

中国医界好书读书会“特邀荐读人”、清华长庚医院樊荣分享：  
**我本是树，这就是我的收获**

▲ 见习记者 宗俊琳



《我本是树》来源于此书

2012年，28岁的樊荣正在北京大学医学部就读医学硕士。正是那一年的一堂大学课，让他开始设身处地去尝试触摸和体会“死亡”——这个总是那么容易被自己和身边人忽视的必然问题。

“那是一堂讨论安乐死及舒缓医疗相关问题的课程，王岳教授主讲的《临床医事法》。”樊荣用平缓亲和的声音向我们回忆讲述，把我们带进了当年的大学课堂之中，“课后，王教授向大家提出了问题。”

王教授问，“谁能告诉我，自己死亡大概是什么时候”，下面没人说话。

清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。清明已过，但追思犹在。  
“死亡到底是什么？我觉得咱们思考得太少了，有时甚至是在刻意回避这个必然的问题。面对着预料之中或者突如其来的死亡，总是那么惊慌失措，不知所措，甚至无知无觉地逝去……”北京清华长庚医院医患关系协调办公室主任樊荣，回忆起大学时代王岳教授的一堂关于生死的课程，由衷感慨。

樊荣说，死亡是我们每个人的最终归宿，我们应认真思考它。未知死，焉知生。

**一堂大学课  
让我开始思考死亡**

王教授又问，“谁能告诉我，自己的死亡大概会在哪个十岁的阶段，六十岁？七十岁？”，下面仍然没人说话。

“所以，我们都说不好。其实，死亡就是随时的、不可预估的、充满偶然性的。我们活着的每一天，都有可能是一生的最后一天……仔细一想，其实我们好像都没有认真地想过死亡这个问题，临终前到底希不希望接受有创治疗？愿不愿意做器官捐献？什么事情临死前一定要做？有什么重要的心愿……”

王教授的一系列发问，让樊荣联想到美国的驾照，每份驾照单旁边都会附着捐献卡。诸如遇到意外，你希不希望有创治疗，愿不愿意做器官捐献等问题，樊荣第一次如此真切地拨动了关于死亡的思维神经——**我们到底是多活了一天，还是向死亡更靠近了一天，临终的有创治疗到底是在挽救病人多活一天，还是在让他多受了一天死亡的折磨。**

带着王岳教授布置的课后作业——自己给自己写一份遗嘱，樊荣开始了对于死亡和思考。

**4份遗嘱 3次修改**

课后一周的一个深夜，樊荣坐在书桌前，第一次为自己拟遗嘱。他郑重写下：“我到终末期失去意识时，不希望进行有创的抢救治疗，顺其自然地死亡就好。我愿意捐献眼角膜。墓葬方式，希望火化之后将骨灰送回故乡的家族墓地之中……请家人不要去追讨朋友××的债务。如果他经济困难，他确实不能还；如果他故意不还，借此认识了一个人也值得。”

2014年，遗嘱中提到这位借钱的朋友终因四处借债，走上犯罪，东窗事发，当他最终将借款还给樊荣时，樊荣对遗嘱做了第一次修改——删除了

朋友债务的有关内容。

2015年，女儿的成长和与日益增的父女之情，令樊荣再次拿出遗嘱，做了第二次修改，他情不自禁地写下：“女儿的人生之路，不要去规定她的发展，快乐就好，她自己想做的事情就让她尽情去做。我希望她拥有一种为而不争的品格，长大成人，做一名知书达理、性格温婉的女性，修己以安人。”

“后来，我又觉得后人想纪念你，其实他怎么都会纪念你，并不用非要弄一块墓碑。我比较喜欢大海，那就海葬吧！”樊荣平静地说，那时，他又把家族合葬的方式变成了

海葬。

也许，在樊荣的生命中，一个人死后对于家族的归属，已经变成对这个世界和自我的归属。

直到2016年，一次偶然的机缘，樊荣阅读了余秋雨先生的散文《我本是树》，顿时感悟，可能一棵树的墓葬方式会令他更加欢喜！

“不用在墓地里栽树，在海边栽种一棵树就可以了。希望用榕树，很粗大很宽广，枝繁叶茂，深植于地，相伴于海，契合我内心对‘天下’和‘个体’的一种情怀吧。”樊荣动情地说，由此，樊荣第三次修改了自己的遗嘱。

**我本是树**

“遗嘱会让人透视死亡！”樊荣感叹，“写一份遗嘱时，你才发现原来那些放不下的、牵挂的，都是一些外在的东西，都是自己给自己增加的负担，千万别让自己成为欲望的奴隶，那样的活着等于死亡。”

“其实，也只有当你开始思

考遗嘱怎么写的时候，你才能真正洞悉你想要的到底是什么。对于我来说，第一就是精神传承，我们的头脑中，生存着无数前辈的意识、理念、文化，其实并没有什么死亡可言，失去的仅是肉体，精神将持续传承。我希望我的孩子将来会传承我的精神。第二是学会放

下，放下纷扰的杂念、无用的欲望、无畏的怨念，活得则会更轻松释然。第三是活在当下，当你把每一天都当成最后一天，只要今天的你比昨天的你有进步，那就是收获。

樊荣顿了顿，低声说道，“我本是树，可能这就是我的收获。”

医·悟

**心脏**

▲ 重庆开州康桥医院副主任医师 张德光

医者仁：让我们喜到心脏温暖；  
医者言：让我们感到心脏信任；  
医者手：让我们艺到心脏健康；  
CPR：让我们秒到心脏复苏；  
电复律：让我们看到心脏又跳；  
症状：让我们号到心脏脉象；  
查体：让我们看到心脏特征；  
听诊器：让我们听到心脏声音；  
心电图：让我们看到心脏心电；  
心电图：让我们见到心脏传导；  
胸X片：让我们看到心脏形态；  
心肌酶：让我们想到心脏损伤；  
cTn：让我们想到心肌梗死；

BNP：让我们想到心脏衰竭；  
电生理：让我们看到心脏失常；  
Echo：让我们看到心脏结构；  
Echo：让我们看到心脏功能；  
心导管：让我们看到心脏动力；  
CAG：让我们看到心脏血管；  
介入术：让我们腔到心脏治疗；  
心外科：让我们看到心脏修复；  
中医：让我们想到神奇的心……  
中药：让我们尝到心脏滋味；  
康复：让我们赢到心脏青春；  
创新：让我们功到心脏奇迹；  
德树人：让我们获到心脏团队。

