

<<癌症可以這樣面對>>

图书基本信息

书名：<<癌症可以這樣面對>>

13位ISBN编号：9789866488498

10位ISBN编号：9866488497

出版时间：2009-10

出版公司：八方出版股份有限公司

作者：Schimmel, Robert

页数：269

译者：劉雅詩

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>

<<癌症可以這樣面對>>

前言

內文試閱 對這個世界來說，我是死了。

我睡著的時候，麥爾道醫生跟我爸媽見了個面。

他告訴他們說，我最少得在醫院待上十天，這是說，如果我活過今晚的話。

十二個小時之後我清醒過來，在另一個房間裡，身上插了好幾個點滴和監控器，我的身體好像被狂打過，全身都是淤青。

我眯著眼睛看天花板，開始思考著我的態度，想著我在哪兒，還有下一步該怎麼做。

自從我被診斷出得了癌症之後，我盡我所能去做每件事、每件麥爾道醫生還有其他腫瘤科醫師們要我做的事情。

我在注射中心裡娛樂大家，也娛樂我的支援團體，我告訴其他人要保持著樂觀的態度，我自己則一直採取積極、正面的態度。

而現在我被徹底擊倒了。

從沒想過會這樣，我被擊倒了。

我這人已經是「樂觀態度」的最佳倡導者了：是的，你辦得到，你一定要相信自己，你可以克服任何事情。

呃，在此刻，「是的，你辦得到」不見了。

取而代之的是：「不，你辦不到」。

因為有時候你就是辦不到。

因為有執行上的實際問題，還有幻想與現實的不同，你不能傻到只用樂觀的態度去想著說什麼事情都有可能，如果這樣的話，你可能已經失去理智了。

我不可能說：「如果我誠心相信，我就可以走到停車場去，拍拍翅膀，然後飛回家。

」一切都不可能。

即使保有樂觀的態度，我仍可能會死。

如果治療無效，就死定了。

如果治療有效，癌症還是可能會回來找我，我永遠無法痊癒，我最佳的期盼就是不要出現任何癌症的症狀。

我現在所感受到的，這一分鐘，我可能會死；就是現在，我真的可能會死去。

我想我會死。

我被打敗了。

我之前在想什麼呢？

我真的相信抗癌會很輕鬆嗎？

在我被轟炸八次之後，請看，結束了，恭喜，我痊癒了？

是呀，很容易呢，有正確的態度就對了，樂觀點，拿出正面思考，人生是場歡樂派對。

喂，你聽過那個小弟弟假髮推銷員的故事嗎？

哈哈，你真搞笑呀，羅伯。

狗屎。

全都是狗屎！

光用正面的態度，不可能打敗這場病，我之前在想什麼呀！

我是個精明幹練的紐約客，而癌症是個愛荷華州來的鄉巴佬嗎？

我動也不能動。

我嘗試要動動手指，但是手指一陣刺痛，又刺又痛。

我想尖叫，但又叫不出來，我的聲音卡在喉嚨裡。

玩完了，各位，結束了。

我他媽的玩完了，你要聽真話？

我放棄了，我沒法子再這樣度過任何一分一秒。

我承認，我受不了。

<<癌症可以這樣面對>>

我輸了。

「羅伯？」

「我眨了一下眼睛。」

「羅伯？」

「老爸。」

他站在我床邊，但是他看起來好遠又好小。

「你還好嗎？」

「我吞口水，「很糟，爸，」我的喉嚨覺得好像快被扯裂了：「真的很不舒服，爸，真的很難過。」

「羅伯，你只剩下一次化療，然後就結束了。」

「他的聲音很輕柔，是個溫柔的請求。」

「你知道嗎？」

我不管了。

「我的聲音聽起來很空洞，好像從一支小麥克風傳輸到我的頭。」

「羅伯……」我又說了一次：「真的很難受，爸。」

「然後我的話語衝了出來：「我沒辦法，沒辦法，我不要再受苦，爸，就是現在，我看不到隧道盡頭的光芒，我看不到，真的、真的很難受，全身都好痛，我覺得好虛弱……」 「再一次化療，羅伯，就結束了。」

「老爸甚至飄得更遠了，他看起來很無助，沒有爭辯，沒有爭吵，越漂越遠，越漂越遠。」

「爸，我做不到。」

「然後我開始哭泣，眼淚滑下臉頰。」

我吸吸鼻子，努力深呼吸，然後，很奇怪地，我覺得平靜了下來。

「如果我就要死了，我要自己作主，不是像這樣，不是像這樣。」

「我停了一下，確定我爸聽見我講話。」

我可以感覺得他的氣息吹過我臉頰，他的眼睛盯著我。

「爸，我要你把我身上這些東西拆下來，把這些針頭和插管都拔掉。」

「他沒說話，我靠近他，然後我小聲說：「然後帶我到窗戶邊，因為我要跳了。」

「我爸結結巴巴地說：「跳……跳，去哪兒？」

「跳樓，到街上去。」

「羅伯……這……這樣幹嘛呢？」

「我吸了一下鼻子，「這樣我可以決定我什麼時候要死，決定我怎麼死。」

而且如果我這樣做，我就打敗癌症了。

我撞到人行道的那一刻，癌症就跟我一起死了，癌症沒辦法爬出我的身體，然後跑到別人身上去。

我把癌症跟我一起帶走了，我殺死了他媽的癌症。

我要跳，爸，拜託，打開窗戶吧。」

「他的嘴唇開始顫抖，然後我爸也哭了，他咳嗽，用衣服的袖子擦擦鼻子，退後兩步，轉向門。」

我想去抓他，卻只抓到空氣。」

「你要去哪兒？」

「我馬上回來。」

「他說。」

我閉上眼睛嘆氣，我的胸膛起伏，讓我一陣疼痛，痛得牙齒打顫。

耶穌呀，上帝呀，我受夠了，我真的受夠了，我再也受不了了，我辦不到。」

然後我察覺到門邊有動靜，我輕輕轉頭，看見我爸和我的小孩站在門邊，艾莉亞和雅各，他握著他們的手，他遲疑了一下，然後帶著他們走近一步靠近我。」

「告訴他們，」他說，他的聲音是低低的氣音。」

我的屁股在發抖，我整個人都在顫抖。」

「告訴他們你剛剛說的話。」

「我爸說。」

<<癌症可以這樣面對>>

我看著他們，我的孩子們，我的理性。
艾莉亞，清純而大眼的美女；還有雅各，純潔的寶寶，還這麼小，不懂失望和罪惡為何物。
他們倆充滿了希望和愛，還有美好的前程。
我說不出話來。
接著，就在我看著他們的時候，我在他們的臉上和眼裡看見德瑞克，我看到德瑞克的光輝，感受到德瑞克的努力。
突然間我聽到德瑞克的笑聲，即使是到了最後，我記得自己和他一起坐在他的床邊，說故事給他聽，其中一個故事是我自己編的《金髮女孩與三隻小熊》。
「所以啦，對，熊爸爸下來吃早餐，然後他對他太太說，『熊媽媽，我餓了，早餐吃什麼？』」
「熊媽媽說，『燕麥粥』。」
「熊爸爸說，『燕麥粥？』」
妳一定是在開玩笑，來點培根和蛋，或是香腸這類的東西怎麼樣？
我不想吃他媽的燕麥粥。
「熊媽媽說，『該死的我要去哪兒找培根和蛋呢？』」
「熊爸爸說，『就在你拿燕麥粥的地方呀，妳這個大笨蛋。』」
講到這裡，德瑞克已經笑得東倒西歪，差不多就要滾到床底下去了。
有哪個爸爸會對他十一歲的兒子這樣講話呢？
他曉得我在胡鬧，而且他喜歡我這樣胡鬧。
從那之後，我只要坐在他的床邊，用熊爸爸的口氣講話：「我餓了，」他就開始大笑。
此刻，我看著艾莉亞和雅各，我終於完全瞭解，這場癌病不單是跟我有關，跟他們也有關，跟我的小孩有關。
我有責任，我必須為了潔西卡、艾莉亞還有雅各來接受這個考驗，也為了德瑞克。
我們在人生中做的選擇並不多，而罹患癌症並不是我的選擇。
癌症選上了我，我只能選擇對癌症投降或是繼續奮戰，而我可以選擇不要自殺。
我將眼睛從孩子們轉到我爸身上，他的眼睛是濕的，嘴巴微微顫抖，他無聲地凝視著我。
當他還小的時候，他失去了雙親，而現在他即將失去一個孩子，我曉得那是什麼感覺。
我不能這樣對待他或是對待我媽，他們已經承受太多艱辛了。
然後我記起了我爸曾經告訴我的一個故事。
這是他存活下來的故事，他的人生故事。
幾百個猶太人排成長長的一列，走在納粹士兵的旁邊。
所有的猶太人都骨瘦如柴，大多數的人都走不動了，有些人就直接放棄，用盡最後一絲力氣，有的跑向帶刺的電籬笆，直接就掛在上面，有些就直接走出隊伍，停下來，納粹士兵們會射殺他們。
奧圖·薛莫，十五歲，慢慢移動著步伐，很小很小的步伐，有些步伐甚至細碎到無法察覺。
納粹士兵們用刺刀戳刺著他們的俘虜，包括奧圖，要他們跟上速度。
有個跟奧圖差不多一樣大的男孩走出了隊伍，跪下來哭泣，雙手舉在頭上投降。
一個納粹士兵走向那個男孩，掏出手槍，朝男孩的胸膛開槍。
「不要啊……」一個男人哀嚎，聲調就像動物一樣尖銳，那個男人趴在地上，雙臂抱住死去的兒子。
納粹士兵出現在他身後，舉起槍，打穿了那個父親的腦袋。
那個士兵轉向整排的猶太人，他們都僵住了、嚇壞了、目瞪口呆。
納粹士兵只說了句話：「如果你想活下去，就往前走。」
很多年之後，我父親對我重複了這些話。
「真諷刺，」他說：「我所聽過最好的建議，是來自於一隻納粹豬獾。」
許多年之後，我躺在醫院的病床上，我父親的話語再一次在我腦袋裡迴響：「羅伯，如果你要活下去，你得往前走。」
「你要跟我們說什麼？」
爸？
艾莉亞，她的眼睛是大大的一彎藍月。

<<癌症可以這樣面對>>

我讓她走進房，然後我微笑，「我只是要告訴你們，我很愛很愛你們，就這樣。我現在覺得不太舒服，我真的很累，但是晚點兒我再找你們，好嗎？

」 「你是說，大概一個小時以內嗎？

」我將眼睛從艾莉亞身上移到我父親身上，我注視著他：「是的，大概一個小時。

」 「走吧，孩子們，讓爸爸睡個覺。

」我爸輕輕走過來，一隻手緊握著艾莉亞的手，另一隻手則像個捕手手套般地包覆著雅各的小手。我看著他們走出我房間，然後將頭轉向窗戶。

窗戶。

我深呼吸了一下，閉上眼睛，向上帝祈禱讓我入眠。

<<癌症可以這樣面對>>

內容概要

2000年，50歲的羅伯在努力了多年之後，事業正有起色，而且剛得到一個展露長才的機會。但這時他常常覺得疲倦頭暈，在天氣熱到四十度的時候還常常冷得發抖，檢查之後，他的左右腋窩下被發現各有一個腫塊，醫生判定他得了惡性淋巴癌，如果不立刻治療的話，只剩下六個月的生命。

羅伯不得不放棄那個等了25年的工作機會，開始接受化療。

他體重直線下降，全身毛髮掉光，嘴裡長滿了口瘡無法進食。

日常小事變成了巨大考驗：扣釦子是高難度的動作，綁好鞋帶已經累得喘不過氣來了，連走到家門口都要中途休息，而且痔瘡嚴重，他甚至痛到在馬桶上昏倒送醫。

即使羅伯以身為喜劇演員的天賦，始終保持幽默樂觀的心情面對痛苦，但到了第七次化療時，他認輸了，就算只剩最後一次化療即可結束整個療程，他也受不了，再也無法忍受那些可怕的痛苦了，他要在病房陪伴他的老父親打開窗戶，讓他跳下去一死了之。

他的老父親默默含淚把他兩個年幼的小孩帶來，面對純真無邪的孩子，他想起另一個也是因癌症過世的孩子，羅伯終於明白，這場病不單是跟自己有關，也跟他們有關。

他有責任，必須為了所愛的人接受考驗，人在一生中能做的選擇並不多，而罹癌並不是他的選擇。

癌症選上了他，而他可以選擇對癌症繼續奮戰。

羅伯後來癌症不但沒有復發，還又生了兩個小孩，同時，他再度回到表演台上，以自己罹癌的過程做脫口秀的表演，結束時總是讓觀眾都又哭又笑，因為他以自身的經驗，鼓勵了一群正在和癌症奮戰、罹癌後倖存，以及陪伴心愛的人和癌症奮戰的人。

羅伯罹癌之後，讓他有機會發現了真正的自己，珍惜活著的每一天，而且學習到一些重要的人生課題：癌症不是懲罰，不是因為「我以前做過什麼，或沒做過什麼」而產生的報應，「緩慢」才是我們應該用來過日子的速度，重新列排人生裡的優先順序，心胸開放，勇於嘗試一切新事物，你永遠不知道會有什麼結果。

對自己好，自私一點 你不能獨自與癌症對抗。

讓你身邊圍繞著朋友、家人。

否則這個病會掌握了你 永不會放棄。

愛。

你需要愛，很多很多的愛，多到滿出來的愛。

你所擁有最珍貴的事物就是時間，別浪費任何一分一秒。

還有，無論如何，保持幽默感，開懷大笑吧！

<<癌症可以這樣面對>>

作者簡介

羅伯·薛莫 1950年出生於紐約的猶太裔家庭，美國著名脫口秀喜劇演員，在Comedy Central之「全美影史百大喜劇演員」當中排名第七十六，多次參與HBO之The Howard Stern Show的演出。曾演出的電影包含《驚聲尖笑2》、《絕命悍將》、《失神俠》等。

2000年，他的聲望如日中天，不但獲選「HBO年度最佳脫口秀喜劇演員」，還負責製作、主演一檔喜劇，預計在主流電視頻道上播出。結果此時他竟然被診斷出罹患惡性淋巴腫瘤第三期，全身多個淋巴結遭到侵犯，只剩六到八個月的生命，必須開始接受化療。

數年前，他11歲的兒子已經不幸因腦癌過世。他的婚姻也在瓦解中，事業更大受影響。

他等於同時間要面對人生最巨大、最困難、最漫長的煎熬。

在化療期間，他經歷了十分痛苦的過程，不但體重急速下降，掉光了所有的毛髮，面對神經肌肉系統病變、骨骼關節疾病等等，還曾一度病危住進加護隔離病房。

但他將「幽默是最佳良藥」這個原則運用在自己身上，以本書記錄下樂觀抗癌的親身經歷。

譯者簡介 劉雅詩 美國印第安納大學英美文學系博士候選人，台大外文所碩士，台大中文系與外文系雙學位。

喜歡看書，喜歡做麵包，喜歡翻譯出好作品。

目前正職是一個三歲小女娃的媽，副業應該是要鑽研中古世紀時期的英國文學，不過最近沉迷於近百年來的中國與台灣人物傳記史。

<<癌症可以這樣面對>>

章节摘录

推薦序：寫好遺囑 生死看開，勇敢走出來，發大願 / 許達夫 （本文作者為許醫師自然診所負責人） 七年來自己罹患癌症外，也診治過至少3000位癌症病人，我將這難得的經驗寫成我的第二本新書(感謝老天，我活下來了)。

開始第一章我就寫明我活下來的理由：心念轉變，寫好遺囑 生死看開，勇敢面對，適當西醫治療，飲食改善，遠離污染，重新做人，服用有科學根據的中草藥，大量喝AQ1400抗氧化水及勤練氣功，最後要發大願，這是我所創導的雞尾酒癌症自然療法。

第二章我更闡明癌症死亡原因：恐懼害怕，逃避而尋求秘方，不知檢討，求外不求內，不求甚解，道聽塗說，缺乏抗壓性，任人擺佈，不斷治療，不斷惡化，最後營養不良，免疫力下降，身心受創而亡！

癌細胞是由正常細胞浸潤在有毒環境演化而來，兩種細胞同質性太高。

正統西醫治癌三大法寶：手術，化療及放療，都是極具破壞性，很多癌症病人是死於治療併發症而不是癌症。

我輔導癌症病人除了以專業西醫立場，建議或安排適當的西醫治療外，並給以正確的癌症觀念，更重要的是要全方位力行我的雞尾酒療法，激發癌友的生命力。

癌症不是身體疾病而是身心靈的不平衡。

治癌不是在追殺癌細胞，而是在努力恢復與重建身心環境。

癌症病人最大的問題不是身體的病痛，而是心念無法轉變，大凡能熱愛生命，勇敢面對的人，預後都很好。

正如聖嚴法師的至理名言：「面對它，接納它，處理它，放下它」。

有三種癌症病人，99%的病人都是天天趕赴醫院 接受痛苦、破壞而又無效的治療，天天活在癌症的陰霾跳不出來，這些病人三到五年都身心受創而亡。

不到百分之一的病人，能夠勇敢面對，努力重新做人，化危機為轉機，終能克服癌症而活下來。

更偉大的極少數人，能因癌症而悟出生命的意義，不僅能跳出癌症陰霾，更能放下癌症，發大願去協助更多人。

本文作者 羅伯·薛莫是最佳脫口秀喜劇演員，罹患非荷淋巴癌，是不幸中的大幸，因為這種癌症化療有效而且預後不錯，是可以治癒的癌症。

作者雖遭受化療的痛苦，但是卻能苦中作樂，勇敢面對，終能化危機為轉機，成功克服癌症，正如作者最後所言：「癌症是人生的課題」，「因為癌症，人生變得更美好！

」「無論如何，保持您的幽默」，「創造一個目標，勇往直前」，「愛，需要愛，更多的愛」。

希望所有癌友及治療癌症的醫師大爺們，能看到這本書，從中體會生命的意義！

<<癌症可以這樣面對>>

媒體關注與評論

我願推薦此書有兩個理由。

一是，誰都或許可能碰上這檔子事，為啥不會？

我就碰上啦！

過去常常出入安寧病房或腫瘤病房，在病患及他們的家屬面前，我就常跟她們說：今天我來關懷你們，也許改天就是我得了癌症躺在這兒被你們關心。

說著說著，2007那年的年初，我就真成了肺腺癌患者，而且還切掉了右邊最上面的那片肺葉。這說明目前台灣每七分多鐘就有一人罹患了癌症，誰都有可能成為下一位患者。

二，若是我們自己或親友，萬一，我是說萬一得了癌症，應該如何去面對此刻的心情？

坊間跟癌症有關的書籍那麼多，究竟是那一本可以真正的幫助他改變心情？

也許你認為這本書的作者羅伯·薛莫先生真是個倒楣鬼，在美國演藝界剛剛要大紅大紫，躡為最傑出的喜劇明星，卻又同時竟被宣告，得了惡性淋巴腫瘤中的「非何杰金氏淋巴瘤」，而且還是第三期。

但是這位羅伯·薛莫先生，卻以他的幽默心情看待他的疾病。

不但如此，更以同理心去關懷他的周遭病患及他的親友。

這位受人喜愛的喜劇演員生病時發揮了人性中最有力的催化功能——用開朗的笑聲去對抗人人畏懼的癌細胞。

若是我們藉著生命中的「意外」，重新看待我們生命中所蘊藏的豐富能量，你必然會走出陰霾，重見那久違了美麗笑容。

願上帝看顧你和你的家人！

「——孫越／終身義工 「抗癌成功的書會吸引人，但當中的心路歷程卻是人人避之唯恐不及。

健康者和癌症病人都應該學習本書作者：用「暫時還沒死」的生命態度去面對死亡，重新安排人生裡的優先順序！

「——台灣安寧照顧協會理事／許禮安 「如果您對於溫馨的抗癌故事已有點乏，請深呼吸，細細品味比哇沙米更嗆的薛莫故事。

「——資深精神科醫師、罹癌母親給的七堂課 作者／吳佳璇 「如果您對於溫馨的抗癌故事已有點乏，請深呼吸，細細品味比哇沙米更嗆的薛莫故事。

「——資深精神科醫師、罹癌母親給的七堂課 作者／吳佳璇 「科學再進步，依舊不能否認心理狀況對生理的影響。

作者在書中展現的豐富感情、幽默以及正面能量，對其他罹癌病人來說非常珍貴，是抗癌過程中的補充藥方。

「——洛杉磯西奈香柏醫學中心醫師／李蘭·葛林 「羅伯·薛莫這人很好笑，但他的人生一點也不好笑。

他善用自己的幽默專長，支持自己走過人生最黑暗的時刻，令人敬佩。

他的例子可以鼓勵我們，人人都當在人生中添加具有療效的「笑聲」。

「——天使醫院暨研究中心總裁兼職行長，醫學博士／羅倫斯·派羅 「看見羅伯·薛莫這個人我就想笑。

讀著羅伯·薛莫的「幽默是抗癌良藥」之時，我是一面笑一面哭。

這本書告訴我們笑的功效有多麼的強大，以及一個充滿創意與靈感的人可以發揮多大的力量。

「——《當哈利遇上莎莉》和《城市鄉巴佬》導演、美國著名脫口秀主持人／比利·克里斯托

「書中有你想要的幽默笑料，更有作者對其他罹癌病人、家屬、友人所表現出的深刻同理心。

這是一本人性與幽默並呈的好書。

「——美國讀者 「這本書不是用讀的，是用吸收的。

這本書不是用讀的，是用穿的，穿上第二層皮膚般如此貼近你。

這個「第二層」皮膚會跟隨書中的診斷宣判、人生起伏、親離友散等過程而不時感到汗毛直豎、雞皮疙瘩或毛骨悚然。

<<癌症可以這樣面對>>

讀完這本書如果你沒哭，快拿面鏡子放在你的鼻子底下，測試一下自己是否還在呼吸。
」 - - 美國讀者 「在罹癌的適應、了解、治療的過程中，「幽默」能發揮極大的力量。
」 - - 出版人週刊

<<癌症可以這樣面對>>

编辑推荐

本書特色 在台灣，每7分10秒就有一人死於癌症。

台灣癌症發生人數與死亡人數年年攀升。

最新數據顯示，每三人死亡中，就有一人因癌症喪命。

我們無法選擇癌症永遠不會發生，但可以選擇用什麼態度來面對。

羅伯的癌症史是一個充滿希望與愛的故事。

癌症給了他更多用心去感受的時刻。

這個疾病讓他用更寬廣、更明智的眼光去看這個世界，他變得更有耐心、更堅定、更能體認到每分每秒的力量。

癌症激起並喚醒了他，癌症也教他如何去愛他所擁有的一切——他的太太、小孩、父母、

<<癌症可以這樣面對>>

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>