災難和救災上用力。但觀眾似乎並未被打動，甚至會有一種反感情緒。這種情緒的積累和能量對抗，使她精神一度接近崩潰。

敬畏自然 豁然開朗

2010年，王安然一次為外交部工作人員講解丹麥女記者Else Lidegaard的故事，把她從沉重的情緒中挽救過來。

1976年大地震時，在唐山採訪的Else Lidegaard所住的唐山賓館未能倖免。這位30歲的女記者幾乎在賓館倒下的前一秒鐘裸體衝向廣場。一位男門衛把自己一套舊衣裳送給她，慌亂中拿錯了鞋子。Else Lidegaard為了紀念唐山這次經歷，帶著這套粗布衣服回丹麥珍藏多年。2005年，Else Lidegaard專程來到唐山，將衣物捐獻給唐山抗震紀念館。

受這一事件的啟示，王安然突然明白到再偉大的人間奇跡，也經不住大自然的「一個寒顫」。她不再煽情，而是把注意力轉向圖片背後的故事。這一轉變，收到了一個意外的效果，個人情緒不再糾纏於生死離別的痛苦，講解起來也不再那麼沉重，在對大自然敬畏中，與觀眾的互動既融洽又輕鬆。

欲掀舊瘡疤 助母脫陰影

外公外婆在7·28大地震罹難這件事，一直被媽媽塵封了40年。王安然說，每當看到媽媽若無其事的樣子，她感到更加難過。她總有一種衝動，想衝破媽媽的心理籬笆，哪怕是讓媽媽痛哭一場。可是，她始終沒有勇氣去做這件事。

求助醫生 不再迴避

她隱約感到維持這種表面上的平靜，其實是一件很痛苦的事，甚至慢慢會形成一種心病。由此及彼，媽媽守著一潭苦水40年，她內心會經受多少煎熬？

認識到了問題的嚴重性，王安然未敢輕舉妄動，而是向地震孤兒——災害心理學專家董惠娟求救。

王安然說，董阿姨和媽媽同齡，地震那年15歲，父母兄嫂四人都罹難了，她成為4,000名地震孤兒中的一位。

7·28有24萬人喪生。震後的歲月，焦慮和抑鬱情緒像幽靈一樣，幾乎籠罩每個家庭。

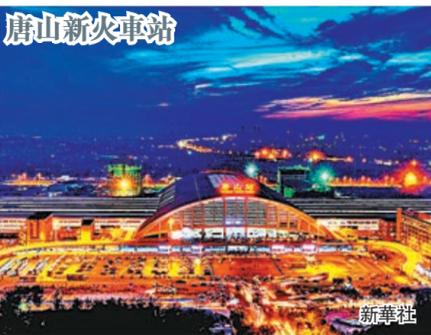
唐山用10年浴火重生，重新站立起來。人心的重建，因為錯過了心理危機干預的最佳時機，需要時間一點點脫敏淡忘，自我療癒。

人心理的創傷和疤痕，只有被一次次小心地掀開，然後癒合，一點點脫敏，最後連根拔除。

經過那次心理諮詢，王安然清楚「迴避」也是心病。

根據專家的建議，她準備和媽媽談一談外公外婆的事，把媽媽背了40年的心理包袱卸下來，她試了幾次都沒有成功。

王安然說，她想陪母親去看心理醫生，母女倆一起脫敏，徹底根治震後恐懼症。



新華社

身殘雄心在 人生尤可敬

以往向外介紹唐山，人們總喜歡講歷史上的伯夷、叔齊，還有戚繼光、曹雪芹、詹天祐和李大釗。王安然說，其實真正的唐山精神，就在現實當中，然而人們總會忽視當下，而去遠處費心尋找。比如說抗震精神，只有歷史和現實接續起來才有意義。

從康復村採訪回來，她問記者：「見到李冬梅了嗎？她可是個大英雄。大地震後她下肢截癱，卻是世界上跑得最快的人。」1986年拿了第三屆全國殘疾人運動會首枚金牌，後來又在日本輪椅馬拉松比賽、加拿大國際輪椅田徑錦標賽、泰國遠南運動會、2000年悉尼殘疾人奧運會上，拿下42枚獎牌，金牌有36塊。

得知記者見到了高位截癱者尹鐵軍，她說尹鐵軍的書法比書協主席的都搶手。喜歡字畫的王安然說：「或許人們不是衝着字去的，喜歡一個人才喜歡他的字，你說秦檜的字不錯吧，但為什麼賣不上價。」

王安然對記者說：「康復村可是個藏龍臥虎之地，有《古玩大師》李建設、音樂大師付平生。他們所取得的成就，讓我們這些四肢健全者感到汗顏。」

新聞鏈接 當年醫療缺 心病留隱患

1976年7月28日3時42分53.8秒，中國河北省唐山、豐南一帶（東經118.2°，北緯39.6°）遭遇裂克特制7.8級強地震，造成242,769人死亡，16.4萬人重傷，百年工業重鎮夷為廢墟。名列20世紀世界地震死亡人數第二，僅次於1920年中國寧夏海原地震，那次8.5級地震導致27萬人死亡。

中國心理衛生協會理事、河北開灤精神衛生中心院長馬文有指出，由於1976年的醫療條件有限，震後專業的心理救援缺失，很多倖存者留下了心理上的隱患。經歷過唐山大地震的人發生創傷後應激障礙的比率是22.17%，而正常人群患病率是8%左右。近年來，約有400名患者陸續到該中心接受治療。

他日前接診了一位唐山大地震遺孤，40年來長期失眠、焦慮。由於時常想起大地震的情景，最近患上高血壓。她從未接受過心理治療，恐懼被壓抑了40年，「我只想說、只想哭」。至今未婚的她就像電影《唐山大地震》中的女主人公所說的一樣：「我要是花紅柳綠地活着，就更對不起逝去的親人了。」 ■中新社

尊重逝者 珍惜現在

在唐山採訪，內心時常被兩種對抗情緒包圍着。傍晚，祭祀的人群還沒有散盡，一對對情人便粉墨登場。不禁讓人生出許多感歎：「親成或餘悲，他人亦已歌，死去何所道，托體同山阿。」以記者理解，陶淵明的《輓歌》其實並非諷刺和鞭撻人間世態炎涼。恰恰相反，而是真實不虛地直接道出人間常態。否則，也就不會提示人們，「死去何所道，托體同山阿」了。

孔子也說：「一日之內，哭人之喪，餘哀未息，所以不歌。」不僅表達聖人對待「歌哭」與「生死」的態度，也是世人祭祀之事應持有的審慎準則。

唐山地震紀念廣場、南湖公園都是因人而造的勝景，白天遊人如織，入夜歌舞昇平。或許人們並不知道，遊人的腳下，其實是大地震死難者的集體墓場。子曰：「逝者如斯夫，不捨晷夜」，生死無常。尊重逝者，亦是生者的自重。生者活得灑脫，也是對死者的告慰。願唐山大地震的死難者安息，願大地震中的倖存者珍重。

■記者 顧大鵬



微觀點

■唐山大地震紀念碑。

