

时光里的告别 藏着生命的温柔答案

生命是一场不停遇见与告别的旅程，有人送别相守一生的枕边人，有人送别倾囊相授的良师益友，有人见证生死边缘的至亲牵挂，有人告别朝夕相伴的心爱宠物……无数的普通人用各自的经历与生死相遇，把心底的伤痛、思念与感悟，酿成了最朴素的生活智慧。让我们通过四位读者讲述的故事，聆听他们关于生死、陪伴与遗憾的独白。

□本报记者 马宇琪

A 明爷爷 (78岁 奎文区)

能好好跟爱人告别也是一种幸运

我老伴走了快5年了，可有时候早上醒来，我还是会下意识伸手去摸床的另一半。

老伴得的是癌，查出来时就已经是晚期了。她没做化疗，不想再受罪，只想好好度过剩下的日子。

最后的3个月，我每天给她读报纸，读她喜欢的小说，读我们年轻时写下的情书。她有时候听着听着就笑了，说：“你这个老头子，当年字写得真难看。”我说：“难看你也就嫁了。”她又说：“那是瞎了眼。”我们就这么拌嘴，像回到了年轻的时候。

她走的那天很平静。那天早上，她忽然跟我说：“老头子，帮我梳个头吧。”于是，我开始给她梳头。她把手搭在我的手上，说：“这辈子，谢谢你啊。”我说：“谢什么。”

她没再说话，只是笑了笑，然后慢慢闭上了眼睛，就这么走了。没有挣扎，没有痛苦，就像是睡着了。

现在，我每天还会把她的照片擦一遍，跟她说说话。邻居说我痴，我不觉得。这辈子，能与所爱之人好好告别，是我的福气。

B 老赵 (38岁 昌邑市)

送走师父，我明白健康最重要

我送走的唯一一个人，是我师父。开了15年出租车，是他带我入的行，他教我怎么认路、怎么看人、怎么在深夜的街头保护自己。

师父得了肝癌，后期已经说不出话。他走的那天，我握着他的手，那双以前握方向盘特别稳的手已经瘦得像一把干柴。他盯着我看了很久，嘴唇动了动，我知道他想说什么。他的儿子才上高中，孩子是他最放心不下的。

没让他开口，我说：“您放心，孩子的事交给我。”他听完，眼睛就慢慢闭上了，一滴眼泪从他的眼角缓缓滑下来，落在我的手背上，凉凉的。

后来，我做到了对师父的承诺。他的儿子考上了大学，送孩子去上学时我说：“你爸要是还在，肯定特别骄傲。”孩子愣了一下，然后哭了。那一刻我非常后悔。我们所有人用了多年才忘却师父的离开，可仍会在很多幸福或痛苦的时刻想起他，身为他的孩子，想念肯定更多、内心肯定更难受。

我至今仍记得师父的那滴眼泪。那不是害怕，而是放不下。这些年，我载过很多深夜不回家的人，听他们讲自己的故事，让我越来越明白一件事，人这一辈子，赤裸裸地来，赤裸裸地走，带不走任何财富，没有什么比健康更重要。

C 小小 (37岁 昌邑市)

见过太多离别，格外想多陪陪亲人

我在医院ICU干了两年，见过太多死亡。但有一个病人，我这辈子都忘不了。

那是个17岁的男孩，得了白血病，治了两年又复发了。他走的那天晚上，他妈妈趴在床边睡着了，因为她已经连续陪护了七天七夜，实在太累了。

男孩临走前忽然清醒了一下，看着熟睡的妈妈，费力地抬起手，轻轻放在妈妈头上，就像小时候妈妈摸他那样，摸了摸她的头发。然后，他的手就落下来了。

我冲到床边时，他已经走了。他妈妈还在睡，脸上带着笑，大概在做梦吧。我不知道该如何叫醒她。我在ICU工作这么久，第一次觉得不知道该怎么开口。

后来我还是叫醒了她。她醒来的那一刻，我没说话，她就懂了。她没有哭，只是抱住了儿子的头，就那么抱了很久。

那天交班后，我一个人在值班室坐了一个小时，忽然想起已经3个月没回老家看妈妈了。第二天我就请了假，买了回老家的火车票。朋友们，时间不等人，多陪陪身边的亲人吧，不要留下任何遗憾。

D 小涵 (32岁 潍城区)

宠物好友的离去让我学会珍惜当下

那是12岁那年最痛苦的事：我养了6年的仓鼠“球球”，死在了一个冬天的早晨。

我把“球球”捧在手心里，它已经僵硬了，眼睛半闭着，像是睡着了。那天我哭了整整一个下午，妈妈怎么安慰都没用。后来，爸爸说帮我再买一只，我冲他吼“那不一样”。那时我虽然说不清哪里不一样，但就是觉得“球球”是独一无二的。现在想想，大概是因为“球球”陪我度过了父母吵架最凶的那两年吧。那时每天晚上我躲在被窝里哭的时候，它就在笼子里窸窸窣窣地跑滚轮，那声音让我觉得自己不是一个人。

后来，我把“球球”埋在了小区花园的桂花树下。第二年春天我去看它，那里长出了几株野草。我在那儿站了很久，忽然觉得死亡好像没有什么可怕的，“球球”只是换了另一种方式陪着我。那是我第一次认真思考“死”这个字。以前总觉得死亡离我很远，但“球球”的离开让我明白，告别这件事从来不会等你准备好，而是随时都会发生。所以，我们要珍惜当下。

● 一起聊个天

生命有限，来日并不方长，健康是最大的财富，陪伴是最真的幸福。珍惜眼前人，过好当下的每一天，便是对生命最好的馈赠。愿我们都能带着这份感悟，温柔对待身边所爱，好好生活，不留遗憾。