

寫作拯救了我

丁恩麗¹

自從來到文明的國度德國後，似乎還沒有學習到太多的文明，反而得了不少的文明病，如春天裏“花粉症”，冬天裏的憂鬱症。

“花粉症”且不說它在漫長德國冬天之後，當人們在享受陽光之時，當春光明媚千樹萬樹梨花開時，我不能享受，卻還鼻子眼淚一大把，噴嚏連天，到了晚上還咳嗽。

其實，這一切也許還可以忍受，畢竟已經有陽光了，對於德國冬天裏沒有陽光而產生的憂鬱症，確實是我要度過的一大難關。

在德國，冬天裏幾乎有三個月的時間是早上9點天才亮，到了下午4點天又黑了。就在這個並不長的白天時光裏，還是常常陰雨連連，你簡直就是看不見天，就不要再說見到太陽了。什麼叫做暗無天日？這就叫做暗無天日！

所以，一到了冬天，就像有一個蓋子罩在我的頭上，鬱悶寡歡，做什麼都提不起興趣。特別是到了下午4、5點之間，你說晚了吧它還不是晚上，你說它不晚吧，可是它的天已經黑了。這個時候既不可以睡午覺也不可以睡晚覺，吃晚飯吧也太早了。

噢！這個時候我就會變的無所事事無所適從。不知道做什麼是好？這樣

¹ 丁恩麗，金陵女子。歐華新移民作家協會副會長、歐華作協會員。筆名：恩麗，老來天真。中文師範畢業，1997年定居德國，德國《華商報》專欄作家。著有小說散文集《永遠的漂泊》，長篇紀實文字《在德國成長》，長篇小說《金夢遺恨》。詩歌參與多個詩歌合集。

的時候我常常站在落地窗前，看着外面，感覺不到一絲生的氣息，這一刻我根本不知道自己是死還是活！在這陰霾的日子裏，黑暗將我吞噬了。

家裏不知道有多少個蠟燭台和蠟燭罐，我把家裏每個角落裏都放上它，在這個時刻點上蠟燭，想用燭光驅趕黑暗，讓光明照亮那顆黯淡的心，換回對生命的熱情。

我對黑暗的恐懼，最初源於我對死亡的理解。在我很小的時候，曾經莫名其妙地對死亡產生過聯想，那時對死亡的理解是，死了就是閉上了眼睛，閉上了眼睛那就是黑暗，死了之後就埋進了土裏，而土底下也是黑暗的，而且是永遠的黑暗。

科學已經證明，日照不足會造成憂鬱，而陽光的照射會使人體分泌出快樂的激素。

我不知道我的憂鬱是從什麼時候開始的，也許從家鄉帶來的足夠的太陽能量，在缺少太陽的德國慢慢的遺失殆盡。也許是我身體內的荷而蒙不夠穩定，不敢平衡？誰也不知道，去醫生那裡檢查，也沒有查出身體機能有什麼毛病。

倒是在一次理療時，我和理療師聊了起來，那個女理療師告訴我：憂鬱症有幾種可能，一是生活中有了什麼突然變故，這個變故是你不能承受的，你會憂鬱。第二是現代生活太忙碌，你在這個忙碌中忘記了你自己，你也會憂鬱。還有就是懷念故鄉也會使人憂鬱，你是外國人，也許你丟失了什麼你故鄉的東西？

她的話喚醒了我，我在忙碌中忘了我自己了嗎？我丟失我故鄉的什麼東西了嗎？是的！我在忙碌中忘了我自己，我在忙碌中丟失了我故鄉的東西！

我故鄉的東西——我的語言、我的文字、我的愛好、我的夢。現在都沒有了，我們不可以說自己的話，我們沒有自己文字的書可以讀，我們忙着生存，我們忙着適應，我們連讀寫自己文字的時間也沒有了。

我想：這就是我丟失的東西！同時我又想：我要把丟失的再找回來。怎麼找？家鄉那麼遠，這裡又有了家和孩子，怎麼取捨？

好在現在是網絡時代，我們可以在網絡裏找回一切。可是，對於我來說，網絡那時我還是很陌生的。我對電腦的知識是零，打字也要從零開始。

不過沒關係，祇要用心就能做到。先從寫信發郵件開始，慢慢的我想開一個博客，可是不知道從何下手，不知道怎麼開戶、怎麼登錄、怎麼發博。望博興歎。

2011年，我開了所中文學校，吸引了不少年輕的精英媽媽們。她們對電腦精通，我請她們教我如何開博、如何發博、如何發圖。什麼都一步步的記錄下來，以便她們一走我又忘記了，就是這樣還是第一次的博客給搞丟了，密碼和名字怎麼都對不上號找不到了。

後來我又重新開了博客，博客的名字叫“老來天真”，這一寫就寫到了今天。當我有了第一個讀者，當我看到第一個留評時，我就愈發不可收拾了。

我寫我的所見和所思，我寫女兒的成長點滴，我寫中德教育之比較，突然間，我發現我的生活中有那麼多值得可寫的題材，我的靈感也不斷的湧現出來，我在走路做家務時都在構思着我的博文。我在這裡忙的不亦樂乎，我是那樣的樂此不疲。

寫博後我已經不再注意外面的天黑不黑了，我已經沒有功夫憂鬱了。我在我自己的語言文化裏遨遊，我在追逐着我的夢，我在這裡找到了我自己，

我的靈魂已不再遊離。

我讓女兒看到了一個快樂而又滿足的媽媽！

當我的博客得到第一次推薦時，我簡直都不敢相信，茫茫博海“管理員”是怎麼找到我的？我的這個不起眼的博文還值得推薦？這使我信心大增，我開始留意和經營我的博客了，以前祇是埋頭寫博，現在也要抬頭去看看其他博友們的博客，向博友們學習，以前祇是簡單的寫，沒有色彩沒有圖，現在也學習着色彩斑斕圖文並茂了。這以後我就不斷的有博文被推薦了。

博文越得到推薦我越對自己越有信心，我在博客上不但寫見聞，也寫散文，報告文學，小說連載，我在博客裏繼續追逐我的文學夢。

說到我的文學夢，我曾經想像王蒙一樣，十七歲就能寫出自己的《青春萬歲》，所以，我的年少懷春，懷的是文學的春，我和所有有文學夢的同齡人一樣，患有年齡病——文學，我一心祇想追逐我的文學夢，我在那個年齡的時候寫過各種題材的稿子，也投稿到當時的各種報刊雜誌，至今我已經想不起來，我都投給了些什麼報刊雜誌，不過，有兩件事我還能記得，一是曾經寫過一個京劇劇本，投稿給了一個劇本雜誌，那個時候還有退稿，我還得到一個編輯的手寫退稿信，還有記得最清楚的一次，是我以表弟為原型寫的一篇短篇小說《歎息的表弟》，依稀還記得是投給了當時南京的《青春》雜誌，這篇曾經點燃過我的希望，因為，那封信不是退稿信，而是要求我按編輯要求修改小說，我按要求修改了，又寄回給了那位編輯，可是，後來就石沉大海了。

這次我在我的博客裏追逐我的文學夢，我繼續在文學的海洋裏大海撈

針，突然，有一天，德國華商報總編在博客中留言，要把我寫的連載小說《永遠的漂泊》在他的報紙上連載，我喜出望外，我覺得我離我的文學夢越來越近了，小說在華商報上連載後，得到了很多的肯定，我愈戰愈勇，連續又寫了第二篇小說《文秀的愛情》連載，最後，華商報總編又為我開了專欄《文化之旅》。

2017年，布拉格文藝書局出版了我的第一本散文小說集《永遠的漂泊》。

2021年，我女兒18歲了，拿什麼送給她一個值得永遠紀念的禮物呢？現在孩子們的物質生活已經相當富有，富有到不知道拿什麼來作為她們的禮物才能滿足他們。

突然，想到我在博客裏那麼多記錄她們成長的文章，何不把她們成長的故事集結出版成一本書，作為禮物送給她們呢？讓她們看到自己的成長，也看到媽媽的成長。是的，我在養育孩子的過程中自己也在成長。我和孩子們相互成就，讓孩子們看到一個真實的媽媽，以及一個作為外國人的媽媽的進步。

我記錄了從女兒六歲在德國入學到2021年的第12年級。12年來女兒在學校的學習成長，在校外的經歷磨煉，點點滴滴反映了德國教育體系，學校裏發生的愉快和不愉快的事情，不同於那些不真實不具體介紹德國教育的文章。在這本書的紀實裏，沒有理論，全都是孩子們每天在學校裏真真切切發生的事情，而不是走馬觀花。校外活動，既增強孩子們的體質和見識，也磨煉孩子們的意志，更培養了孩子們的團隊精神、社交能力、綜合素質，沒有考級制與加分制，祇為全面健康成長，當然，這對有特別才能的孩子來說，也有不公平的地方，比如我的女兒在踢踏舞上是德國冠軍，可在學校文體成

績上沒有任何優勢，但是，孩子和家長祇為了快樂而樂意付出。

我在育兒的路上還橫生插枝，在我女兒三年級 9 歲那年，班裏來了一位留級女生——麗薩。這個女生也是女兒小時候的玩伴，當她留級到女兒班上時，自然就和我女兒成了好朋友。突然，有一天，麗薩家發生了變故。麗薩就到了我家，她就變成了我的養女，突然間我又多了一個女兒。

於是，在我的育兒記錄裏也留下了養女 9 年來的經歷，她由一個留級生、特別生，成長為重點中學的優等生，再到職業高中。其中的曲折過程和心路歷程。這一切的心理衝擊於她於我都是一種折磨和考驗。這本書裏記錄了我們怎麼走過這一艱難時期的。同時，我還注重介紹了德國兒童保護機制，助養領養機制，以及全社會的參與機制。德國社會真正做到了沒有讓一個孩子失學和流離失所。

從養女來到的第一天起，到 2021 年已經 9 年了。她也從 10 歲到 19 歲，已經成年。一路走來所發生的變化。故事情節跌宕，問題家庭孩子教育的艱難，難就難在心理疏通，我付出的愛心、耐心、智慧和心血盡在其中。

當我把這本《在德國成長》，由美國南方出版社出版的長篇紀實文學作為禮物送給兩個女兒時。女兒們為母親而驕傲，同時，她們開始立志學習好中文，為了能讀懂我的這本書。

2022 年我出版了首部長篇小說《金夢遺痕》。

這部小說最初構思於 2011 年，那一年中國的房地產到處在開發，到處都是建築工地，使我們這些海外遊子回家都找不到回家的路。我們在看到塵土飛揚的同時，也看到了一幢幢新蓋的高樓。同時，親朋好友間的談話也離不開買房子賣房子，更離不開一個錢字，甚至很多外國資本的熱錢也湧進了中

國市場。同時更聽到很多上當受騙的故事，當時對這些受騙的故事，感到不可思議。可是，被騙的人群幾乎覆蓋到了每一個家庭。甚至有專家教授等高級知識份子在內。這是一個令人深思的現象，這些現象裏深層次的原因是什麼？帶着這些疑惑，我開始訪問調查。我以家庭為單位開始訪問調查，故事也是以金家祖墳起火開始，沿着這個家庭的故事，層層揭開這種現象的深層的社會原因。從金家幾代人的努力和奮鬥中，我看到了他們想改變自己貧窮生活狀態的頑強。他們是一群平凡的小人物，在時代的洪流中沉浮。

從2011開始構想，期間由於各種準備不充分，我又停了下來。2020年，新冠疫情爆發。被悶在家裏，我的心又開始活躍於這部小說的構思。2020年9月，我母親病危，我冒着被感染的風險，回到母親身邊三個月。在母親人生最後的時光裏，我陪伴着母親，母親和我講了很多的故事。我從母親的故事裏受到了啓發，繼續了這部小說的構想和創作。

剛開始我以《為錢而奴的人生》為書名，本意是用批評的眼光寫他們。我嘲笑他們的智商，我嘲笑他們的貪婪，我嘲笑他們的幼稚無知。當我寫他們一次次把省吃儉用的血汗錢都拿去放貸，結果一次次都血本無歸時，我的心寫軟了，我不再嘲笑他們了。他們是被時代的洪流而席捲，他們身不由己。我開始理解和同情起了我的主人翁。是的，他們為錢而奮鬥。其實，他們根本的目的就是為了改變自己的生活，想過上好日子。窮日子他們過怕了，所以，他們鋌而走險，去放貸，而這些錢都是他們平時省吃儉用下來的錢。正因為這是他們的血汗錢，因而，他們在輸了的時候不甘心，想把輸掉的再追回來。所以，他們是那樣的不屈不撓。我也跟隨着他們命運的起伏而起伏，我沒有刻意塑造他們，我與他們一樣行走在人世間。沒有驚天動地的

狗血劇，有的是小人物的堅強和不屈。他們折騰，他們奮鬥，他們平凡，我沒有刻意描寫他們，沒有為他們安排情節，我就在他們的平凡中，與他們同行。

這部小說開始是在網絡上連載書寫的，得到了讀者朋友們的讚賞和期待，是讀者們給了我勇氣和力量，在此我要感謝我的讀者朋友們。

我還要感謝文友高蓓明，在我剛剛完成寫作時，就及時地為我寫了評論，給了我極大的鼓勵和信心。

故事在新冠疫情爆發時戛然而止。是的，新冠疫情給我們這個時代帶來了全球性的大災難，世界也因新冠疫情而改變。被按下暫停鍵的世界，突然安靜了下來，人們那顆焦慮浮躁的心，也被迫靜了下來。思想靜下來就會思考，思考中，我們人類會發現，過去我們都太急功近利了。由於被迫的人工物理隔離，使得傳銷等欺騙犯罪行為，沒有了市場。金寬等人從這個意義上來說，是被迫停止了上當受騙。

希望通過靜下來的沉澱，金寬等能覺悟過來。生活還在繼續，社會也在不斷的改變，人生的故事也還在繼續。

寫作是一種傾訴，在這個傾訴過程中，也是我療愈心靈的過程。

今天我再回首，如果，不來到德國，如果，德國沒有這樣黑暗的冬天，如果，不是在憂鬱的冬天裏掙扎，一直在陽光下忙碌追求，能實現我的文學夢嗎？

我的文學夢還在追逐，我將窮我一生追逐下去，直到我生命的終結。