

有



那一句轻描淡写的“一切都会过去”，一个温暖的拥抱，一次静静的倾听……支撑着他走出迷雾。



一位HIV感染者的四年抗艾路

# 他曾以为人生从此坠入黑暗 却在护士的一个拥抱里看见了光

本报记者 何丽娜  
通讯员 沈文礼

冷空气裹挟着雨水带来逼人的寒气，明亮(化名)的心里却一片春光明媚。他回到阔别了4年的工作岗位，他说要抓紧追赶，曾经的梦想只是暂时被中断，接下来要更努力了。

39岁的明亮，是一名教育工作者，温文尔雅，乐观豁达。过去的四年，他却因为HIV(艾滋病)和抑郁症，经历了人生至暗。而时至今日回望那一段时光，他说，一切都已释然，自己已变得足够勇敢。

他还想说，感谢爸妈包容他，并给予了无尽的爱与支持。他更忘不了浙江大学医学院附属杭州市西溪医院感二科的医护，是他们那一句轻描淡写的“一切都会过去的”，一个温暖的拥抱，一次静静的倾听……持续鼓励着他，让他有了勇气走出迷雾。

## 深夜那一个温暖的拥抱 给了他活下去的勇气

时间回拨到2017年7月，明亮接到消息，曾经与自己在一起十年的同伴去世了，他很伤心。但他更难过的，是同伴离去是因为HIV引发的肺炎。

两个月后，明亮也确诊HIV阳性，于是到医院接受治疗。

第一次住院，是妹妹陪着办手续的，文质彬彬的明亮神情忧郁。值班护士韩洁认真地给他做健康宣教，他一边听一边看着她，好几次欲言又止。直到进病房前，他才低声问：“我的人生是不是完了？”

“没这么夸张，(HIV感染的)患者我见得多了，他们现在都生活得很好呢！”韩洁脱口而出。

“一切都会过去的。”副主任医师张忠东，也看似轻描淡写地说了一句。

明亮坦言，当时，他并不相信，觉得他们只是在安慰自己，时至今日才发现，内里其实深藏着力量绵远的鼓励。还记得在第一次住院的20天时间，医生和护士都很平易近人，从不用同情的态度对待他，就像是普通疾病在治疗一般，这让他渐渐卸下了那份沉重的心理压力。

确诊HIV，放在任何一个人身上，都是一件非常重大的生活事件。刚入院的明亮总是沉默不语，自然会被医生和护士们更多关注。

住院第二天午夜，睡不着的明亮，心事重重地坐在病区楼道尽头的拐角处。这时，护士杨珍珍走过来，他的第一反应是，她一定会批评他半夜乱跑，便赶紧朝她抱歉地笑了一下。谁知她非但没有怪他，还俯下身抱了抱他，说：“睡不着，在这里坐坐也行。但要答应我，待会儿就回房间去，这里冷。”

时隔四年，明亮说，他依然记得，他的拥抱里那种令人沉静的温度。那个深夜，这种温度让他终止了找个地方去死的冲动，并在某种意义上给了他活下

去的勇气。

因为，她让他觉得，即便体内这个讨厌的病毒此生将挥之不去，但在这个世间，还有人愿意给他光。

## 置之死地而后生 给自己的能力找一个寄托

那一阵，一连串的攻击，让明亮患上了严重的抑郁症。“除了上医院治疗，我几乎足不出户，别人看到的我是一个人不言不语，可我的内心其实是波涛汹涌。是感二科的医护耐心听我倾诉，还唤醒了我的梦想。”

又是一个住院的深夜。失眠的明亮，不自觉地走到护士站。值班护士葛群英见状，陪他聊了许久。那个夜晚，他不由自主地向她诉说了很多自己的过去。她没有打断他，只是静静地听着。因为她觉得，或许说出一切，他就会原谅自己。

还有一天正午，明亮背靠着门诊楼道尽头的落地窗，一边享受着透过窗玻璃的和煦暖阳，一边听着郑国香护士讲解一些失眠患者如何治愈的例子。她给了他很多的建议，这些解决方案，在此后的无数个夜晚，赐予他很多通宵达旦的梦。

“在其中一个梦里，她就站在那天正午的落地窗边，阳光将她蓬松的发梢镶嵌出金黄的轮廓。她对我说：‘明亮，我给你介绍一个朋友好吧？’现在，她是感二科知名的‘红娘’，为很多患者牵成了红线。红线的一头是姻缘，另一头是两个生命关于未来的期盼。”明亮说。

副院长喻剑华是唤醒他梦想的一道光。犹记得那是一个午后，他办完出院手续准备回家，喻剑华在住院楼下叫住他聊了很久。他说：“我接诊过很多的(HIV)感染者，我希望他们不但能健康地活着，而且能开心地活着。置之死地而后生，你要给自己的能力找一个寄托。”就是在那天之后，明亮第一次问自

己：“你真的不可以捡起曾经的擅长与爱好，挽救你自己吗？”

护士长晏定燕一直致力于帮助明亮打开心结。她坚持认为，做一些自己擅长的事，才能重新找到自己的价值。听说明亮学历挺高，很有才华，还写得一手好文章，她便鼓励他拿起笔写作。

可喜的是，这所有的用心良苦，明亮都听进去了。

2021年初，他下定决心把自己的经历和所思所想都写出来。“第一篇长远的文章，是回忆和记录我和同伴的故事。我发现，这竟是自己谅解的一个过程。一气呵成写完后，我忍不住发了一条久违的朋友圈，亲友们纷纷为我点赞，很多同事来看我，和我一起吃饭畅谈。”他笑着说，爬出低谷，顿时豁然开朗，活着是可贵的，开心是非常重要的。

## 【记者手记】

在采写这篇报道的过程中，明亮发了一些他自己写的内容过来，文字很细腻，情感也很丰富。

其中，这一段最能代表他现在的状态：“我现在很快乐地活着，像一条自由自在的鱼。我已经接受了HIV病毒在我体内安营扎寨这样一个显而易见的事实，我已经释然。我现在可以站在一个从容不迫的角度回头望，往事历历在目但已经不能再刺痛我的心。在想起已经离开人世四年的同伴时，我仍然会感觉到难过，是因为彼时刚到而立之年的他，没有机会像我一样在生命的最低谷，遇到照亮心底的这些光……”

报道中明亮这个化名，是他自己要求的。他说，这两个字听起来充满阳光和希望。

那么，祝福你，明亮！