

95后浙江女孩举办生前的葬礼 换一种方式告别世界

生前参加自己的葬礼是什么体验？

近日，在博主李菜菜的视频里，罹患小细胞癌的好友小姜，提出要李菜菜参与她“生前的葬礼”。

葬礼，从拍一张遗照开始，两人来到西湖边与来自远方的陌生人建立联系，让他们写下最后一次见面时，想要对小姜说的话。最后一站，和家人朋友告别，希望他们不要悲伤。

“如果生命是一本书，我这一页或许比别人短，但每一行都写满了爱与惊喜。我们并不惧怕死亡，生命的意义从来不在长度，而在于我们如何拥抱每一个当下，如何在有限的时间里给世界留下一抹温暖的色彩……”小姜在视频里这样阐述举办“生前葬礼”的初心。

正值清明节，在社交媒体上，“生前参加自己的葬礼”这一热点有300多万人在看。

不少网友在视频下称看哭了，同时分享了自己抗病的经历，鼓励小姜“一定可以骗过死神，让你留在人间”、“我也是小细胞癌，中晚期，当时医生说只有两年生存期，但是我现在已经两年了，加油宝贝”……



李菜菜和小姜

4月5日，记者联系到博主李菜菜。因为小姜正在上海接受化疗，状况不太好，李菜菜代她接受了采访。

“她1995年出生，有一个可爱的3岁孩子。”李菜菜和小姜同为大学室友，是大学期间最好的朋友。

三个月前，小姜因身体异常出血检查出小细胞癌。天性乐观的小姜，用很轻松的语气给李菜菜发来了信息。

“我和你说话，我中奖了。”

“多少钱？”

“我得了恶性肿瘤。”

李菜菜此前有过骨髓炎的抗病经历，对突然而来的疾病接受程度“比一般人要高一些”。

她说，小姜是嘉兴人，一直都是很乐观的性格。在大学时，她活泼开朗，人生很顺利，毕业、结婚、生子，圆满得如同每一个幸福的平凡人。小细胞癌症，是小姜遇到的第一个人生关卡。“这类癌症治愈率很低，医生说大部分人只有最多两年时间。”

疾病发展很快，小姜在上海、杭州多地求医治疗。

三个月左右，小姜走路开始变得困难。

“这些时光里，我经常给我打电话，用很轻松的语气分享着化疗的点滴，原来化疗真的会掉头发、会因为吃不下饭瘦了……”李菜菜说，她和小姜未曾聊过生死，但是生病的经历，让两人之间有着不同的默契。

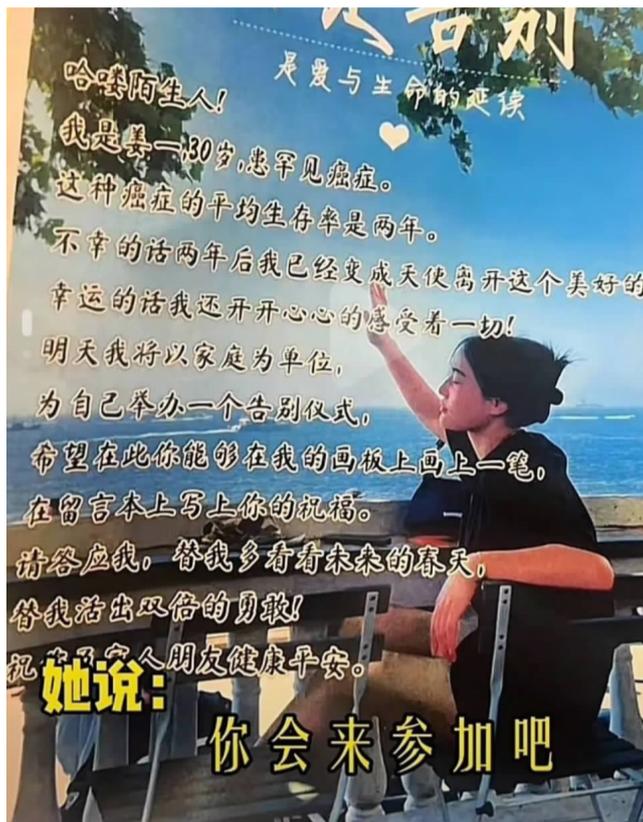
“我们的想法都是能活一天就多赚一天，生病了，更需要乐观对待，积极面对，而不是悲伤无助。”

前不久，小姜给李菜菜发来了信息，提出“生前葬礼”的想法。

生前葬礼的举办日期是3月28日和29日。

“小姜的爸爸其实不太能接受生前葬礼的想法，但很多陌生人给予了我们善意，我们得到了很多的安慰和鼓励。”

两人带上笔记本和笔在西湖边寻找陌生人留言时，



生前的葬礼 视频截图

很多人都停下来，认真听小姜讲完事情的始末，留下了鼓励的话语。

一位小姐姐，也有生过病的经历，不仅留言，还主动拥抱了小姜，让她不要放弃，一定有信心。

这一抱，让站在旁边的李菜菜很感动。

那一天，微雨，在西湖边，来自五湖四海的游客，留下了很多很暖的信息，“旅程很短，享受过美好”、“希望你以后的日子里做自己最开心”、“祝愿早日康复”、“希望你以后的每一天都是大太阳”……

“陌生人的加油，让我们觉得世界很美好，很值得留恋。”李菜菜说，很多路人特别能共情我们，这是我们此前都没想到的。

最后一站，和家人朋友告别，“下辈子我还要做爸爸妈妈的女儿，不要为我难过。”“亲爱的朋友，我先去前面探路了。”

这一场生前葬礼的告别仪式上，小姜觉得很符合自己的期望，“她希望，能用最好的面貌跟家人告别。生命不在于长度，而在于每一天的温度。”

小姜常常表达，她对人生没有太多遗憾，没有太多关于自己的遗憾。只是遗憾没有更多的时间陪伴家里人，没能陪伴孩子长大，她希望能陪孩子多一些时间。

李菜菜说，这个生前葬礼的视频，剪辑时她哭了好几次，她抗病5年，对疾病有不一样的心态。

“疾病不会让我觉得生命无常，反而让我感恩珍惜每一天，多活一天是一天。按照小姜的想法，生前的葬礼，即是在身体能力允许的时候，主动地表达爱，这是对家人、对世界、对自己爱的仪式。”

记者发稿时，小姜仍在上海的医院里进行抗癌治疗，“她没法说太多话，她希望所有关心她的网友不要担心她，也不要悲伤，生活很美好，她来这一趟很值得。”李菜菜最后说。

网友评论：

@滌心齋主：直面人生无常，一个坚强的女孩！加油！

@文熙：此前我也萌生过这个念头，想不到勇敢的女孩真正去做了，特别想说：你真了不起，相信你会过好每一天，也给家人一个不那么悲伤的记忆。或许，带着这种虽然各种不舍，但是努力无憾的心，生命会出现奇迹呢！愿你接下来的每一天，都能洒满阳光，但是如果不能，也能心平气和接纳乌云和风雨。祝福你！

@八月安生：希望老天眷顾这些善良的热爱生活的人！希望她能陪孩子长大，看着孩子工作、结

婚、生子。

@糯米汤姆：现在的年轻人还是比较要有仪式感的，像我这种五零后就啥都不要了，什么葬礼，遗照，不觉得空虚么？！走了就走了，非得昭告天下吗？！有几个人认得你，那怕认得还不是过眼烟云！

@帮主：希望有奇迹发生，祝姜姑娘早日康复！

@捻雨：如果实在不能笑到最后，哭着离开也没什么，只要认真地来过，认真地过着每一天。

@李ZC：姑娘，希望你以后的每一天都是大太阳。



小姜和留言的爱心路人