



每天都有人 战胜癌症！

把握当下、尽情挥洒，可说是我现在心境最佳的写照。

9年前当时我才35岁，家庭、工作，一切的一切都是那么的顺遂，未来对我来说充满着无限的憧憬。然而在一次不经意的触摸下赫然发现自己的左乳房长了一个类似乒乓球大小的硬块，怀着极端惶恐

的不安情绪，前往医院就医。经过一系列审慎的检查，医师告诉我：

“霍小姐，由于你的硬块已经很大了，必须马上开刀”。

“把握当下、尽情挥洒”

哪里需要我，我就往哪里去

从我罹癌至今这9年当中，我历经了子宫卵巢切除、重大车祸手术，到今天的肝硬化等重大生命关卡，感谢上天赐给我豁达开朗的性格，支持着我永不放弃的信念”。有一个职场的学员发email鼓励我，他说：“霍小姐，上了您的课后让我们感染您那发光发热的生命热忱，同时也激励了我们面对逆境的勇气，您的精神会永远留在我们的心里。”收到这样的回应常令我热泪盈眶，我想这就是上帝给我最好的奖励。

现在的我常需要巡回分享，哪里需要我，我就往哪里去。常有关心我的好友担心我的身体状况，但是我告诉他们，不用为我担心，因为我很快乐也很满足，趁着工作之便到处游玩，不但可以舒散身心还可以认识很多新朋友，来自四面八方温暖的关怀与掌声，让我更加珍惜当下的每一刻。

我想虽然我的故事很平凡，但是如果可以藉由报章的一角，让更多癌友多一些正面的信念，是我由衷的祝福。

这个机会让我的遗愿得以完成。就这样我开始了家庭、福利团体的一些讲座课程。其中让我最热衷参与的讲座是与病友们的分享。每次的分享病友最常问我的一个问题是：“请问霍小姐，你在做化疗的时候有掉头发吗？”我每次都笑着回答：“没有，一根都没掉。”这个答案往往都是令人无法置信的，所以通常会接着问：“为什么？怎么可能？”我告诉他们，因为我在做化疗之前先去理个大光头，所以没发可掉。恍然大悟之后是哄堂大笑。

当然接下来还有问题，病友接着问：“请问霍小姐你平常都是怎么保养的。”这个问题我回答的很惭愧，我说：“由于我是家里的老么，从小的生活很受宠，所以养成非常不健康的生活习性，从小至今我不吃一根青菜、水果及海鲜，每餐吃饭都是各式各样肉类，运动这么累人的事更是想都不用想，所以你们大家问我保养的秘方我很汗颜，我没有特别的养生之道，除了与医师配合外，唯一值得与各位分享的是心境转化很重要。我们每个人都是有情绪的，当我们遇到挫折、痛苦的情境时。如果只是一味的用压抑性的情绪管理，很难持久与承受，但是如果能用不同思维的角度，真正转化内心的不满与怨恨，生命将会有不同的意义，感恩与回馈的意念会让我们的毅力更加坚强与勇敢。

就这样我很快被送入开刀房动手术。手术后麻药刚退，医师随即告诉我更晴天霹雳的讯息。医师说：“霍小姐，你必须要有心理准备，切除的硬块经化验证实为恶性肿瘤，由于已经蔓延至淋巴，所以必须实施6次化疗及90次的电疗。如果控制的好，应该可以维持一年的生命”。之后，我和其他的癌症患者一样被迫接受令人沮丧的治疗过程。记得当时化疗的反应很强烈，头昏、呕吐、全身极度的不舒服，甚至每次起身要到厕所的能力都无法办到，只能在地上爬行到厕所，然后抱着马桶吐到胆汁血丝出尽为止，之后只能摊坐在地板上待体力稍适后再爬回床上休息。

用自己的残余价值回馈社会

所幸几次的化疗我都能顺利平安撑过，年迈的老母及亲友均为我感到不舍与难过，反而是我安慰他们。在治疗的过程中，我常自问：如果我将离开，我将能带走什么？反之在我还活着的这些日子里，我又能留下些什么？想想自己没别的本事，只有一些工作经验能够分享与传承。当下决定自己应该为谢幕划下一个有意义的句点。

疗程结束后我联络了以前的宗教团体，我问他们还需不需要我的残余价值。感谢他们还愿意给我

