

重庆残疾女诗人李万碧写下2000多首生命独白——

指尖下的诗意远行



左图:患类风湿性关节炎和心脏病的李万碧用双手扶着鼠标操作电脑。
右图:2012年,李万碧的个人诗集《闪烁的瓦砾》由作家出版社出版。



记者 梅耀 摄/视觉重庆

凡人微光 温暖山城

■新重庆-重庆日报记者 兰世秋

“一个人的早晨真好/你可以任意仰头/像远处的山冈一样尽兴……”

3月19日,巴南区龙洲湾一小区内,在小小的书房里,李万碧正用一支签字笔代替手指,“戳”着电脑键盘,一字一句写下最新创作的诗歌——《在这片土地》。

这位患类风湿性关节炎和心脏病的女诗人,全身关节僵硬,却用诗歌丰盈了人生。

迄今,李万碧已创作了2000多首诗歌。个人诗集《闪烁的瓦砾》由作家出版社出版,作品先后在《诗刊》《北京文学》《草堂》等文学期刊上发表。

诗歌对李万碧而言意味着什么?她说,过去,诗歌是她的光亮和救赎;现在,诗歌是她生活的一部分,当她写作的时候,是在和另一个自己对话。

光亮的诗歌

“我能不能像星星一样升起来”

李万碧的书房由卧室的阳台改造而成,仅放得下一台电脑、一把特制的椅子。

因无法独立行走,一天中的大部分时间,62岁的李万碧就待在这里,读书、写诗,放飞思想。

她的全身关节僵硬,双腿直直地向前伸着,无法弯曲;10根手指呈90度弯曲,唯有大拇指和食指能微微动弹。

这一切,都源于李万碧8岁时一场突如其来疾病。

那年春天,在江津珞璜老家读小学二年级的她,突然左脚脚腿肿胀,并持续高烧。经医生诊断,她患上了类风湿性关节炎。从此,她的身高定格在了1.3米,弱小的身躯在疾病的折磨中渐渐僵硬、变形。后来,她又患上了心脏病。

在病床上躺了一年半后,李万碧又摇摇晃晃坚持去上学。原本从家到学校十几分钟的路程,她要走50多分钟。

“每走一步脚都钻心地疼,可是

再疼,我也要去读书。眼泪止不住地流,可是又怕人看见,流出来我就赶紧擦。”时隔多年,李万碧仍记忆深刻,因为病情加重,到中学毕业时她已无法独立行走,只能日复一日地躺在床上望着窗外发呆。

1993年,妹妹背着李万碧去了一趟邮局,那里有好多期刊,《星星》诗刊一下跃入眼帘,“看到这个刊名的时候,我就像看到了光亮。我想,我能不能像星星一样升起来?”她当即订阅了《星星》诗刊。

李万碧参加了四川省阆中市的诗歌函授学校,开始学着写诗,并请老师指点。函授老师伏炎得知李万碧的情况后,特意从阆中赶到珞璜,给她带来了一本舒婷的《双桅船》。

“你生活在这样狭小的空间里,诗作里却有着很不寻常的想象力,很了不起!”伏炎的爱和鼓励,更加坚定了李万碧写诗的决心。

艰难的诗歌

“这手心,这手腕,这关节啊”

写诗,对于李万碧来说并非易事。由于病痛,她的手指无法用力,只能把笔夹在食指和拇指的间隙。

“写出来的字歪歪扭扭,就像是漂在纸上的浮萍,这让我很难过。”李万碧说,即便如此,她也仍然坚持一笔一划地“画”下心中的诗意和美好。

2007年,李万碧拥有了一台电脑。她摸索着学习,两手合拢,“捉”住鼠标,打字时,就让弯曲的手垂直于键盘之上,用食指突出的第二关节敲击坚硬的键盘,两只手的形状看上去就像马蹄。手指戳破流血了,她让家人帮忙贴上创可贴后再继续。

渐渐地,李万碧可以自如地使用电脑了。到如今,她已经可以“捉”起任何一件细小的硬物,代替手指“戳”着键盘打字。

由于关节僵硬,无法弯曲膝盖,家人特意为她做了一把椅腿较高的椅子。可即使是这样,她也坐不稳,常常连人带椅一起跌倒在地。

“谁会静静聆听?唯有诗歌。”她学会了在诗歌里倾诉:“我在西边摔倒,也在东边摔倒/类风湿,从那时开始/从脚踝开始,黑蚂蚁一样往死里黑/我种下这一粒粒疼痛/这手心,这手腕,这关节啊……”

李万碧的经历和对文学的赤诚也引起了众多文友的关注,作家任正铭撰写的报告文学《诗歌为伴,1.3米的她用诗歌支撑生命》在媒体上刊发,重庆市作协也对她进行创作上的指导,《重庆文学》用5个页面刊发了她的组诗,《星星》诗刊等文学期刊上也经常能看到她的名字。

2012年,李万碧的个人诗集《闪烁的瓦砾》出版,这部诗集还被重庆市残联评为文艺创作一等奖。

美好的诗歌

“现实中去不到的地方,诗歌带我抵达”

2016年,李万碧和丈夫瞿祥林

从江津珞璜搬到巴南区龙洲湾居住。

贴心的老瞿特意将李万碧改建出了一间小书房,书房的窗帘是墨绿色的,像茂密的森林。窗帘拉开,有大的阳光洒在李万碧的身上。

每天早晨,李万碧在丈夫的帮助下穿衣、吃饭,然后就坐在那把高高的椅子上,打开电脑,阅读、写诗。

为了照顾李万碧,老瞿就在家附近的环卫工人,中午赶回家做饭,晚上背着李万碧逛公园看轻轨。

李万碧说,过去,诗歌就像她生活中的光亮和救赎,支撑起她的生命,她在创作时会刻意追求深邃。如今,诗歌就像一条日夜流淌的小河,是一种生活的日常,看到触动内心的事物,她都会写下来。

“一只鸟飞进我的窗口/隔夜的露水正抖落于书桌上”,写身边的美好;“起床,给春天打电话……春雨在线”,想象奇幻。从她轻松而优美的诗行中,很多人看到了诗歌重塑生活态度、超越凡尘的力量。

“诗歌让我不至于平庸,写诗的时候,我在和另一个自己对话,现实中去不到的地方,诗歌带我抵达。”每完成100首诗歌,李万碧就会在电脑里建一个文件夹,迄今,她已创作了2000多首诗歌,正计划再出版一本诗集。

感恩于社会各界多年来对她的帮助,李万碧也力所能及地回馈社会,义务为江津《几江》诗刊公众号工作。

正如联合国教科文组织总干事奥黛德·阿祖莱所言:“诗歌具有无与伦比的力量。诗歌将我们从日常生活中唤醒,去领略我们周边存在的各种美好,去体悟人类共有的不屈不挠的精神。”

在李万碧身上,我们看到了这样的力量。

■记者 王优玲

当住宅空间实现“立体生长”,居住品质将迎来怎样的变化?

“更大的窗户”“更高的天花板”“更开阔的空间”……层高的增加,对于住宅舒适性的提升有着重要意义。

政府工作报告提出,适应人民群众高品质居住需要,完善标准规范,推动建设安全、舒适、绿色、智慧的“好房子”。

提高住宅层高,正是通过“立标准”推进“好房子”建设的重要体现。随着《好房子建设指南》的编制推进和《住宅项目规范》的修订升级,我国住宅建设标准正经历重大变革。其中,将住宅层高标准提升至不低于3米,为提升住宅品质打下了“空间革命”的启动键。

2011年版《住宅设计规范》明确“住宅层高宜为2.80米”“卧室、起居室(厅)的室内净高不应低于2.40米”。然而,经过十几年的发展,这两项标准已无法满足人民群众对于改善居住条件的期待。

一方面,随着生活水平和营养状况的提升,中国人平均身高增长,对层高的要求相应提高;另一方面,采光、通风等住宅性能指标的改善在很大程度上也有赖于层高的增加。

层高的增加,看似简单的数字变化,实则关乎人民群众的居住获得感、幸福感。

层高的增加,不仅为扩大窗户面积,改善室内通风和采光、降低潮湿和霉变风险提供了可能,还为增加楼板构件厚度、加装隔声板提供空间,可以有效解决长期困扰居民的隔音问题。

层高的增加,可以支持多种装修风格和空间布局,如设计夹层、阁楼或开放式空间等,满足不同家庭的个性化需求,同时为中央空调、管道式新风、地暖等建筑设备的安装提供了更大空间,破解了传统住宅设备安装的“空间焦虑”。

此外,层高的增加,为全屋智能设备预留了安装空间,为装配式装修、光伏屋顶、模块化家居等新技术集成开辟了应用场景,为未来便捷、舒适的生活体验创造了条件。

面对老房子改造成“好房子”的命题,新的层高标准同样提供了参考。在老旧小区改造中,可以通过空间改造和其他设计布局方法,增加房屋的采光量和空气流通性,努力使房屋达到和“层高3米”相近的居住体验。

标准水平决定房屋品质。随着我国住房需求从“有没有”转向“好不好”,人们期待住上安全、舒适、绿色、智慧的“好房子”。标准的迭代升级,正是对人民群众改善居住条件新期待的积极回应。

住宅层高标准调整只是推动“好房子”建设的一部分。当前,中央和地方正在加紧构建支持住房品质提升的制度和标准体系。《好房子建设指南》《住宅项目规范》等全国性标准规范修订出台后,将作为强制性国家标准,引导地方进行相关标准修订,全面提高房屋设计、材料、建造、设备以及无障碍、适老化、智能化等标准。

“好房子”建设是房地产业高质量发展的方向。对房地产行业来说,“好房子”建设既是机遇也是挑战。“好房子”对功能、质量、体验等方面的更高标准,要求房企尽快把新标准融入产品设计,打造不同价位的优质住宅产品。谁抓住了人民群众对改善居住条件的期待,谁就能在品质竞争时代把握先机、赢得市场。

(新华社北京3月23日电)

增加住宅层高将带来哪些变化

永津高速公路建设进入收尾阶段

3月23日,永津高速永川段与渝昆高铁交会处。

当日,永(永川)津(江津)高速公路中央分隔带护栏、绿化植物等项目基本完工,工人正在进行最后的收尾工作,永津高速公路即将通车。

项目建成后,永川至江津车程节约20分钟以上,对沿线区域物资流通、资源开发、招商引资、产业结构调整等发挥着重要作用。

特约摄影 陈仕川 通讯员 钟梅 摄影报道/视觉重庆



全力筑牢健康防线 努力实现“无结核”目标

——重庆结核病防治交出亮眼答卷

全域化布局 高位设计织密防控网络

防治工作不均衡,患者主动发现和规范治疗管理亟待加强,预防措施和新技术应用不足……这些难题一度成为重庆结核病防治工作的“拦路虎”。2024年10月30日,随着《重庆市结核病防治行动方案(2024—2035年)》(以下简称《行动方案》)的正式印发,重庆吹响了向结核病全面宣战的号角。

翻开《行动方案》,一幅结核病防治的宏伟蓝图跃然纸上:从强化防控体系建设到提升诊疗能力,从加强重点人群防控到推动科技创新,重庆以扩大筛查行动、规范治疗行动、遏制耐药结核行动、患者关爱行动、预防阻断行动、宣传普及行动、能力提升行动“七大行动”为核心,明确了以实现“2035年终结结核病流行”这一目标未来十年的防治路径。

《行动方案》不仅提出了具体的防治目标,还配套了详细的实施路径和保障措施。例如,扩大筛查行动,针对学生、老年人等高危人群开展主动筛查;规范治疗行动,通过信息化手段提升患者管理效率;遏制耐药结核行动,利用分子生物学检测技术,实现耐药结核的早发现、早治疗。

重庆市结核病防治所党总支书记范君表示:“《行动方案》的出台,为全市防控工作提供了统一的行动指南,明确了各级

政府、医疗机构和社会各界的责任分工,形成了“全市一盘棋”的防治格局。”

精准化防控 因地制宜筑牢健康防线

彭水县居民王婆婆在社区组织的65岁以上老年人免费结核病筛查中被诊断为肺结核,通过早发现、早诊断、早治疗,她的病情很快得到控制,现已成功治愈。“之前总觉得咳嗽是小事,要不是社区组织了免费筛查,我可能还会一直拖着。”回忆起当初得知自己患病时的情景,王婆婆心里还有些后怕。2024年,重庆在全市实施了65岁以上老年人、肺结核患者密切接触者、入学新生、高二年级学生等重点人群的主动筛查。许多像王婆婆一样的患者因此避免了病情的恶化。

而王婆婆的故事,只是《行动方案》出台以来重庆推动结核病防治工作走深走实的一个缩影。结核病防治工作不仅是医疗卫生领域的责任,更需要社会力量的广泛参与和支持。根据《行动方案》,重庆建立了“1+41+N”(1个市级总队、41个区县分队和N个镇街/学校等小分队)的结核病防治知识志愿者宣传模式,成立了市级、区县、乡镇(街道)和学校四级志愿者宣传队伍,实施“百万志愿者结核病防治知识传播活动提升行



医生在基层开展老年人结核病筛查

动”让结核病防治知识受众更广、更可持续。在全国2024年度百万志愿者结核病防治知识传播活动提升行动中,重庆6个团队和1名个人入选,排全国第二位。

与此同时,重庆结核病防治工作的触角还在不断向外延伸。去年10月,在四川广安召开的成渝地区双城经济圈结核病防治一体化发展研讨会上,川渝两地共同讨论了《川渝地区跨区域结核病患者协同管理服务工作方案》,标志着成渝地区在结核病防治领域迈出了重要一

步。重庆市结核病防治所党总支副书记、所长吴成果表示:“通过协同管理,我们能够更好地服务川渝两地流动人口,减少结核病的传播风险,为实现区域结核病防治一体化奠定基础。”

数字化驱动 科技赋能提升防治效能

一直以来,渝东南地区属于结核病高发区。该地区的结核病防控工作面临

诸多挑战。然而,随着《行动方案》的出台,渝东南地区的结核病防治工作迎来了新的转机。

《行动方案》明确提出,要加强对高发地区的重点防控。黔江区作为试点区县之一,率先引入AI结核阅片技术用于重点人群筛查,大幅提升了阅片效率和准确性。“以前靠医生肉眼阅片,工作量大、耗时长,现在AI几秒钟就能完成筛查,准确率还很高。”黔江区疾控中心结核病防治科负责人介绍。

数据显示,2024年,黔江区采用AI结核阅片技术,对辖区全年老年人筛查胸片进行复核,复核异常者再通过放射专家复核和进一步检查,患者检出率有了明显提升,为渝东南地区的结核病防控工作注入了新的活力。

AI结核阅片技术不仅是重庆结核病防治工作中引进数字化技术的一项重要尝试,更是响应“数字重庆”建设的一次落地实践。未来,重庆还将建设具有地区辨识度的结核病专病智能化决策系统,建成并试点患者全周期服务等5大核心场景,融入渝悦疫智防控系统,推动结核病专病智能化系统建设,实现数据共享、全程管理、智能决策,为实现“2035年终结结核病流行”目标提供坚实保障。

傅星辰 图文摄/摄