

## 加沙记者日记：你知道一天只有一种食物下肚的感觉吗？

“加沙没有未来了，现在和未来都被摧毁了。人们只剩下一个目标：在饥饿、轰炸和围困中生存。”



2024年5月27日，以色列空袭加沙后造成一片荒芜，大量巴勒斯坦人流离失所。摄：Jehad Alshrafi/AP/达志影像

编按：以色列在加沙的军事行动已进入第9个月。截至2024年6月，根据包括联合国及加沙卫生部等多份报告，加沙地带已有超过37,000名巴勒斯坦人丧生，死者中包括大量的妇女和儿童。

“加沙日记”系列由特约记者 Ruwaida Amer 撰写。Ruwaida 是来自加沙的自由职业记者、影片制作人；她对我说，虽然她身体已经很虚弱，但在旷日持久，不见尽头的战火中，写作是她的精神支柱。“写作虽然不是食物，可它让我的心智变得强大。我尝试透过写作来维持生的力量，我不想停下来。”她说。

### 1. 罐头豆

你知道一天只有一种食物下肚的感觉吗？我从来没有想过，我会在战争中经历那么艰难的情况。

我来自加沙南部的哈恩尤尼斯市，今年30岁。战争开始之前，每天下班，我都会上市场采购需要的食材回家：给生了病的母亲买水果、备好新鲜蔬菜煮食照料父亲。我无法一天不上市场，那是我的日常。但战争让我失去了这些日常。

现在，我们每天醒来，都必须思考今天有什么能吃。一个人正常一天要吃三餐，每餐都应该包含基本的食物要素，像淀粉质、蛋白质、纤维。但在加沙，我们处于战争状态，这些都不是定律。

战争在蚕食我们的健康。过去一个月以来，因为边境关闭，救援物资无法进入，市场空空如也。农田被炸成平地，蔬菜也长不出来。没有食物了，我们只有罐装豆，只能吃罐装豆。以前，学校的老师说应该把它当为主食，因为豆类不好消化，吃多了会生病。罐上的说明书还说它必须先煮熟，但没有办法，我们没有煤气了，生火又需要时间和精力，我们必须得直接吃了。也许我们都还算幸运的，起码还没得胃溃疡。



2024年5月24日，以军在加沙南部拉法（Rafah）进行军事行动前的市场。摄影：Abdel Kareem Hana

我很讨厌别人问我“想吃什么？”，因为如果可以选的话，我早餐肯定会吃百里香和奶酪，午餐吃炸土豆或番茄，晚餐再跟早餐一样。我还想吃肉、鱼和鸡，这阵子，我常常怀念9年前经常去的餐馆……但这几个月来，除了罐头，我都没有吃过别的食物。“我们今天有什么能吃的？”这个问题很难回答，但其实每个人都知道答案，因为不是小扁豆就是豌豆，全都是罐装食品。

这是一场饥荒，我们正在经历饥荒。我看著自己一天比一天瘦下去了。我没去秤重，但我感受到我人变得好轻好轻，体重大抵只剩下45公斤。这对身高1.72米的我来说，真的太轻了。我变得非常瘦弱，免疫力弱得几乎无法抵抗疾病。有时候得了流感，我还需要很长时间才能康复。

我总是想到姐姐的孩子们，他们才五岁和三岁，是完全无法忍受饥饿的年纪。我的侄女丽塔尔，今年五岁。以前，她的母亲总是为她做喜欢的饭菜，有时候还会从餐馆买快餐；我还记得她总是问起店里的一些东方甜点。她才那么小，整个人生中只享受了那么一点点美好的时光，然后就要面对饥荒了。对我们这些已经三十岁，度过了最美好时光的人来说，真的很不忍。我们只能一直等，一边为孩子们提供食物，以免他们生病，一边等边境开放的消息。

每天，我们都抱着侥幸心理，去市场看看是否能找到不同的东西，但其实市场什么都没有。我们甚么都缺：食物、干净的水、衣服、鞋子。我们打电话给在加沙其他地区的朋友问：你们那边市场有什么东西吗？可以买到不同的东西吗？但我们大家都一样，只有罐头。

事实上，我们能聊上电话已经很难得。战争的时候，身边全是轰炸声和军事破坏，我们通讯不好，总是断断续续，但我们还是在电话坚持聊上了整整一个小时，互相分享抱怨诉苦。我们尽力倾听对方。

今年65岁的乌姆贾布，是我母亲的朋友，就住在我们旁边。战争爆发前两个月，她摔倒了，腿部骨折。目前她还在康复，需要多吃一些含钙质的食物，但战争爆发以后，大家都只有豆子。乌姆贾布不喜欢吃罐头食品，她想吃水果和肉，想喝牛奶和酸奶，也想吃甜点。于是每周她都来我们家问：你们有什么吃的吗？有在市场买到什么了吗？她叮嘱我哥哥，如果看到有食物一定要买给她。

乌姆贾布是一个孤单的女人。她丈夫在六年去世了，二人没有孩子，她一人独居。腿骨折以后，她走不了太多路，也去不了市场，身体变得非常虚弱。有时候，她说她的丈夫很幸运，没有经历这场艰难战争。不像现在的她，连自己温饱都顾不上。

## 2. 宰牲节

6月，是我们伊斯兰教的宰牲节（Eid al-Adha）。在这个月里，我们会买各种肉类，准备很多美味的烧烤肉和巴勒斯坦菜肴，如倒扣饭和法塔。完成仪式之后，我们家会分到一大块超过40公斤的牛肉。在宰牲节的第一天，我们会去拜访亲戚和朋友，分发这些肉。亲戚们会用这些肉做节日大餐。每次父亲拜访亲戚回来，都会提到他们对拿到这些肉有多高兴。

在接下来的两星期，我们每天都会用这些肉做不同的菜，我姐姐和她的朋友会来家里作客，她还千叮万嘱必须等到她们来才煮肉。她的朋友总是赞叹我们煮的食物很好吃，肉也非常美味。每一年，我们在等待这个宰牲节，跟家人一起享受快乐的相聚时光。



2024年6月16日，以色列对加沙汗尤尼斯的袭击和封锁仍在继续，巴勒斯坦人聚集在被摧毁的建筑物废墟中进行宰牲节祈祷。Ali Jadallah/Anadolu via Getty Images

但如今，这一切都成了回忆。

今年的宰牲节都快到了，但市场依然空无一物，没有肉类、蔬菜和水果。每当想起我们不能过的节日，我总是感觉沮丧抑郁。

我曾经希望以色列会允许救援物资进入加沙，但现实并没有。

在宰牲节的那个早上，我六点就起床了，但我听不到清真寺里人们祷告的声音。醒来以后，我对家人堆起笑容，说一些好听的话，试图减轻他们的痛苦。战争中大家都被迫离开了自己的家，今年我们也没有任何来客了，昔日的欢笑声换成不断的轰炸。在没有肉和食物的宰牲节，我们只能继续忍受饥肠辘辘，日子就像平日一样，没有任何变化。

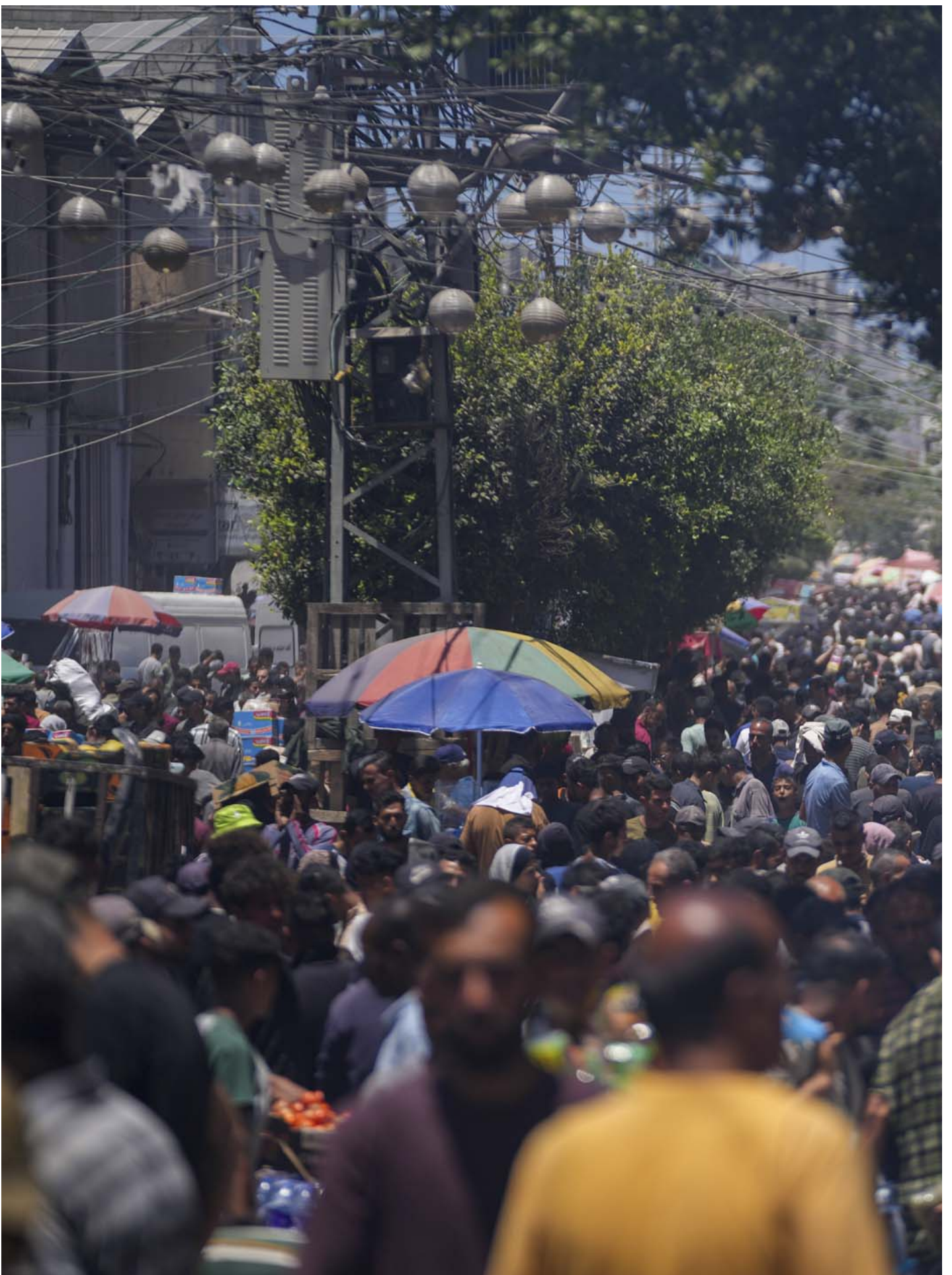
以往，父亲每年都会带上肉去探望姑姑们。但今年不只肉没有了，姑姑们还在战争中失去了家园，散住在不同的帐篷里。不过父亲还是想在宰牲节期间和大家一起过，于是尽管没有车，他仍然坚持走路去看望她们。我看到父亲的脸上充满阴霾，他很难过。

姑姑瓦法跟我很亲近。一次，我去帐篷探望她时，看到她的身体因营养不良显得疲惫和虚弱。她告诉我，她已经厌倦那些罐头食品：“我的肠胃不好，我受不了了，我宁愿吃白面包，也不想吃这些罐头食品。”她告诉我，她不想再生火煮豆子了，但她别无选择。她有10个孙儿，他们都要吃饭。但姑姑又告诉我，那些孩子都在抱怨每天吃重复的食物。

在外头，一些年轻人在不同地区给流离失所的人免费分发热食，这是在战争前从没有发生过的；而就算有，一个月也只有一次。事实上，这些食物都是一些罐头食品和米饭、面食，没有什么特别之处，但对一些没有钱的，流离失所的人来说，他们的孩子至少可以来填饱肚子。

个人而言，我不喜欢也不习惯在这里拿食物，这是我的尊严。但我尊重那些索取食物的人、尊重那些在街上大叫说自己饿了，想要食物的人。在加沙，有超过5000个儿童因饥饿而营养不良。试想像如果你是一位母亲，这是喂养孩子唯一的办法，而他们已经因为不断的轰炸声而睡不着觉了，为什么还要让他们挨饿？换转是我，我也会这样做。

只不过，我还有减轻痛苦的方法，让日子好过一些。偶尔我会打开手机，翻看里头那些生活的小片段。我不喜欢摄影，但我记录了很多有趣的瞬间：例如，我和我姐姐下班后出去吃饭，或者是从餐馆给家人带好吃的回家。当我在看这些美好片段的时候，我的心情变好了一点。我多希望这些日子能够再次回来。



2024年5月24日，以军在加沙南部拉法（Rafah）进行军事行动前的市场。摄影：Abdel Kareem Hana

### 3. 我们被世界忘记了

适应战争生活并不容易。我们要面对许多冲突，包括互相争夺食物。饥荒，是我们正在面对的另一场战争。加沙北部的情况很严峻：人们找不到食物，被迫吃动物饲料，还有人开始煮树叶吃，数十人死于营养不良。但加沙南部之前的情况不一样，市面上一切都可以买到。有一些罐头食品或稀有食品，您不知道它是如何出现在市场上，可能是一些商人藏起来了，在危机的时候才拿出市面。

但是饥荒不会因此结束，相反物以罕为贵，当人人都想拥有它时，物价比起日常高出五倍。

在加沙，人们会为过好的未来而存钱。有人想为了住得更舒适，存钱装修家里，有人存钱让儿子结婚用，还有人存钱为了让女儿读医，将来当上医生……但在战争期间，大家的梦想都一一被摧毁，生死关头，大家都把钱花在了食物上。是的，这就是我们在加沙所受的苦难。

加沙没有未来了，现在和未来都被摧毁了。人们只剩下一个目标：在饥饿、轰炸和围困中生存。两天前，朋友的妈妈告诉我，她把子女存来结婚用的钱全都花掉，换来一些劣质罐头、蔬菜和饮用水。她满怀怨恨地说，作为母亲，每每目睹自己的子女为生存而挣扎挨饿，真的很心痛。事实上，她已经不只一次从加沙北部徒步到尚有食物的南部。每一次，她都会仔细地找安全的地方待上一段时间，然后和家人再出去寻找食物。

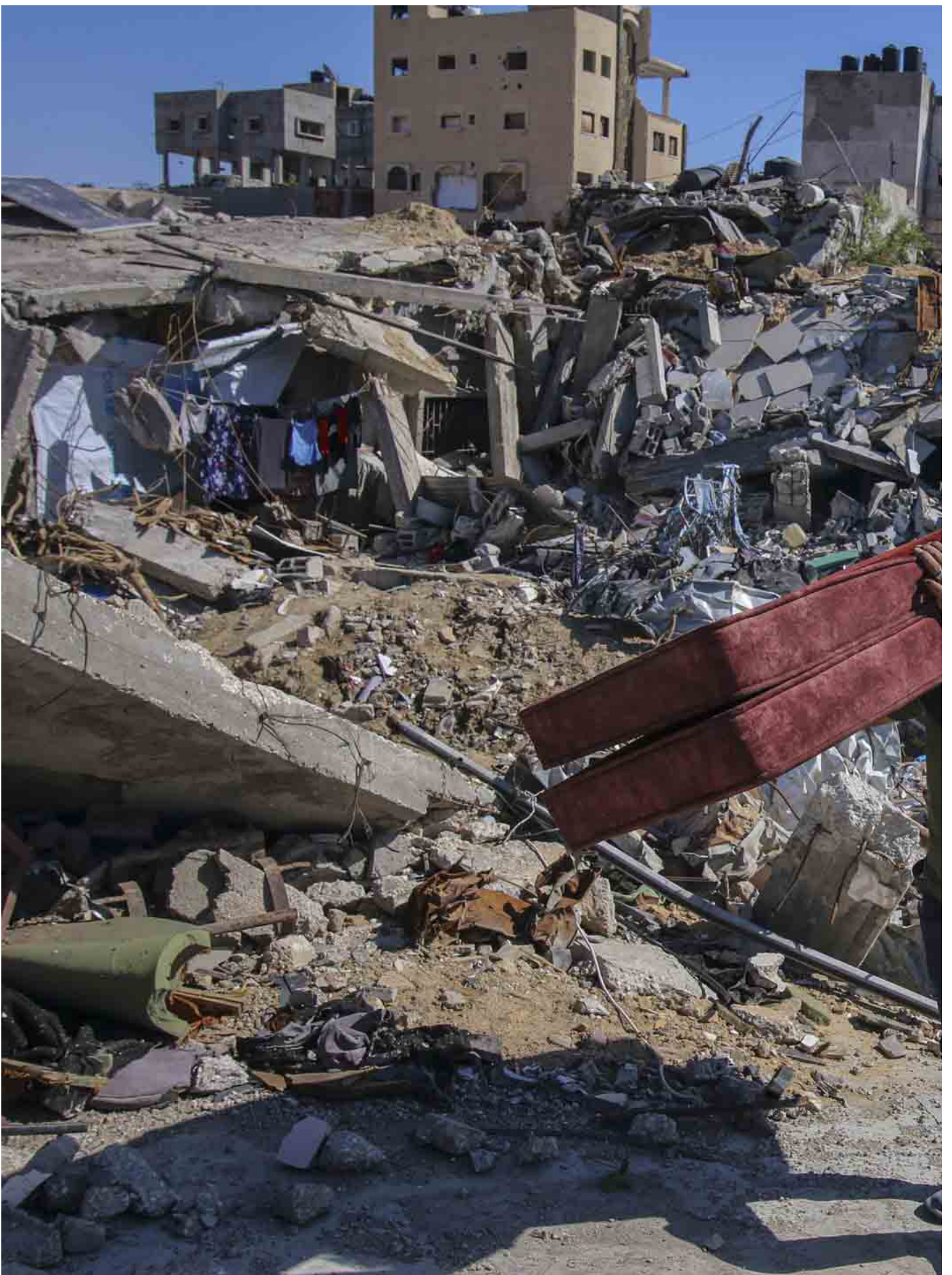
但自从以色列进攻南部的拉法（Rafah）以来，原本给援助物资进入的过境点都关闭了，于是南部地区也开始出现饥荒。我们开始觉得，我们被世界忘记了。因为我们没有价值，所以没有食物，所以逐渐死于饥饿。

### 4. 加沙的未来

以前的我，总是在早上5点开始工作，直到下午3点才休息。之后我当上影像记者，继续在另一个领域工作，在加沙美丽而温柔的故事之间穿梭。我从不抱怨累，也从不觉得饿。如果有一天我累了、不想工作，我还是会继续找不同故事去报导，就像一只蝴蝶孜孜不倦地在果园里飞舞。

为了不让爱我的人担心，我总是小心翼翼地不展现疲态：我和妈妈谈论她的健康、食物；以往，因为姐姐比我瘦弱，我也常常去药局给她买来一些刺激食欲的东西，让她多吃下家里的食物……可是现在，我俩角色交换了。我变成了一个瘦弱的人。每日我都尽量多睡几个小时，因为我已经变得非常虚弱。

我的工作需要很长时间才能完成。我需要精力去思考采访，去写故事和讲故事。但我们没有食物了，我再没有精力去工作。家人常常说我变得很瘦，一对大眼睛突了出来。但事实上，他们和我一样，生活在同样的环境里，也许他们比我好一点，还可以吃下一点罐头，但我已经无法吃下去了。



2024年5月7日，一名巴勒斯坦男子逃离加沙汗尤尼斯中部拉法后，从被毁房屋的废墟中收集家具。摄：Ahmad Salem/Bloomberg via Getty Images

但这种情况也不只我一个。有同事跟我说：“我瘦了很多。”他说如果我们见面时，我一定不会认出他。还有一个同事，以前常跟我们开玩笑说她减肥不成功，因为她太爱吃东西了。但在战争期间，她给我打了好几次电话，一直在笑，说她瘦了很多，饥荒让她减掉了很多体重。但她告诉我，她永远无法像我那么瘦。是的，她是对的，我已经这样子了，无休止的战争冲突，我的健康每况愈下，已经很难恢复了。

在加沙，我们现在经历的是一场食物的斗争、水的斗争，还有一场场在轰炸中生存和克服不间断爆炸声的斗争。也许我是幸运的，因为我还能写下所感所想。写作虽然不是食物，可它让我的心智变得强大。我尝试透过写作来维持生的力量，我不想停下来。而事实上，从战争开始到现在，我从未停止过，我还在努力，还有很多很多故事和冒险事迹，想要告诉世界。

我们的生活已被尘土瓦砾堆埋、我们未来已经被灰尘盖得模糊，但我们却要在那个未知的未来努力生存，生长新的希望。

我希望世界还记得加沙，不要忘记我们这些正在挨饿的人，不要将我们的情况习以为常。

[#以哈战争](#)

本刊载内容版权为端传媒或相关单位所有，未经[端传媒编辑部](#)授权，请勿转载或复制，否则即为侵权。