

# 妈妈不在，我一眼望到了月光

敬一丹谈新作《床前明月光》：

文海南日报记者 徐晗溪

敬一丹是观众熟知和喜爱的电视节目主持人，她主持中央电视台《焦点访谈》《感动中国》等多档有影响的节目，在屏幕内外与几代观众相伴。镜头以外的敬一丹，也和所有儿女一样，要面对一样的现实：父母已经变老，岁月把“老、病、死”直接推到面前。

近日，敬一丹新书《床前明月光》付梓。在这本书里，敬一丹直面生死之间的深情表达，回望妈妈的人生经历，倾诉至亲离别之痛，写出人生特定阶段的生命体验。

## 书写是完成妈妈的心愿

2017年10月，敬一丹的妈妈被确诊为癌症，她开始陪伴在妈妈的病床边，那是她工作以后陪伴妈妈最长的一段时间，也是她与妈妈慢慢告别的过程。这段时光伴随着病床边的焦虑和忧愁，伴随着妈妈病情起伏带来的困惑与纠结，同时也留下了妈妈与子女最后的温情。

敬一丹的妈妈是一个爱记录、喜欢留存和分享的人，她曾经用信件、文字、影像记录自己和家庭的每一个历程。在病床上，妈妈对敬一丹说：“你把这一段写写吧！我不能写了。”敬一丹理解妈妈最后的心愿。寂静的夜里，她望着窗外的月亮，看着病床上的妈妈，一个书名在她的脑海里油然而生——“床前明月光”。

“《床前明月光》这个书名是我在妈妈的床前想到的，在病床前陪伴，那是一个很痛苦的经历，那个时候，觉得我妈妈一点一点走进暗夜，但是即使是至暗时刻，在人生最后一个阶段也是有光的，那便是月光。”在敬一丹看来，从小熟悉的这五个字，在特定情景里有了新感觉，人们习惯用“夕阳”形容晚年，夕阳意味着天将慢慢黑下来，但天黑了，还有月光。

月光虽不耀眼，却柔和安宁，那是生命的态度，是家人的温情，是伴随生命最后旅程的光。在与妈妈相伴的最后日子，敬一丹的生命体验浸透着痛感：妈妈在时，我看到最远的地方是夕阳；妈妈不在，我一眼就看到了尽头，看到了月光……

## 妈妈是从容变老的榜样

2019年4月27日，在敬一丹64岁生日这一天，她的妈妈永远离开了人世。女儿的生日，妈妈的忌日，竟然是同一天。是巧合？是隐喻？敬一丹接受了这样的解释：64年前的这一天，我第一次脱离母体；64年后的这一天，我再一次脱离母体。

忍着悲痛，敬一丹开始书写这本书。失亲之痛，难以表述，她几度陷入哀伤，写作几次中断。家人劝她，不行，就别写了。敬一丹说：写，难受，但不写，更难受！“我写作的过程其实是一个痛苦的过程，毕竟是一种痛感的记录嘛，然而在这个写书的过程中，我觉得更清醒地认识了我的至亲，认识了我自己，认识了血脉，所以即使是很痛苦，这种记录也是有价值的。”

敬一丹表示，写这本书时，她还有一个想法，她想把她对生命的认识，和所有的孩子进行一个深度交流。有时候，家里遇到至亲去世，大家把难过深埋在心底，如果此时能有深度交流的话，也许彼此会有更多理解。“我妈妈去世以后，我比以往更能意识到自己站在人生哪个阶段。以前觉得夕阳、黄昏那不属于我，那是属于我的父母。我妈妈去世以后，我觉得我一下子就站在夕阳里了，一下子就望到了月光，望到了天慢慢黑下去。”

敬一丹在书中记录了妈妈变老的过程，妈妈对年龄的看法、对自己后事的准备。点点滴滴，将要变老、正在变老、已经变老——不同年龄段的读者会在书中与岁月交汇。在她眼里，妈妈是从容变老的榜样。“这本书写的是昨天的事，但也是为了明天写的。不管哪个年龄段，都会遇到这些话题，我们最好从现在开始思考生命。”



《床前明月光》



敬一丹

## 三亚有一片妈妈的海滩

对话敬一丹

文海南日报记者 徐晗溪

本版图片均由受访者提供

“年复一年，妈妈的身影总是在那片海滩上。她在，那片海滩就干干净净，妈妈也成了那海滩上的风景。”十几年来，敬一丹的父母一直过着候鸟的生活，每年来三亚越冬，三亚湾海坡一带的海滩也成了她妈妈最爱的地方之一。因此，敬一丹的书中特地有一章节是讲妈妈和三亚的故事。

床前月光下，敬一丹有哪些思考？海南日报记者就此采访了她。

### “只要去三亚，我就会去那片海滩”

记者：您是在三亚陪母亲走完人生的最后时光吗？

敬一丹：我妈妈在三亚度过了她的晚年，走过她人生的最后一段路，所以很多记忆都是和三亚连在一起的，这本书里专门有一个章节，就写妈妈的海滩。

开始写这本书时，我在三亚，送走了我妈妈以后，我在三亚住了一段时间，尽量让自己平复下来开始写这本书，最后的完成是在北京。其实中间写作的过程是断断续续，也有一段时间实在是痛得写不下去。但是，我想这个时候，是妈妈的遗传起作用了。我妈妈有一个特点，她特别坚韧，在我写作的过程中，我能意识到之所以能够坚持下来，就因为妈妈给我的这种遗传。

在我妈妈病重期间，和她离去之后，我的阅读有很多都是关于生命的。比如说《最好的告别》，比如说《生命课》，还有很多医生写的书，这是我重新认识生命的一个过程。在这个过程中，我又重读了一些作品，比如《失亲之痛》，比如张洁《世界上最疼我的那个人去了》，比如周国平写的《妞妞》，重读这些有痛感的作品，这些作家启发了我，给了我一种力量，让我坚持写下去。

记者：您在书里提到，三亚湾海坡一带的海滩是妈妈在三亚最爱的地方，也是妈妈最常去的地方。您现在还会去那片海滩吗？

敬一丹：三亚海滩依然是我经常去的地方，只要我在三亚，就会到那个属于我们记忆中的妈妈的海滩去。可能经常在那儿散步的三亚人、三亚候鸟们也会记得，前些年经常会有一个老太太在那儿打扫海滩，而现在她却不在了。

我妈妈在病床上的时候，不能再去那片海滩了，我们会告诉她，现在海滩那收拾得可干净了，台阶也修了，还种了树、铺了草，我们告诉她的都是好消息。她曾经照料过的一棵树，不知道为什么慢慢地就枯萎了，这个我们就没有告诉我妈妈。

### “我是跟着妈妈学着当妈妈”

记者：很多女生跟母亲的关系很微妙，会有一个跟妈妈和解的过程，会慢慢更理解母亲。您是从什么时候开始理解妈妈的呢？

敬一丹：你提到的这个女生的话题，还真是挺普遍的。当女生到了青春期，和妈妈打交道就会遇到这样那样的小麻烦和小障碍，有的母亲这时候恰好也是更年期。当青春期遇到更年期，母女之间就会有很多小麻烦，好像过了这段就好了。我和很多好朋友在一起谈论的时候，也都说，小孩可能十三四岁、十五六岁的时候都会这样，一到十八九岁就好了。

我是这样理解的，当小女生开始长大，又没完全长大的时候，有一段时间她对自己的判断和对周围人的判断会有一个特点，她以为自己长大了，什么都懂，比妈妈都懂，甚至看别人都会觉得别人幼稚，觉得自己是最清楚的，其实这是一种误解，往往这个时候就会和妈妈有点小冲突。

记者：有人说，世间所有的爱都指向团聚，唯有父母与子女的爱是别离，要目送孩子远去，与孩子告别。您是如何理解母亲这一角色的呢？

敬一丹：其实，我是跟着妈妈学着当妈妈，我妈妈真的是教子有方，在我另外一本书叫《那年那信》里写了很多我妈妈教子有方的往事，我现在面对自己女儿的时候，我经常會回想我某个做法可能就是来自我妈妈的启发。

我的同事李小萌曾经做一个系列节目，就是以母亲为主题的，我在接受她的访谈时，主题就是跟着妈妈学着当妈妈。

在我们这次采访即将结束的时候，我想格外对海南的记者说声谢谢，海南是我妈妈留下生活痕迹的地方。谢谢你。