

<<活出生命的惊叹号>>

图书基本信息

书名：<<活出生命的惊叹号>>

13位ISBN编号：9789866379451

10位ISBN编号：9866379450

出版时间：2011-1-26

出版时间：原水文化

作者：东方比利（著）,黄芝婷（采访撰文）

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<活出生命的惊叹号>>

前言

回台灣的家時，母親一驚：「大冷天的，你怎麼理個大光頭？」
我心虛的回應：「媽，這是現在最流行的造型！」
一轉身，我的眼淚就啪地不聽使喚流下來?? 千萬不能說，不能說！
二 六年遭逢意外身亡的二哥(註1)，讓母親措手不及，傷心欲絕。
經過一、兩年的時間仍然走不出傷痛。
她常常夢見二哥，一想到他時還是悲從中來，難過不已。
再加上，二 五年時三哥(註2)罹患了大腸癌，所幸及早接受治療讓病情得以控制。
因此，十五年後(二 七年十月)當我血癌再度復發時，實在不敢也不忍讓她知道，免得她再次遭受打擊、承受不住羸弱的身子.....
直到二 一 年一月的演唱會時，她才知道我癌症復發了且即將到美國做治療，她再度痛哭失聲。
大哥、三哥及小哥也不過比母親早幾個月知道。

***** 二 七年當我癌症復發時主動立了遺囑，錄製過一次量身打造的告別式。
當個稱職的主持人一向是我拿手的本事，我自己的告別式當然由我親自主持最恰當！
換言之，也就是事先錄影下來，等我過世時再播放，整場告別式依照我想望的方式進行，然後，歡迎我的學生們、家人、同事們、教會的牧師、弟兄姐妹們，來看我最後一眼，最終場景則是邀請牧師來為我蓋棺.....

因為沒有人會比我自己更清楚了解上帝創造的我，跟我回去之前的點點滴滴。
在白白得來，白白捨去之後，這是對上帝最後誠實的交待。

我不能決定我是怎麼來到人間，卻可以策劃我是如何離開人世的。

唯有如此安排才不會讓母親太過悲傷。

當我在天堂遇見上帝時，我會請教祂，為什麼我的人生這麼戲劇化，因為這腳本是祂給的。

我也想知道在天上的父親和二哥過得怎麼樣?? part1 東方比利二次抗癌全記錄 一九九三年，正當我在新加坡廣播以及電視台主持工作獲得極大肯定時，竟過著放縱的生活，身體終於對我提出抗議 經常發燒，全身痠痛，刷牙時大量流血不止的症狀。

然而我毫無警惕，直到有一晚，從舞廳回到宿舍後，就一病不起，連續請了三天病假。

高燒不退，骨頭痠痛，渾身無力，進了醫院。

檢查報告出來後，醫生說：「是血癌！」

」 二 七年十月，我又因為發燒去醫院做檢查，醫生說我白血球飆高；正常人的白血球是四千到一萬，我已經飆升到兩萬多，最嚴重時，還曾飆升到十三、十四萬。

醫生說：「你的情況非常不對，而且發燒，急性淋巴性的血癌有回來的跡象！」

」 我嚇壞了！

第一章 我的戲劇人生 我的人生很戲劇化。

我出生在一個陽盛陰衰的家庭裡，父親是將軍，母親是音樂老師，上有四個哥哥，我則排行老么。

我在眷村長大，在成長的過程中，父親多數時候缺席，由母親獨自撐起一個家，她既要工作還要養育五個兒子。

因著父母親婚姻生活的不和睦，又因為父母親管教孩子的方式，影響了兄弟間彼此的相處，甚至還會拳腳相向，父母親「嚴厲」地管教大哥，大哥就「嚴厲」地管教二哥，以此類推。

而所謂的「嚴厲管教」，就是打和罵。

我沒有人可以管教，就管教我家的狗??；因此童年時代的我，心裡積壓了許多忿恨和不滿。

比方說，在家中論功行賞時，我總認為父母親給哥哥們的禮物比我好，我就會生氣、嫉妒又怨恨；在校讀書時，老師讚美同學比我表現好，我同樣不以為然；甚至長大進入社會工作時，老闆誇獎同事比我工作能力強，我還是不服氣也不服輸！

<<活出生命的驚嘆號>>

因此從小我就會用「說謊」來包裝自己，只為了不要讓人家看到我內心的缺陷。
舉例來說，當時新店大台北華城是最豪華氣派的別墅之一，我常跑到那裡去拍照，拿著照片主動跟同學炫耀，這就是我家。

下課後，就趕緊搭車到那棟豪宅，從那裡再繞過彎彎曲曲的小道，回到自己眷村的家。

每當我受了委屈或皮肉之痛時，就會雄心壯志告訴自己：「有一天我一定要離開這個家，走得愈遠愈好！

有一天我一定要賺很多錢，讓大家瞧得起我！

」這種夾雜自卑感、虛榮心以致自大、不切實際的性格，令我很痛苦也很掙扎，好像不用人教導就與生俱來、自然產生了。

往後帶給我成長過程中極大的陰影和影響。

男扮女裝，紅遍寶島秀場 我從小就盤算要早日離開這個沒有愛的家，所以復興美工畢業後，在一九八二年進入了演藝圈。

曾擔任過名模包翠英的祕書，也拍過戲，雖不賣座，但劇中「男扮女裝」令人驚豔的造型卻在當年造成極大轟動，也讓我一炮而紅，因而夜總會、歌廳競相邀請我登台作秀，可說紅遍台灣當時所有秀場。

。 直至秀場沒落後，我竟也淪落到「牛肉場」表演。

那時我一心只想賺錢，比起一般人作秀的收入高得驚人，讀啥書？

拿什麼文憑？

在我看來毫無用處，目空一切，唯利是圖，唯我獨尊??！

這種無知、偏見與猖狂，果真讓我後來的人生不僅出盡洋相，也付出了慘痛的代價。

回想作秀期間，我極端叛逆，一心想報復我自以為對我極不友善的家人。

我記得，在一九八一年穿第一個耳洞時，母親氣得差點吐血；隔年又去穿第二個耳洞時，我屈指一算，上有四個哥哥，再加上父母親共六人，我乾脆去穿六個耳洞氣炸他們。

家人果真覺得我瘋了，甚至覺得我很變態！

那時二哥在桃園教會當牧師，我就在他教會對面的華國戲院登台作秀。

禮拜天早上，我曾帶著一票舞群，拿著菸，戴著羽毛，穿得花枝招展，濃妝豔抹去鬧過教會。

哥哥在台上講道，看到我們差點嚇暈掉！

我還故意說：「Hello，弟兄姐妹們，你們看我腿上這些疤痕，就是這人打的。」

台下的人說：「你是說，牧師打你的嗎？」

我說：「對！」

所以你最好早點走，不然接下來就是你被打！

」結果教會裡的人，被弄得人心惶惶，狀況大亂。

我也搞不懂，那時為什麼這麼叛逆，深深傷害了二哥。

那時常覺得二哥用《聖經》的話在罵我，現在我才深刻明白，這些彌足珍貴的智慧語錄可是幫助我走出失敗的人生及渡過難熬病痛的最大精神支柱。

一九八六年我幸運地出了第一張唱片。

當時公司需要我取一個四個字的藝名，大哥覺得「東方比利」不錯，「東方」是複姓，當時在新店教會的高日新牧師也覺得這個名稱甚好。

高牧師說：「『比利』是舊約《聖經》裡的一個戰士，是一個主的孩子。」

『東方』則是代表中國人。

我希望你能在東南亞站立得住，做個百戰百勝的戰士，在整個亞洲市場為主做見證，為主發光。

」（筆者按：中文聖經和合本、新譯本、呂振中譯本的舊約『歷代志上7章節：瑣法的兒子是書亞、哈尼弗、書阿勒、『比利』----』、『歷代志上7章節：『這都是亞設的子孫，都是族長，是精壯』大能的勇士』，也是首領中的頭目。

』）孤陋寡聞，出盡洋相 後來我開始到海外登台作秀。

第一次搭乘國際班機出國時，經理人跟我說：「記住！

出國不要多說話，只要專心唱歌就好。」

<<活出生命的惊叹号>>

」 我心想：「這是什麼話，根本是汙辱我的人格嘛！

我有嘴巴，怎麼不能說話？

」 在飛機上空姐很有禮貌地問我：「先生，請問您要雞腿飯或排骨麵？

」 我心想，飛機上的餐點一定很貴，怎能才上機就花錢？

於是回絕說：「我不吃！

」 空姐也沒說什麼便走開了。

很快的，我看見空姐把一盒盒的餐點，送給我的舞群及和音們，我心急地想：「你們好大的膽子啊，老闆沒吃，你們倒吃了起來！

」 後來才知道，原來機上的餐點是不必額外付費的。

從台北到新加坡的飛行時間是四個多小時，後來我實在餓得受不了，正好看到一位空姐端著一盤熱騰騰的「春捲」走過來，於是大聲叫喚：「小姐，麻煩您給我一客春捲。

」 空姐很有禮貌地說：「先生，這是毛巾。

」 這時全機上的人都哄堂大笑！

那時，飛機上的毛巾是奶褐色的，一捲一捲的，上面還冒著煙，對一個肚子餓得嘸哩咕嚕的人來說，任誰也會以為那是春捲啊！

因為我的沒「知識」和沒「見識」，就這樣被大家嘲笑得一塌糊塗。

而我的舞群及和音們，因為常和一些巨星們到東南亞各地作秀，早就見慣了各種場面。

在一陣哄堂大笑中，我的經理人咬著牙說：「我早就跟你說過，出國不要亂說話！

」 讓我頓時心裡受到很大的創傷和不平衡。

為了彌補心中的不平衡，表示我很有品味又有錢，一到酒店後，我就到樓下的百貨公司去大肆採購。

那裡多半是日本人，我心裡七上八下的，不知我的破英文能不能應付。

因為小時候二哥教我唸英文，我一沒唸好，一個耳光就打在臉上，我曾發誓絕對不學英文，導致我的英文程度真的很爛。

但在國外時，我必須表現出我是夜總會的巨星，我是壓軸主秀，我是Super Star，於是，輪到我付帳時，我故作鎮定問收銀小姐：「What time?」 她恭敬地看了我一眼說：「Three o'clock。

」 我以為她沒聽懂，又更大聲問：「What time?」 她很害怕地說：「Three o'clock。

」 我非常生氣地往她檯面上一拍，又問：「What time?」 這時我後面一位先生，很沒禮貌往我身上「砰」一打，用福建台語說：「你到底要啥米？

」 我嚇得要命，不知道在新加坡還可以說台灣話，顫聲回答：「你怎麼這麼沒禮貌，我只是想問她多少錢？

」 結果所有的人都異口同聲說：「How much啦！

What time?」

」 然後又是一陣哄堂大笑！

這事後來傳遍整個百貨公司和酒店，甚至傳遍演藝圈。

那時候我記得幾乎所有服務人員只要看到我都會叫我What time哈囉！

你說丟不丟人啊！

還有第一次我表演完回到酒店房間時，發現床上躺著一個喝醉酒的女人，我怕會是一個陷阱，立刻打電話給櫃台說：「Nine one one two tea!」 因為我的房間號碼是911。

沒多久，服務生就送來兩杯茶。

我一看氣死了，乾脆自己跑去找櫃台的人：「有兩把key，可以同時打開911房的window。

」 對方聽得一頭霧水。

後來跟我到房間，比手畫腳說了半天，才弄明白我的意思：「有兩把tea，可以同時打開911的door。

」 我把key說成tea，又把door說成window，難怪事情愈說愈糊塗了。

後來大家一看到我，都改口我叫「Nine one one」 還有第一次我帶了十二個大皮箱去印尼作秀，其中有一個皮箱，不管到哪兒，我都下令不准打開，誰打開我就跟誰翻臉，每個工作人員都覺得

<<活出生命的驚嘆號>>

好奇。

終於有一天夜裡，他們決定開我的皮箱，一打開才發現，裡面全是冰天雪地的酷寒氣候才派得上用場的大衣和行頭。

我的秘密竟被揭穿，這事一下子又無人不知了。

原來東方比利是多麼沒知識又沒常識，連印尼是個熱帶國家，沒有冬天都不知道呢。

墮落靈魂，糜爛人生 一九八八年，在東南亞有位富豪的姨太太看中了我，還把我包養起來。

那時我還不懂「包養」的真意。

身邊的人都說：「反正你有錢拿就好了。」

於是我每天和她在一起逛街、買東西，要什麼她就買什麼給我。

一個星期後，我才知道「包養」就是要陪她睡覺，陪她做她喜歡做的事。

講好聽點就叫「包養」，講不好聽點就叫「牛郎」，講再難聽點就叫「性奴」。

但她出手之闊綽豪邁實在不在話下，曾經一出手就是三萬美金，後來又是兩萬美金，期間更是不計其數。

那時我的心愈來愈貪婪，我的慾望也愈陷愈深。

後來我又跟一位銀行大亨在一起，他是同性戀者，還染上吸毒的惡習。

我每天和他在一起吃吃喝喝、逛街、購物、睡覺、吸毒，然後玩遍紐約、義大利、法國等地。

過著頹廢、揮霍無度，晚上不眠、白天不起的生活，靈魂污穢不堪，永遠都不想回家。

後來當所有的地方都玩遍時，我的人生突然變得很空虛。

心裡的空洞愈來愈大，甚至墮落到前往泰國吸毒。

在這期間，也曾發生過在機場被懷疑攜帶毒品，而被全身脫光光檢查，連肛門都不放過，差點面臨牢獄之災、上不了飛機的事件。

之後數年，我持續在東南亞巡迴演唱。

最難熬的是逢年過節，家家戶戶圍爐團聚、喜氣洋洋，我卻孤伶伶一站站趕場，一個人在海外冷清清過年。

有時趕場趕急了，就匆匆以泡麵充饑，那種真實的辛酸是無人能知。

好不容易鼓足勇氣打電話回家，進出口的卻是淡漠、炫耀似的言語：「怎麼樣，你們都好嗎？」

我在這裡好得很呢！

好吧！

沒什麼事了，就這樣，拜拜！

掛了電話後，眼淚就熱辣辣地流下來。

直到這刻，我的心仍是充滿了倔強和偽裝，在那靈魂墮落的地方沉浮！

***** 無心插柳，踏進廣播新天地 生命，是如此奇妙。

有時候，你一心所追求的未必能求到，但是一個無心插柳，卻可能開花結果。

過去，我一直自豪於自己載歌載舞的表演能力，然而舞台生涯卻走得跌跌撞撞……。

一九八九年、一九九〇年，我在新加坡出了兩張唱片，也上了很多電視演短劇、做主持……，但卻不是正職的工作。

直到一九九二年時，新加坡廣播電視台，也就是現在的《新傳媒》機構，招考廣播節目主持人，雖然擔心自己的英語能力不夠好，學歷也不符合，但不論如何，我還是前去接受面試。

當天的主考官就是當年的總裁——蔡芙蓉女士。

我坦誠自己英語說得不夠好，不過我也強調，我的舞台經驗和人生閱歷豐富，也許就是這點打動了主考官，一九九二年四月一日，我正式簽約，在當時叫做 S B C 的新加坡電視台上班，成為廣播界的新鮮人。

我獨挑大樑主持的第一個節目，是每天晚間十一點到凌晨兩點的《城市午夜場》。

這時段，原本是最冷門，最不被看好的。

我把節目分成三個單元：「午夜留聲機」開放給聽眾錄音，然後剪接精華播出；「妙招」則加入武俠小說擂台賽的概念；「親密關係」請專家、學者分享親密關係的看法，再開放讓聽眾參與，沒想到這樣的節目型態引起聽眾極大共鳴，晚上不眠不休聽我節目的人愈來愈多，走紅的我一踏出電台，就有

<<活出生命的惊叹号>>

計程車排隊免費要載我。

之後我所主持的《列車958》、《勁爆百分百》、《利哥請聽我說》、《亞當、夏娃最愛》、《還我健康》、《小男人大廚房》、《超Easy美一身》、《一輩子戀愛在最愛》、《真心面對面》等節目單元也都有很亮眼的成績及長紅的收聽率，使我的知名度大大攀升，成為最矚目的明星DJ。

後來我甚至跨越到電視台主持《新世紀互動》節目，收視率爆紅，贏得新加坡「師奶殺手」的稱號，進而主持大型慈善節目等。

從二〇〇〇年至二〇〇七年間，總計奪得十八座獎項，被媒體冠上「新加坡的主持天王」的封號。

港台巨星和知名藝人，每到新加坡，第一站就是要上我的節目作宣傳。

放縱生活，第一次病魔來襲。當時，為了鬆弛工作壓力，每晚下班後，我都會去Disco舞廳跳舞喝酒，再拖著放縱亢奮的身體回電台宿舍。

那時我已有經常發燒，全身痠痛，刷牙時大量流血不止的症狀。

然而我毫無警惕，直到有一晚，從舞廳回到宿舍後，就一病不起，連續請了三天病假。

高燒不退，骨頭痠痛，渾身無力，進了醫院。

檢查報告出來後，醫生說：「是血癌！」

我不敢告訴任何人。

如果告訴家人，我想家人一定會說：「你看，不聽管教的報應！」

要不就是：「你看，誰叫你當初要選擇這條路，現在把身體搞壞了吧！」

如果告訴以前秀場的朋友，他們表面上可能會安慰連連，心底卻會暗暗竊笑：「比利啊，你也會有今天啊，真是老天有眼，報應啊！」

報應！

如果告訴同事，他們可能會冷嘲熱諷、翻眼撇嘴：「還不夠紅嗎？」

拿這種事搞宣傳，打知名度？

再說我拿的是「工作准證」，一旦讓公司知道了，很可能會連飯碗也不保，工作都丟了！

不能說！

不能說！

絕對不能說！

因此當醫生說：「你要通知家人，通知你的母親。」

我往後倒退了幾步說：「我和家人都沒有說話，我和他們沒有聯絡。」

因為我恨他們！

」

<<活出生命的惊叹号>>

内容概要

'新加坡抗癌勇士東方比利療癒生活全記錄！

我不是醫生、也不是營養學專家，只是個有點知名度的癌症病友。

過去我在生活上、飲食上走錯許多冤枉路，但何其有幸，有許多養生專家指導我，有愛我的家人、關懷我的朋友、支持我的粉絲，更重要的，我認識了我的主。

因此當癌症第二次再來時，我沒有被打敗，我誠實地、勇敢的面對它，遵循專家教我的方法，吃正確的飲食、持續做對的運動、調整作息、改正心態、堅定信仰，終於一步步走向健康。

我期待大家跟我一樣都能做自己健康的主人！

**來自部分抗癌&運動學員的療癒分享(摘自東方比利DVD受

<<活出生命的惊叹号>>

作者简介

東方比利 (Dongfang Billy) 曾為臺灣藝人，1986年轉戰東南亞發展，正式成為新加坡電視台暨廣播電台主持人。

曾獲新加坡廣播及電視最高榮譽金嘜獎 (18項獎項及電視紅星大獎)、「新加坡廣播天王」美譽、新傳媒三大中文電台最愛歡迎DJ獎、最受歡迎主持人獎、最佳節目主持獎、最佳節目製作獎、最多才多藝DJ獎等。

1993年不幸罹患血癌，經過治療與改善飲食、持續運動、找到信仰等，1995年漸漸康復。16年後 (2007年) 血癌復發，2009年底赴美接受骨髓移植，配合醫生治療需要，增胖近25公斤，立志治癒後半年內要健康控管體重。

2003年創辦「新加坡癌症互助協會」，2007年在新加坡國會議員的建議下，更名為「365防癌教育協會」。

2007年舉辦新加坡第一屆十大防癌頒獎典禮 (讓愛動起來) 帶動新加坡全國運動健身。

2008年創辦「比利的家」，結合運動 & 飲食 & 生活規律工作室，積極在有限的生命中完成傳遞健康、分享健康、活出健康的使命目標。

2010年舉辦新加坡第二屆「把愛找回來」演唱會。

2011年持續帶領大眾一起健康飲食、運動健身、藝文創作、追隨上帝傳播福音、從事公益！

採訪撰稿者簡介 黃芝婷 (Cecilia Chiam) 1978年旅居美國迄今；1993年出版第一本長篇小說現定居南加州洛杉磯。

是虔誠的基督徒！

散文、評論及短篇小說分別刊於：台灣《皇冠雜誌》、北美《世界日報》、新加坡《聯合早報》、香港《明報》、馬來西亞《南洋商報》、《星洲日報》。

著有長篇小說《走過那個年代》、《婚姻調色盤》等十餘本著作。

美國【7media.info 七傳媒】《你我的故事》專欄作家、台灣【皇冠雜誌】《相信愛情》專欄作家、馬來西亞【星洲日報】《紐約電郵》專欄作家、【南洋商報】《X世代》專欄作家、【都會佳人】《Citta Bella》雜誌- City Girls 專欄作家。

<<活出生命的惊叹号>>

书籍目录

Part 1 東方比利 二次抗癌療癒生活全記錄第一章 我的戲劇人生第二章 要跟自己和好Part 2 東方比利
60天改變身心靈的健康計畫第一章 活出生命驚嘆號的四大關鍵行動力 - - 只要了解就可能改變現況
，只要實踐就有成功的希望第二章 以營養對抗癌症（之一） - - 60天改變身心靈健康的飲食計畫原
則第三章 以營養對抗癌症（之二） - - 60天改變身心靈健康的抗癌療癒食譜第四章 用運動擊退病
魔（之一） - - 60天改變身心靈健康的拉伸操第五章 用運動擊退病魔（之二） - - 60天改變身心靈
健康的有氧舞蹈

<<活出生命的惊叹号>>

章节摘录

前言 回台灣的家時，母親一驚：「大冷天的，你怎麼理個大光頭？」
我心虛的回應：「媽，這是現在最流行的造型！」
一轉身，我的眼淚就啪地不聽使喚流下來；千萬不能說，不能說！
二 六年遭逢意外身亡的二哥（註1），讓母親措手不及，傷心欲絕。
經過一、兩年的時間仍然走不出傷痛。
她常常夢見二哥，一想到他時還是悲從中來，難過不已。
再加上，二 五年時三哥（註2）罹患了大腸癌，所幸及早接受治療讓病情得以控制。
因此，十五年後（二

<<活出生命的惊叹号>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>