

美西南分團

葉青

一、季會

美西南分團 2016 年 2 月 20 日在朱嶠/葉青家季會

參與者：饒成、徐治平、葉青、朱嶠、江士奇、房琦、陳雲門、桂光興、謝浣麗、周珣、
劉卓台執事、王家葆、陳麗琴、劉正宇、季明慧

Firemark 代表：王蘭欣、葉翔

請假：蔡展鋒、蔡凱雯、沈藝甲、蔣廷俠、屈嘉明



- ◆ 2016 年贊助 Firemark 青年福傳工作的經費\$1,500 支票，季會時交給他們。此款全部由本分團團員贊助，希望大家盡量多多與他們交流。



二、讀書會

美西南分團 2016 讀書討論會心得分享 -徐治平

CSC 美西南分團保持著每月 Skype 的讀書會討論。在過去的兩年中，我們已經完成了《大風》這本書，《大風》清楚地讓我們了解 CSC 的使命並提供了團員們靈修的精神指引。完成了《大風》後，美西南分團選擇教宗方濟各 2015 年通諭 ” Laudato Si《願祢受讚頌》為我們 2016 讀書會討論的主題。

2016 年的第一場讀書討論會於二月二十四日舉行，我們閱讀及討論了教宗通諭的序言和第一章。教宗方濟各的通諭著眼於由於人類不負責任的各種活動而造成了當前的環境危機。基督徒應該怎麼面對這樣一個巨大的挑戰？

教宗指出，這場危機是人類長期的各種開發及活動（經濟發展，戰爭，...）所累積而來的。教宗聖若望二十三世，真福教宗保祿六世（1971 年），教宗聖若望保祿二世（1979）和教宗本篤十六世（2007），曾於不同時間與場合希望喚醒人們要面對社會及環境變化所帶來的巨大影

響。同時教會長期以來也一直試圖說服公眾關於對環境不負責任的人類活動所帶來的嚴重後果，其他宗教領袖也提出了類似的聲明。這也說明此一通諭 並非僅只於教宗個人所關心的而是整個人類社會長期共同關心的事情。

教宗更以聖方濟各為榜樣，讓人們跟隨著聖方濟各的腳步欣賞與讚美天主創造的奇蹟與奧秘，與自然生態裡的每一個受造物建立更親密的關係，並將自然和所有的受造物當作我們的母親和姐妹，傾聽他們的聲音特別是當我們的姐妹哀求我們，因為我們的不負責任的活動危害到自己的親人的生存。這種緊密的關係使我們更能夠意識到所面臨的危機。

教宗方濟各用整個第一章來提醒我們在我們的家(地球)所發生的危機。他分析了環境污染和氣候變化，有限的水資源，生物及生態系統的危機。此外，他也專注於所有這些變化的後果及其對人類的生活甚至社會文明崩潰的危機。這些影響都遠遠超出一個簡單的環境危機的影響，這是對人類及其文明一個非常嚴重的威脅。

CSC 美西南分團將繼續閱讀及討論教宗方濟各的通諭(總共有六章)，並在未來繼續與大家享我們研讀討論的心得。

三、旅遊分享

三月美西北及美西南多位服務團員一起去澳洲和紐西蘭旅遊。明慧姐也參加了大堡礁的一段行程。請看下面照片，明慧姐和孫女及大魚一起浮潛的照片。



在旅行途中大家也走過兩個聖門，澳洲雪梨的 St. Mary' s Cathedral 及紐西蘭 Akaroa 的 St Patrick' s church. 感謝主，大家旅途平安。



四、沈藝甲分享—健康身體・清潔心

您相信天主可以隨時治癒任何疾病嗎？

朋友健康指數標準，40歲卻突然心肌梗塞死了，為什麼？

達味聖王怎麼看待這一切？

十字架是救贖、光榮，還是苦難？

許多人認為十字架是受苦受害的經驗，最好能避免。為什麼愛我們至深、為我們在十字架上被釘死的耶穌說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我」(瑪十六24)？祂要求我們也被釘死，然後又復活嗎？

我們熟知耶穌基督十字架的救贖，是在極端的苦難與死亡中復活，完成天主父的旨意，被高高舉起(若三 14-15)。所以，耶穌的十字架是苦難、也是救贖和光榮。我們怎麼看待自己生命中的十字架呢？

我的十字架？

我每次用主禱文(天主經)祈禱時，都很用心地求天主「不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡」。唸的是我們，強調的卻是「我」。而我真的因為天主聖神的提醒和祂藉著第三者的警告，躲過不少生活中常遇的危難及誘惑。

當朋友問我：你的十字架重嗎？我常常回答不了。朋友的問話使我反省：自己是否太不成器？所以天主給我的十字架很輕鬆(瑪十一 30)？

偶然？

去年七、八月，團體中退休護士長阿湯嫂偶而看到提醒，我開始認真面對腿上的黑斑和水腫，看醫生檢查心臟、肝、或腎是否出了問題？但是美國的醫療制度太被保險公司金錢掛帥，家庭醫生只重視一些健康指標，而非個人化的深入檢驗。我沒有三高(血壓、膽固醇、糖尿驗血指數都不高)，又應我的要求做了心電圖和跑步機測試過關，加上血液中的各類膽固醇和鈣含量都合最健康標準，就安心去大陸，做天主教內的婚姻與家庭分享。在山東服務時還抽空上了泰山。十一月初，完成任務回到台北歇腳，好朋友僑榮夫婦鼓勵我們去做體檢。想到阿湯嫂的話、和好友同工繼宗兄讓人心痛的驟逝，就和廷俠一同去做了自費的心肺功能檢查。

沒想到在做肺部 X 光 CT-Scan 時，被用心眼尖的台灣醫生發現了心臟主動脈有鈣化跡象，勸我立刻在台追蹤。就在耕莘醫院做了心臟 CT-Scan 和顯影，準備進一步開刀治療。在耕莘檢查後，我們選擇回美國確定病情，再做決定。

中獎了；獎品是個全新的十字架

心臟血管或瓣膜可能「鈣化」？對我是全新知識！照美國醫生的說法，若真是鈣化，血管阻塞是硬的，不能用氣球擴張或裝支架，以免血管破裂。如果堵塞位置在左心房主血管分支上方，50%的鈣化阻塞隨時可能變成 100%的死亡威脅！美國有個"Widowmaker"紀錄片專門解說其危險性。醫生命令我隨身帶著甘油錠(Nitrostat)以備急救，一有情況就打 911。

醫生很快安排了聖地牙哥最好的心臟外科醫生，為我作 Angiogram。錄影中明確看到心血管一會兒變細、一會兒堵塞，又一會兒噴通的過程。決定要做三條血管繞道手術。

連醫生都以為體素頑健的我，心臟開刀後一兩個月就會復元，活動能力很快會比手術前更好。沒想到接下來的發展，大出我們所料！是人力無法預知控制的！把看似健康的我，折騰得病懨懨的。

簡單的說，該發生的後遺症和嚴重感染都發生了；不該發生的也發生了。三個月進出三個醫院 5 次(還加上一次救護車轉院)，全身麻醉開刀 9 次，共住院 48 天。除了心血管繞道手術外，

還動手術排除了心包積水、肺積水，用藥物消滅腿、手水腫。最後住院的 32 天，由於胸腔感染了超級細菌 pseudomonas, 同時用兩種抗生素聯合殺菌。還不斷重新打開胸前傷口清理取樣，切除壞死的肌肉骨骼，每天驗血注意肝、腎、白血球功能及過敏等藥物反應(即使過敏紅腫都有阻斷呼吸的致命可能)。感染專科醫生隨時調整不同的抗生素和劑量，終於完成六星期施藥期，希望已經澈底消滅此菌。如今還有兩個月的復健，連駕照都被暫停了，要重考路試。

誰的十字架更辛苦？

廷俠問我這次經驗學到什麼？我一時答不上來。朋友安慰我們(的確是我們；廷俠和我)在四旬期把病苦和耶穌的苦難結合。

團體中的 Sue 說：不管多麼危險可怕，在 ICU 中的病人自己不知道、也不覺得害怕；反而是最親近的配偶家人，擔心恐懼，備受煎熬，只好拚命向天主死乞活賴求治癒，甚至希望以身相代！想到廷俠的問話，恍悟她很可能感受比我深刻得多！難怪我醒來聽到的第一句話是：「謝謝天主！你醒回來了。」

廷俠是 7-24 照顧病人的人，當然身心倍受煎熬，還要注意醫護人員的疏失、糾正保險公司的無理安排，想辦法爭取補救。對於我不斷變化的用藥、和醫護日程的隨機變更，幸虧有廷俠掌控，否則聽任擺佈、累死我了也搞不穩當！

廷俠的姊姊住得近，給了我們很大幫助。住 Seattle 的女兒辭去工作來看護我一個月，多少分擔了一點廷俠的辛苦煩憂。兒子媳婦常常帶著剛出生的孫女來看我。小星星可愛的笑容使我恢復得特別快，我們稱她為 CRO(Chief Recovery Officer)。

因為廷俠的愛心，團體中的 Cecilia 和我們親如家人，雖然搬家東岸仍非常關心我的情況。不但常常給我們專業忠告，在重要時刻還以我們的姪女心臟內科 PA 身分，直接打電話給主治醫生，給予我們極關鍵的幫助。團體中的夫妻檔兩位林醫生，不但來醫院探望我(預防感染，我們謝絕了其他人的探訪)，更是我們隨時的貼心顧問。

所屬團體中兩岸各地的神長和好朋友，幫我們獻彌撒、做九日敬禮、代禱，住得較近的還提供交通、送食物、送水果，給予我們在家療養時很重要的支持。基督徒朋友，不分基督新教和天主教，大家都共融合作，讓愛神的人相伴受益！(羅八 28)

我卻傻乎乎地隨遇而安，連止痛藥都很少用。難道這就是天主給我的功課？「唯靠耶穌心中有平安！」或「全心感謝天主：賜我一位天使好伴侶，和許多關愛我的人！」

學會呼吸！

心臟和胸腔手術後的病人必須在清醒時，用一個像象鼻子的吸氣工具(spirometer)練習呼吸，每次至少十遍。以免肺葉沾黏、引起肺炎，就有大麻煩了。

我們從生下來就會呼吸，否則活不到現在。但是這個鬼工具讓我倍感挫折，每次吸氣連最低標準 500cc 都達不到。使我一曝十寒，是復元鍛鍊中的一大難關，也成了我不聽話不努力的罪證。

物理治療師幫助我細心體會自己的呼吸，才發現我的呼吸太淺，雖然試著用腹部呼吸，也不對勁。想到女兒學橫笛、廷俠學唱歌都要先學呼吸，就靜下心來向廷俠討教！原來吸氣時要儘量充滿胸腔，呼氣時縮胸排氣，反而腹部會挺出來。

依樣練習，居然大有進步，有時吸氣連最好的 2500cc 都能達到。從此信心大增，鍛鍊肺活量不再是苦差事，而是樂趣。原來，正確有效的呼吸是要學習的！到了這把年紀才學會呼吸，永遠不嫌晚。有機會，我一定要用女兒的呼吸方法更改進！

觸動

醫生規定我每天要走路鍛鍊三趟。當時白血球數量太低、抵抗力弱，不能到人多的地方，就在家中繞圈子，邊聽音樂邊走路。突然聽到朱健仁答唱詠中的聖詠 50，達味的祈禱：「天主，求祢給我再造一顆純潔的心，求你使我心重獲堅固的精神。」頓時被觸動了！

聖詠中指明這是達味犯了姦淫和借刀殺人的大罪，被先知納堂指責後寫的(詠五十一 1)。我卻認為是先知指責後，當達味和巴特舍巴的犯罪愛情結晶，受上主打擊重病，達味王穿苦衣躺在地上七天七夜苦苦哀求時，大徹大悟的痛悔祈禱(撒下十二 15-23)。孩子死了，達味卻得到上主寬赦，又生了撒羅滿王。

再造一顆清潔的心

我肉身的心被及時治療了，免於像許多比我年輕得多的朋友驟逝。心血管或心瓣膜鈣化原來這麼危險，卻被大多數醫生和病人忽略，單單美國就每年冤枉死 30 萬人。據說全世界每年冤死 1500 萬人。真是值得慶幸！即使沒有信仰的人，也不能否認：基督徒神長和弟兄姊妹們的愛心救了我。

但是人的劣根性難以自救。肉身的心固然得救了，被醫生治療了；這顆心算不算純良美好？會不會堅定信仰不再犯罪？我決心學達味聖王懇求天主替我「再造一顆純潔的心」，讓我「重獲堅固的精神」，才能真正享有「救恩的喜樂」！

我們跟隨基督：一顆清潔健康的心，比什麼都更重要！（2016 年復活節）