作者以作研究來幫助病友的心情, 深入探究與癌症關顧相關的議題, 愛人之心深切,視野宏太,

以下收錄的〈必有恩惠慈爱〉系列 / 為作者書寫病中

企圖心感人。

經歷上帝恩典與慈爱的七篇短文。 部分篇章尚未完成,

> 但仍盡量予以保留, 以見作者胸襟。

癌症診斷與治療

如果您覺得這篇文章對癌症朋友有幫助,歡迎傳閱。但 我要鄭重聲明:本人並非出身醫界,請不要以為文章內容完 全正確,與醫生完全配合才是上上之策。

關於癌症的一些知識

癌症來自細胞的不正常繁殖,通常會形成腫瘤。但 腫瘤也有良性者,因此必須切片化驗,才能確認是 否為惡性腫瘤。癌細胞會不正常成長,侵犯周圍 的正常組織,影響器官的正常功能;也可能經血 液和淋巴系統擴散至其他部位。統計顯示:年紀 愈輕,腫瘤長得愈快,但年輕人承受治療的能力也較強。癌症初期沒有明顯症狀,不容易發現;但末期疼痛難忍,往往需要使用止痛藥,才能稍微緩解疼痛。

若是癌症治療有效,事後仍需要長期追蹤檢查,五年之 內沒有病兆,才能宣布痊癒。有些病人甚至在十年、八年之 後才復發,要由醫生決定如何追蹤,追蹤多久,密切配合。 癌症復發時可能會有數處腫瘤,或遠處轉移,絕大部分是相 同癌細胞在身上各部位滋生。很少有人是身上同時患有兩種 癌腫瘤,但也有人是先後罹患不同癌腫瘤者。

癌症分成sporadic(非基因突變型)和基因性兩種, sporadic是人體老化的後果,如果六、七十歲以前罹患癌症, 遺傳的可能性很大。一般人知識不足,會以為遺傳發生在相 同部位,其實不然:家母罹患乳癌;家兄患腎臟癌;舍弟患 胃癌;筆者則患大腸癌。因此親屬(包括父母、父系伯叔 姑、母系舅姨)中有人罹患過癌症者稱為「高危險群」,這 些人需要常做癌症篩檢,篩檢時需要各種癌症篩檢全部做。 癌症不會傳染,病人日常起居不需隔離,只有家中有人感冒 時需要分食,是因為病人免疫功能較差,要盡量避免感染。

癌症診斷

依照發生機率,男士容易罹患的有:肺癌、結腸/直腸癌、膀胱癌、胃癌、攝護腺癌等;女士容易罹患的有:乳癌、子宮頸癌、結腸/直腸癌、肺癌等。診斷方式有驗血、觸診,和各種攝

影掃描。通常需要數種方法搭配,才能獲得正確資料。醫生會用影像檢查方式尋找腫瘤的位置和大小,然後以開刀或切片方式取得腫瘤組織,化驗是良性還是惡性。我有個朋友,X光影像顯示肺內部有腫塊,電腦斷層掃描(CT)看起來,肺部、肝臟、大腸都有病兆,最後抽樣切片化驗,才知道原發部位為大腸。原發部位確定,才能決定治療方法,並正確用藥,因此,詳細的檢查極其重要。

驗血

癌症檢查的第一步是驗血。血液腫瘤指標高,表示可能 有病,但指標高低與腫瘤大小沒有太大關係。這裡依照驗血 指標名稱/病症(正常範圍)列出一些較常見的腫瘤指標。 不同的檢驗站,指標可能採用不同的檢驗、取樣方法,標定 方式也可能有出入。正常範圍數值僅供參考。

- · AFP(甲型胎兒蛋白)/肝癌(<20 ng/ml);
- ·CEA(癌胚胎抗原)/大腸癌、肝癌、乳癌、胰臟癌、胃癌、攝護腺癌、卵巢癌、白血病(<3.0 ng/ml);
- · CA125 / 卵巢癌、子宫內膜異位症、子宫肌腺症、骨盆腔炎、骨盆腔粘連(<35U/ml);
- · CA153 / 乳癌、卵巢癌、肺癌、肝癌(<25 U/ml.);
- CA199/胰道癌、胃癌、大腸直腸癌、婦 料癌症(<35U/ml);

- EBV / 鼻咽癌;
- PSA /攝護腺癌、前列腺腫大、生殖系統發炎(<4 ng/ml)。

觸診

觸診是指醫生用指頭觸摸身體各處,可以判斷是否有硬塊,甚至知道硬塊大小,是否改變。開刀之時,醫生也實際觸摸各器官,初步判斷是否有異樣。像我的情形:在(台灣)竹南頭份醫院查出來卵巢長瘤,到台北榮民總醫院去開刀。開刀的醫生事先問診時聽說我母親曾患乳癌,就大膽猜測我的病因在大腸,開刀時果然發現大腸有硬塊,這位醫生還真不是蓋的。

影像檢查的方法有:Thermography、Sonography、MRI、X光、CT/CAT、SPECT、PET等等。這些檢查大多是利用聲波或電磁波在不同材質內反射、穿透能力不同,將訊號透過電腦繪製成影像,來辨識異常組織。因檢查部位不同,有時需要服用或注射化學藥物(顯影劑,含鋇或碘),改變電磁波在特定區域的穿透能力,來辨識異常組織;有時需要將容易吸附在癌細胞上的放射性物質(含放射性核種)

注射於體內,利用測量輻射線的方向和強度來決定腫瘤的 位置和大小。

紅外光攝影 (Thermography)

紅外光攝影(Thermography)是測量些微溫

度變化的方法,通常在腿傷時辨識是肌肉受傷還是肌腱扭傷之用。非典型肺炎(SARS)期間,台灣的公共場所曾用此一方法檢視出入人員是否有發燒現象。癌腫瘤組織生長較快,局部溫度偏高,若是罹患部位靠近表皮,也可以經由紅外光攝影檢查出來。這種檢查,事後需要切片檢查才能確認。

超音波攝影 (Sonography)

眾所皆知,超音波攝影可以觀察孕婦體內胎兒現況,也 可以觀察病人體內各項器官,查出是否有腫瘤。超音波攝影 發現異狀時,通常會再用電腦斷層掃描確認。

X光

X光與可見光都是電磁波的一種,只是X光能量較高,穿透力比較強。對於不同的材質,X光穿透能力不同:水分、脂肪、肌肉組織是比較透明的,骨骼是比較不透明的。二十世紀初期以來,X光廣泛為醫界所使用,在戰場上對中彈、骨折等類的醫療,尤其有很大幫助。直到現今,胸腔X光攝影仍是確定呼吸系統是否健康最重要的工具。肺部有異常組織時,該處X光影像變成不透明,很容易辨識。乳房攝影(mammogram)則是由兩種不同方向,對乳房做X光攝影,可以用來辨認出乳房是否有異常硬塊。

電腦斷層掃描

(CT/CAT, Computerized Axial Tomography)

電腦斷層掃描是從不同方向以X光照射,利用影像處理 方式,重新繪出各個切面的圖形。電腦斷層掃描的儀器有如 一個中空大圓桶,圓桶外裝X光源和偵測系統,病床推進圓 桶之內,同時做X光攝影,訊號立即送至電腦處理。為了使 影像清晰,病人需要閉氣10~15秒,肺活量不佳的人最好檢 **查前兩三天稍為練習一下。從電腦斷層掃描的結果可以觀察** 體內各器官是否正常,也可以決定異常組織的位置與大小。 一般每三個月檢查一次,用來判斷腫瘤治療效果好壞,病人 治療告一段落,也用電腦斷層掃描來追蹤。電腦斷層掃描的 圖片涌常是每半公分取一張,稱為切片,這是受到閉氣時間 長短的限制(切片越細,檢查所花時間越長)。正因為這個 原因,小的腫瘤不容易發現。檢查時會注射含碘的顯影劑做 比對之用;腸胃部份的檢查,也可能需要飲用一些含鋇的顯 影劑。電腦斷層掃描檢查之後應多多喝水,盡快把顯影劑排 出體外。

核磁共振攝影

(MRI, Nuclear Magnetic Resonance Imaging)

核磁共振攝影(MRI)原來應該叫做NMRI,但 因反核聲浪,將「核」(Nuclear)字從名稱上刪 除。物質都是由碳、氫、氧、銅、鐵等原子所組 成,而原子又由原子核與外環電子所組成。凡是 帶有磁矩的原子核,在磁場內會有一種稱為「進動」的現象,利用電磁共振方法可以測量進動的頻率,因此稱之為核磁共振(NMR)。氫原子核本身具有磁矩,因此,核磁共振攝影可以提供關於體內水分分布的資料,對腦部檢查最為有用。同是斷層掃描,核磁共振攝影檢查針對水分(輕的原子);電腦斷層掃描則對較緻密的組織較有效。有些部位核磁共振攝影的檢查不是觀察水分,而是注射特殊核醫藥物作為顯影劑來進行。

單一光子電腦斷層攝影

(SPECT, Single Photon Emissions Computed Tomography)

有些原子核(天然或人造)是不穩定的,在一段時間之 後會衰退,同時放出輻射線。醫界已經研究出一些腫瘤比較 容易吸收的藥物,在人體注射含有特定放射性原子核的這類 藥物,測量對應的輻射線,再重新組合成影像。SPECT較常 用於腦部腫瘤和心血管阻塞檢查。

正子斷層掃描 (PET, Positron Emission Tomography)

原理與SPECT相似,將放射性原子核氟-18製作在葡萄糖分子上,取代一個氧原子,做成藥水注射入體內。由於癌細胞吸收養分較快,該處所釋出的輻射會強於附近正常組織所釋出,在影像上顯示出來。PET用來偵測腫瘤的大小和活動力,常和其他方法配合使用:例如CT顯示出腫瘤,而PET顯示正常,可能意味

這些腫瘤目前大小固定,或在縮小當中。醫生會根據數種檢查的結果來做最好的處置。

影像檢查注意事項

檢查之前請留意醫囑,需要空腹嗎?需要停水、還是多喝水嗎?平時所服用藥物是照常服用,還是要暫停幾天?其次,檢查當天請注意,身上不可有金屬配件(髮夾、首飾、手錶、胸罩、拉鍊、皮帶、零錢……)。因為電磁波穿透身體組織的能力與穿透金屬不同,這些配件可能會影響檢查結果的正確性。MRI使用非常強的磁場,請務必留意不可配戴手錶、皮帶。各種檢查當時請盡量保持不動,以確保得到影像清晰。一般而言,檢查時間在半小時到一小時之間。

檢查應該不會引起任何症狀或不適,回家後可正常作息。檢查時若有口服或注射藥物,事後應多喝水。因為那些藥物都不是體內應有的物質,宜儘快排出,最好當天喝八杯以上開水、果汁。檢查時若使用輻射藥物(SPECT、PET、MRI),輻射性會維持一段時間才衰退,兩三天內應盡量減少接觸孩童,避免他們受到不必要的輻射劑量。凡此種種,請仔細閱讀檢查當天醫院所給資料,按照上面的囑咐去做。

癌症病患的醫療處理

醫生對癌症的處理方式(積極性治療)有開 刀、化學治療、放射治療三種。當這三種方法都 不能奏效時,就給病人安寧照顧。這三種以外, 還有一些正式與非正式醫療及偏方,醫界持較保留態度,稱 為「另類療法」。

開刀

切除腫瘤及附近組織與淋巴球,化驗腫瘤是否為惡性, 原發部位在何處,附近淋巴是否受到感染,以決定是否需要 /如何做進一步治療。有些部位不能開刀(例如:肺癌部位 太靠近主氣管者),有些開刀時不能切除乾淨(例如:鼻咽 癌、口腔癌或多處有腫瘤者),必須使用化學治療或輻射治療。有些病患切除的淋巴球經過化驗顯示有病兆,意味著癌 細胞已經開始經過淋巴系統向外擴散,醫生也可能決定做化 學治療或輻射治療。開刀可以快速移除腫瘤,是醫生優先考 慮使用的方法。

化學治療

使用特殊化學藥物殺傷癌細胞,控制病情。每一種藥物都是長期研究的成果,不同癌症使用的藥物各異。醫學界一直持續這方面的研究,因此,每隔一段時間會有新藥問世。 化學藥物能殺傷癌細胞,也會殺傷正常細胞,造成紅血球、白血球數目降低,或是影響肝、腎功能,身體需要一段時間才能修補。

化療通常是二~三週進行一次,注射時間數 小時至兩、三天,或者注射與口服藥物配合使 用。每一次治療前都需要驗血,確定血液各項指

數良好,才可進行。若是病人驗血結果不理想,治療可能需要延遲一到兩週。一般來講,初使用時療效明顯,但一段時間之後,癌腫瘤細胞會產生抗藥性,使效果變差;甚至用藥之下,癌腫瘤仍繼續長大,這時便需要更換藥物。每一種癌症能使用的化療藥物種類不多,因此,一個病人在使用過各種藥物之後,醫生便要束手無策了。

較特殊而值得一提的,化療之後,醫生可能開處方讓病 人長期服用某種藥物。例如:乳癌病人通常需要長期服用抑 制荷爾蒙劑,以降低復發機率。伴隨而來的症狀,也因人而 異。千萬不要自作主張減低劑量或停藥,切記、切記。

化學治療的副作用

由於化學治療藥物也會殺傷正常細胞,身上生長較快的部位也會受傷害,這就是化療的副作用。不同癌症使用藥物各異,副作用也不同。最常見的副作用有:血球數目降低、疲倦、噁心、嘔吐、腹瀉、脫髮等等。這些副作用雖不舒服,但在化療停止之後會慢慢消失。需要特別注意的是,由於白血球數降低,病人容易遭到細菌感染,可能引起發炎,需要住院治療。上上之策是勤洗手,保持乾淨,少吃生食,

少出入公共場所。若是必須出入人多場所,就戴上口罩,可以減低感染機會。

本人患病不久,台灣出現SARS疫情,有勞全 民陪我戴口罩,真可謂榮幸之至!

輻射治療

輻射治療俗稱「電療」,是利用輻射線在材質內釋放能量的性質,殺害組織細胞,達到治療目的。輻射線對人體的作用類似於陽光灼傷皮膚,只是輻射線穿透力較強,可以深達體內。輻射線穿透路徑上的所有細胞都被傷害,包括癌細胞和正常細胞,因此,需要從不同方向照射,使癌細胞受到比各處表皮更多損傷,才能達到治療效果。

輻射照射通常持續數週,每週五天,每天一到兩分鐘。 由於輻射線在不同材質內釋放能量不同,金屬會「阻擋」輻 射線,因此,治療時,身上衣物不能有金屬配件。大部分輻 射治療是使用輻射源所放出的加馬射線,有時也使用高速粒 子者。這些治療之後,身上都不會有輻射殘留。只有一些前 列腺癌治療是將短半衰期的輻射源植入體內患處進行輻射治 療,這種體內輻射線會維持數個月才慢慢消失。

輻射治療的副作用

輻射治療也會殺傷正常細胞,因此副作用與化學治療相似,包括:掉髮、疲倦、噁心、嘔吐、造血功能損害、免疫力變差,容易感染等等。由於表皮組織受到灼傷,病人身上可能有一些部位會變黑,甚至起泡。早期設備較簡單/簡陋,較嚴重的副作用,如:掉牙齒、失聲、失明也曾有所聞,視治療部位而異。

安寧照顧

當醫生用完所有藥物而無法控制病情時,只好不再治療,只提供延長生命所需的養分,並給予止痛藥減輕疼痛,稱為「安寧照顧」。安寧照顧可能在家裡、看護中心或醫院進行。

另類療法

除了開刀、化學治療和輻射治療以外,坊間還有一些治療方式,醫界稱之為「另類治療」。由於缺乏統計數字,醫學界採懷疑、不認可的態度。在中國大陸,中醫使用藥物、針灸等方法,配合西醫治療,這種方式應該是可信的,但因仍在研究階段,並未被歐美西醫界廣泛接納。好中醫難尋,坊間多數中醫問診把脈不過十到十五分鐘左右,甚至還有人會要求病人全盤放棄西醫,說是切斷經脈,療效變差,令人哭笑不得。大部份中醫不像西醫對病人病歷做完整整理,治癒與否,也未見統計數字,宜小心謹慎。

第二類是「偏方」,例如:排毒餐、生機飲食,或服用健康食品等方法。大多未經過科學證實,縱然有少數痊癒的案例,但敘述上常自稱為「神奇療效」,而無科學說明,顯得神祕兮兮。飲食上調整不是毫無道理,但須注意均衡。再說,素食要能防癌,和尚、尼姑、印度人,豈不是通通「免疫」了嗎?再次特別提醒:避免使用成藥。西醫已經告訴我們,不同癌細胞使用藥物各

異,可是請問:你聽說過哪一種成藥專治肺癌,

哪一種成藥專治肝癌嗎?如果有哪種成藥真能醫治各種癌症,製作者豈不該得諾貝爾醫學獎,救人無數,名利雙收?

還有一種另類治療方式自稱是西醫,在網路上刊登文章,謂使用較少劑量化療藥物,但施打胰島素,病人可以承受較少副作用,獲得相同療效。網路上也可以找到許多反面的敘述,說這種療法副作用較少,是因為使用較少劑量的化療藥物。但是胰島素是治療糖尿病的藥物,可能造成血糖過低導致休克,非常危險,而且這些診所卻缺乏急救器材,簡直是草菅人命。雙方振振有詞,病人無所適從,若是只聽見一面之詞,很可能會做出錯誤的決定。

「另類療法」也許有些道理,但其中人員良莠不齊,在 科技界正式提出研究報告和統計數字之前,當事人還是謹慎 為妙。

結語

甚願天下蒼生無災無病,長命百歲。就算有病,儘早就 醫乃是理所當然之事,只是您可能沒有想過:病人也有一些 「作業」要做。相關知識越豐富,越能和醫生密切配合,在 就醫的過程中,疑問越少。祝福您!

附錄一:驗血項目中英文對照

英文名稱	中文名稱	正常範圍(單位從略)
WBC	白血球數目	4.0K-11.0K
HGB	血色素	11.7-15.7
HCT	血球容積比	35-47
PLAT	血小板數目	150K-400K
MCV	平均血球大小	82-98
RDW		11.5-14.5
RBC	紅血球數目	3.8-5.2
MCH	平均血球血紅素	27.0-34.0
MCHC	平均血色素容積	32.0-36.0
GLU	血糖	70-100
Sodium	鈉	135-145
Potassium	鉀	3.5-5.5
Chloride	氯	96-109
CO ₂	二氧化碳	20-30
Calcium	鈣	8.5-10.5
Phosphorus	磷	2.5-4.5
Urea Nitrogen	尿素氮	<25
CREA		<1.2
Anion Gap		5-15
Total Bill	總膽色素	<1.4
AST/GOT	肝功能OT轉氨	8-34 , <40
ALT/GPT	肝功能PT轉氨	6-44 , <60
ALKP	鹼性磷酸	<130
Albumin	白蛋白	3.5-5.0
T Protein		6.0-8.0
Globulin	球蛋白	2.0-4.0

附錄二:關於輻射的一些說明

陽光之下處處有輻射線,分為「電磁輻射」和「可游離輻射」。由於一般人缺乏相關知識,往往在一知半解之下談輻色變,這裡對可游離輻射提供一些最簡短的說明。平均來講,每一個人每年所受的自然輻射劑量約為2 mSv,來自於食物(0.2 mSv)、陽光(0.3 mSv)、土壤(0.5 mSv),及其他原因(電視、電腦螢幕、飛行等)。輻射防護機構希望一般民眾一年所受劑量不要超過5 mSv。然而住在高山地區(例如:西藏、印度邊界)的人,一年所受的自然輻射劑量可能高達10 mSv。

前面所談到的診斷方法中,X光、CT、SPECT、PET,都會給病人一些輻射劑量。接受一次CT檢查接受到劑量為10 mSv左右,相當於五年的自然輻射;一般癌症病人每三個月要做一次CT檢查,一年就受到40 mSv劑量。接受鈷-60輻射治療,一次所受的劑量可能高達2000 mSv,而輻射治療通常是一週做五次,持續數週。由於這些醫療措施牽涉到輻射線,在檢查或治療的過程中,工作人員依法必須離開現場。病人不必因為工作人員離去,就以為該項過程「很可怕、很危險」,這和病人打針吃藥時,醫生、護士不會奉陪是相同的道理。

總括來說:對於癌症治療,輻射是不可避免 的,現代科技用它來製造原子彈,用它來發電, 也用它在醫療器材使用上。身為現代人,我們要 有智慧地使用它,而不是逃避它。

照顧病患

我罹患大腸癌已經五年,開刀,加上數十次化學治療,從台灣移到美國來醫治,現在仍在奮戰當中,可謂前路茫茫。我的母親與乳癌奮鬥六年後去世,十多年後回憶起來,依舊淚眼汪汪。我周圍的同事、教會好友,因胃癌、肺癌、乳癌相繼離我而去,每次失去一位戰友,我都嘆惜連連。身為病人、家屬和關懷者,我要提供一些照顧病患方面的建議,希望對每一位閱讀者都能有點幫助。文章當中引用了一些基督教聖經的文句,不管你的宗教信仰是否與我相同,盼望你能在這些話語上多停留一些時間,相信這些曾經在我最困難、軟弱階段中給我甚大幫助的文字,也能帶給你一些鼓舞和安慰。

癌症預防

癌症其實是不太能預防的。罹患癌症初期並 沒有明顯症狀,既不發燒頭痛,也不腹瀉嘔吐。 因為生活作息未受影響,許多人得知患病時,都 已經太遲了。上上之策是不要成為癌症病患,所謂「預防勝於治療」。但是,若是不幸患病,愈早發現,治癒的機會也愈高。

保持身心健康

這話雖是老生常談,但是非常重要。一個癌症病人如果 同時患了高血壓、糖尿病,對醫生來講也是比較麻煩的。我 們平時就要注意生活規律、飲食正常、經常運動,保持良好 的身體狀況。這些都能提供較好的外在條件,使抗癌之路變 得容易一點,非常重要。生病之前,我的健康狀況相當好, 這一點對於後來對抗病魔應該有很大的幫助。此外,癌症似 乎和情緒、壓力有一些關係,減少勞累、避免煩惱、保持心 情愉快,都能降低罹患癌症機會。

定期體檢

一般人最好在體檢驗血時,加驗腫瘤指標,高危險群(血親中有人罹患癌症者)更應注意定期檢查。高危險群除了驗血之外,最好還做胸部X光、胃鏡、大腸鏡和腹部超音波檢查。要注意:癌症會遺傳,而且不一定在相同部位。家母因乳癌過世,家兄曾患腎臟癌,我則是大腸癌。母親患過婦女器官癌症的男士,還是可能罹患癌症。母親或姑媽、姨媽患過乳癌的女士,也不要只做乳房檢查,要做全身檢查。如果醫生不能同意你的要求,請告知你的家族病史,設法使他體認你的

疑慮,這樣如果有病兆,可以提早發現,早做治療。

醫療保險

癌症治療費用非常龐大,在美國,一次治療的費用可能 高達數萬美金,如果沒有醫療保險,半年、一年下來,經濟 上就要吃不消。所以,平時一定要有最起碼的醫療保險,萬 一病魔找上門來,才有辦法應付。令人悲嘆的是,有些大陸 移民美國的同胞,因為工作無定,上司沒有幫忙買保險;而 工作收入不多,生活清苦,自己也付不起保險費。往往發現 異樣時,已經病入膏肓。這樣的故事令我們同聲一哭,但是 卻不知如何幫忙。當然,真的付不起醫療費時,有一些社會 福利、防癌協會能夠求助,但是有些人英文欠佳,投訴無門 (美國政府機構的工作人員似乎素質欠佳);有些人個性內 向,難以啟齒;有些人內心焦慮,生活失序,遑論求援。在 病痛壓力下,經濟問題有如雪上加霜,無情地消耗著病人與 家屬的精力。

萬一

萬一,癌症出現在你、或你所愛的人身上,這是很不幸的事,但是絕對不是宣判死刑。上帝已經給了一些話語,可以安慰人心,我們要緊緊地抓住。聖經馬太福音十一章28節說:「凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來,我就使你們得安息。」我們的重擔可以卸給神,祂必保守我們的心懷意念。羅馬書八章38~

39節也說:「因為我深信無論是死,是生,是天使,是掌權的,是有能的,是現在的事,是將來的事,是高處的,是低處的,是別的受造之物,都不能叫我們與神的愛隔絕;這愛是在我們的主基督耶穌裡的。」是的,沒有任何理由叫我們與上帝的愛隔絕;病痛只會叫我們更能體會上帝的愛是何等長閱高深。親愛的朋友,如果你已經是基督徒,我為你擁有的福分高興;如果你不是基督徒,請你現在就找教會的人談談,虔誠地希望你和我一樣,可以得到從上帝來的幫助。

癌症病患的死因

醫學界可能會說,癌症病患的死因有:放棄求生、開刀併發症、治療中細菌感染,和癌細胞蔓延。其中有一些情況,例如開刀失敗,是我們無法掌控的,但是也有許多是可以避免的。至於放棄求生,換成一般人聽得懂的方式說,包括放棄的、嚇死的、餓死的、毒死的……等等。下面我們花一點時間解釋各種原因。

放棄

有些病人覺得「人反正早晚都要死」,就放棄治療,聽 任腫瘤長大,甚至擴散至全身,等到感覺疼痛,通常已經 來不及。其實癌症不見得是絕症,要治療,才有存活 的希望,犯不著連試都不試就放棄。也有些病人 做了治療,但是因為治療過程很辛苦,久病厭 世,就自尋短見。如果有機會參觀(台灣的)癌

症病房,便不難發現:窗戶都是鎖上的,原因何在,大家心 照不宣。

嚇死

有些病人一聽說自己得了病,便憂慮萬分,不吃不喝, 坐在家裡胡思亂想,好像覺得到處都痛,就懷疑癌細胞是不 是已經擴散到全身了。在缺乏信心之下,不能好好吃飯、好 好休息,身體愈來愈孱弱,連醫生都束手無策。有些病人看 了統計數字,覺得希望渺茫,就嚇得魂飛魄散。殊不知,統 計數字也可以騙人,病人當中有些是經濟上不許可,無法全 力就醫的;有些是原本就有宿疾,難以用藥的;還有一些是 沒有好好與醫生配合的。如果排除這些因素,存活率其實應 該高出許多。既然生病,就要面對,當個勇敢的鬥士!

餓死、毒死

中國人是很熱情的,一個人生病,會有上百個人來探望,個個都想介紹各種食療、偏方。目前最流行的飲食療法有排毒餐、生機飲食等,不外是強調多吃素食,避免有農藥或化學肥料的青菜。不但宣稱某人試過很靈驗,還要強迫病人照著做……這些說法沒什麼不對,只是往往營養不平衡。癌症病人胃口本來就不好,治療又耗費體力,需要高熱量、高蛋白質飲食才行。飲食上太多禁忌,只會造成貧血、體重降低,最後是病死還是餓死也不知道。

另外,很多好心人士會介紹各種偏方:靈芝、燕窩、蜂膠、維他命……這些都是屬於健康食品,良莠不齊;而且不同食品之間,究竟會不會「相剋」,也不清楚。如果不經仔細篩選就照章全收,通通吞下肚,想不毒死也難。俗話說「病急亂投醫」,生病的人心情慌亂,往往不能冷靜思考,花錢事小,吃出毛病來事大,不可不慎。

細菌感染

癌症治療當中,病人抵抗力較差,容易被感染。我的朋友一家都感冒,病人也被感染,轉成肺炎,搶救不及而喪命,令人嘆息。因此,在病患身體較弱或白血球數目偏低時,要盡量做到「人多的地方不要去」。如果一定要去公共場所,最好配戴口罩,以降低感染的機會。要避免細菌感染,最簡單的方法是注意自己的衛生習慣,常洗手,保持環境整潔。好的衛生習慣都不難做到,難的是持之以恆。

不能繼續治療

化學治療和放射治療都會有一些副作用:例如血球數目 降低,或肝功能、腎功能損傷等等。這些現象出現時,醫生 可能會延緩治療,等候病人身體自行修補;也可能會讓病 人打針,刺激白血球生長,或提高血紅素。不過,延 緩治療會使治療效果打折扣,打針輔助也不是很 理想的做法,病人努力維持自身在最佳狀態,使 治療可以順利、如期進行,病情才能獲得有效

控制。然則,每一種癌症的藥物種類有限,醫生若把各種藥物都試遍,發現效果不理想,也只好請病人回家療養,聽天由命。此後,癌細胞繼續生長,非醫藥所能對抗,病情可能 急轉直下……

有了一些基本認識之後,照顧病患時就可以針對這些方 向去努力。下面我們從病患、家人和關懷者三種角度來討論 如何照顧病患。我們的原則是:生命的延長與生活品質提升 兩者並重。

病患可以做到

勿怨勿悔

生病不是某人犯錯,不是前生注定,更不是因果報應。 聖經上說了一個這樣的故事:「耶穌過去的時候,看見一個 人生來是瞎眼的。門徒問耶穌說:『拉比,這人生來是瞎眼 的,是誰犯了罪?是這人呢?是他父母呢?』耶穌回答說: 『也不是這人犯了罪,也不是他父母犯了罪,是要在他身上 顯出上帝的作為來。』」(約翰福音九章1~3節)於是耶穌 就醫治了他,使他重見光明。

所以,生病之後不需要自怨自艾,這麼做一點都不能改 善病情。不要說「早知道,就……」,人生的道路不能 重新來過,與其檢討過去,不如策劃未來。

告別老我

我們一生所追求的不外是肉體的情慾,眼目的情慾,並 今生的驕傲。有人好吃、有人愛漂亮、有人貪財,更有人為 名聲一世辛勞。對我來說,從清華大學教授的椅子上摔下 來,不能再教書、做研究,是很殘酷的打擊;從「賢妻良 母」變成「閒妻涼母」,事事倚靠旁人,也是充滿心酸的蛻 變。生病之後必須適應身分的改變,生活的改變,甚至外貌 的改變,才能再向前看。以前拚命工作的,現在必須量力而 為;以前喜歡喝酒抽菸的,現在不能不節制。

當你有時間回顧時,一定要想辦法除去「廢人」的想法。生病只是體力較差,很多事情做起來力不從心,並不是變成社會的寄生蟲。雖然你暫時不能上班或照顧家人,但是你的心仍然與他們緊緊相繫,他們也不會因為你的病而責怪你。事實上,**勇敢的病人是大家的鼓勵,是最好的身教**。

相信神的供應

馬太福音七章11節說:「你們雖然不好,尚且知道拿好 東西給兒女,何況你們在天上的父,豈不更把好東西給求祂 的人嗎?」這些供應包括:醫藥方面、經濟方面和親友的關 懷,我們都可以放膽使用。不要把親友的關懷看成同情或 施捨,自憐只會使意志消沉,對病人有害無益。

和醫生充分配合

因為,只要活著就有希望。找一個好醫生:

一個關心病情、同時也關心情的醫生,好好地遵守醫囑做治療。大部分治療都是一種「賽跑」,治療的抑制作用必須超過腫瘤的生長速度才行。所以,醫生說每三週治療一次,病人就要在三週內把身體狀況調好,回去接受治療,這樣才能達到最好的效果。如果醫生說需要做十次治療,不要討價還價,自作主張減為八次、六次,治療不夠徹底,將來復發機率較高。治療免不了會有一些副作用,視個人體質、病症、用藥而異,需要有無比的毅力才能堅持。癌症研究一直在進行,常有新藥物問世,病人必須設法延長生命,才能爭取更多痊癒的機會。不管是治療中,還是治療後,一定要遵照醫生的話,按時回診,按時做各種檢查,以免發生「時不我予」的遺憾。切記!切記!

注意自己的血液指數

病人有權利知道自己的病情,也有資格定期印出檢驗報告與以往的做比較。每次抽血之後一兩小時,就可以知道血球數字,通常會先看到白血球、血紅素、血小板等。大約六小時之後可以知道全部指數,請留意肝功能(ALT、AST)、腎功能(BUN、CREA)等。如果指數偏高或偏低,可以問問醫生是否嚴重,需不需要打針、吃藥,飲食方面有什麼可以調整的。要儘量讓身體各指數維持在正常範圍,才能繼續治療。

不要排斥吃藥

除了對抗癌症的藥物之外,醫生通常會讓病人使用一些輔助藥物:止吐、鎮定、止痛、抗憂鬱、安眠……可是中國人不喜歡吃藥,往往顧慮到藥物的副作用。問題是:不吃止痛藥,可能痛到不能吃、不能睡,連起碼的體重都無法維持。再說,為了怕安眠藥吃多了,造成習慣性,而聽任不良睡眠品質造成疲倦,影響食慾,導致生活作息大亂,身體各項功能一起變差,也是划不來的。如果擔心對藥物有倚賴心理,也只好等身體恢復健康再對付。還有,抗憂鬱藥是不能由自己決定吃不吃、停不停,要和醫生仔細討論,遵照吩咐服藥的。

學會求救·保持好心情

所有的資源都是神給的,你有權利使用這些資源。不要 封閉自己,以致放棄一些寶貴的機會。治療當中情緒低落, 可以打電話找人來陪你,或者在電話當中聊一聊。讀書、聽 音樂、看電視,讓自己有事做,可以放鬆心情、減少焦躁、 避免胡思亂想。憂愁煩惱只會使病情變糟,不能使病情變 好,情緒平靜才能繼續向前走。

箴言十七章22節說:「喜樂的心乃是良藥;憂傷的靈使骨枯乾」,喜樂的心是要自己費點功夫得來的。尤其重要的是,不要讓家人的心情跟著你上上下下。病人很難保持好心情,因為生病是事實,不能從思想中揮去。2005年初,在我癌症復發時,

154. 永不凋謝的玫瑰 必有恩惠慈愛 . **155**

一位好朋友給了我個很好的建議:每天找一件小事感謝上帝。起初覺得好難,經過長期練習,我終於學會了:如果我能吃得下,感謝神;如果我能唱歌,感謝神;如果我能哈哈大笑,感謝神;別人感冒,我沒被傳染,要感謝神;醫院帳單來了,我不需要付錢,當然更要感謝神……從此,每天都在微笑中起床,每晚都在微笑中睡著;沒事就纏著朋友講笑話,比賽誰笑得大聲……都是具體可行的方法。

保持好體力

與癌症對抗,這是一場無止境的慢跑,必須具備充足的體力和鬥志,才能堅持下去。要給自己足夠體力,就要多吃、多運動、多休息。吃的方面要高蛋白、高熱量。只要吃得下,盡量多吃點,肉一定要吃,尤其是牛肉,對血紅素有很大幫助。千萬不要迷信吃素或有機食物,也別跳進排毒餐裡,那些做法容易使體重降低,癌症治療已經夠消耗體力的了,沒有吃夠,就沒有足夠體力打仗。多運動,只要不是過度費力,一天總共一小時左右的活動,散步或游泳最適宜。多休息,睡睡午覺,補充體力,少用大腦,少煩惱、少操心。要節制,不要因為某一段時間體力較好,就把自己當成正常人,忙進忙出,消耗太多體力。要承認生病之後,元氣大傷,不能再任性了。

愛惜自己

生病當中要減少活動,要學會說「不」:該

休息時就不要接電話,疲倦的時候要婉拒探訪。有幸度過難關的朋友可能會回到原來的工作崗位上,我建議你量力而為,從上班兩天開始,慢慢增加。要知道,身上殘餘的少量癌細胞現在雖然不作怪,但還是蠢蠢欲動,緊張與勞累會給它們機會,再度佔上優勢。平常比較要求完美的人,別再追求一百分,最好稍為粗線條一點。「節制」,說起來容易,做起來很困難。

「復活在我,生命也在我。信我的人雖然死了, 也必復活。」 (約翰福音十一章25節)

我們強調生命的延長,但更在乎生活品質的提升。只要 願意,病人也能抬頭挺胸、面帶微笑,坦然面對每一天。

家人可以做到

家人是支持病人最大的力量

生病雖然很辛苦,但是會使家人關係更親近,未嘗不是 上帝的祝福。這段時間,家人是支持病患最大的力量,提供 病患所需要的陪伴和鼓勵。這幾年來,我好比在做一場漫無 止境的賽跑,家人、親友在一旁加油、打氣、擦汗、遞 水,這是支持我繼續努力最大的原動力。

在台灣治療,每次要住院三天,每次踏進醫院大門,都是丈夫「押」著我進去的。

建平與我做過一個甜蜜的約定:剛生病時,

我常為前途難料而傷懷,捨不得離開丈夫、孩子,早早回天家。有一天,建平說:我們來向上帝求時間,問我要求多久?我回答:「五年。」他說:「五年怎麼夠?要求就多求一點!」於是我們一起禱告,他向上帝求二十五年!二十五年,我的丈夫真是個「情聖」,願意陪伴他生了病的太太再過二十五年歲月!為了這個約定,我得好好奮鬥下去。一個人生了病,會經歷不同的情緒:驚慌、沮喪、無助、厭煩……需要家人隨時在旁扶持,才有勇氣面對明天。

與病人一起告別老我

家裡有一個人生病,全家人都生活大亂。不知道為什麼,以前看起來很簡單的事情,現在都變得複雜了。全家人都有一個共同的願望:巴不得一覺醒來,發現自己只是做了個噩夢!只是生病是事實,是揮之不去的煩惱,無法改變。不管這個病人原來是什麼個性,都要面對體力上、情緒上的轉變;家人需要設身處地替他/她想一想。從生病那一天開始,「舊事已過」,各人都要調整步調,面對前面的挑戰。原來不做家事的大男人,要開始買菜、煮飯、洗衣;原來相夫教子的小女子,現在要擔當一家之主的角色。角色轉換,心情也必須跟著調滴才行。

勒住舌頭

面對病人,別說:「你看起來好好的,為什麼不能幫忙做家事?」請認同病人是力不從心,

而非不幫忙。原來每天有辦法活動十六小時,現在只剩十二小時;相同的時間,用來散步比做家事對病人的身體有幫助。也別對病人說:「生病的人多的是,有什麼好抱怨的?」唉!我也不想生病,只是這種病實在太嚇人了,叫我怎能不怨?「一句話說得合宜,就如金蘋果在銀網子裡。」(箴言二十五章11節)請問,您可不可以給病人一些金蘋果?

謀事在人,成事在天

盡力幫病人尋求最好的治療,期盼治療效果良好。對醫生要有信心,充分合作,把結果交給上帝。萬一治療效果不理想,也要相信「賞賜的是耶和華,收取的也是耶和華。耶和華的名是應當稱頌的」(約伯記一章21節)。用禱告的力量走這一段路,相信神會有最好的安排。

幫病人留意醫療細節

有一些病人比較糊塗,也有一些病人會拒絕注意細節。 家屬需要幫忙記得看診日期,用藥種類和份量,以及藥物吃 完時幫忙再購買。盡量陪他看醫生,適時提醒他服藥。家人 不能替病患生病,但可以用實際行動支持他。每一次看醫 生,等檢查結果,都是身心的煎熬。

患病初期,如果不是我先生李建平一趟又一 趟地陪我,我早就放棄治療了。建平的仔細連我 都受不了:每一瓶點滴掛上去,他都要搞清楚藥

名、流速,好像不相信醫生、護士似的;在台灣治療要等醫院通知住院,他會一通又一通電話聯絡,好像怕醫院把我遺忘了似的。他這樣做,是要確保我能得到最好的治療。除了醫療細節,還要留意病人的身體狀況,包括血球指數、肝功能、腎功能指數是否正常。有些醫生會和病人討論治療細節,家人若能在一旁幫忙做決定,是最好不過的。

注意病人飲食、起居正常

病人往往因為情緒,或身體狀況而失去食慾,可以變換口味;少吃多餐;或陪他/她出去吃飯。有些病人治療之後會噁心嘔吐,需要幫他/她保持乾淨。有時病人情緒不好,需要婉言相勸,願上帝賜你耐心。心情焦躁,輾轉不寐時,請勸他/她服用安眠藥。能夠持久對抗癌症的病人,大多是家人全力支持的。此外,請為他/她隔離一些電話,好讓他/她得到較多休息。如果病人因為體力變好,開始增加太多活動,家人可能需要扮一下「黑臉」,要求他/她節制。

照顧自己

照顧病人很辛苦,要先照顧好自己的身體,才有辦法照顧好病人。要記得:家裡不能再有第二個病人,請自己珍重。無可避免的,病人家屬在這一段時間會特別忙碌,有心力交瘁之感。抗癌這條道路很漫長,也很辛苦,不要怕找人幫忙。出去辦事時,找個人在家院病人,辦起事來比較沒有牽掛。父母親也

可以趁此機會教孩子們分擔家務,簡單的如:洗衣服、整理 房間、丟垃圾,只要用遊戲的心情,很快就能學會。這一段 期間,孩子都會變得很懂事,這是神給的祝福,值得特別珍 惜。

家屬也需要適當的放鬆,打球、聽音樂、看書,減少胡 思亂想;也需要別人的關懷,一個可以靠一下的肩膀。好朋 友可以分擔心裡的焦慮,可以提供實質的幫助,也可以在緊 急時幫忙提供意見。

腓立比書四章6~7節說:「應當一無掛慮,只要凡事藉 著禱告、祈求,和感謝,將你們所要的告訴上帝。上帝所 賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意 念。」神的應許永不落空,但我們要緊緊地抓住祂。

關懷者可以做到

統計顯示,人在一生當中,罹患癌症的機率大約是1/4, 周圍隨時都可能有癌症病人,你可以提供很多協助——關懷 病人,也關懷家屬。最重要的一點是代禱,為病人和家屬代 禱;為病情和心情代禱。禱告使我們手牽手、心連心,沒有 時間與空間的隔閡,是我們信心的泉源。

認識你關懷的對象

首先,要做作業:病人家庭環境、教育程度 如何?病況、體力、用藥反應如何?個性、嗜 好、心情如何?病人家境欠佳,他/她最需要的

可能是送菜、送營養品;家境較好的,期盼精神上的支持。癌症只是一個通稱,每一種癌所做的治療方式不同,每一個病人所經歷的辛苦煎熬也不同。曾經,在很短時間內,我所認識的朋友,有兩位被上帝接走。按照醫生所說,兩人疼痛程度分別是二和十,也就是說有一位並不太疼,另一位卻是痛不欲生。有些人治療後若無其事,有些人則上吐下瀉,加上掉頭髮。關懷的方式要按照病情與治療反應調整。有人豪爽,會主動告知近況;有人含蓄,半天不說一句話,關懷的方式當然也要按照對方的心情與個性調整。心情好的時候,我喜歡朋友陪我說說笑笑,時間好打發;但是情緒低落的時候,我需要一個溫暖的懷抱。關懷者認識病人越深,越能幫忙得恰到好處。

真心關懷

在我的關懷者當中,有幾位是一通電話立刻飛奔到我家的,這樣的情誼幫我度過最困難的一段時間。如果你原本就與病人一家熟識,請提供一個可以靠一靠的肩膀,在病人或家屬軟弱的時候陪伴對方:學會作好聽眾,傾聽對方,用對方的角度來分析事情;陪對方讀經禱告,用上帝的話來安慰對方。有些病人或家屬可能需要比較專業的(心理)輔導,我們可以幫忙聯絡,陪他/她去看診。感謝上帝為我安排了一群天使,他/她們確實做到「與喜樂的人要同樂;與哀哭的人要同哭」(羅馬書十二章15節),給了我最好的支持。

言語謹慎、少出主意

有智慧的關懷者知道對方的需要,也知道避免一些不合宜的話。罹患乳癌的病人,化療之後會掉頭髮,這時候請不要談關於頭髮的話題;停止化療後長出來的頭髮短短、捲捲地貼在頭皮上,也請不要問這種髮型是出於哪家髮廊。有一些病人對自己的情況並不完全瞭解,可能是本人糊塗,可能是家人刻意隱瞞。我們身為「外人」,應該尊重當事人的決定,不要堅持「用愛心說誠實話」。有些關懷者(多半是家屬)會責怪病人生活習慣不好,或者靈命不長進,再追加一句「你看!生病了吧!」這種話有如在傷口上灑鹽,毫無幫助。有些人把自己知道的一些案例轉述給病人,其實個人情況不同,無法類比,你所知道的病例並不一定能安慰我。

還有,不要提供偏方,半帶強迫要求病人遵行。偏方本來就沒有品質保證,對某一個人有用,也不保證對人人都有用。而且病人通常已經聽到各式各樣的建議,多到無所適從;最好不要再增加對方的困擾。

採取主動

因為病人可能有些倦怠,也可能不好意思要求幫忙。定期打電話關心其病情;陪他/她聊天、散步、吃飯。家屬也需要關懷,幫忙買菜或接送病人,都很溫馨。如果他們家有少年人或兒童,不妨帶他們出去玩玩,給家長增加一些喘息的機會。關懷要帶一點強迫性,勉強他/她去散步,勉強他/她去參

加活動。

只要對病人有幫助,略帶勉強是有必要的,我自己就在這方面受益甚多。2005年夏天,當我腫瘤指數再度上升,考慮留在美國就醫時,用盡了自己想得到的所有辦法,也只能約到10月下旬看Stanford醫生的機會。那時,我的朋友John天天打電話給我,他建議我找癌症協會幫忙,但我已經沒有力氣了。於是John幫我去打電話聯絡,經過協會的朋友幾番奔走,終於我能在9月初見到現在的Fisher醫生。

組織關懷小組

這是希望大家不要一起出現累壞病人,也不要一段時間 完全空白沒人關心。關懷小組的小組長,負責與病人聯繫, 再將近況轉告大家。這樣,病人一家不需要一再重述病情, 可以獲得較多休息。小組長要安排探訪、或幫忙做家事的時 間表,讓小組每一個人都盡點心力,但都不會負擔太重。關 懷的時間可能數月,也可能長達數年,需要仔細規劃、有條 有理、細水長流。好的小組長知道按照病人的個性、體力, 做出最恰當的安排。關懷小組是上帝所賜的珍寶,力量大得 連當事人都難以想像。

男士們,不要小看自己的能力

姊妹們天生細膩,可能比較擅長於關懷工作。然而,弟兄們也不必自甘落後,拍拍肩膀、 三言兩語、一個眼神,都能表示你的關心。有時 候,靜靜地陪伴也許才是對方最需要的。我有一個好朋友,當他的妻子生病時,他常去找一位弟兄,坐在他家的客廳一語不發。這位弟兄也不吭聲,放下手邊的工作,來坐在他旁邊陪他。有時兩個人同坐一、兩小時,一句話都沒有,我這個朋友就回家了。每次我想起這個情景,就會覺得弟兄之間的關懷真美,此時真是「無聲勝有聲」。

衷心感謝每一個關懷者,你們都是尊貴無比的天使。馬太福音二十五章40節,耶穌說那些關懷別人的人就像是:「王要回答說:『我實在告訴你們,這些事你們既做在我這弟兄中一個最小的身上,就是做在我身上了。』」關懷工作是做在萬王之王身上,這些人將來在天上的賞賜是大的。

誠摯邀請你成為關懷者,作福音的見證人。約翰福音十三章34~35節說:「我賜給你們一條新命令,乃是叫你們彼此相愛;我怎樣愛你們,你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心,眾人因此就認出你們是我的門徒了。」有許多親人因為看見基督徒之間的愛心,深受感動,因而相信耶穌,成為基督徒。這時候天使、天軍都與你一起歌唱讚美,何等美妙!

結語

再一次強調,生命的延長與生活品質的提升同樣重要。我手邊有兩本好書:《對癌宣戰》和 《化療室的春天》。作者是角聲癌症協會的負責 人龔振成弟兄與妻子楊淑琴姊妹。淑琴和癌症奮

164·永不凋謝的玫瑰 必有恩惠慈愛 . 165

鬥長達十一年後過世,兩人將奮鬥的經驗和見證寫成這兩本書。《對癌宣戰》談到許多切身的話題:如何選醫生、如何動員周邊的親友幫忙支援、如何維護心理健康等等。《化療室的春天》收集了淑琴姊妹和振成弟兄的一些見證,文中處處可見到生病過程中的信、望、愛。最難得的是,他們願意告訴大家,淑琴最後一段路的心情。書中也談到身後諸事的處理原則,很值得讀者省思。兩本書末後都列出各處癌症協會的地址、電話,更是非常重要、實用的資訊。

生命當中免不了有高山低谷,行過高山低谷時腳步會放慢,這時才會發現路旁的花朵特別香,樹上的鳥鳴特別悅耳。病痛中體驗到「我們曉得萬事都互相效力,叫愛神的人得益處,就是按祂旨意被召的人」(羅馬書八章28節),於是,我才能夠由衷地與詩人大衛一起說:「我一生一世必有恩惠慈愛隨著我;我且要住在耶和華的殿中,直到永遠。」(詩篇二十三篇6節)

關於癌症的迷思

之一幾年來陸陸續續聽到一些治癌、抗癌的說法。其中有許 之一多說法很不合科學,卻都有書本佐證,並列舉治癒的病 例。醫界認為「另類療法」是神祕、不可知的,在無計可施 時不妨一試。不過許多病家在還可以使用正規療法時,貿然 嘗試另類療法,卻是很危險的。這裡列舉一些時常聽到,被 廣為採用的「療法」,希望能幫助您,依照病情仔細思考, 以免做出錯誤的決定。

好中醫難求

我有一個舅舅是中醫,從小有病都是由他把脈,吃中藥 對我來說算是習以為常,所以我一直很相信中醫。患了癌症 之後,不乏好心人介紹名醫,只是聽了很多,結論是「好中 醫難求」。這些年來,我持續在一位好中醫幫助下,服用中 藥調養身體,也一直保持身體狀況可以繼續做化療。但是各 種關於中醫、中藥的傳言不絕於耳,還真不是蓋的。

排隊看名醫

有人介紹上海的一位中醫,說他是明朝御醫 的後代,用的是祖傳祕方。還特別叮囑:求醫時 不要多話,會惹他不高興;更不可以打聽他是哪 個學校畢業的,有沒有牌照?我不禁要問,開業西醫有這個架子嗎?如果我從台灣遠道到上海去求醫,卻只能把脈、照 方抓藥,不能多說多問,你說我還敢不敢去呢?

還有人介紹一位中醫,平時在台北看診,只有少數時間 在老家懸壺。因為病患太多了,所以台北那邊是預約不到 的;即使在鄉下老家,也要排隊等很久,最好是半夜三點去 等,才輪得到。如果我要看的醫生,是這樣不眠不休,要錢 不要命的,你說我還去不去呢?我知道他要錢,要賺我的 錢;只是,如果看診時打瞌睡,那就不知他不要的是他的 命,還是我的命了?

2002年10月,我因大腸癌開刀。出院之後,朋友強力介紹一位名中醫,儼然是「藥到病除」那一級的。好友說名醫技術高超,求醫者絡繹不絕。只是該醫生主張不要開刀,理由是開刀會切斷經脈,用藥效果就會變差。「不要開刀」這種話真令人哭笑不得,我都已經開刀了,現在再告訴我也來不及了!但是應該慶幸的是,我因為情況緊急,來不及想就開刀,也就沒有機會舉棋不定。癌症事關重大,做決定開刀之前,病人都希望能多聽幾位醫生的意見。往往在開刀與不開刀之間猶豫不決,反而造成病情延誤。我真希望病人能想清楚,有病要趕快就醫,沒有時間「貨比三家」。

不要化療

2005年初,我因癌症復發,經人介紹去看中 醫甲。這位醫生的口碑真好:台灣許多企業家找

他看診,保養身體。於是由朋友帶領去求診。在台灣,中醫 多半是在藥舖看診,光線昏暗、空間狹小、設備簡陋。然 而,這個中醫診所寬敞、明亮,極為少見。看診之前還要用 肥皂洗手、洗腳,以免油脂影響把脈正確性,可謂今我大開 眼界。醫生把脈的方式也非常奇特,病患腳踩金屬板,一隻 手握一支金屬棒,另一隻手則由醫生持探針接觸指節穴位, 探針另一端涌到儀表去。儀表指在百分之五十以上,該穴位 所對應的器官就屬正常;儀表所指越低,對應的器官功能越 差。更神奇的是第二部份,儀表另一頭連到一個小盤子,醫 生會把各式藥丸放在盤子上,如果放三顆使儀表移到正常範 圍,就表示病患一次要吃三顆藥;放五顆使儀表移到正常範 圍,就表示病患一次要吃五顆藥。本人大概已經「病入膏 肓」,有一次醫生把整瓶藥,連塑膠罐一起放上去都不夠 看!他說那就先吃十顆好了。那天帶回家一個星期份量的 藥,一大袋,從維他命到各式各樣的藥丸,外加幾包需要熬 煮的中藥。我沒有再去看這位醫生,因為實在太奇怪了!我 這個腦袋不靈光,想不懂。

不久,又有朋友介紹名醫乙,朋友的家人在這位醫生照顧下病情好轉,因此佩服得五體投地。更棒的是,醫生願意到病家看診!於是我到朋友家去求醫,赫然發現甲乙兩位醫生診斷方式相同,曾在同一診所工作。不但如此,乙醫生還批評他的老同事。最奇特的是,乙醫生建議我不要做化療,說是既無效又受苦,他認識的醫生都不會讓自己的親屬去做。我也沒有再去

看這位醫生,朋友訝異我竟然不願接受治療。其實,我是不願意放棄化療,既然無法誠信合作,我必須做出選擇,而我選擇了正規的治療。

科學中藥

2003年春天,一個下雨的早晨,先生與我在台北榮民總醫院的候診室枯候。化療當中,我們已經成為醫院的常客。榮民總醫院讓人覺得眾生平等,偌大的候診室裡,一排排椅子上坐滿了候診的民眾,每個人都暫時失去身份,只按照掛號先後看醫生。正在不耐煩,瞪著牆上各個診間的號碼,思忖著等一下見到醫生要說些什麼時,旁邊過來了一個年輕人。閒聊之下,得知他是陪母親候診,頓時對這位現代孝子充滿好感。他也奇怪,並沒有介紹母親與我認識。

又聊了一下,他忽然神秘兮兮地問我要不要試試科學中藥?我告訴他已經在服用靈芝、維他命等,不宜再加重腸胃負擔。沒幾分鐘之後,在我轉頭看號碼牌時,他就消失得無影無蹤,怎樣也找不到了。事後,建平與我推論,他根本不是病患家屬,而是到醫院去兜生意的。因為治療當中白血球數字較低,在人多的場合我都戴口罩,以避免細菌感染。等於臉上標示了「化療中」,目標那麼明顯,人家為什麼不找你下手?類似的事情,後來在我陪建平看診時,又發生了一次,地點在榮民總醫院的另一棟大樓,令我們懷疑榮總的管理是不是該檢討了。

過了這麼久,我一直都還記得,那個人手一

支傘的早晨,那個自稱母親罹患癌症的「現代孝子」。

科學中藥和熬煮中藥效果到底相同不相同,很值得懷疑。科學中藥就是把各種藥材分別處理成藥粉,服用之前才混合攪匀,以開水吞服。我的化學程度不高,認為效果不會和各藥材一起熬煮相同。如果有人去餐館叫了碗紅燒牛肉麵,發現麵湯是醬油湯,原因是店家把牛肉、醬油、香料等都分別處理,上桌之前才混合,不知你會做何感想?我不是行家,自然不能做太多批評,只是覺得,科學中藥是事先製作,並非把脈之後針對病人開方;配方有限,也不能視病人狀況做精密調整,到底非盡善盡美。

偏方不可信

我生病之後,家裡書架上多了很多書。朋友都知道我是 讀書人,也不和我多說,大部份找本相關的書給我看,叫我 考慮考慮。因此,我家多了一些以往沒有的書,例如:《生 機換生機》、《無毒一身輕》、《神奇的蜂膠》、《我的腫 瘤不見了》……也擺滿了一排書架。有些書是關於偏方的, 有些是關於食療的,我差不多都拜讀了。

許多人上了偏方的當,是因為「路人」介紹。說是路人,其實就是指好心的朋友,和朋友的朋友。我這樣說會得罪一堆好心人,可是偏方有可能會吃出問題來,那時,當事人能找說那一句「吃了沒壞處」的好心人理論嗎?我來舉例子說明說明。

偏方一:紫杉醇

2002年底,剛開始在台北榮民總醫院做化療時,我曾經問醫生用的是什麼藥物,他告訴我是紫杉醇所提煉。幾個月之後,有人送了一盒紫杉,於是按照盒子上說明服用。那是一些像刨木花的東西,加水煮沸飲用。第一道煮出來的湯是紫色,第二、三道,顏色逐漸變淡、變紅。我是個懶人,喝得不多,陸續一共有人送了三盒,所以自己沒花錢買過。

2005年春天,新聞報導說市面所售紫杉多為贗品,是不 肖商人以一般樹皮染色而成。餽贈紫杉的朋友也打電話來道 歉,讓我把剩餘的紫杉丟棄,我也就放棄不服用。個人經常 往返台灣、美國之間,東西不免到處都有。近日發現櫃子最 上層還有半盒紫杉,於是重新拜讀說明,發現盒子上不但鄭 重說明「不含任何人工色素」,治療範圍還包括:利尿、通 精、活腎、降血糖、治腎臟機能、糖尿病、痛風、敗血症、 防癌、抗癌、治癌。看起來,(真品)紫杉確實有一些醫藥 成分,但是沒有經過提煉,究竟對所有病症都有效,還是都 沒效,根本搞不清楚。如果不必提煉,直接服用就有效,那 各大藥廠花大筆經費研發,製成藥物,還要動物實驗、人體 實驗,藥物上市還要申請專利,這些人豈不都是白痴嗎?

> 我們用個很簡單的例子來說明:雞蛋含有膽固醇,但 是蛋黃有,蛋白沒有。不但如此,蛋黃還含有很多種 維他命!如果害怕膽固醇,那就不要吃蛋黃,但 同時也放棄了雞蛋裡的維他命。好了,假設紫杉 有ABCDE五種成分,其中A成分可以利尿、B成

分可以降血糖、C成分可以治癌……每一種病患都直接拿紫杉煮開水喝下,豈不是等於把所有成分都吃下去嗎?這就像吃蛋黃攝取維他命,免費奉送膽固醇一樣,能夠說有百益而無一害嗎?

這一類成品的特色是:沒有廠商名稱、地址、通訊方式,往往也未見劑量說明。如此一來,廠商等於可以自由心證:吃了有效便大肆宣傳,無效則是用量不當。至於出了問題嘛,盒子上沒有地址、電話,你是找不到人理論的!

偏方二:靈芝、樟芝、菇類

中國民間故事《白蛇傳》裡說,白蛇在端午節那天喝了雄黃酒現出原形,嚇死丈夫,於是到崑崙山去盜得一株千年靈芝,救回夫君的命。靈芝確實是中醫的靈丹妙藥,但是,這個時代還拿得到千年靈芝嗎?拿不到的話,是不是多吃些普通靈芝也可以呢?一株千年靈芝等於千株一年靈芝嗎?拿不到野生靈芝,培育的行不行呢?培育靈芝的藥效等於野生的嗎?我不是學生物的,這些問題統統沒有好答案,但是我還有一個「笨」問題:所謂「千年靈芝」,靈芝真的可以活一千年嗎?請不要以為我在開玩笑,我是認真問問題的。

靈芝真能醫百病嗎?天底下應該沒有醫百病的藥吧! 我看過韓劇《大長今》,那裡面就強調:每一種藥都 有它的用處,也有它的毒性。只是每個人都說靈芝 好,所以我也吃了很長一陣子。那時候看市售的 靈芝成分有:菌絲體、子實體、孢子體,到底哪

一種好?不知道,就選個電視上看渦廣告的買了。

與靈芝類似,在臺灣還有一種產品叫樟芝,是產在樟樹上的,效果如何,不得而知,但是價格奇貴。此外,還有人主張多吃菌菇類,就是把各種買得到的菇類都拿來燒菜、熬湯,說是多吃可以提升身體的免疫力。我想,吃吃菇類應該沒有壞處,味道也還鮮美,只要不要吃太多,影響其他食物攝取,大概不至於有害吧!

我只聽過一個人批評靈芝,他說靈芝是多醣體,做成膠 囊或藥丸形式直接吞服,到了胃裡也不能消化吸收。這位先 生推銷另一種偏方,所以他的話可不可信,我沒有答案。

當然還有別的偏方,像人參皂苷、蜂膠、鯊魚軟骨等等,也有些有專書介紹其神奇療效,舉實例佐證,但缺乏統計資料。我只能說:小心謹慎,祝您好運。

怎樣吃才好

曾經有人警告我:「不要吃得太好,都補了癌細胞」。 這種說法主張:用飲食控制來餓死癌細胞。誠然,病人每天 的飲食都有一部分在提供養份給癌細胞,但是,有什麼辦法 可以讓病人攝取足夠營養,而又不去餵癌細胞呢?癌症治療 是非常耗費體力的,大部分治療中的病人都骨瘦如柴,需 要補充營養,怎樣吃可以幫助健康卻餓死癌細胞,我 是不知道。但是有一件事我知道:病人都很害怕, 別人的話不管有沒有道理,都很容易相信,所以 我希望好心人不要太熱情,熱情可能會傷人。

誰說不可吃肉

有一次去探望病人,他正在看DVD,就邀我就影片上的 論點,講講意見。DVD裡是一位得過癌症的女醫生在教導病 後調養。她先對現代食品大加撻伐,說我們都被污染得不行 了。然後說她是不做化療的,因為化療只是在已經被污染的 身體內繼續下毒,她不願意繼續受污染,所以開刀之後就自 行調養。接著她又說,我們都要吃「乾淨」的食品。各種肉 類在養殖過程中都使用了大量抗生素,根本不能吃。動物性 蛋白質在胃裡要三個小時才消化,你現在就去拿一塊雞肉放 在廚房桌上,三小時後去聞一聞是什麼味道?肉在你的肚子 裡只有更糟。

我當時答不出話來,想了兩天,才有反駁之詞(真是久病變笨了嗎)。其一,我不吃生肉,如果放塊熟雞肉在廚房桌上,結果應該不同吧?尤其是我們中國人烹調的雞肉,三小時之後應該很香。其二,肉放在我的胃裡面,有胃酸、沒有空氣,結果也不同吧?像這類似是而非的說法充斥,許多病人聽了都相信,跟著去做的後果相當堪慮。

不吃肉,就必須多吃植物性蛋白質,這一點是許多病人 改為素食之後沒有留意到的。果實類如黃豆、紅豆、花生、 核桃,含有很多蛋白質,素食者一定要多吃。豆類容易引 起脹氣;吃花生、核桃對牙齒不好的人也是個難題。 缺少蛋白質,營養不平衡,對病人來說是非常糟 糕的事情。

和葷食、素食有關的,是關於食物內的含鐵

量問題。眾所周知,缺鐵易引起貧血。很多人都說菠菜含有 鐵質,應該多吃,其實這是一種誤傳,菠菜並沒有含特別多 鐵質,綠花椰菜、海藻、紅莧菜都是好的含鐵食物。鐵質的 攝取是很複雜的問題,我從網路上找到一些資訊,抄給讀者 做參考:

補充鐵質的正確觀念是,「食物中所含的鐵質 能否被人體吸收、利用,比含鐵量多少更重要」。 一般來說,動物性食物含鐵的吸收、利用率,是植 物性食物的三倍。動物性食物中的鐵,稱為血紅素 鐵,可從肝臟、豬肉、牛肉、生蠔、蚌等獲得。通 常顏色愈紅,含鐵量愈高。而且,鐵質在小腸中被 吸收、利用時,不易受其他食物影響。其實,一般 人只要每天的一餐中,有吃到一種瘦紅肉,就可以 補足鐵質,而且也不會攝取過多的脂肪。

植物性食物中的鐵,則稱為非血紅素鐵。例如,深綠色蔬菜如菠菜、番薯葉,以及穀類和豆類如黄豆、紅豆。通常顏色愈深,含鐵量愈高。一般來說,口感澀澀的蔬菜,都含有高量的植酸、草酸,會和鐵質結合,降低鐵的吸收率。

有一個朋友, 化療期間聽朋友嚴重警告:「想活命, 一口肉都不可以吃」, 就照著遵行。不久, 因為驗血結果不理想, 化療一再耽延。後來我只好連哄帶騙, 勸她吃牛肉, 又過兩週之後, 她終

於又可以繼續治療。那次可把我們一些關心的人都急壞了。 還有一位癌友,在歷經化學治療、放射治療的辛苦過程之 後,病情已經控制。追蹤期間,她相信了一些健康食品的說 法,把自己餓得皮包骨,連走路都輕飄飄的。不幸的是,最 近的檢查結果發現癌症復發,而且已經轉移至肝臟,可是因 為體力太差,醫生沒有辦法幫她做治療,只能回家休養。

綜合來說,適量肉食,營養均衡,多從各種食物攝取養 分,才是上上之策。

生機飲食

最近幾年有機蔬菜風行,許多人寧可花三倍價錢買有機 蔬菜。有許多人說:買普通青菜時不要挑太漂亮的,灑過農 藥的青菜不會被菜蟲吃,會長得比較漂亮,買菜最好挑被蟲 子咬過的。其實農藥在一兩天之內會自己分解,青菜買回家 放一天,吃之前徹底清洗,就比較安全了。

生機飲食鼓勵大家多吃有機蔬菜,而且要盡量生吃,既 然青菜有被蟲咬過的表示沒有農藥,那麼生吃安全嗎?我認 為很多人沒有想清楚的是:有機蔬菜只是比較乾淨,並不含 蛋白質、澱粉、脂肪等熱量來源。所以吃有機蔬菜只是飲食 的一部份,不是全部。

要吃鹼性食物

請不要把「三高」的飲食禁忌搬給癌症病人。(編按:以下原稿未完)

不要吃甜點,癌細胞喜歡糖分

無稽之談。

不要使用微波爐

沒什麼道理。

中美就醫之比較

美國看診預約難

在台灣,如果覺得身體不舒服,可以到附近的內科診所,通常隨到隨約,等不了太久就可以看到醫生。如果要到較具規模的醫院看診,也可以上網預約、或到醫院掛號,通常兩天之內可以看到醫生。在美國可不然,看醫生一律要電話預約,運氣好可能約到兩週或一個月之後。運氣不好的,對不起,醫生不收新病人,另請高明吧。急症嗎?對不起,請上醫院急診處。

美國醫院空間大

在台灣,即使是最具規模的醫院,空間都很小。看診之前,候診室裡各科病人都坐在一起,聲音吵雜如市場。大家盯著牆上的號碼牌看,等到號碼時,依次進入診問。一個醫生一個診問,診間裡熱鬧滾滾,除了醫生、護士,還有前面兩位病人。醫生一面幫前面病人B看診,一面簽病人A各種檢查的單據。護士更是三頭六臂:一面列印病人A的處方、說明如何拿藥、在哪裡結帳;一面按醫生指示把病人B的藥方鍵入電腦、預約下次看診時間;一面還不忘向病人C索取健保卡、刷入系統,以便病歷顯示在醫生的電腦螢幕上,另外還要把病歷找出



來,放在醫生桌上備用。如此這般,兩三下就把病人打發走 了。在美國,無論是醫院還是私人診所,空間都相當寬敞。 看診之前,先向祕書報到,檢查健保卡,收費,這些事情是 由祕書負責的。候診室裡病人三三兩兩,等工作人員按報到 先後叫名字。一個醫生誦常有數個診間,每一個診間只有一 個病人。工作人員幫病人量了體重、血壓、體溫,就留下病 人離去。這是考驗病人耐性的時段:有經驗的病人通常會自 己帶書報,或者在候診室拿一份雜誌慢慢閱讀;沒經驗的病 人只好看著牆上的圖案發呆、胡思亂想、百無聊賴。可能半 小時、一小時之後,也許更久,才見小醫生或護士姍姍來 遲,開始問病情、做紀錄,並且做一些聽呼吸一類的檢查。 這是在醫院,如果是小診所,前面兩項工作是同一個人擔任 的。幾分鐘後小醫生/護士走了,又是另一段等待,總是在 覺得「今天怎麼這麼慢呀」幾次之後,醫生才在剛才那位的 陪同之下出現。於是,看診、開處方,也是兩三下就把病人 打發走了。

一樣的是,為了和醫生講五分鐘話,病人花了半天時間。

美國醫生比較友善

不管是在台灣還是美國,我都碰到非常好的醫生,認 識自己的病人,對病情瞭若指掌。只是中國人生性較 嚴肅,又有「人命關天」的古訓,醫生和病人之 間往往只談病情,不做任何閒聊。再說,半天至 少要看50個病人,時間非常緊湊,哪來時間談天

說地呀?

另一方面,美國醫生重視生活品質過於生命的延長,如 果病人想要出去度假,醫生會舉雙手贊成,甚至更改看診、 治療時間,配合度假。度假回來,醫生還不忘問問有什麼趣 事,因為診問內沒有別的病患,自然不會遭白眼。此外,醫 生也可以拉著病人的手,解釋需要做各種檢查的原因,讓病 人多一些安全感。這樣的小動作,對一些年長或比較容易緊 張的病人是很有幫助的。不過,話又說回來,美國人做事一 板一眼,他們可不隱瞞病情,對膽小的病人來講,還是找中 國醫生為妙。

美國醫護人員動作慢、技術差

別的不說,舉個簡單的例子,去醫院驗血的經過就是中美大不相同。在台灣,需要驗血的病患,手持醫生開具的驗血單,到抽血室去。按抽到號碼先後進去,驗血室裡長長的桌子,後面坐了一排工作人員。這些人技術純熟,拿了驗血單,預備好需要的管子,接著檢視病人手臂,決定好抽血的位置,消毒、抽血、貼標籤,一氣呵成。台北榮民總醫院的抽血室,一個早上可以為一千個病人抽血,場面壯觀得很。

在美國就不是那麼回事了,依照預約時間,拿著驗血 單去報到,等護士來唱名。輪到時進去抽血室一看, 護士兩三名。小女子我特別纖細,這手看看、那 手看看,拍拍打打,找不到可插針之處。好不容 易選好位置,針戳進去卻沒戳中血管,只好抽出

來另找別處。如此這般,往往三四針才能成功。這下好了, 所有挨過針的地方,明天開始都會瘀青,絕不含糊。照這種 速度,我看抽血室一天能不能服務一百個病人都有問題。

可恨的商人、可歎的路人、可憐的病人

一人最沒有主張,病人家屬心最軟,所以病家的錢實在好 四 騙。

像我先前所講的「紫杉醇」,廠家難道不知道樹皮染色沒有療效嗎?為什麼還昧著良心拿去賣?這不是「可恨」,又是什麼?當然,也不能一竿子打翻一船人,有許多廠商只是圖利,並不知道所賣的東西沒有用。但是,我認為這也不能當作推託之詞,號稱「製藥」的人,怎能不知道自己製的是什麼藥?難道醫生也可以不清楚他開的藥方嗎?偏偏我們的社會容許這種人存在。偏方不只是無效,最可怕之處是延誤病情;病人往往取偏方而捨正統療法,到太遲時欲訴無門、欲哭無淚!這些商人看似清高,實際上是殺人於無形。

我相信很多「好心人」相信他所傳播的消息,也有好多「好心人」的確自己身體力行,試過這些偏方。但是,更多的好心人只是「道聽塗說」,功能與影印機沒什麼差別,我只好稱他們為「路人」。好心人擅長的是,把聽來的各種講法,無論是藥療、食療,還是氣功、呼吸,巨細靡遺轉述給病家。

好心人,請不要生氣,你們都說:「我這都



是為你好」,「不試怎麼知道沒有用」,「試試看,反正沒有壞處」,好像聽與不聽是生死攸關一般。要知道,任何資訊,不管有多荒唐,都有人相信。只要聽起來似乎有一線希望,就有病人會向飛蛾撲火一樣,奮不顧身往裡跳。您可能只轉述了一個偏方,但是病人聽到的會有上百種,他不可能每個人的意見都採納。打個比方說吧:有人掉到水潭裡去了,旁觀者紛紛告訴他哪裡有東西可抓,於是他聽了,抓住一條看似草繩的東西,用力一拉,沒想到是草繩沒錯,但只是浮在水面上,並不連到岸邊人的手上。這下摔跤得更厲害,被水裡的野草纏得更厲害,反而失去了掙扎的力氣。這樣的後果不是眾人願意見到的,可是——太遲了。關心是好的,但是正確的關心需要智慧。

一位好友說,病人通常選擇他自己願意聽的去遵從,聽 起來似乎當事人咎由自取。只是我要很沉重地說一句:「請 不要欺負病人。」從被告知罹患癌症的那一分鐘開始,病人 就附帶得了另一種病,叫作「少年癡呆」。很難描述病人是 如何地害怕、無助,這種時候,任何指點,都會被誤認為 「妙方」。

作為病人,千萬不要用「減法」:如果別人說什麼不好,就不吃什麼,最後會變成沒有東西可吃。「體力」永 遠是最重要的,沒有了「體力」,什麼都談不上。

> 我常埋怨那些多嘴的人:對病人傳播一些似 是而非、不正確的資訊。道聽途說,自以為是在 幫忙,結果越幫越糟!

換膚記

2007年2月,我的身體對原來所用的化療藥物起了抗藥性,療效變差。於是改用新藥,叫作爾必得舒(Erbitux)。新藥的用法是每三週一個循環,第一天和第八天打針。和所有藥物一樣,爾必得舒也有一些副作用,而且因個人體質而異。

第一個循環之後,如護士所預測,臉上長了許多青春 痘,密密麻麻佈滿整個鼻子,奇癢無比。遵照吩咐,不能擠 破,擦上處方藥膏,數日之後,青春痘乾了、剝落。除了有 幾天滿臉通紅,並沒有特別不舒服之處。

第二個循環,奇怪的事情發生了。沒長多少青春痘,但 是臉紅的現象持續很多天,後來頸部後面還有些疹子,非常 癢。因為疹子一直長到髮根,很不舒服,就找朋友來幫我剪 頭髮,才知道除了疹子,髮根附近還有一些小泡,而且破了 皮。

睡覺的時候,問題來了: 枕著枕頭,下巴和頸子之間的「皺紋」破皮出水了;拿掉枕頭,頸部後面的水泡破了,也出水了。出水之後皮膚僵硬,像戴了一個無形的面具,稍為牽動一下皮膚,就非常難受。抬頭痛、低頭也痛;點頭痛、搖頭也痛……十足成了個「石膏像美人」。脖子不能轉,開車時麻煩

透頂:回頭看,非常不舒服,不回頭看,實在太危險。

情況實在不妙,三天後,我到史丹佛去看醫生。護士看到我脫皮的臉,嚇得花容失色。原來她雖然見多識廣,也沒碰到皮膚反應像我這麼劇烈的病人,於是給我打了一些抗過敏藥Benydryl,安排我住院觀察。後來,請來皮膚科醫生(奇怪,明明是腫瘤科的藥物過敏反應,出了事就找皮膚科來打發我?),看了也嘖嘖稱奇,當即從我頸部後側切片,取了一小塊「疹子」送去化驗。病人當了那麼久,早就學會了「人在醫院裡,不得不低頭」,明知不會有什麼答案,還是慨然捐了人皮一小片。幾小時後,醫生看我情況還算穩定,便開處方讓我買藥回家服用。

一週之後,情況已經大好,我到皮膚科複診、拆線,頸部切片果然化驗不出什麼異樣。於是,我又回到腫瘤科,接受第三、第四循環的治療。第三個循環順利過關,第四個循環,問題又來了。這次不但臉紅,而且腫得不像樣,簡直就像個「烤乳豬」!我對著鏡子問:「這是我嗎?」又過幾天後,我回去看腫瘤科醫生,他又開了一堆處方,吩咐我遵醫囑療養。

接下來幾週,我歷經「浩劫」:全身由頭開始,到驅 殼,到四肢,依順序經過紅腫、發熱、脫皮的過程。除了 處方的三種藥膏,我還必須經常在身上各處塗上一層 厚厚的油膏。這種普通洗過澡保養皮膚的油膏,本來也沒什麼了不得,只是我居然嬌貴到必需買 最貴的油膏來塗,皮膚才不會刺痛。連同處方藥

膏之一保險不給給付,卻一週用掉一罐,我一下花了兩三百 美金「保養皮膚」。

晚上在疼痛中入睡,夜裡被熱醒。皮膚紅腫,出了一身汗,而且是黏黏的,只好更衣再睡。隔天,皮膚開始變硬、剝落、奇癢無比,時而片片、時而屑屑。舉凡有關「癢」的現象,就是不能想、不能說、不能抓、不能摸……不然保證癢得沒完沒了。可是我實在癢得受不了,怎麼辦?為了怕抓傷皮膚,我就拿起信用卡刮自己的皮膚,嘿!居然很好用。因而想起聖經約伯記有一句話說:「約伯就坐在爐灰中,拿瓦片刮身體。」(約伯記二章8節),我把它改成:「秀錦就坐在床邊,拿信用卡刮身體」,不覺哈哈大笑!(虧我還笑得出來!)繼而又想:本人多年來縱橫江湖,不知有沒有與人結仇?還有,這麼多年來選修我的課,被當掉的學生,只怕也有一籮筐,說不定有人恨不得抽我的筋、剝我的皮,不如趁此機會自動奉上,一笑泯冤仇。於是拿了隻小瓶子,收集一些毛屑備存,居然收集了八盎司之多!

禍不單行,我做化療打針用的人工血管不通了,需要換個新的。醫生建議我在皮膚療養期間把這個手術完成,於是我又受了一場皮肉之苦。這時因皮膚上有很多小小的傷口,消毒、清洗,猶如烤火,痛徹心扉。護士好心,一面安撫我,一面幫我清洗頸部(開刀處在右肩鎖骨靠中央),說是會讓我舒服一點。我覺得越洗越痛,一問才知,原來他是用「肥皂水」幫我清洗!天哪!先是酒精,後是肥皂水,我這是倒楣加三

級,「虎落平陽被犬欺」嘛!氣不過,再追加一句,「龍困 淺灘遭猴戲」——淺灘:手術床,猴:老美年輕男護士。

當然,凡事都有起承轉合。在教會眾姊妹仔細呵護之下,我有驚無險度過難關。事後,醫生告訴我,我這種狀況算是「危險性副作用」(dangerous side effect),爾必得舒算是拒絕往來了,讓我換別種藥再做化療,風波算是告一段落。此後,雖然過敏會不定期再來造訪,但都不算嚴重。從此皮膚細嫩光滑,有如妙齡少女,人人稱羨。

結束「烤乳豬時期」,我沒忘記去買兩磅烤乳豬來,把 它吃下肚。

白老鼠難為

2007年12月,抗癌之路已經堂堂邁入第六年,醫生看了我 的電腦斷層掃描報告,告訴我情況又變糟了一點。市 面上現有的藥物已經都試過,無藥可用了,於是建議我考慮 使用測試階段藥物。

我們拿了資料回家仔細研讀,藥物名稱是XL518,四週 一個循環,吃藥21天,休息7天。從吃藥之前兩小時,一直到 藥後一小時,只准喝水,不准吃東西。由於是測試藥物,需 要密集觀察病人,每週有一天要在醫院留守,定時驗血,做 心電圖。經過與醫生反覆討論,確定危險性不大,決定姑妄 一試。

2008年1月10日,該與醫院簽約了。中午十二點整,我們 準時到達醫院大門口,負責的小姐JoAnn很快就出現,帶了 我們前往研究中心辦公室。量好身高、體重、體溫、血壓 等,安排好一張病床休息。今天的工作是:驗血、驗尿、心 電圖,和簽約。JoAnn和負責的醫生去準備文件,半天不見 蹤影,留下我與外子枯坐。一點半應該去醫生那裡看 診,眼看著就來不及了,他們兩位才終於出現,費 了很大的工夫,用最委婉的語句向我們道歉,原 來是因為體重不足,我不能參加。

這是很令人失望的消息。我們決定商請醫生

再和藥廠交涉,看看有沒有轉圜的空間。醫生慨然答應,於 是聽到他在與藥廠交涉,達數十分鐘之久,終究還是沒能成功。

住在耶和華的殿中

我一生一世必有恩惠慈愛隨著我; 我且要住在耶和華的殿中,直到永遠。 (詩篇二十三篇6節)





作者除了在教會裡參加詩班服事, 還因為孩子的中文能力差, 在1993年與幾位同是小美國人家長 開始了勝利堂的英文組。 如今,這已不只是幾個 雙語部國中生的主日學/ 而是勝利堂的四堂崇拜之一。 以下收錄作者回顧早期開始時的文章。

英語主日學與我

年秋天,張念平姊妹打電話和我商量開始少年主日學 的事,理由是「孩子們聽不懂主日信息」。

面臨隨時叫停的可能性

當時,我的態度很含糊:家裡兩個孩子雖然正值國中階 段,但是每個主日乖乖地坐在禮堂,回家也不曾抱怨,似乎 不一定要有一班少年主日學。 教會的少年團契一向辦得很 好,一定也知道國中生聽不太懂主日信息,如果沒有另作安 排,那就不妨讓他倆練習聽道就是了。可是念平的態度很堅 决,我也不便反對。她說:「下個主日就開始,因為找到的 教材是英文的,所以會採用雙語教學方式,歡迎漢斌、漢梅 和其他雙語部孩子們都來參加。」開班之後,兩個孩子欣然 前往,還三不五時把同學帶來。一個班上只有幾個學生,我 們家倒佔了兩名,硬是浩成日後我責無旁貸之重擔。

頭兩年,我真的不是真心誠意要做雙語主日學事工,所 以也沒有積極去找同工。1995年暑假以前,沈孟琪姊妹 和我輪流教,別的家長偶爾也來幫忙教。教材都是 出國時到基督教書店去找的,學生從六年級到高 中都有,雙語部學生大約佔了一半。在信義會神 學院聚會那一陣子,環換渦好幾次教室。那時,

因為必須中文、英文都講,學生們也很辛苦,慢慢地,國中 生都去了大堂,只剩雙語部的孩子們因為讀中文聖經很吃 力,所以繼續捧場,上課也漸漸改為以英文為主。這時,學 生通常不到十位,我常常懷疑這一班要不要繼續教下去。

上帝派來的天使

1995年秋季,孟琪和我都疲憊不堪,英語主日學面臨隨時叫停的可能性,只有從女兒口中知道孩子們仍然希望用英文來學神的話。有一天,負責兒童主日學的沈碧雲姊妹向我推薦楊敦炯弟兄,不費我半點唇舌,敦炯立即投入,而且帶來無比的活力。(一直到現在我還不明白她怎麼捨得把這麼好的人選讓給我們,而沒有請去教兒童主日學,神的恩典吧。)於是,班級繼續下去,教會也搬回新居,我們有了比較固定的教室。

1996年夏天,我要帶兩個孩子到美國求學時,就很放心 地把班級交給敦炯,請他把英語主日學「儘量維持下去」 (我可沒什麼野心),並且向他保證:只要英語主日學還 在,我回來時一定繼續參與教學。

等到去年9月,我回來見到敦炯,才知道英語主日學已經 分成兩班,一年之內,老師、學生人數都變成三倍,不由 得打心裡對敦炯佩服得五體投地。早知道他有這個本 事,頭兩年孟琪和我就不必那麼辛苦了。經過一 些「廣告」,我們又增加同工,多了一班五、六 年級英語主日學。現在,三個班級,每個主日大 概都有五十個學生參加,每月最後一週還有英語崇拜。規模 之大,絕非當初念平開始這項事工時所預料的。而且,教會 另外為講國語的孩子辦了青少年崇拜,也有五十個左右講國 語的孩子參加,現在真正是照顧了中學生的靈命成長問題。

我們一直希望在英語主日學之外也能辦一些團契活動, 增加孩子們的互動。以往,讓英語主日學的孩子們參加少契 的活動都玩不太起來,主要是這些孩子是連作夢都講英文的 那種。主日學老師多數都是家長,英文還可以,但年紀有點 大,要陪他們蹦蹦跳跳實在有點……力不從心(相信我,我 們的心都是很年輕很年輕的)。三、四年來多方物色,教會 青年人不是太忙,就是沒有把握用英語帶他們玩,英語團契 因此辦不起來。

去年十月,我們多了一位同工李介立,敦炯常說是「上帝派來的」。他從小在美國長大, 聖經熟、英文溜,和孩子們同質性也很高。他不只教主日學,而且還願意花很多時間陪孩子們玩。幾個月下來,他們一起去退修會,一起打保齡球,一起練習星期天早上的詩歌……結果呢?高中班開心,國中班簡直是羨慕加嫉妒。可是李介立只有一個,沒辦法帶兩組團契,就是不知道上帝什麼時候會再派一個天使來,好讓國中這班也有一些屬於他們的活動?而且我們同工們其實蠻「貪心」的,雖然已經有了一個大哥哥,還是要向上帝求一兩個大姊姊來陪女孩子們成長。所以我們還要繼續禱告。

歡迎加入英語主曰學事工!

不知道我們弟兄姊妹當中還有沒有適合英語主日學事工的人選?我們需要熟悉聖經、會講英語、願意禱告的人加入。聖經不必精通,可以邊教邊進修;英語也不一定要字正腔圓,現在我們這些老師們大半只是「尚可」級而已。不過,臉皮要有點厚,發音不標準時,跟孩子們嘻嘻哈哈也就過去了。三項條件當中,禱告最重要,本人糊裡糊塗擔任幾年主日學事工,居然還能看到這麼豐碩的成果,也不知道是哪些弟兄姊妹硬是用禱告支持出來的?說真的,謝謝那些代禱的人,讓我得到許多好處。

對了,當然一定要講一講參加主日學事工的好處,都是本人親身經歷——好東西拿出來和好朋友分享嘛。

第一,為了教主日學,一定得勤讀聖經,靈命 會長進;

第二,我教學生聖經,學生教我英文,而且免 繳學費,太棒了;

第三,孩子很可能在這一段期間受洗,為師的 小有功勞,正好分享父母的喜樂;

第四,和中學生在一起,可以常保青春。「青春」是這年頭大家都想要的,不是嗎?

您心動了嗎?趕快行動吧!每個主日上午十 點十分我們在504室唱詩,然後分班,希望您來 看看,如果願意參加事奉,請告訴駱玫玲教師, 楊敦炯執事或者我。

萬事都互相效力,教愛神的人得益處。英語主日學讓所 有的學生、老師、家長、和代禱的人,都得了益處。



我們的英語事工

李建平

主火起英語事工,大多數勝利堂的弟兄姊妹也許會感到非常 一人陌生。每個禮拜的週報僅有短短的一行記載英語崇拜的 時間和地點,在主席或牧者的報告事項中,英語事工也幾乎 從未出現過。儘管如此,您知道嗎?每個禮拜天早上,在教 會的八樓,有將近一百位弟兄姊妹用英語在崇拜我們的神。

最好的團契

感謝神,在沒有充分的教會奧援之下,英語事工一天天 地茁壯。神藉著一群愛主的弟兄姊妹成就了這項工作,超出 我們所求所想。英語事工在教會這棵葡萄樹上,長出了一根 結實累累的枝子。

英語事工開始到現在大約有九年的時間。最初是為那些剛回國,中文不太靈光的少年人所辦的「英語主日學」。雖然內人吳秀錦從開始就參加了英語事工的服事,但我對這項事工一直抱著懷疑的態度。我很佩服我太太的執著和擺上,每次去美國的時候,我都會陪著她到基督教書店及熟悉的牧者那裡去找主日學的教材。但我一直認為這項事工不過是對那些遲早會講中文的青少年所做的,並沒有很大的意義。幾年下來,主日

學人數不斷增多,也開始了每個月有一次英語崇拜。到2000 年秋天,崇拜正式固定為每週日早上十點四十五分舉行,同 時也開始了成人英語主日學。

大約一年前,我開始參加英語主日學,很快地,我對英語事工的看法完全改變了。主日學的成員全都是大人,我們在一起查經、分享、禱告,享受主的愛。我發現在這裡,語言並不是重要的。重要的是我們有神的同在與弟兄姊妹的愛。成員裡面有完全不懂中文的,也有對中文一知半解的,有中、英文都行的,也有英文不太靈光的。但這有何妨呢?我們都有主的生命,都是主內的弟兄姊妹。我們都積極參與,也都熱切代禱,這大概是我參加過的團契或查經班中最好的一個。

異文化宣教

不久,我又参加了英語崇拜,崇拜的人多半是成人,其中,很大一部份是外國人。主日的講台有時是信義神學院的老師或外請的講員,但更多時候是自己的弟兄姊妹擔任。八樓的空間有限,聚會的人常把會堂擠得滿滿的。這已然不是一個以青少年為主的崇拜,而是一個不折不扣的一般性崇拜,它唯一特殊的地方是講英文。在這裡,我碰到許多來自世界各地的人,雖然膚色不同,但都是神的兒女,在主裡都是一家人。我並不覺得他們與台灣的基督徒有什麼不同,他們需要有地方敬拜神,需要團契的生活,需要餵養,他們軟弱的時候

需要有人鼓勵,快樂的時候需要有人分享,這些與你、我都 是一樣的。

主耶穌在復活升天之前給我們的使命是:往普天下去, 傳福音給萬民聽。我們每年都舉辦「宣教年會」,提醒大家 異文化普世宣教的重要性;教會也在金錢上及禱告上支持許 多宣教機構。幾年前,勝利堂興建新堂,命名為「宣教大 樓」,也就是因為看見了宣教的異象。我們要把福音傳到地 極,教會要像燈塔一樣照亮每一個黑暗的角落。感謝神,祂 把許多講英語、不同膚色的朋友帶到我們這裡,不需要我們 遠渡重洋,就在新竹,我們就可以作異文化的宣教與牧養的 工作。

勝利堂得天獨厚

新竹是一個很特殊的地方。因為科學園區的關係,有許多外國人在這裡工作。這些人有些是基督徒,他們需要一個屬靈的家。還有更多人,雖非基督徒,但因為遠離家鄉,心靈非常空虛,需要福音。神賦予勝利堂這個大好機會,我們可以成為基督徒屬靈的家,更可以傳福音給非基督徒。

自去年開始,新竹市政府從國外引進了五十位英文老師,在國小教英語。在加入世界貿易組織(WTO)以後,台灣國際化的腳步會越來越快,清華和交大也開始招收國際學生。當我們四周的外國人越來越多時,您可曾想過,這是神在使用我們的宣教大樓?您可曾想過,勝利堂有沒有盡到作光作鹽的

責任?勝利堂的會友中,有很多人曾留學國外,或在國外待 過很久,他們的英文很好,是在新竹地區最有條件、也最應 該發展英語事工的教會。

我想,每一個曾赴國外的基督徒都曾有過這樣的經驗: 雖然我們遠在他鄉,但都能在當地找到一個屬於我們的,愛 我們、關心我們的屬靈的家。神的愛不會因為我們所在的地 方而改變,祂總是藉著這些教會供養我們靈命的需要。如今 角色互換,我們是不是應該伸開雙手來歡迎這些說英文的外 國朋友呢?

其實,我們做得非常不夠,英語部的事工幾乎全是自己發展出來的。不管是聚會的形式、內容、講員的安排,或有哪些聚會,全是一些英語部的弟兄姊妹自行決定,教會並沒有任何主動的安排或輔導。園區實驗中學雙語部的幾個外國老師擔負了許多主日崇拜的工作,他們還帶領週間的學生團契。這些弟兄姊妹為了英語事工默默地付出,也許大部分勝利堂的人都不知道,但神知道,祂也記念。今天,英語事工能夠有如此的規模,完全是神的恩典,也是神聽了這些弟兄姊妹的禱告。

也是教會身體的一部分

我們英語主日學曾經討論過一個觀念:神一直 在作工,有時也會邀請我們參加祂的工作。這些 年來,我們體會到,英語事工確實是神親自擺在 勝利堂的工作。每逢有同工返回美國時,我們都

200·永不凋謝的玫瑰 住在耶和華的殿中 .201

會擔心下一年度人手不足,但到時候又會有新的同工加入,都不是我們找來的,而是神親自派遣的,讓我們感覺到這是神的工作,祂會有豐富的供應。儘管在勝利堂的策略裡,英語事工一直被視為青少年事工的一部份,殊不知這早已是過去式,現在成年人的數目遠比青少年的人數要多,我們需要的是一個完整的英語部事工,以及長遠的規劃。

今後,英語部的事工還會繼續不斷地發展,人數也會愈來愈多(如今八樓的座位幾乎每個主日都是座無虛席),勝利堂是不是還是任其自由發展?我想這絕對不是神的意思,英語部的事工也是教會身體的一部份,需要與其他的部分搭配,這樣才能有健全的發展,也才能夠榮耀神的名。

「耶穌喜愛一切的小孩,世上所有的小孩。無論紅黃黑白種,都是耶穌心寶貝……」這是我兒時非常喜歡唱的一首主日學詩歌。感謝神,今天的勝利堂有這麼許多來自國外、說英語的朋友在我們中間。就讓我們敞開雙手,歡迎他們,因為我們本來就是一家人。



我在父親面前為孝子, 在母親眼中為獨一的嬌兒。 (箴言四章3節)



針線情

到親少女時代是個成衣廠女工,精於裁、縫之術,婚後與 父親開了一家成衣廠,因此我們家兄弟姊妹等於是在衣 服堆裡長大的。十歲那年,一場大火毀去雙親半生基業,後 來父親改經營建材,但是母親仍以一部縫紉機,靠雙手撐起 半邊天,使我們不至於失學。

那段日子,每天早起上學時,看母親已經坐在縫紉機前 工作;下午放學時,她還是坐在那裡,好像一直不曾起身 過,也不知我們的三餐是怎麼變出來的。就這樣,母親與縫 紉機相伴,直到我們都長大,直到她視茫茫、髮蒼蒼。

基於家學淵源,大姊和我都喜好針線,也常動手縫製各樣衣物。大姊曾經正式拜師學藝,本事當然比我高明許多。 我是在兒子出生之後,父母親到美國探望時幫我選購縫紉機,才開始了這項嗜好。通常,我都是到布店去找「樣板」,按上面的說明買布料來縫製。樣板袋裡有一些薄如蠶翼,實物大小的紙樣,可以鋪在布上面依樣剪裁;另外還有一頁縫製說明,只要按部就班,成果都還令人滿意。

我不是勤快的主婦,沒有特殊理由,也不會整 天縫縫補補,加上平時上班忙碌,只有在美國期 間才有機會動手,所以成品不多。女兒學鋼琴, 有時需要參加表演,可是她身材特別瘦高,總是

作者為人極重感情,才華洋溢, 以下收錄數篇作者的思親與日常生活散文。



針線情 .205

買不到適合的衣服,所以我幫她縫製過好幾件小洋裝。中學 之後的演出她改穿長裙,也是由我一手操辦。

兒子十歲那年,我們在美國,因為社會課要做歷史人物報告,他選了愛迪生,所以我費了很大功夫幫他做了一套小西裝。後來,有一天他摔跤磨破褲子,還要我再給他配一件長褲。只是老媽動作慢,孩子長得快,所以破長褲扔了,新長褲也沒縫,只留下一件外套做紀念。當然,偶爾,我也為自己縫製衣服、長褲,或者幫先生做套睡衣褲,那都純屬遊戲性質。

先生高估了我的本事,有時鼓勵我做較大膽的嘗試,所以我也縫過椅墊、杯盤墊之類。真正大手筆的是縫窗簾:在美國居住時,曾經因為聽朋友說明,學會計算布料多寡及縫製重點,就大膽嘗試小型窗戶窗簾,掛起來看看,還算過得去,索性連客廳的落地窗窗簾也一併更新。年輕時,什麼都自己來,窗簾框架是老公釘的,窗簾是我縫的,也可謂「夫唱婦隨」了。隨著工作來回台灣、美國之間,幾次搬遷,自製窗簾已不在眼前,只留在家居照片之中。

年事再長,眼力漸差,已經沒有興緻再捻針線。本以為 手藝到了我們這一代就要失傳,卻忽見女兒有個美觀實用的 手提電腦袋,是她自己縫製的。青出於藍,但願她日後也 能練出好功夫,傳承我家手藝。

2005/01/22

姑娘生來愛唱歌

母親教我的歌

記憶當中,母親是個愛唱歌的人。兒時常聽她用細細的嗓音唱台灣民謠:〈望你早歸〉、〈雨夜花〉、〈望春風〉、〈四季紅〉。唱歌是她少女時代的嗜好,是她婚後忙裡偷閒的娛樂,她唱歌時臉上的愉悅,是我們所喜愛與盼望的。

1962年家裡遭了火災,之後家境變差,我再也沒有聽過母親唱歌。有一次,我看她愁眉苦臉,以為可以逗她開心,便央她唱歌給我聽。母親看了看我,轉身忙她的,算是「無言的回答」。多年以後,她聽到我唱〈望春風〉,居然讚嘆我在四十歲之後還有一副好嗓子。推算母親的四十歲,正是我家陷入愁雲慘霧之時,從那時起,一家生計是父、母親沉重的負擔,唱歌對她來說,已經是一種浪費時間的事了。

獨樂樂不如眾樂樂

我知道自己會唱歌是在小學五年級,被音樂老師叫到台前去示範時,我還記得那天老師教的是夏威夷民謠〈珍重再見〉。初中二年級時,我被學校徵召參加過兩次合唱團,第一次是女生三部合唱,只在校內表演;第二次是混聲四部合唱,代表學校參加校際 比賽,因為在台南得了第一名,整個合唱團還到 台北參加全省的比賽,得了個名次,算是盛事一樁。上了高中還是參加合唱團,而且還為了合唱團放棄參加樂隊的機會,其實是蠻可惜的。何況台南女中的合唱團實在不太高明,在台南比賽只得了第三名,沒什麼值得一提的。年輕時記性特別好,那幾年學校合唱團唱過些什麼曲子,到現在都還記得。

高中之後,我沒有參加過社團性的合唱,只有在1975年 成為基督徒之後,不管到哪一個教會聚會,都參加詩班。我 先後參加過四個教會的詩班:在美國南加州的培城國語浸信 會,和千橡城基督教會,時間都比較短,不過也各有趣事。 參加時間較長的是在新竹勝利堂和美國北加州的基督之家三 家。我在每個詩班都遇到過非常好的指揮,不管是音樂素 養,還是對上帝的忠心,都令人敬佩。

不一樣的指揮

基督三家的指揮鄭牧師是最不一樣的指揮。大部分指揮都會在一開始讓大家做「發聲練習」,咿咿啊啊,用掉半個小時,然後才進入正題。還有,許多指揮會用很多時間在技巧上,往往強調音樂,而不強調歌詞。對大部分人來說,這些都是很枯燥無味的。鄭牧師從來不做發聲練習,只讓我們唱詩歌,所以一個半小時可以練好幾首。此外,詩歌的來源也很不同,鄭牧師收集了很多歌譜,都是世界名曲,他自己找聖經經文翻譯歌詞,所以大家唱起來也很起勁。每次練詩之前,還會有一

小段上課時間,或者講解歌詞的相關經文,或者介紹作曲家,都是精彩絕倫。也因為這些原因,基督三家的詩班是一個可愛的家庭,是我唱起來最享受的詩班。

鄭牧師翻譯的詩歌多到需要編號建檔,按照曲名字數及翻譯先後編號。唱過的詩歌由各人自己保管,按照編號整理,將來老歌重唱時,找起來很方便,小小構想,卻是非常貼心。這些詩歌我都帶回台灣,讓勝利堂的詩班也能享受老牧師的傑作。

為了藝術為了愛

高中時,台南女中每年都舉辦「母親節晚會」,有音樂、舞蹈等各種表演。我在音樂老師鼓勵之下,高二和高三上台表演過兩次獨唱,第一次唱〈冬夜夢金陵〉和〈西班牙姑娘〉;第二次唱〈玫瑰三願〉和《茶花女》中的〈飲酒歌〉。老師認為我聲音不錯,鼓勵我去學聲樂,我雖然很嚮往,不過,想到家裡不會答應,連考慮都不考慮就婉拒了。

隨後二十年全心求學、就業,學唱歌的事就暫擱一旁。 直到1989年春天,外子李建平因為在交大參加教職員合唱比 賽,認識了新竹師院的吳聲吉老師,我才有機會拜師學藝。 我從學蚊子叫「哼哼哼」開始,慢慢練習把聲音推到較正 確的位置,花了一年多的時間只學了兩首歌:藝術歌 曲〈何年何日再相逢〉和歌劇選曲〈為了藝術為 了愛〉。在此時打下了一些基礎,後來又有別的 機會,短期跟過兩位女高音老師學了一些曲子,

208. 永不凋謝的玫瑰

但是她們對我的影響都遠不如吳老師。

因為吳老師介紹,我有機會和一些喜好唱歌的朋友交往,那是個非常愉快的經驗。林秀燕老師是新竹中學的國文老師,她女兒高中時期就彈得一手好琴,所以我們常在她家唱歌。那一陣子的歌友,除了秀燕、吳聲吉老師,還有新竹中學閻主任夫婦。其他朋友不是每次遇見,所以也記不太清楚了。為了「以歌會友」,我不但收集歌譜,還花時間學了許多新歌,也閱讀一些歌劇故事的書籍。

唱歌是我最喜歡的娛樂,只要有機會,可說是風雨無 阻。過了十多年,唱歌的朋友多了新面孔,秀燕也升級為祖 母,不過她的歌聲依舊那麼亮麗,可謂「永遠的女高音」。

另外,還有一群朋友常在一起唱歌的是教會的弟兄姊妹,大部分是詩班的成員。我們會約個時間聚餐,然後唱些聖詩,互訴近期生活瑣事。至於餘興節目,就看個人喜好,唱些藝術歌曲、民謠等。不管在台灣,還是美國,這種聚會總是賓主盡歡,欲罷不能。成員包括新竹勝利堂會友,也有些移居海外者,還有我們在美國基督之家的會友。特別要提的是柴幗英姊妹,因為她的琴藝好,而且很願意幫大家伴奏,所以只要有她在場的聚會總是特別盡興。

能唱歌是一種福氣。我在大病期間,曾經為了作治療,完全失去原有的音域和甜美的音色,以為自此不能唱歌了,非常懊惱。治療結束之後,大概一個月,發現聲音漸漸恢復,可以重新加入詩班唱女高音,那種喜悅真是難以言喻。

最近的治療,我以向上帝討價還價的心理,勉強站回崗位,竟然還是唱得出聲音來。詩班成員說:「我聽見妳的高音了。」我們相視而笑,因為我倆都是生來愛唱歌的姑娘。

2005/04寫於新竹,2006/10修改於費利蒙市



思念父親

白手起家

父親小學畢業就學木工,師傅要求嚴格,因此養成一絲不苟的習慣。我們從小很少聽到爸爸管我們什麼,但是如果有人拿了東西不歸回原位,準會挨爸爸一頓罵。平時看爸爸,覺得他很嚴肅,都不太說話,只有到過年時,就像變了一個人似的。吃年夜飯當中,照例要講十二生肖、門聯、鞭炮的典故。這時候,爸爸還會喝點酒,往往兩三杯下肚,就唱起日本民謠來。我們平時沒有娛樂,但是每年春節過後,爸爸一定帶著全家出遊,去得最多的是大崗山,其次是關子嶺、白河水庫等等。

爸媽結婚之後,由於母親原本是成衣廠的女工,又懂得 剪裁,他們就開了一家成衣廠。爸爸常常帶著樣品到各處去 兜生意,而且一出門就是好幾天。他去過台灣西部許多地 方,各地風土民情,他都瞭若指掌。有時候,我們會說爸爸 比鐵路局局長還厲害,因為他記得縱貫鐵路上每一站的站 名。那時,爸爸總是每到一處,就立刻寄一張限時專送 明信片回家報平安。這個習慣後來成了我們家的慣 例,每次出門,到了新的地方,一定要以電話報 平安。

我們小時候家境蠻好的:成衣廠有許多縫

紉機,整整齊齊排列著。每天早上,女工們在媽媽指揮下, 領取裁製好的布料,端坐在縫紉機前,低頭忙著縫製一件件 學生制服;大廳那邊,爸爸指揮工人裁衣、用熨斗燙成品、 包裝、送貨。爸、媽視這些工人猶如自己的弟弟、妹妹,每 逢嫁、娶,少不得送上一份厚禮,雙雙出席,擔任婚禮貴 賓,還要我們充當花童。為此,我這個專業花童賺得許多漂 亮的衣服可以穿去幼稚園。那時,我就像個站在雲端的公 主,天真浪漫,並不覺得人生會有什麼苦難。

披星戴月

民國51年,家裡遭大火侵襲,燒去父母親十多年的家業,也把我們從雲端重重地摔下來。一夜之間,家境一貧如洗,爸、媽由老闆、老闆娘變成工人。大哥勉強完成高中學業,當兵,就業;大姊也離開學校去當店員,為的是減輕家裡負擔。

不久,爸爸借貸了一些錢,在老家原地蓋了兩層樓的房子,然後,我們的信興建材行開張了。媽媽另外有一部縫紉機,日以繼夜縫製衣物,貼補家用。建材行老闆不好當,進出的貨物,不管是水泥、磚頭,還是砂石,都非常沉重。一包包五十公斤的水泥,壓駝了爸爸的背脊;一塊塊粗糙的磚頭,磨破了爸、媽的雙手。日子一天天過去,砂土、石灰、縫紉機,換成他倆的皺紋、白髮、老花眼。那一段日子,爸爸總是在工地,或是接洽生意,或是送貨,晚上才回家算帳。那一段日

212.永不凋謝的玫瑰 針線情 .213

子,砂石車總是半夜裡才從郊外進來。一通電話,爸爸就衝出被窩,披上外衣,騎了摩托車,到約定地點領砂石車到工地交貨。這時,媽媽就坐回她的縫紉機前,一面縫衣物,一面等爸爸回來。

這樣的畫面,日復一日、年復一年出現在我們眼前。幾年後,一聲又一聲「珍重再見」中,大姊遠嫁台北,二姊、我和小弟依次去中壢、新竹求學。大學期間,我們都過得很儉樸,沒有體面的衣服,不看電影、不參加郊遊。二姊、我和小弟心裡明白:我們三個有幸接受大學教育,是因為父母親的堅持;我們用的是他們的血汗錢:那是爸爸披星戴月領著砂石車到工地所換來的;那是媽媽深夜在縫紉機前焦急的等待所換來的。二姊大學一畢業,立刻回到台南在國中任教,從此長年陪伴在雙親身邊,爸媽的眉頭才稍得舒展。

以女為榮

父親從來不管我們的課業。我上大學以前,沒有聽他對我該學哪一種專長有任何意見。大學畢業之後,我想出國深造,也只聽見母親有一些出於不捨的反對,沒有覺得爸爸表示過什麼。民國63年夏天,我急於展翅高飛,匆匆忙忙就離開了,從此,與雙親見面的機會就減少了許多。加州理工學院是個世界一流的學校,高手雲集,我的才智實在差他們一大截,只有把精力全部放在課業上,衝刺再衝刺,希望能儘早畢業,以討雙親歡心。兩老第一次出國,是在民國67年我拿到博士

學位時,到美國參加我的畢業典禮。一個月後,母親得知我 學成而暫不歸國,非常不能同意,父親還以「志在四方」為 由,為我辯護。其實兩老心中的期盼,是要這個博士女兒, 像古代的狀元及第般,衣錦還鄉,回老家去光宗耀祖一番。

終於,我在出國八年之後回母校清華大學服務,老人家的欣喜自是難以言喻的。每次我回台南,爸爸總要找個理由讓我陪他去「辦事」,其實是為了帶我出去「炫耀」,跟別人介紹「這是我的女兒,清華大學教授」。起初,我很覺彆扭,簡直想找個地洞鑽進去躲起來,後來次數多了,也學會微笑以對,化解尷尬。

安享晚年

民國70年,二姊生了雙胞胎,媽媽喜孜孜地當全職奶麼。爸爸也結束了將近二十年的建材生意,只在親友蓋新屋時充當免費監工。71年,我初回台灣教書時,爸爸還在新竹陪我們住了三年。每天上午接送漢斌到幼稚園,下午陪孫兒倘佯於清華園,晚上,我做家事時,幫我照顧漢梅。此後,他老人家每每與母親攜手赴美,探視我或小弟一家。每次,我們會幫兩老報名參加旅行團,讓他們享受「黃昏之戀」,共遊山川名勝。閒暇時,爸爸沒有忘記他的老本行,愛逛建材行,為的是屋前、屋後幫我們修修補補,給孫子、孫女釘釘書桌,他工作起來認真、仔細,與年輕時毫無兩樣。

民國85年,母親去世之後,父親身體還算硬

朗,腦筋也清楚,獨自一人每年南來北往一兩趟。每次到新 竹來,都是講好時間,我們到火車站去接他,陪我們住幾天 就去台北。

民國91年秋天,父親一如往常到台灣北部探視小輩,第一站就是新竹。這次,我騙他說「工作太忙」,請他先到台北弟弟家中住幾天。10月25日,我在台北榮總開刀,得知是罹患大腸癌。一星期之後,弟媳終於帶著父親來看我。那天,他在椅子上坐了大概有一小時之久,一句話也沒說,別人說什麼,他也聽不見,只是眼睛不曾離開地看著我。從那一天起,不管見面還是打電話,他一定要我注意身體,聽醫生的話做治療。為此,我常常祈求上帝讓我多活幾年,好有機會多陪伴他老人家。

民國93年暑假,爸爸以84高齡再遊美國,我們一起去郊外採水果,遊覽舊金山大橋、水族館、園遊會、觀賞國慶煙火、參觀汽車工廠……爸爸還與我們一群朋友一起郊遊爬山,身手矯健;隨我們到朋友家唱卡拉OK,歌聲嘹亮。只是他想參加旅行團,坐遊輪去阿拉斯加看冰河,我卻沒有答應,因為他的年紀實在太大了,不適宜再奔波。再說,沒有媽媽陪伴,旅途豈不寂寞?

現在,爸爸也去天上和媽媽團聚了,我們縱有千般不 捨,也該道別。爸爸,天上想必風景優美,您倆牽手 走好,別再摔跤了。

2005/11

那串響亮的日子

一 高中畢業後考上清華大學,入學第一件事就是打聽如何 加入平劇社。在1970年代,平劇已經算是老人家的娛樂,所 以各大學的平劇社永遠是小貓兩三隻。不過,因為大陸剛發 生過文化大革命,所以台灣有個「文化復興」運動,平劇當 然被列為重點之一,各大專院校都要有平劇社,而且要定期 演出。

大一參加平劇社直到大四,足足玩了個夠。每個週末下午,我一定守在女生宿舍靜齋會客室看電視,那時台視、中視、華視三台各有一個平劇時段,我就看完一齣換台再看一 齣。

每年四月間校慶,平劇社演出永遠是學校指定項目,為了演出的準備,平劇社還有個專用琴師孫老師,身兼學生活動中心管理員。平時社員各自聽唱片學習,唱腔練熟了,就去找孫老師吊嗓子,四年下來,還真學了好幾齣。在校期間,我登台演過兩次,所以,同學之間都知道我是個戲癡。事隔多年之後,我在母系任教,學長系主任大人施宙聰還不忘推薦我去師生音樂會表演,只不過因為久不練習,已經找不到琴師,所以婉拒了。

大一那年,適逢清華六十校慶,由我們物理系王企祥教授的師母——名伶徐露女士演出〈大登殿〉。學校教授們總動員幫她跑龍套:連沈君山、李怡嚴教授都上台,郎棣教授都演了宮女,可見場面有多大!像我們這種大一的小蘿蔔頭,弄不到門票,當然無法進場觀賞。那天黃昏,我在禮堂門口乾著急,又不願錯過這場盛會,正巧學長張士欽經過,就帶著我從後門經過後台進去,擠在旁邊走道上觀賞。那可是一次千載難逢的演出,如果哪天有人能把當年的照片翻出來展示一下,一定令小輩們瞠目結舌。

我第一次真正粉墨登場是在大三,演全本《金玉奴》。為了演出,社員們暑假就去復興劇校參加「平劇研習營」,和各校來的高手一起練習各種基本動作,也因而認識不少同好。演出時,金玉奴前段是我,後段是沈眉綺;莫稽前段是莊家蘭,後段是汪明玢;金松是由沈眉綺的男友王一平擔任。另外還有個巡案大人,是由合唱團團長張世玨演的,當然還少不得找些同學跑龍套,熱熱鬧鬧演了一回。指導老師陳光棣後來說,張世玨一開口觀眾就哈哈大笑,因為他唱得不像平劇,而像歌劇。當然還有別的趣事,就像我們老是取笑莊家蘭的第一句台詞:「小生莫稽」,把它改為:「小生

在教會的「春節晚會」。文武場不齊全,人手也不 足,只演了前面一小段,由沈君山教授的妹妹沈 慈輝演金玉奴,我演莫稽,湯英蘧演金松。

母雞 」。 這齣戲後來我又演了一次,是在出國留學期間,

大四那年校慶演出《五花洞》,我們一夥人

還都真的大打出手。那時請了大鵬的朱克榮老師來教大家招式,四個演潘金蓮的同學各表演一段與朱克榮對打。其中陳 琪君因為是體操健將,所以她有一個翻筋斗的動作,真的把 觀眾老校友們唬得一愣一愣的。

聽說我畢業後,莊家蘭、陳琪君和張世玨又演了一齣《棋盤山》之類的,他們形容「打得很過癮」。等到幾年之後我回清華教書,平劇社已經式微,勉強又演過一次《打漁殺家》。那一年,還是因為張士欽剛好也回到母校任教,他在校時曾演過這齣戲,學校找了劇團班底演大部分角色,老生由出版組的梅先生和一位大四的同學擔任。至此平劇社銷聲匿跡,算是走入歷史。

我還參加過兩次校外的演出:第一次是在大二暑假,那時因為參加平劇研習營,營隊結束時公演。因為研習營高手太多,我只有跑龍套的份,好像演了《草船借箭》的琴童。第二次是在我出國之前的暑假,和新竹的平劇界同好一起演出。那天下午演《白蛇傳》的斷橋,晚上演《武家坡》,因為中間休息時間太短,沒有卸妝就和一夥人一起去吃晚飯,引來一堆好奇的眼光,也可算是「人不輕狂枉少年」了,值得一記。每一次演出,最重要的是留下一些照片,供作日後「白頭宮女話當年」的資料。

大學時代大概玩得太兇了,同期的清華校友都 知道我會唱平劇,走到哪裡都有人洩露我的祕 密,實在躲不掉,偶爾也需要表演個幾句,不過 都是缺乏伴奏,只能乾唱。倒是出國時帶了一些

218. 永不凋謝的玫瑰

錄音帶,是費了許多功夫將收藏的唱片轉錄的,除了留學期 間為我一解鄉愁,也一直陪伴我至今。

2005/01/07

失而復得

1月30日晚上和一些朋友到台北去聽音樂會,回家已經十一點多,卻發覺門打不開,只好向樓上鄰居求助。經他家老二由前面窗戶爬入開門,以為這個鎖用久了,該換個新的了,不久,便赫然發現房間與出門之前頗為不同,驚疑之間,趕緊檢視各抽屜,這才確定已然遭竊。一時手忙腳亂,於是再請鄰居幫忙出主意,向校警報案,並仔細察看財物損失。一番折騰之後,夜裡十二點多,還打電話吵醒小組長林強、仰青夫婦,請他們為我代禱。因為遺失物品當中有美國的銀行發行的信用卡和提款卡,為防造成更多損失,我還連夜打電話到美國,告訴建平通知銀行換發新卡片。

我平時放證件和一些小紀念品的抽屜被搬得空空的,連 護照也不見了,這可就嚴重了!——月裡還要去一趟美國, 連機票都訂好了,要是耽誤了行程可就慘了!星期一一早, 趕快打聽護照要怎樣報遺失,怎樣申請補發,也去警察局辦 了報失手續。等到再和校警聯絡,得知在三、五日內,西院 已有數起竊案,於是以電話聯絡其他兩家,商討應變之策。 在與去年遭竊的鄰居仔細討論後,我們認為:遺失的 證件有可能會被丟棄在廢物堆中,我又找了一位 校警仔細研究應該到那些地方找,比較有可能找 得回來,於是決定花點時間,出去碰碰運氣。

220. 永不凋謝的玫瑰

中午,我打了個電話到教會給玉華,說:「我要出發找 護照了,你們幫我禱告吧!」纔出辦公室門,電話鈴響了, 指定要找吳秀錦小姐本人,原來這位女士在她家旁邊巷子裡 看到一個旅行袋擺了一天,沒有人動過,實在好奇不過,就 翻了一下,看到竟然有我的護照,還夾了一張名片,於是打 電話通知我。

我拿回旅行袋,包括護照、美國駕照……等,及一些翻得亂糟糟的東西,立刻跑到教會告訴大家這個好消息。繼齡便陪我回家,在每一個房間禱告,求神親自潔淨每一個角落,並除去我心裡的害怕與不安。隨後,繼齡又請我吃中飯,算是給我壓驚。

我們家雖然都是科技人,日常生活卻頗迷糊,平日門戶 也很不小心,總認為住在清華大學校內,應該很安全,前後 窗戶從不扣上。夏天外出時,更是開著窗就走人,以前還有 過回家才發現大門根本一直沒關上,給小偷有可趁之機。好 在偷兒把門反鎖,不會和我正面碰上,免去一些驚嚇。

財物損失對基督徒來說,算不得什麼,反倒是現在前後 窗戶都扣起來,覺得自己像是住在牢籠裡一般。

我們在世上只是客旅,一切財物都是上帝所託管的。小 偷能偷走的,都是暫時的。我們一直在禱告中求主憐憫,

希望他能有機會聽到福音,得到永遠、屬天的福份,而不再以竊取別人屬世的財物為滿足。

住哪裡最安全?

當晚,帶著相見歡愉又依依不捨的情緒回家,鑰匙轉開後,卻發現門不能完全打開,我從門縫中伸手去開牆壁上的燈,發現門後頂著是一把椅子,直覺是被小偷「光顧」過,因此用力將門推開,直奔主臥室,果然看到房間衣物已被翻動!經過檢查……我們的護照、台胞證、建平美國駕照、信用卡、美金都已經失竊!

當下我們先報警處理,第二天起,就到各相關單位去註 銷所有遺失的證件,並重新辦理。這幾天,我需要撫平心中 湧起的各式情緒,還需要往返辦理證件,感謝神,祂一直是 我們身邊最深的依靠。

3月22日,我們一群與之謙(奕強之妻)熟識的姊妹淘相約一起進餐。話題之一,就是談到現今社會的亂象,欺哄、勒索電話之推陳翻新。

有人提及,某人接到一個恐嚇電話:「你的兒子在我手中」,目的就是要勒索金錢,經過他緊急聯絡後,得知兒子安然無恙,所以這次事件只是虛驚一場。有一位弟兄的車子停在路上遭竊,

對方也是用電話勒索,結果卻是錢去車未還;而另一位弟兄則是,他在北美的證件號碼被盜用,因此在其名下積欠債務,被討債公司追討,因而還要打官司……聽到這些事情, 真讓人覺得:社會似乎生了一場很嚴重的病,我們最後說到:「住哪裡最安全呢?」有一個姊妹說:「唯一安穩之所,只有在——天堂!」

3月26日,我接到一通電話,對方說他是刑警,他找到我 遺失的證件,他正在小偷家中!我當下的反應:「這是真的 嗎?」聽到這麼多的騙局,花樣層出不窮,我如何確定打電 話的是真的刑警?對方告訴我他的名字,又說:如果需要, 可以打電話到香山派出所確認他的身份。後來當我詢問他什 麼時間可以去領取我的證件時,他說等他將事情處理完,大 約四點鐘之後。

於是我們夫婦一起去香山派出所,刑警解釋如何找到這些證件,說是拿著搜索票,去到某有前科之人的家中,在搜索過程中發現了這些證件,而對方宣稱是撿到的。被捕者除了有吸毒紀錄,這次在他家中還搜出一些子彈來。面對這些失而復得的證件,我們心中充滿感恩,不是重新擁有;而是因為沒有被變賣,或是被拿去做非法使用。我遺失的物件不

多,錢財多寡也不重要,不過卻包括一本美國牧師所送有 關禱告的書。盼望上帝透過這本書向拿走的人說話, 使他們的生命有機會因為神而得到翻轉。

> 面對這次失而復得的經歷後,雖然理性上決 定要加裝鐵窗,多一層保護,但是,3月22日姊

妹們的話題卻也令人深思。**在這彎曲悖謬的世代,住哪裡最** 安全呢?在主裡,在地猶如在天。



吾不如老農

文件開教書崗位全時間養病,多的是閒暇。雜書看了一堆、 內工電視劇欣賞了幾齣、拼圖完成了若干、毛線圍巾也織了,好像能玩的花樣都玩得差不多了。每天對著後院的花花草草,想著怎樣可以更充分使用這塊地,於是開始逛花店, 買花苗來種,也確實給院子增加了一些顏色。一段時間之後,好像連種花也已經「不夠看」了,於是我開始考慮種菜的可能性。

先前曾經種過番茄和青椒,都是在園藝行買培育好的幼苗來種,所以,能吃到新鮮番茄也沒什麼了不起。這回我要試試「自力更生」,憑「真本事」種菜。先種的是地瓜葉,菜市場買來食用的地瓜葉,留下較粗的梗子插在地裡,一段時間之後開始發芽、長葉子,覺得還滿得意的。接著又如法泡製,以同樣方法種了空心菜。不知為什麼,兩種菜都長到某一個程度,就停止不長了,忙來忙去,虎頭蛇尾,一口自家青菜也沒吃到。

夏天裡,女兒從紐約回來幾天,帶回一些她自己種的碗豆莢,非常可口。走時她告訴我,在後院幫我種了一些碗豆,於是我在她種的地方按時澆水。幾個星期之後,豆苗長出來了,接下來真是「一日看三回」,盼啊盼的,總算這幾棵植物一天天長

大,開花、結果,心裡真有說不出的高興。夏去秋來,我居 然吃到後院的碗豆莢,那可真是香甜可口。

這下子,我開始涉獵各種菜蔬,還弄了兩本書來研究。 我去園藝行買種子,按照書上的方法種起一些菜蔬來。時值 秋冬之際,夜涼如水,所種菜蔬雖能發芽,但多數被冰霜凍 死,都算是白交學費了。

幸好,同時還種了一些球根類花卉,春暖之際紛紛伸頭探腦,爭奇鬥艷,讓我重拾信心,找出抽屜裡的種子,重新出發。

以下是我荷鋤學老農的重點摘要:

育苗

- 1. 種子用水泡一夜,時間不要超過36小時。
- 種子種入紙杯或塑膠杯中,早晚少量澆水。為避免過 濕,可以事先在杯底挖一小洞。
- 3. 苗種長至3、4片葉子時,可以移植下地(較大種子可以直接種植,不一定要育苗)。
- 4. 兩棵之間要保持適當距離。
- 5. 為避免貓、狗、松鼠破壞,最好以鐵絲網覆蓋。
- 6. 爬藤類長至15~20公分時可搭藤架。
- 7. 一般蔬菜大約三個月後收成。

物理館記趣

因為耶和華——你上帝在你一切的土產上 和你手裡所辦的事上要賜福與你, 你就非常地歡樂。 (申命記十六章15節)



作者為清華大學物理系極具貢獻的教授, 但更有幽默風趣的一面。 以下收錄的是數篇她描寫 清大物理系趣事的文章。

物理館到處都是P

主華物理館到處都是P。等一等,"P"不能唸作四聲(味 / 同道太重),要輕輕柔柔、斯斯文文唸作一聲,Ppppp。 嗯,這就對了。

第一種P是"People",當然包括了許多"Professor"(教授),Post-doc(博士後研究),PC(Ph. D. Candidate,博士候選人)。這些人都是科技界的武林高手,不用黑白板就可以討論「量子力學」,而且有時候還討論pp(particle physics,粒子物理學,高能物理學),內容屬於「限制級」,兒童不宜,所以沒有研究所程度最好不要跑去湊熱鬧,免得被風吹沙瞇了眼睛。有學生憨憨地跑去聽,被掌風帶到,震到幾百公尺之外——好在學校東邊有一塊好去處,叫作「科學園區」。於是,由「高能」物理(GeV級)越過MeV、keV、eV等級,到「超低能」物理(meV級)去落地生根了——可別小看「超低能」物理,那可是國家經濟命脈。這位學生從此到科學園區上班,賺大錢去也。

第二種p就是"paper"。大小諸P們,有事沒事就寫上幾頁東西,用PC(電腦)打字打得漂漂亮亮送出去,祈禱最好能刊登在好期刊:PRL(《物理評論快報》,Physical Review Letters)或 PR(《物理

評論》,Physical Review)上,不然至少也要混

個PL(Physics Letters)之類的期刊。這樣,下次再寫"p" (proposal)時,勝算才會比較大,才有錢可以多養幾個學生,順利進行另一個"p"(project),再多製造一些P和p出來。至於送出去的"paper"裡都討論些什麼呢?那還用說嗎?當然是另外一些p了,比方說:particles(基本粒子數),parity(字稱性),polarization(偏極化),plasma (等離子)等等。

大小諸P們送出去很多"paper",都拿了什麼回來呀? 答案很簡單,拿回來很多"prizes",又稱"awards" (獎)。你不妨去看看清華物理的網頁,上面列舉了各路英 雄最近這一陣子獲得的獎項,傑出教學獎、研究獎、學術 獎、特殊貢獻獎,還有學生們的論文獎……簡直就是琳瑯滿 目、目不暇給。更重要的,你還得常常去看,不然,改版再 改版,過不了多久就全走樣了。哎喲對不起,不是「走樣」 了,是換另一批英雄上榜了。

拿回來很多"prizes",你說要不要慶祝一下?開個"party"吧!不知怎麼的,物理館的諸P們行事低調,"prizes"很多,"party"卻很少。若有"party",也都限於小規格。不過也是的,動不動就有人拿個獎回來,就要開"party",那系上得花多少錢啊?錢還是留著做研究吧!(哎喲!開個"party"能花多少錢嗎?少來了!)

People、paper、prizes、party······身為物理館的一員,可真是個"Pleasure"(榮幸)!

研究生與工友

主工說1980年附近,某大報社一位科技記者心血來潮,想為 日日清華物理系寫一篇特稿,於是到了清大物理系公告欄前 徘徊。不久,看到一位男士,帶著厚厚的眼鏡,手捧洋裝書 和講義夾匆匆過來。記者先生一看,八成是個教授,機不可 失,立刻趨前搭訕。年輕的男士聽了來意,說:「我現在要 去上課,沒有時間,實在很抱歉。」回頭看有位身穿襯衫短 褲、腳踩涼鞋的年輕人笑嘻嘻地過來,便招呼他過來與記者 談談。

這位年輕人對記者先生的問題有問必答,而且滔滔不絕,只是不知怎的,他說的東西記者就是聽不懂。折騰了一陣子,又有一個中年人經過附近。此人一身灰色中山裝,縐得不像話,背了一個大布口袋,也舊舊的,腳蹬球鞋,一副倒楣相。年輕人看到他過來,頓時顯得很興奮,喊他過來加入,繼續和記者先生長談。

這個人講的話記者更聽不懂,兩分鐘後,變成兩個清華 人的對話,而且音量越來越高。雖然有人從旁邊經過, 都匆匆忙忙,沒有加入他們的談話。記者忍耐了許 久,好不容易找了個機會,終於告辭走了。

回了報社,想到浪費數小時稿子卻寫不成, 心裡就來氣。別人問他何事煩心,答以:「清華 物理系缺乏誠意,我去專訪,見不到教授就罷了,還隨便找 研究生和工友來敷衍我!」

冤枉啊!記者一共見到三位教授,依次為:陳信雄、許 貞雄、李怡嚴。

沒大沒小

理館有一種特殊的親切感,因為在這裡,「沒大沒小」 是被允許的。不相信嗎?我來說個故事給你聽聽。噓! 我跟你講,你不要講給別人聽,如果你要講給別人聽,不要 告訴別人:我叫你不要講給別人聽。

很久很久以前,物理系還在老系館(該地點現在變成化工館前面廣場)的時候,系主任是郎奶奶(郎隸教授,沒聽說過此人?1983年的故事了。哎喲,後生可畏,失敬了)。那時候吳大猷老先生還固定每個禮拜到新竹來上一門課,叫作「物理概論」。郎奶奶是個大大的好人,面慈心善,把「系主任加給」(就是「特別費」啦)拿出來,買咖啡給大家喝。吳大猷老先生是中國的「物理之父」,小輩們誰敢不尊敬?所以,老先生來的那天,我們這些徒子徒孫都會早早到教員休息室去,眼觀鼻、鼻觀心,端坐喝咖啡,等候大駕。(自稱「徒孫」是很不禮貌的,因為吳老先生有個徒弟叫楊振寧;楊振寧有個徒弟叫閻愛德。還是回去核算一下自己的輩分吧!)

有一天,大家都在聽吳先生閒話,再過一下就 要到物二館去上課了。忽然,外面傳來踢踢踏踏 的腳步聲,大家靜靜地對望,心想:這是哪個莽 撞的小子,如此無禮?接著,門外傳來一句高分

234.永不凋謝的玫瑰

貝的:「對不起!對不起!來晚了!老頭來了沒?老頭來了沒?」就在大夥兒目瞪口呆之際,許貞雄教授出現在門口!你真該看看那個表情!嘴巴可以塞進一個富士蘋果!

看官想必會問:「後來呢?」對,吳先生笑嘻嘻地對他 說:「老頭在這裡,請坐吧,坐我旁邊。」看見了嗎?這就 是大師的風範!

後來郎奶奶給許貞雄取了一個綽號叫「老頑童」,說他 講話是「童言無忌」。按照物理系這個「沒大沒小」的原 則,此後我不再稱呼他為許教授。

老頑童,物理系有你真好。

意外的驚喜

1007年秋天,我在清華大學教一門課,叫作「物理教材教 法」。因為考慮到選修的學生將來要成為中學老師, 成天和一些半大不大的孩子們在一起,於是做了幾件不太一 樣的事情,想不到過了兩年以後聽到令人驚喜的結果。

第一次上課,我送給每個學生一本書,是《改變生命的教學——教師七大定律》,這本書強調了以學生為主的教學原則。雖然引用了聖經經文,但是所談到的原則也適用於一般性教學。當時我送這本書,名為示範:「現在我送你們書,將來你們送學生書」,其實是為福音預工,盼望有學生因為這本書開始接觸基督教。同時,因為學生不是被強迫買書,也避開了一些以基督教書籍作為課本的話題。

一段時間之後,我開始安排現任老師現身說法,向他們 講述一些經驗,其中有一次邀請武麗華姊妹。麗華不愧是麗 華,以過來人身份傳授許多招數,怎樣和學生建立感情,怎 樣改正錯誤行為,怎樣聆聽他們的心聲。最後她還引用哥林 多前書十三章,再三強調愛心的重要。所謂「運用之妙,存 乎一心」,再多的招數,總結也不過是一句話:「愛是 永不止息」(哥林多前書十三章8節)。

學期結束前,我請學生到我家吃飯。那天我唱了一首歌給他們聽,是選自《彌賽亞》的〈祂 必牧養祂的羊群〉和〈凡勞苦擔重擔的人〉。我 向學生解釋歌詞,同時勉勵他們要依孩子們每一個人的需要 去幫助他們。同時,我還送給每個人一個紀念牌,上面有一 句話:「愛是永不止息」。

故事到這裡,好像該告一個段落了。學生當中的確有去 當實習老師的,也偶爾聽到一些甘苦談。比較意外的是,當 年那一些學生有人後來又出現在我的教室裡,但這回是完全 不同的一門課,叫作「量子物理」。一問之下才知是不夠用 功,被當掉的。這可就不太妙了:一來,量子物理確實很 難;二來,這門課學得不好卻要去教書,好像有些說不過 去;我也不能因為事先認識他,而把標準放寬。不幸的是, 第一次考試他考得很差,這不是為難我嗎?我找個機會警告 了他幾句。第二次考試還是考得很差,不過有進步。我看著 成績表發愁,不知道該怎麼辦。期末考,還是考得不夠,還 是有進步,不多不少,剛剛可以補考。幸好,補考及格了, 讓我大大地鬆了一口氣。

後來這個學生來找我,聊了很久。原來他在吃了我的 飯、收了我的禮物之後,開始去上教堂,這兩年已經成為基 督徒。更稀奇的是,他有一個勝利堂的朋友知道他考得不 好,就一再鼓勵他一定要發問,他因為鼓起勇氣常來問我, 終於有足夠進步,而能順利過關。箴言二十五章11節說:

「一句話說得合宜,就如金蘋果在銀網子裡。」我一直很 想知道誰是這位擁有「金蘋果」的智慧人?

寫於2000年秋天

實驗物理的趣事

前言:「實驗物理」是清大物理系的核心實驗課程,大二的同學分兩個下午上課。我曾於1986~1992年,分別與黃幸美、黃騰良及方伯雄三位教授合作,一共任教該課程四次。期間,並幫忙將原來由賴忠信老師所編的講義改寫更新。方教授的夫人陳麗民老師在實驗中學教過小女漢梅,方家大女兒郁文與小兒漢斌小學同學。1994年初,方教授去世,我為紀念專輯寫了本文。

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

製作一些簡單的零件。這種實驗始於物理系90級,是全體參 與師生都終身難忘的經驗,往往若干時日之後提起某一同學 名字,只要說出專題名稱,立刻恍然大悟,並勾起一連串的 記憶。

94級的實驗物理是方伯雄教授和我教的,專題共分十八 組。題目從「Chaos現象」、「彈簧片振盪」、「樂音分析」 到「電磁波」,可謂包羅萬象。那一個半月裡,實驗室全天 候開放給同學使用。物理館各樣儀器,包括施宙聰教授的高 級示波器、寇崇善教授的測頻儀……都被借到物理館406/ 407教室去;技術員余先生和兩位助教進進出出,幫忙找小東 西;有人買了中學生帶午餐用的飯盒來改裝成儀器、有人去 學校放置廢棄腳踏車的地方拆舊鏈條來使用……實驗室裡熱 鬧滾滾,各路人馬大顯身手,都想做一個本門獨創的實驗。

專題實驗第三組是由金振山、陳柏中、羅亦安和吳清龍四個人所組成的,前三位是我的導生。他們選的題目是「磁滯曲線與溫度的關係」,號稱要觀察在770°C下,鐵由「鐵磁性」變成「順磁性」的兩種不同磁滯曲線。這個實驗需要抽真空、加熱和加磁場三項技術。第三項最容易解決,實驗室已經有現成的Helmholtz coil。抽真空和加熱問題較麻煩,全靠方伯雄幫忙。這一組不但向他借用許多器材,還使用七樓的709室作為實驗場地,在PC上寫程式控制電流、直接記錄磁場等等,館車具複雜得很呢!那一時

直接記錄磁場等等,簡直是複雜得很呢!那一陣子,我幾乎天天都去物理館406/407教室看看各組的進度,同時與他們談一談,做一些八成不被

採納的建議。總覺得第三組似乎隱居在外,而方伯雄又特別 照顧他們,忽視了其他各組,有時不免也為他們抱不平。其 實各組也都受到他指導,只是兩位老師出現在實驗室的時間 不相同罷了——這是看了他們結果報告的結語部份(包括甘 苦談)才知道的。

有一個下午——根據實驗記錄是1992年5月15日——我到 物709室去,聽振山等人說馬上要抽直空,可是發覺他們還缺 了兩、三個組件。當時已經是四點多了,所以我告訴他們, 「來不及了,改天再說吧」。振山說:「一定來得及,方老 師說的。」我說:「方老師在開玩笑。抽真空是需要時間 的,你們什麼都沒有,怎麼抽?」下班之前,我去找方伯雄 拿筆試(前六個實驗的)考券,在走廊上又遇見了振山、柏 中和亦安三人。我就問:「你們還在這裡,沒回家嗎?」 (那天是星期五。)振山說:「我們要找方老師去同步輻射 拿真空的parts。」我又說了一次:「來不及的,別試了。」 結果變成了師生打賭:振山要求「如果今天晚上開始抽真 空,老師請我們吃漢堡。」我還未回答,就聽方伯雄在一旁 說:「有人要請客?我可不可以作陪?」問明了是打賭六點 以前能不能開始抽真空,他顯得很興奮,告訴三個學生說: 「現在去拿東西還來得及,有我幫你們,一定贏得了。」 於是帶著他們往同步輻射搬東西去了。

那天的實驗記錄裡有這麼一句話:「5:30, 試抽真空,吳老師要請漢堡了!」幾天之後,我 們五個人真的去吃了一次漢堡餐。清龍沒去,因 為他說打賭時他不在場,不好意思來。

午飯當中,亦安和柏中說了幾個「聽說物理系從前……」的小故事,每次都似是而非,因此他說一個,我就糾正一個。後來他們發現方伯雄一直和他們一起當聽眾,就訝異「吳老師知道的事情,方老師怎麼都不知道?」我告訴他們,「方老師比我晚幾年回台灣教書,他是『現代人』,我是『古代人』。」那時柏中接了一句:「老師不是古代人,簡直快變『木乃伊』了!」這個玩笑開得有點過頭,幾個人都不知道下句話該說什麼才好。還是方伯雄說了:「我們謝謝『木乃伊』請的中飯……」一陣哄笑之後,大家同乘一部車回清華。最近我問柏中他們,那些似是而非的故事是什麼,他們一個也不記得。振山還直說是兩個老師打賭,吳老師輸了,所以請客。這些年輕人,記性實在真差!

方伯雄雖然幫了第三組很多忙,可是並不偏袒。振山這組交了一份長達百頁的報告,評分時卻得不到第一名。原因是:「他們人太多,又有老師幫,不能算是真本事」——這是方伯雄的評語。第一組是周忠憲和易繼心兩人,題目叫作"Chaos",雖然只有兩個人,但在到處找資源,廣收同學意見,並得貴人相助(施宙聰教授把名貴示波器借他們用)之下,真的把期刊上所記載的現象做出來,因此獲得第一名。

談到忠憲和繼心,還有一段小故事值得一 提:第一學期,這兩個人同組做實驗。有一次不 知怎的,聽到忠憲叨叨唸著:「笨手笨腳,什麼 都不會……」剛好我在附近,就說:「易繼心鋼琴彈得很好啊,怎麼可能笨手笨腳?」忠憲還是不甘心,又接了一句:「彈鋼琴的人只要手指頭聰明就好了。」後來我有時談起繼心,每每戲稱為「那個手指頭很聰明的女生」。第二學期前半段,繼心與亦安一組,到專題實驗重新找夥伴才又與忠憲合作。交結果報告時,有某處需要剪貼圖片,她不慎多剪掉幾個字,忠憲還在圖後面寫了句:「被手指頭很聰明的人剪掉了……」

專題實驗一共有十八組,發生的趣事不可能在此一一敘述。所有的實驗經過和各組結果報告都在物406/407室存檔,供有興趣者日後查閱。實驗期間,常看到A組同學至 B組去幫忙,B組同學又給C組出主意,物理系94級同學在專題實驗時表現出對物理的高度興趣,並在不同題目之間做小型學術交流,也可算是專題實驗的良性副作用了。

在校園裡,學生碰到教過的老師時,表情分成幾種:一種是大大方方打招呼;一種是假裝不認識;還有一種是三、四十公尺之外就假裝有事,轉身開溜……94級學生見到老師們,總是笑得很開心。若干年之後,也許某幾位會在物理界嶄露頭角、揚名國際。屆時我必再訪406/407教室,查一下他/她的專題報告,也許還會再想起其他趣事,用來說給他們的學弟/妹們聽。

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

後記之一:

易繼心畢業之後赴德國,改學音樂,2002年3月 在國家音樂廳舉行個人獨奏會,我到台北去聆賞, 並上台獻花。文中提到五位男生,物理系畢業後均 繼續深造,也各獲博士學位。其中,陳柏中於2003年 秋天應聘回母系任教,成為我的同事。2004年春天, 我参加了方教授女兒郁文的訂婚典禮,對象是我的 鄰居董教授的公平。

後記之二:

物理系每年都會舉辦「師生音樂會」/我曾多 次參與。1994年的音樂會由易繼心為我伴奏,周忠 憲去照相(只要用一個手指頭),照片洗出來,人 都是閉著眼睛的。1997年的音樂會,周忠震說他很想 「登台」,問我可不可以去幫忙翻譜?那次伴奏的 是97級的王大欣,她覺得翻譜容易出錯,經過再三 考慮,決定把歌譜印成單頁,讓周忠憲上台去「擺 譜」(只要用兩三個手指頭)。誰知他所擺的譜, 每一張都滑落在地,引起陣陣笑聲,從此,連他也 自認「手指頭很不聰明」。1999年的音樂會/周忠 震又說他還是很想發台,於是我寫了兩段歌曲解 説,讓他去朗讀,這回總算圓滿完成任務。

2005/03/28

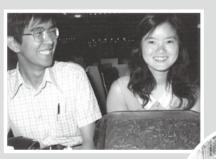
美好時光



▲ 她從小就清秀美麗。



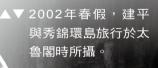
▲ 大學畢業時與父母 的合影。



▲ 在美國過23歲生日。



▲ 2005年春節時在新竹家中建平 與秀錦合影。



▲ 在美國家中餐桌前 的照片。雖在病中 但是美麗依舊。

國家圖書館出版品預行編目資料

永不凋謝的玫瑰: 吳秀錦紀念文集 / 吳秀錦著

. - - 初版. - - 臺北市: 天恩, 2009.08

面; 公分

ISBN 978-986-6496-48-6(平裝))

1. 吳秀錦 2. 基督徒 3. 基督教傳記

244.9 98014235

永不凋謝的玫瑰——吳秀錦紀念文集

作 者/吳秀錦

執行編輯/鄭斐如

文字編輯/徐欣嫻、李漢梅

美術編輯/楊淑惠、楊孟樺

發 行 人/李建平

出 版/天恩出版社

10455臺北市中山區松江路23號10樓

郵撥帳號:10162377 天恩出版社

電 話: (02) 2515-3551

傳 真: (02) 2503-5978

網 址:http://www.graceph.com

E-mail: grace@graceph.com

出版日期/二〇〇九年八月初版

登記 證/局版臺業字第3247號

ISBN 978-986-6496-48-6

Printed in Taiwan.

版權所有・請勿翻印