



## 书坊周刊·书香

# 凌志军：抗癌让生命进入另一个境界

本报记者 师文静

在得知自己罹患癌症之时，凌志军刚刚完成了当时的新作《中国的新革命》。凌志军当时被医生定义为“肺癌晚期”，活不过3个月。然而，凭借着对癌症治疗的冷静和理性，凌志军和他的家人创造了癌症救治的奇迹。而凌志军则将治疗癌症期间一波三折的求医之路，写进了自己最新出版的书籍《重生手记》之中。凌志军“向死而生”，对生命有了不同的感悟和理解，他说，很多癌症患者最大的难关是心理上的，觉得自己倒霉，甚至得抑郁症，其实不是这样，而是进入了生命的另外一个境界。



▲ 凌志军近照



《重生手记》  
凌志军 著  
湖南人民出版社  
2012年10月出版

### 作家简介

凌志军，生于1963年，人民日报社资深记者、作家，是当今中国时政作家的代表性人物，被誉为“中国的威廉·曼彻斯特”，代表作有《交锋》、《变化》、《联想风云》、《中国的新革命》等。

## 1 有生以来第一次与死亡如此接近

“这里有，这里有，啊——肝上也有。”凌志军的《重生手记》记载了他初诊时医生看到他的胶片时惊讶的场景。胶片显示了在凌志军的颅内发生两处病灶，这被医生诊断为“肺癌、脑转移”，概率为98%，也可以说是“肺癌晚期”。当时是2007年的2月。“医生当时认为，我已经活不过三个月了。此前我的身体还好。这场突如其来的变故让我和我的家人都蒙了。有生以来我第一次与死亡如此接近，真切地感受到一个癌症患者的恐惧和绝望。”凌志军描述当时的心情。

凌志军说，面对“癌症晚期”这一事实，有一段时间，他对自己的治疗前景感到很绝望。但是，在前期寻医就诊、多方打听的过程中，凌志军在最绝望的时候却听到了关于癌症不一样的声音。“我认识的一些美国人不由而同地告诉我，癌症不是绝症，而只是一种慢性病。他们说，在美国大多数人都是这样来看待癌症的。我对这种说法将信将疑，于是试图考证它是否有根据。”

结果凌志军发现，美国的癌症发病率和死亡率在最近10年里第一次被遏制，转而呈现下降趋势。癌症患者的“五年存活率”，即医学上所谓“治愈率”，提高到81%。“三分之一的癌症可以预防，三分之一可以根治，三分之一经过治疗可以长期生存。”这些信息的获得让凌志军感到非常意外，因为这与他此前对癌症的认识是如此不同，与我国国家的癌症治疗现状也是大相径庭。

凌志军说：“我似乎看到大洋彼岸出现的一线曙光，然而它距离我们那么遥远，就像在一条又长又黑的隧道尽头的一盏灯。从此以后，我逐渐找回了智慧和勇气。”正是有了这些信息，才有了凌志军客观、冷静地应对癌症的治疗过程，才有了凌志军“肺癌晚期”却坚强生存下来的奇迹。

本版编辑 曲鹏

## 2 把治疗体验告诉患者才觉得心安

如今5年多过去了，凌志军从一位“活不过三个月”的重病患者好转起来，并在做了肺部切除手术后重回滑雪场，凌志军现在完全换了一种活法。“我的日常起居习惯彻底改变了。我每天花上半小时喝一杯咖啡，再花一小时吃一顿早饭。我再也不会匆匆忙忙地赶去上班，当人们夹在拥挤的车流里干着急的时候，我正在餐桌前消磨时间。”

在经历了磨难之后，凌志军有了全新的生活观念。“对我来说，时间不再是金钱，不再是完成工作进度的承载体，它只不过是我告别死神走向康复的桥梁。手表早已不知丢到何处，手机也不再如影随形，精心安排采访顺序、排列访客日程、分秒必争地追赶写作进度，已是遥远的事。在我以往的生活里每每激起无限激情的那些东西，现在都已看淡了。”凌志军一天的很多时间是在户外度过的，在湖边踏青，在林中漫步，或者坐在阳台上，阅读一本40年前读过的老书。

而想到那些和自己同样命运的癌症患者，还有他们被焦虑和绝望情绪包围着的家人，凌志军就想把自己的体验告诉他们，把自己的经验教训与他们分享，从而拿起笔开始写作《重生手记》。“2012年春天这本书接近完成时，我忽然意识到自己不仅活过来了，而且重新成为一个健康正常的人。这对我是个巨大的鼓舞。”凌志军说，当时写这本书只是因为感同身受，觉得癌症患者和他们的家人实在太需要帮助了，“我也没有什么别的能力，只有把自己的这点体验告诉他们，才觉得心安”。

凌志军在书中告诉患者，对于癌症病人来说，需要特别明白这一点，癌症病人最大的难关不光是生理上的，还有心理上的，很多的癌症患者后来得抑郁症，也是因为心理这关过不去。因为一旦进入这种状况，病人会受不了，觉得自己怎么那么倒霉。其实不是，是进入了生命的另外一个境界。理解了这一点，对于疾病康复大有好处。

## 3 治疗癌症，靠脑子不靠腰包

随着对癌症了解的深入，凌志军发现了不少患者的错误的治疗观念。现在不少癌症患者得病后“急于治疗”，不惜血本，甚至倾家荡产也要找“最好的医生”。而凌志军却告诉读者，治疗癌症要用脑子救命，而不是腰包救命。“花钱多的办法不一定是最好的办法(可能是也可能不是)，只有最适合自己的治疗方法才是最好的方法，可能要花不少钱也可能花不了多少钱。”凌志军说最常见的情况的就是，兜里有钱的病人喜欢说我有钱，你们想怎么治就怎么治，用最好的药，找最好的医生；没有钱的人呢，还可以找媒体募捐。但是，花大笔的钱很容易诱导过度治疗。

凌志军也在书中详细描述了过度治疗的问题。“医院的利益和医生的利益建立在给癌症患者的治疗基础上，医生通常给一个病人治病的潜在条件是两个：你有多少钱；你的身体基础好不好。你要有钱，身体底子又好，这就构成了他们给你下狠药的基础。”根据凌志军在治病过程中的观察，他发现在有些情况下，有钱恰恰不能救你的病，反而害了你。

凌志军举例称，有时候医生会告诉患者一个很新的、很绝的技术，贵一点但好处多。而在他选择做肺部手术时，就问医生能不能做微创的，就算多花钱也愿意。但是，凌志军的大夫告诉他，传统的手术能比微创解决得更牢靠，因为它成熟，而不是越贵越先进的手术越好。

## 4 清醒的患者不能让坏医生影响情绪

出于职业敏感，治病期间凌志军也对医疗领域的一些问题有自己的思考，对于“医患关系”、“看中医还是看西医”等问题都进行了探讨。“医患关系不好，我认为两方面都有问题。我在书里说到了医生的问题，那是用一个患者的眼光观察所得。但我并不想责备哪一个医生。因为医生的问题是更大的社会问题的反映。当然我知道患者也有自己的问题。其中有一些我在书里也写了。”凌志军称，他自己有时候也会有一些怨言，甚至不满，但是一个清醒的、理智的患者不会让一个不好的医生影响自己的情绪，而是想方设法去寻找好医生。

事实证明，好医生还是不少的。遇到好的医生一定要给他最充分的信任；遇到不好的医生你也不用着发火，转身离开就是了。”凌志军称，病人通常有两种心理：第一，我不懂医，不听医生的听谁的；第二，医生都很坏，不能听医生的。他觉得这两种心理都有问题，都会导致自己犯错误。

在治疗肿瘤是中医好还是西医好这个问题上，凌志军也曾经面临两难选择。现实中，几乎所有的中医都会尖锐批评西医治疗肿瘤的种种方法，而大多数西医则干脆否认中医治疗肿瘤的作用。凌志军称，在最困难的日子，中医的“牛筋汤”和“开胃汤”占据了餐桌以及他和家人的精神空间。面对中西医这个问题，凌志军称，大多数人在遭遇癌症袭击时都会迫不及待地做点儿什么，尽管不能确定中医偏方能不能对付癌症，但是中医秘方还是能在某些时刻让癌症患者心安、乐观，有了精神寄托。

### 新书秀场

小说



译林出版社  
〔美〕恰克·帕拉尼克 著  
《幸存者》

出生于与世隔绝的教会组织的谭德·布兰森，错过了教会的集体自杀行动。十年后，在“信徒被谋杀”的疑云之下，他成了最后一个幸存者，被媒体奉为宗教偶像。在燃料即将耗尽的飞机驾驶舱中，他对着黑匣子讲述一生……神秘教派的幸存者，预知未来的女人，疯狂的造星公司，一起接一起的谋杀，谁才是真正的凶手？

人物



经济科学出版社  
〔美〕爱德华·克莱因 著  
《门外汉：白宫内外的奥巴马·奥巴马》

为什么克林顿会憎恶奥巴马，还试图让妻子希拉里在2012年竞选总统？第一夫人米歇尔·奥巴马和脱口秀女王奥普拉·温弗瑞之间的微妙关系到底是怎样的？奥巴马是如何离间肯尼迪家族的……一贯以揭露真相、惹怒大人物而闻名的爱德华·克莱因带你走进白宫，靠近奥巴马，洞悉美国的全球政策。

励志



北京大学出版社  
杨石头 著  
《摸着石头过河》

《职场职往》最红职场达人、奥美集团事业发展前总监——杨石头首次出书，以善意的毒辣、柔嫩的打击、坚定的支持，向年轻人展示不一样的励志方式。从在大街上刷油漆标语，到奥美高层管理，这块顽强的石头将所有的磨难都转化为可以汲取的营养和前进的动力，最终成就了自己的一片天。

社科



人民出版社  
龙奔 著  
《IP，颠覆电视？》

这是一本见证国内IPTV实战的书，力图根据第一手资料对IPTV产品、运营和竞争进行实战分析，提供整体运营解决方案。作者龙奔，著名跨媒体职业经理人，在百视通任职期间，主导奠定了IPTV基本产品形态，直接参与了百视通IPTV用户规模领先全球的过程。

诗歌



山东文艺出版社  
刘明远 著  
《人间要好诗》

本书汇集了作者多年来创作、发表的150首诗歌作品，体现了作者多年来的精神思考和文学追求，有对故乡、土地的深情讴歌，有对现实社会生活中真善美的赞美和对假丑恶的鞭笞，还有对历史和生命的深刻思考。