

另一位乳癌康復者的歷程及自助手冊：



《半邊女人——
乳癌病人的真實個案及自助手冊》
言小月 著
HK\$50

一個平凡女性，在短短幾年間
先後經歷小產、患上子宮瘤、
再患上乳癌，日子是怎樣過的？

消極、抱怨、抑鬱、封閉自己，
甚至坐以待斃？

本書作者卻選擇積極面對，一
方面接受放射治療，另一方面
憑著寫作，為自己進行「藝術
治療」！

雖然，她身體上所受的痛苦，
不見得會因而減輕，但是，透
過寫作卻可抒發積聚在心中快
要滿溢的情感，是效果甚佳的
「自」療！

《解放之路——癌症的藝術治
療》記錄了作者在接受放療歷
程中的所見所聞、所思所想和
所感所受。

本書共分為三個部分，分別是〈浮生雜
記〉、〈詩歌篇〉和〈創作篇〉。

〈浮生雜記〉記述的生活雜文，全是作
者的親身經歷，有苦有樂、有血有肉。

〈詩歌篇〉由四篇不同主題的新詩組成，
是薄薄的詩歌篇，如泣如訴地讀嘆生命的
成長、理想與無奈。

〈創作篇〉則是小說、大都是作者
學生時代的

解放之路

癌症的藝術治療

悟子著

悟子 著

經濟日報出版社

解放之路

癌症的藝術治療

悟子著

「我」認為，
治癌效力最大的是病者的鬥志，

只要你肯鑽而不捨地鬥下去，
癌細胞總會扯白旗的。」

et press
香港藝術發展局

香港藝術發展局
Hong Kong Arts Development Council

定價：港幣 \$ 50
ISBN : 978-962-678-475-4
9 789626 784754

et press
香港藝術發展局

作者簡介

悟子生於香港。香港中文大學工
商管理碩士及香港科技大學哲學
碩士。曾在《明報》、《良友畫
報》、《基督教週報》、《滄浪》
及《香港文學》等發表文章。

《解放之路——癌症的藝術治療》評論

不少人都渴望知道多一點電影明星的生活花絮、政界紅人的秘聞軼事、城中首富的致富絕活，因此社會名人的自傳，向來都是暢銷書架上的常客。至於一個普通人的自傳，一般讀者大概沒有太大興趣翻閱，除非主人公有極不尋常的經歷。這本《解放之路——癌症的藝術治療》的作者，接二連三遭受病魔折磨，卻並沒有坐以待斃，反而把她曲折離奇的不幸遭遇，用文字記錄下來，一方面積極替自己進行治療，另一方面希望讀者能從她的書中得到益處。

本書由〈浮生雜記篇〉、〈詩歌篇〉和〈創作篇〉三個部分組成，其中最重要的要算〈浮生雜記篇〉。〈浮生雜記篇〉共有七篇文章，全部都是根據作者的親身經歷寫成，其中有些篇章甚至「以不經雕琢的日記形式寫出來」（自序）：正因為作者把她婚後幾年的痛苦與快樂，老老實實地陳述出來，沒有攙假、沒有誇飾，就像跟至親好友促膝談心一樣，所以這七篇文章的文筆雖然不十分講究，卻能引起讀者的同情，使讀者為她的苦難扼腕，為她的不幸嘆息。

作者是香港中文大學畢業生，畢業後幾年和大學同學結婚，丈夫對她關懷備至，兩口子婚後生活過得挺不錯。可是，一連串的不幸遭遇，在往後幾年，陸續降臨她的身上。

她結婚不到十個月就懷孕，本來這是個天大喜

訊，可是過了幾天，就因陰道流血不止而導致胎死腹中。正是禍不單行，醫生為她治療小產時，發現她的子宮生了兩個腫瘤。過了幾個月，作者「失而復得」，再次懷孕，最後總算順利誕下男嬰。

幾年後，在一次定期檢查中，醫生發現她的右乳房有硬塊，經過細針抽吸細胞檢查，證實是乳房導管癌，結果她接受了兩次手術，把乳癌和腋下淋巴腺通通割除。跟著下來，她還要接受總共 31 次、歷時數月的放射治療。在整個治療過程中，她的肉體和心靈上所受的痛苦，實不足為外人道。

除了乳癌和子宮腫瘤外，她還患有先天性地中海貧血、腎石、眼疾等。面對這重重磨難，大部分人都會放棄抵抗，默默接受命運的安排，可是本書作者卻努力跟病魔搏鬥，盼望能夠至少多活十六年，好讓自

己親眼見到兒子大學畢業。

書名《解放之路》中的「放」，指「放射治療」。作者希望藉著撰寫這些傾吐衷曲的文章，把自己從放射治療的厄難中解放出來，正如她在〈浮生雜記篇〉結尾所說：「但我是自由的，身體和心靈也從療程中解放出來。」

〈浮生雜記篇〉是乳癌患者治病過程的自述，裡面少不免有一些令人灰心沮喪的場面，但由於作者的求生意志十分頑強，宗教信仰異常堅定，所以本書的基調是積極樂觀的。作者曾經信心十足地說：「我始終認為治癌效力最大的是病者的鬥志，只要你肯鏖而不捨地鬥下去，癌細胞終會扯白旗的。」〈浮生雜記篇〉

她希望利用這本書替自己進行所謂「藝術治療」，藉以減低乳癌復發的機會。傳統的治疗方法或

多或少能夠減輕癌病患者肉體上的痛苦，卻往往沒有照顧到他們情緒上的困擾。「藝術治療」通過發揮每個人與生俱來的藝術創作潛能，紓緩癌病所帶來的恐懼、埋怨、抑鬱、絕望等負面情緒。這種輔助治療方法的效用顯著，故此香港癌症基金會近年積極開辦藝術治療課程。

作者患病後，經常到圖書館翻閱有關腫瘤的資料，所以本書對乳癌的成因、種類、分期、發病率、治療方法的敘述，不但內容詳盡，而且正確無誤。讀者如果想對乳癌有基本認識，本書的〈浮生雜記篇〉一定不會令你們失望。由於作者只接受過放射治療而沒有接受過「化學藥物治療」（簡稱「化療」），因此本書只敘述了放射治療的過程和它的副作用，並沒有詳細討論化療。讀者如果想瞭解乳癌化療過程和它

的種種副作用，可以參閱另一本乳癌病人的治病紀錄——言小月的《半邊女人——乳癌病人的真實個案及自助手冊》。此外，讀者可以從香港著名女作家西西運用文學手法寫成的《哀悼乳房》中，認識乳癌的「激素治療」。

《解放之路——癌症的藝術治療》下半部的〈詩歌篇〉，是由四篇新詩組成，其中〈吾兒〉一篇，哀悼只有短短七個星期生命的胎兒，內容真摯感人。

本書最後一個部分是〈創作篇〉，共收錄了七篇小說，大多是作者學生時期的作品。它們有一個共通之處，就是故事的悲劇成分頗重，例如：夫妻因為移民而分處香港和加拿大兩地，幾年後，丈夫移情別戀（重聚）；一對熱戀的異國情人，最後發現他們竟然是同父異母兄妹，惟有無奈地分手（花火）；違抗

父命隻身到外國唸書的女兒，學成回家後發覺父親屍骨已寒，頓時感到空虛失落（八年後的秋天）；一個身高不到四尺，手腳萎縮，苟延殘喘的駝背女子，沒有膽量和神交一年的異性筆友會面，終於選擇在約會當天結束自己的生命（筆友）；一個高才生因為承受不住考試壓力，會考期間突然精神崩潰，不停在試卷上重複寫自己的名字，結果一敗塗地（會考）；留學日本的女主角，為了想和身處北京的丈夫一起移居美國，懇請美籍女同學和自己的丈夫假結婚，可是就在女同學答允她的請求那天，她卻接到消息，知道丈夫在天安門學運事件中忽然人間蒸發……（札幌夢）。這些小說的內容，對不少香港讀者來說，都有似曾相識的感覺，因此他們閱讀起來分外感到親切。

香港大學中文學院 鄧昭祺

自序

一直以來對寫作都有濃厚的興趣，可是從未能寫出什麼好文章來。課餘工餘寫寫，為的不過是一抒胸臆，所以都是一些小情小趣之作，難登大雅之堂。儘管明知如是，還是喜歡寫，偶爾也投稿於一些報章雜誌。不知怎的每次文章獲得刊登，皆感到雀躍萬分，能夠取得共鳴所帶來的喜悅和滿足，真是非筆墨所能形容。還記得大一國文老師小思曾鼓勵說，不一定要寫些驚世的大作品，只要能從個人的經驗出發，描寫週遭人物的喜怒哀樂，抒發自己的情感及見解，也不

失是一篇有價值的文章。

自少都希望自己是一個男人，覺得男人較為強壯、較為有能力。除了容易掉眼淚外，一點都不覺得自己像個女人。患上乳癌之後，更加切膚地感受到女人彷彿一生中都被許許多多的婦科病苦所困擾；雖然乳房是屬於外科，但患乳癌的男女比例是蚊與牛之比。真不知是否因為女人引誘阿當偷吃了禁果，一生都該要受咒詛？

我並非婦解份子，對政治也沒有興趣，這書名為《解放之路——癌症的藝術治療》是要記念放療歷程中的所見所聞、所思所想和所感所受。所解的是放射治療的「放」，一言以蔽之，是藉文章與一眾讀者放開胸懷，傾心吐意地分享自己的一些經歷、一些體會。

藝術治療一直被視為是癌症輔助治療的一種，但

這書並非要指導患者如何進行藝術治療，或者研究這療法的成效，卻是用它進行自身的療程，藉以減低癌症復發的機會，也期望讀者能得到益處。此書獻給的不單是癌症患者或女性，同樣也是關心女性、有女人心的您。

作為一個業餘的寫作人，藉寫作抒發了積聚在心中快要滿溢的情感，覺得非常暢快。二零零四年我經歷了乳癌的侵襲，學會了生命的可貴，決定將我早期和近期的一些作品輯錄成書。一個平凡人忽然小產、忽然患上子宮瘤、忽然患上癌症，會是怎樣渡過的。

本書共分為三個部分，分別是〈浮生雜記篇〉、〈詩歌篇〉和〈創作篇〉。書的前半部份的生活雜文，全是親身的經歷，有苦有樂、有血有肉，當時的感受，激發我自自然然地將它寫下，有好幾篇甚至是

以不經雕琢的日記形式寫出來的。

生活並不是全是困苦，所以我先以歡愉的〈欠情-婚禮篇〉來打開這個部分；令人傷感的〈懷孕十天〉和〈洗手間的故事〉之後；〈失而復得〉帶出幾經困難終於把兒子生下來的快慰；短短的小品〈生活是這樣……〉是我兒孝順的逸事，算作個小休；才帶出近期病中掙扎的經過。

在痛苦的當兒，它不啻成了心靈上的丹藥。期望它也能安慰一下同在病中掙扎求存的心靈。由四篇不同主題的新詩組成的，是薄薄的詩歌篇，如泣如訴地讚嘆生命的成長、理想與無奈。在詩歌部份的間隔下，後半部全是創作小說，大部分是學生時代的作品，當然不是真實的經歷。

一個平凡人經歷結婚、產子、患病和衰老；所謂生

老病死，人皆有之，您不難從中取得一些感同身受的覺醒。偶爾寫下了這一些文章，反映香港人生活的一鱗半爪，固然沒有太大的價值，但確是一個又一個自身或耳聞目睹的活生生經歷。今次有幸能將這些文章選取來出版，實在又是一個值得紀念的經歷。從整理這些文章到出版，我彷彿重溫了這許多年來成長的心路歷程，願它也能給成長中的您一些啟發、一點共鳴。

本書可以出版，由衷地感謝身邊的兩個永遠守護著我的人，一個是母親，另一個是丈夫，沒有他們的幫助和鼓勵，斷不能順利完成放射治療，今天還能活生生地寫作。此外，鄧昭祺博士的序言，也是不可或缺的。雖然經再三校對，畢竟作者學養和經驗有限，錯漏之處在所難免，尚祈廣大讀者不吝指教。



浮生雜記篇





「乳」後鳳凰



事情有時就是發展得很快，快得連當事人的自己也不能相信，難道這就是人生嗎？原是很幸福的家庭，很繁忙的生活，很健康的身體；一次的婦科檢查，把一切都改變了。是好，是壞；是因果，是宿命；我全然不知道。

一次定期的婦科檢查，婦科醫生發現我的右乳房上側有個硬塊，於是一連串的檢查，就忽然跟我扯上關係。先是 X 光造影和超聲波掃描，皆發現有陰影

和惡性跡象，於是要進行細針活組織抽驗，進一步證明是導管癌¹。我哭因為實在事出突然，教人很難接受，連續幾天就在憂慮和眼淚中渡過。

乳房組織好像一株桔樹，乳腺組織構成的囊狀小葉，叫作乳腺小葉，像一簇簇曾經盛開的鮮花，修成正果，結成的果實，腺細胞就像一片片襯托牡丹花的綠葉，像農曆年特意選購的連著兩片小葉的四季桔，煞是珍貴，是產生乳汁的場所。乳汁由一個個黃金小桔似的腺組織聚集到一束束樹枝似的導管，再從導管由上而下聚集到樹幹似的輸乳管，經乳頭將甜如花蜜的乳汁運到嬰兒口中。

想起兒子出世後，我用母乳哺育他的情景，還感到有些兒溫馨。乳房有助母親完成哺乳的神聖任務，為何還要受乳癌的詛咒？雖然用母乳哺育幼兒



的婦女，患乳癌的比率較低；但仍有不少婦女難逃這災劫，我就是個活生生的例子。每個乳房有近二十個小葉和相應數目的導管，從乳頭中心呈放射狀排列。這些小葉和導管就是癌灶的溫床。即所謂小葉片狀癌（Lobular Carcinoma）和導管癌（Ductal Carcinoma），根據乳房的癌細胞發源地不同而命名，我患的正是導管癌，想到剛生了孩子時，由於是剖腹生子不能立時下床哺乳，乳汁困在乳房內而導致發燒，莫非就是伏下今時今日導管癌的禍根？

* * *

天能從人願嗎？兒子突然興高采烈地告訴我，地鐵將興建支線經過何文田，我將來上班就可以直接乘地鐵而不用再轉乘其他的交通工具。這是我兒子一直的希望，打從三、四歲他懂得畫畫時起，就喜歡畫地

鐵路線，因為知道我在何文田工作，便經常把何文田加在地鐵路線上。我想我的病大概也能天從人願，不致太嚴重吧。

可惜事與願違，經過與外科醫生商討，雖然我的乳癌也算是早發現，但畢竟體積並不太小，估計介乎一、二期之間，就算作部分割除，腋下淋巴也得同時割除，一般需割掉兩層次的淋巴核，這樣一來，我就像被定了刑期的罪犯，雖不算甘心，也就無可奈何地接受現實的判刑，原來柔軟潤白，流奶和蜜的乳房倏地變成與癌魔搏鬥的戰場，而且為求最後勝利，不得不身先士卒，為求顧存大局，不得不作壯士斷臂的犧牲。

* * *

既然大局已定，為免夜長夢多，我就在進行婦科



檢查的一星期後，進行腫瘤切除手術。醫院是我所熟悉的，這是在這裡作的第三次全身麻醉的手術，望見頭頂的大光燈，聽著醫生吩咐護士要首先將割下來的腫瘤，先去照X光，保證已割齊了乳房造影X光片下的鈣化點，才送去作冷凍切片化驗。這時我左乳乳腺增生的部位不住地疼痛，但我沒有作聲，免得令原來已非常忙碌的醫護人員增添麻煩，反正我也快要入睡，就讓左乳用切膚之痛來哀悼右乳的傷亡，期望快些擺脫腫瘤，好好地活下去。

手術間的冷凍切片化驗顯示，我是患了導管原位癌²，腋下淋巴得以保存，算是不幸中之大幸，我在朦朧中聽到這消息，心裡有說不出的高興，雖然胸口發悶，麻醉劑仍使我昏昏欲睡，但體內有股正面的動力，叫我要堅忍小痛苦，快些康復過來。

* * *

我似乎高興得快了些，丈夫不斷提醒我詳細的化驗報告還未出台，他唯恐我希望愈大、失望愈大，我倒安慰他不會有什麼大不了。誰曉得捱過五天掛著引流血袋的不便，快要出院前收到晴天霹靂的化驗報告，當主診醫生告訴我們，在顯微鏡分析下有 2 毫米的癌細胞具浸潤性。我見不到自己的即時反應，只見丈夫的咀脣變成瘀黑，倏地好像有一盤冰水從上而下向我的頭倒下來，頓覺手脚冰冷。這報告動搖了我以為已克服此症的信心，也再考驗我接受另一次手術的能耐。我此人就是缺乏耐性，怕長期作戰，也怕做徒勞無功的事；這次的病不但攻擊我的健康，也正攻擊我的性格弱點。我望著小桌上的晚餐，一點胃口都沒有。

* * *



我仍然先出院回家，搜集多一些資料，聆聽多一些意見，再去決定往後的治療方案。回到家裡，一切感覺都好得多，飯是特別香甜，床是特別柔軟，半夜無夢，不知是手放的位置不好，還是什麼原因，晚上被傷口的痛楚喚醒了幾趟，幾覺醒來，在半醒之間想到最近發生的一切如果全是做夢會有多好呢！

在家中跟兒子在一起，心就暢快起來。在孩子眼中一切都有生趣，沒有太多的憂愁。我們發覺窗外有塊白膠袋在飛舞，高高低低，在蔚藍的天空中隨風搖曳，非常暢快。我們忽然很羨慕這塊白膠袋，像它般隨風飄揚，自由自在，無須背負疾病的包袱，該有多好。

一夜之間我輸了健康，甚至可以說離死亡不太遠，卻贏盡丈夫對我萬二分之愛。這段時間深深地體

會到，生命不單是我自己的，為著身邊愛我關心我的至親和友人，我一定要努力活著，並且要活得更好，真正能做個旺夫益子的女人。

聖經中的箴言 17:22 記著：「喜樂的心，乃是良藥。」其實患上乳癌，或多或少跟我那內向、多愁善感和追求完美的性格有關，加上缺乏運動和不懂舒緩壓力，癌細胞就乘虛而入，大舉滋生。但在這人生低谷中，要樂起來真的不容易。

* * *

為了未來長期抗爭作好準備，必須先省下一些醫療費用，於是到伊利沙伯醫院的腫瘤科登記，意外地獲得一些支援的資料，並參加了一個有關放射治療的講座，對於這個即將要接受的治療又多了一點認識，誰說香港的公共醫療不好，起碼在這財政緊絀的情況

創作篇

重聚

久違了的同學重聚，實在是乍喜乍悲。因為韓晴已經有六年不在香港，昔日的好友除了六年前送別會見過面以外，已然沒有聯絡，誰知這趟剛回港，就碰著畢業同學十週年聚餐，就碰著被老朋友鄭家賢、鄭宜、陸悅英和張桂雲等盛意拳拳地幾番邀請，推也推不了。就像十年前她們嚷著要玩橋牌，只要缺了其中一人，韓晴就遭殃，三人既勸且求，總之軟硬兼施，

非逼到韓晴點頭答應一起玩勢不罷休，今次聚餐也不例外。可是這次參加之苦處，又有誰能領略呢？六



年前夫婦二人一起抱著只有週歲大的傑兒離港赴加，而兩個星期前，就只有韓晴獨自一人拖著傑兒從溫哥華回港來會阿俊。

聖誕將至，尖東一帶酒店外牆都掛上五彩繽紛的燈飾，有各色各樣的圖案，聖誕樹、聖誕老人、聖誕禮物、天使聯同許許多多的祝賀句語。儘管對著這耀目光輝的燈飾，韓晴似乎視若無睹，心裡只想著如何應付同學的種種詢問。

老實回答還是編個故事來應酬一下好呢？老實回答，恐怕招來不必要的是是非非；不老實回答，又似乎愧對那些推心至腹的好朋友，心裡正躊躇，冷不妨張桂雲從背後把她一拍，差點沒叫了出來。

在韓晴的四個紅顏知己中，她跟桂雲最不熟稔，記憶中桂雲永遠是最幸福的女人，畢業後不久就結了

婚，沒有做過幾天工作就生了一子一女，丈夫的事業如日中天，是典型的少奶奶。可是今天所見的她卻有點不同，沒有了往昔那份稚氣，加添了幾分滄桑，不過仍是那麼美。

「嘿，你好嗎？老朋友。」張桂雲泛著她的大眼睛。

「你好，想不到回港第一個碰見同學是你。」韓晴有一些無奈。

「碰見我不好嗎？」

「當然好，我們已經很久沒有見過面了。近況如何？」

「不過不失。你呢？」

「也差不多啦。你也是去麗思酒店吧？真好，我正弄不清方向。」

「今晚我沒空，要照顧女兒明早的考試，不替她溫習不行。」

「那真可惜，少了你這重要人物。」

「不要緊，還有悅英、家賢等。」

「我怕宜宜又要逼我去玩橋牌。」

「鄭宜才不會。聽說她會帶男朋友小楊一起赴會。」一面輕蔑的神情。

「又是小楊，真巧！兩個金蘭姊妹竟連男友的名字也一樣。」

「家賢可慘呢！眼看自己的前度男友拖著自己的死檔！」

「鄭宜竟搶走家賢的至愛？」韓晴真有點不能相信。心想這個究竟是什麼世界，自己最好的朋友竟搶走自己的情人。