



以愛心知識為基礎 · 關懷服務弱勢群體 · 促進全人健康 · 更新我們社區

光鹽社社區服務項目 免費法律諮詢服務

時間：每週三，下午 4:00-6:00
內容：由數位律師為華人低收入家庭
提供免費法律諮詢服務
地點：光鹽社辦公室
報名：713-988-4724 (需預先報名)

乳癌互助小組活動 光鹽社癌友關懷活動

乳癌互助小組及光鹽社癌友關懷
講座七月份皆無活動舉辦。

光鹽社特殊關懷活動

七月是特殊關懷中心的休月
期，將不舉辦活動，月會也將暫
停，下一次月會的時間是8月16
日星期六，詳細內容會再刊登。

光鹽社廣播網節目預告

心靈加油站 (AM 1050) 主持人李論
時間：每週一上午 9:30-10:00

7/7 訪談許琛姊妹
7/14 如何被赦免
7/21 訪談秀萍姊妹
7/28 如何分享你的信仰

粵語飛揚 (AM1320) 或
<http://fly1320.webnode.com/>收聽
時間：每週一至五下午 3:00-3:30

光鹽社健康關懷服務 免費乳癌攝影

資格：低收入，無保險者免費；
也接受有個人保險者或 Medi-
care, Medicaid
時間：2014年9月6日週六
地點：光鹽社辦公室 【8/14前報名
洽詢電話713-988-4724】

C.A.R.E. 愛心組織 美國國慶園遊會

時間：七月四日週五，11:00-15:00
內容：風味小吃園遊會。遊戲、歌
唱、舞蹈表演。現場還有獎
品大抽獎等。
地點：中華文化服務中心(9800 Town
Park Dr, Houston, Texas 77036)
免費停車，免費入場。預先向
光鹽社購買愛心券享有優惠並
可參加抽獎。



7月份節目表：(ITV 55.5)

主持人孫威令、孫明美

時間：每月第一及第三個週二
晚間7:30~8:30

7/1 美國公民教育 (Citizenship)

Debby Chen (OCA-Greater Houston
Past President, Immigration attorney)

7/15 補腦護心營養需知

陳康元醫師及王琳博士

目錄：

美國健康保險介紹	2
曾經這樣被愛過	3
活動花絮	7

顧問	袁昶黎	陳康元	王禮聖
	黃嘉生	劉如峰	江桂芝
	張學鈞	李納夫	張大倫
理事長	鄧福真		
理事會秘書	孫威令		
理事會財務	遲友鳳		
理事	潘敏	韓雯	冷國聰
	劉再蓉	陳瑞坪	劉會緣
	李筱梅	戴秋月	
總幹事	孫紅濱		
行政助理	陳邱梅	劉如	胡兆祖
	林莉婷	何淑坤	
癌友關懷	鄧福真	劉如	林佐成
	廖喜梅	韓雯	錢正民
	黃玉玲	楊姝	唐萬千
	黃惠蘭	盧麗民	劉綱英
	李筱梅		
福音廣播	戴秋月	李論	戴禮約
	江桂芝	孫威令	唐萬千
	冷國總		
特殊關懷	遲友鳳	侯振蕙	陳卓璋
	李輝	孫明美	戴麗娟
	曹松	彭灼西	曹王懿
	何淑坤		
粵語飛揚	岑振強	林爾玫	方方
年長關懷	阮麗玲	陳秋梅	
西北辦事處	余南燕	甘玫	
財務委員會	遲友鳳	黃玉玲	
審計委員會	江桂芝	孫威令	
資源開發委員會	鄧福真	侯秀宜	
法律顧問	歐陽婉貞		

美国昂贵的医疗保险费用一直都是民众们所关心的，从今年一月开始实施的健康保险交易市场 (Healthcare Marketplace) 旨在提供一般民众负担得起的医疗保险，但由于缺乏相关知识，尽管申请了保险，许多民众仍对健康保险的使用方式有诸多疑问。鉴于华裔民众对于健康保险相关知识的需求，光盐社特邀 Bellaire Doctors 诊所经理傅尔文女士，以及贝勒医学院的助理教授及 Vallbona Health Center 的赵耿伟医师举办健康保险讲座，旨在提供与民众更切身相关的健康保险知识，和健康保险交易市场相关之重要讯息。

美国的医疗保险制度主要可分为公共医疗保险和私人医疗保险两大类型。公共医疗保险制度主要包括 Medicare、Medicaid、CHIP、军人医疗保险、印地安人健康保险等项目，其中最广为民众所知，涵盖层面最广的即为 Medicare 老年和残障健康保险 (俗称红蓝卡) 和 Medicaid 医疗援助 (也有人称白卡)。

私人医疗保险方面，由于保险制度发达，保险种类繁多，八成以上的美国人都拥有私人健康保险，以弥补公共医疗保险计划的不足。在美国，私人医疗保险经常作为一种职业福利，由雇主为员工支付部分保险费用。

2010年3月，美国国会通过了《平价医疗法案》(Affordable Care Act)，由奥巴马总统签署成为法律。本法案规定从2014年起，除了低收入者、原住民、非法移民者和监狱服刑者，所有人都需要购买健康保险。不购买者将缴付罚款。罚款金额是：2014年，成人\$95，小孩\$47.5 或 1%的家庭收入 (取金额较高)；2015年，成人\$325，小孩\$162.5 或 2%的家庭收入；2016年，成人\$695，小孩\$347.5 或 2.5%的家庭收入。因此只要你的收入超过联邦贫穷线的 100%，(ex. 家庭成员 1 人：收入超过\$11,670，家庭成员两人：收入超过\$15,730，家庭成员三人：收入超过\$19,790，家庭成员四人：收入超过\$23,850...)且一年居住在美国超过 9 个月的美国公民或合法居留的非美国公民 (无五年等待期)，您就必须要有医疗保险。

既然非买保险不可了，每个人最想知道的第一件事不外乎就是：“我要花多少钱？”关于费用的部分，我们得从保险最基本的层面来谈起。首先是每个月的保费 (Premium)，由于每个人选择的保险计划不同，所以保费也会有所差异，保费是每个月都需要支付的，尽管您今年也许都没有使用到医疗服务也不会退费。

再来是自付额 (Deductibles)，参加保险后，在看病时，按照保险契约的规定，您必须先自己支付一定数额的

医疗费用，保险公司才开始报销此后发生的医疗费用。

各保险计划都可能有不同的自付额。多数计划要求每人支付 500 美元到 5000 美元不等，但也有有些保险计划是不需要自付额的。自付额通常以一年为期限，当新的保险年度开始后，受保人又要重新支付自付款，才能报销此后的费用。此外，还有所谓的共付额 (Co-pay) 指每次看门诊或购买处方药时需立刻支付的固定费用。例如，每次看家庭医生的门诊共付额为 20 美元，购买处方药时需支付 15 美元等等。各保险计划都可能有不同的共付额，具体金额您的保险合约中会列出。

同时还有共付比例 (Co-insurance)，每次使用门诊、急诊、住院、手术和处方药等医疗服务后，受保人需要按照保险规定的比例支付部分费用。通常保险公司和个人的费用分配比例为 80 / 20。即由保险公司支付 80% 的医疗费用，而个人承担 20% 的费用。这笔费用不包括每个月的保费和共付款的金额。最高应付额 (Out-of-pocket)，在一个固定期限内 (通常为一年)，您个人支付的所有医疗费用的最高额度 (不包括保费 premium 和自付额 deductible 的支出)。一般情况下在个人支出达到最高限额后，保险公司将支付剩余的医疗费用。

此外，美国医疗保险主要分为两大类：HMO 及 PPO，当然也有其它的类型如 POS、EPO 等，但其基本是从 HMO, PPO 变化而来的。而其最大的差异在于 HMO (Health Maintenance Organizations) 通常会有指定家庭医生 (primary care doctors)，当病人就诊时，需要透过家庭医生转诊到专科医师 (need referrals for specialists) 而 PPO (Preferred Provider Organizations) 则不需要家庭医生转介，且可以任意看网络外的医院 (但需支付比较多费用)。

《平价医疗法案》同时让您的医疗保险更实惠，本法案规定大部分的医疗保险都需提供保险人免费的预防服务：在大部分的情况下您可以得到免费的癌症筛检 (如乳房 X 光片和结肠镜检查)，接种疫苗 (如流感，腮腺炎和麻疹)，血压筛查，胆固醇筛查，戒烟辅导和干预措施，计划生育，忧郁症筛检等等，详细列表请浏览

www.healthcare.gov/prevention。最后要提醒大家的是，医疗保险交易市场的最开始购买期间是 2013 年 10 月 1 日到 2014 年 3 月 31 日截止。之后每年的开放购买期间是每年 11 月 15 日到 2 月 15 日。如果民众有任何问题，可以上 Health Insurance Marketplace 政府网站 <http://www.healthcare.gov/> 专线 1-800-318-2596，或与光盐社联络 (713-988-4724)。

曾经这样被爱过

姚尧 2014/03/21

亲爱的，写在你离开后的第 426 天，记录我们的求生之旅，纪念我们的忠贞爱情。愿天国里的你一切安好。我相信，你一定安好。

一. There are millions of kite in Wei fang. 潍坊, 千万只风筝飞舞的地方。

我想 05 年的夏天一定是我生命中最美好的一个季节，因为在这个被称作风筝之都的城市认识了你。

我是一个忘性很大的人，可是直到现在我都能想起 9 年前初识时的情景，你那张挂满笑容却遮不住害羞神色的脸，和你那笨拙生涩的搭讪方法。

“同学这是你的笔吗？”

“不是”

“这当然不是，这是我的。我叫洪立飞，我和你在一个班，很高兴认识你。”



(2008.7 月 我们毕业旅行时的照片)

自那时起，你开始悄

然走进我生活的每一个角落，在我教室后面的座位上，在去图书馆的路上，在我手机每条温馨的短信发件人姓名上，直到最后，你走进了我的心里。整个大学时光被我们甜蜜的爱情充实，我们利用假期去各地旅行，一路满满的幸福。

2008 年我们毕业，同年 11 月 15 日，在家人朋友的祝福中，我们走进婚姻的殿堂。

婚后的生活是平淡而充实的，你每天都会去接我下班，周末我们去影院看一场电影，节假日我们会出去旅行，生活就这么在简单的每一处都散发着幸福。

这种简单的幸福却没能一直持续下去。09 年 6 月的一天，刚打完篮球回到家的你，被一阵强烈的腹痛送进了医院。医院诊断为急性阑尾炎。反复治疗 3 个月毫无效果。09 年 9 月，医生考虑为良性肿瘤，建议手术切除。22 日，你被推进了手术室，怀孕八个月的我在手术室门外焦急等待。可手术后的病理活检被确诊为弥漫大 B 细胞淋巴瘤！谈癌色变的我瞬间感觉浑身血液都凝固起来，身边的一切开始变得模糊，也许只是因为噙着泪的眼睛。我开始安慰自己这只是一场梦，梦醒了我们都会回到你打完篮球回家的那天，你没有任何的不舒服。我们会像过去一样吃一餐温馨的晚饭，然后去家门口的广场散步。可我骗得了自己，骗不了白字黑纸的病理报告。

2009 年 11 月 11 日，济南迎来了入冬后的第一场雪，此时的我在齐鲁医院的待产室准备迎接了我们宝宝的到来，可你正在 300 多公里之外的北京进行第一次化疗。宝宝的出生，让初为人父的你更加坚定了与癌症抗争的信念，你说你要做个最勇敢的父亲！

你要为自己争取更多的时间，陪伴孩子长大。



之后的半年，你先后经历了 8 个 R-CHOP 化疗和 35 次全腹放疗。你一次次忍受治疗巨大的痛苦终于换回了病情的缓解。当时的我们沉醉在初为人父母的幸福中和治疗结束、病情缓解的喜悦中。

可不幸再次来临，三个月后在中国医科院肿瘤医院的复查中，检查出肿瘤又一次复发，新一轮的抗癌治疗又要开始了，这意味着你又要开始痛苦无比的治疗，这时我不止一次的抱怨：为什么？为什么？为什么这么不公平，为什么让这么美好的人生刚刚起步的你得了这种病？为什么让这么善良真诚的人一次次承受这么多的痛苦？

病情的反复让你变得浮躁，只有从医院回到家后，看着卡卡你的心才会有那片刻的平静。放化疗所带来的痛苦，恶心呕吐，全身骨头剧烈疼痛，口腔的严重溃烂以至于无法进食，是每一个健康的人所不能理解和想象的，同样也是很多患者所无法承受的，我有时会想，到底是要多么大的动力才能支撑住你的信念，忍受这样的苦痛。看到求生欲如此强烈又异常坚强的你，我又怎能不努力为你寻求生的希望。在北京治疗的两年多，我跑遍了京城各大医院，中国医科院肿瘤医院，北京肿瘤医院，广安门中医院，协和医院，北大医院，301 医院，307 医院，北京友谊医院。无论是夜里 12 点开始排队挂号还是凌晨三点开始排队挂号，我不愿意错过任何一个治疗淋巴瘤权威医生的意见，手术，化疗 放疗，中药 我总是在寻找任何可以救你的方法。可也一次次听到医生对你病情的不乐观，你属于顽固性淋巴瘤，对靶向药、化疗、放疗都不够敏感。一次次的倍受打击，一次次的站在绝望里寻找希望。这两年多来，我们也经历了好多病友病情加重甚至离开，生命无常，我们都恐惧那一天的到来。我们为每一次治疗有疗效时欢呼，也为每一次病情进展时抱头痛哭。求医的路上，你让我看到的是那个越来越勇敢的你。我知道，你的勇敢是为了我和卡卡，还有你苦难深重的母亲。

我一直在网络上搜集各种国内外治疗淋巴瘤的方案资料，后来看到一个中国女孩在美国得到医治的报道。我当时就激动起来，对啊，国内没有更好的治疗方法，我可以带你去国外寻找更多的机会。后来了解到美国 Houston 的 MD.Anderson 是全球最好的肿瘤研究所。我自然是不愿意留下一丝遗憾，而你也怀着对于生命的强烈渴望，我们决定前往美国寻求医治。

历经两次拒签，2012 年 5 月，终于拿到了去往美国的签证。

二. 美国 HOUSTON, 生命是一趟关于人世温情的旅行。

(前往美国前最后一次陪卡卡出来玩, 3天后飞往美国)



2012年5月5号, 首都机场。我们两拎着两个大大的行李箱, 没有亲人前来送别, 有的是相互对望时的坚定眼神和心里无限的希望。我们坐上了北京飞往Houston的飞机, 这是一次追求生命的旅行。20个小时后, 飞机在Houston

机场降落, 内心的激动和兴奋, 冲散了初到陌生城市所带来的焦躁不安, 想到这里拥有全球最好的肿瘤研究所, 我们俩心中只剩下了无限的期待。

事先考虑到异国求医存在着诸多阻碍, 于是在来之前联系了一家中介机构。通过接触后, 中介将我们安排在Hotel, 随后便提要我们立刻支付1万美金的中介费(中介费包括1个月内, 他们陪同会见医生和做检查的车马费和翻译费用)。出于戒备心, 我提出了先支付一部分费用, 见到医生后, 才会支付余下的费用。中介没能收到全款, 凶巴巴的和我们理论了一会, 然后把我们扔在了Hotel。中介凶巴巴的眼神, 让我对接下来的日子产生了担忧。可上帝总是那么的巧妙, 当天晚上我看到了安妮在微博上写: 光盐社愿意对来Houston就医的病友提供帮助, 并附上了电话号码。这个消息无疑像是黑暗中射出的一线光芒, 又一次带给了我希望。高兴之余, 我又开始忧虑, 这是真的吗? 真的会有这样的好事? 于是我试探着拨通了微博上附带的光盐社福真阿姨的电话。电话里福真阿姨仔细的询问了我们的情况, 并安慰我不必担心, 并许诺10号他们会陪同我们去看医生, 另外如果生活上有什么困难都可以和她联系。真诚善良的福真阿姨和唯利是图冷漠的中介在我心里形成了鲜明的对比。当初庆幸我们是多么的幸运, 在来美国的第一天就遇上了善良的人们。后来才明白, 其实是上帝早已为我们预备好这一切。

10号一早, 刘如阿姨来到酒店接我们。在载我们去医院的路上, 我不好意思地向刘如阿姨提出了自己的疑问, 光盐社到底是一个什么样的组织, 愿意这样无偿的去帮助别人。刘如阿姨听了之后, 笑了笑解释着说: 光盐社的义工都是基督徒, 从教会走到社区当中, 尽自己所能帮助有需要的人。做光做盐, 这是耶稣基督对门徒的教导。

第一次见医生非常顺利, 而且很幸运的给我们安排了一个华裔医生Dr Wang, 而且还是山东的老乡。(在这要感谢DR Wang在我们整个美国求医中给我们提供了这么多的帮助) 初到MD Anderson, 感觉一切都与国内的各大医院都这么不一样。护士小姐负责又热情, 主治医生认真耐心地给我们解说你的病情, 从他们的眼神和言语, 你和我都体会到了病人也该享有的尊严。第一次就诊, 善良热情的刘如阿姨陪着我们在医院里待了8个多小时, 那是我们第一次相见。从医院出来后, 刘如阿姨又带我们去了同样是从中国来求医的美英阿姨家, 还记得美英阿姨把熬好的绿豆汤端到了你我手上, 突然, 我们就有了回家的感觉。

第二次见医生, 也是刘如阿姨全程陪同。这次Dr Wang给我们提供了两种方案, 再次活检, 抽样取病理, 1: 如果CD19是阳

性, 他建议我们去NIH, 去做一个关于T细胞的基因疗法。

2、如果CD是阴性收治医院, 进一步化疗。一个星期后, 我们接到通知CD19为阳性, 这意味着我们可以去NIH了。这时候, 刘如阿姨开始帮忙联系DC教会的姊妹, 希望我们到了那边之后可以得到帮助。就这样, 在我们临出发前一天, 刘如阿姨收到DC教会里兄弟姐妹的邮件, 说罗阿姨会去接机, 并把我们送到酒店, 李叔叔会陪同我们一起去医院见医生。

出发的前一天, 刘如阿姨帮我们退掉了Hotel, 把我们接到她的家里, 第二天一早将我们送到了机场, 一路上再三叮嘱我们注意安全。我们噙着泪和刘如阿姨拥抱告别, 拥抱这位我们在距离家乡几万公里外的第一位亲人。到达DC, 就如我们刚到Houston的那天, 亲爱的, 你和我一样, 都是满怀着希望与期待。

第二天, 李叔叔和阿姨带我们逛DC, 带我们吃好吃的台湾小吃。还亲自给你做了脚底按摩。天哪, 我们怎么会有这么大的福气, 在陌生的地方享受如此的温暖。

第三天, 李叔叔陪同我们去NIH接受检查。两天后, 医生说在你的检查中, 发现脑膜被浸润, 无法进行T细胞的基因疗法。他们希望我们尽快回到MD Anderson。

那天, 确定了医生的意思之后, 我们静静的坐在病房里, 什么话也说不出口, 什么未来也看不到。你闭着眼, 脸上写满失望和无奈……命运又一次将我们抛进谷底。

就这样我们乘坐最早的班机飞回了Houston。绝望的你, 哭泣的我, 当看到来接机的福真阿姨时, 我心里的负面情绪再难以控制。福真阿姨不忍心这个时候把状态非常不稳定的我们再次放在酒店, 她准备把我们带回她的家里。可是你拒绝了, 我知道这时的你需要一个空间去宣泄……

再次回到MD Anderson, Dr. Wang给你制定了长期治疗方案。酒店里做饭不方便, 我们决定在医疗中心附近租个能做饭的公寓。可碰巧没有合适的房源, 需要等待。美英阿姨杨叔叔就主动邀请我们去他们家住。就这样, 我们搬进了美英阿姨的公寓, 开始了一家五口的生活, 美英阿姨每天都会给我们做可口的饭菜。治疗中的种种不顺和身处逆境的苦闷总会被这些美丽的人儿用最温暖的一颗心和一双巧手慢慢驱散开。这时候, 由于肿瘤的压迫, 你的腿部开始剧烈疼痛, 以致于无法走路, 甚至需要依靠轮椅。记得吗? 那时教会里的很多朋友来美英阿姨家里来看你, 刘如阿姨和迈克叔叔带领大家齐心为立飞做祷告, 求主医治你的心灵和身体。祷告中, 我们俩泪流满面。

治疗过程中的种种坎坷, 让我们开始认真审视自己。人在走投无路的时候才会发现真的缺少支撑自己继续下去的力量。我们就像溺水的人, 拼命地去抓取一切貌似可以带来生存希望的机会。一直以来我们总是急于求成, 不停地多方求治, 只愿意想象好的结果, 不愿意面对坏的可能。可是当坏消息接踵而来的时候, 我们都意识到, 靠自己, 年轻的我们根本没有办法去坦然面对一切的可能性。一想到坏的方面, 全身都被巨大的恐惧淹没, 无法安静下来思考。我们幡然悔悟, 实在是需要更深更强更高远的智慧来帮助我们, 太需要了。于是我们决定到主的身边, 坦诚自己的罪, 求主的原谅, 接受主耶稣做我们的生命的主, 把一切交给祂。两颗焦灼的心终于有了一个安放的地方。

慢慢的，我们心态平和了很多，一边积极治疗一边在 8181 过着幸福的小日子……直到一天深夜，我被巨大的声响惊醒。发现身边的你已经滚到地上，面色苍白，嘴边泛着白沫。我被吓坏了，我从来没见过这样的你，我下意识地抱你，可 160 斤的你，我哪能抱的动。我搬住你的上半身刚放到床边，正准备去搬腿，可上半身又滑下来了，来来回回尝试了几次，都没能把你抱回床上。恐惧，无助，悲伤……我蜷缩在角落哭泣。

我知道癫痫不是无缘无故发生的，它代表的一定是病情的恶化。

第二天我们就去医院见了 Dr Wang。他说，你肾部的肿块缩小，可脑部肿块的变大了。这是导致癫痫的原因。同时 Dr Wang 提出他会邀请放疗科医生和血液科 Dr Hagemeister 一起来为你会诊，制定方案。

(接受治疗中的立飞)

与 DR Hagemeister 会面的情景我至今历历在目，生病三年多，你第一次在医生面前流泪。医生平静地说，他认为你的病情不容乐观，接下来的每一天对你都非常重要，希望你可以和家人在一起。听完这些话，你说你有一个 2 岁的儿子，懂事又听话，你希望能够陪着他成长，你需要争取更多的时间陪伴他长大。



DR Hagemeister 给我们耐心详细的分析了你的病情，他们唯独寄希望大剂量的化疗会对你的肿瘤起到抑制作用。但我们都知道大剂量的化疗随时可能使你的肾脏衰竭。而这种情况一旦发生，就意味着你或许根本没机会回去见孩子最后一面了。

从医院回来，你很坚定的告诉我，想回去，想和全家人在一起渡过最后的时光。

可我认为既然来到这全世界最好的肿瘤医院，无论如何都要再试一试。我觉得即使那一天真的要到来，也要留在美国。在我和病友的强烈劝说下，你终于决定再进行一个疗程的化疗，然后就带着药回国。刚刚安抚好你的情绪，偏偏又发生了意外，一个国内过来看病的 18 岁的女孩病逝，我瞒着你去医院送她最后一程。那一天她母亲非常悲伤，不停地哭泣。再遇到了我们的医生，他告诉我，如果执意留下来治疗，也要做好可能回不去的准备。大夫的话一遍遍的冲击着我的神经，那个母亲的样子也深深地映在我的脑海里。我开始思考如果医生说的真会发生，如果我不能带你回去，我怎么向卡卡和婆婆交待？我决定不再固执，尊重你的选择。亲爱的，你知道，那个决定是我一生中最难最难的吗？

回国前，我们俩在 HCC 在弟兄姐妹的见证下受洗成为基督徒。美国之行虽然你的身体没能得到最终的医治，但我们的心灵的得到了医治。此时的我们学会了交托，学会了感恩，在基督里我们收获了爱，也学会了爱。我们知道了生命的短暂也许是遗憾，可是如果不认识永生的神，不得到永恒的生命，那才是真正的悲剧。

回程前是你身体最虚弱的时候，最后几个小时需要用靠吸氧保持呼吸的畅通。空乘小姐告诉我，现在是太平洋的上空，如果发生



(HCC 受洗)

紧急情况，在飞机上将无法对

你的丈夫进行急救。十几个小时显得是那么漫长，我的神经分分钟都崩得紧紧的，坐立不安，我只能不停的祷告，否则根本无法坚持下来。还好在主的保守下，我们顺利到达虹桥机场，再转回济南，我们的家。

亲爱的，我带着你，回家了。

三 济南的冬天里，你像断了线的风筝，飞向我够不着的天空。

十几个小时飞行带来的疲惫在你看到儿子的一瞬间烟消云散。我们回到家的第一件事，就是趴在儿子的床边，一人拉着他的一个小手，看着他熟睡的样子。我的泪止不住，你的笑也是止不住。



第二天一早，我们就去了当（住院期间，卡卡带着蛋糕来看望立飞）地医院，因严重的腹水及呼吸急促，你直接被送进了重症监护室。刚刚入院，我就收到了医院的病危通知。生命的脆弱毫无保留的展示给我们每一个人，我开始经常听到身边朋友的叹息。然而，你奇迹般又一次顺利度过了十天危险期，各项指标都逐渐趋于正常，化疗后腹水得到了控制。我知道，是儿子，实在让你不舍。

出院回到家后你就提出要带卡卡去青岛玩。我第一次和你发生争执，我认为现在的你应该在呆在家里休息。而你只说了一句，便噤住了我的千言万语，你说：事先答应过卡卡的，我一定要做到，我怕以后就没有机会了，我不想让卡卡记得我是个不遵守诺言的爸爸。三天后，我们启程前往青岛，这是我们全家的最后一次旅行。



(答应卡卡的青岛之旅)

12 月下旬，你几乎一直处在睡眠状态。有一次，你从昏睡中清醒过来，用尽所有力气让自己坐起来，抱住了我。我知道这个拥抱想表达的心情，不舍，无奈，深深地爱与眷恋。我忍着泪，扶着开始大口喘气的你躺下。你指着你的手机，让我拿给你看。已经无法说话的你，用枯瘦的手指指着手机上的关机键，一滴泪珠划过你消瘦的侧脸。隐隐约约，我明白那是你在向我告别，你准备好要去天家了。

2012年12月29日，晚9点。你的各项指标突然开始下降，必须依靠氧气罩来维持呼吸。最后的几个小时里，我们握着手，你望着我，我望着你，在你的眼里我没有看到一丝丝的害怕和畏惧，只有点点闪烁的泪光，那是分别的不舍。三个小时之后，你平静的离开了。离开了这个浮华的世界，回到了天父的身边！

四. 我不是一个人，你一直在天边注视我，与上帝一起。

立飞走了，是的，这么多年日夜相伴的他，就这样消失在我的生命中。

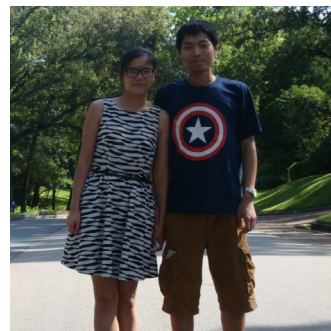
在立飞刚离开的时候，我不敢去面对现实，我选择逃避。我不去翻看任何和他有关系的东西，我压抑着自己的情绪，不敢诉说对他的思念。可越是刻意去强迫自己坚强，越发现自己是如此脆弱不堪。想哭却没有了眼泪。想忘记，却清晰地想起。我剪掉了留了十几年的头发，对着镜子里短发的自己说：没关系的，一切都会过去的！可偏偏话音没落，泪水就模糊了视线。我开始怀念陪伴立飞治疗的那些日子，虽然那三年很辛苦，但两个人在一起再苦也熬得住。

由于对立飞的思念，加上我自己心情的压抑，导致我神经衰弱、失眠、乳腺增生。很长一段时间我过的非常辛苦。这时的我背弃了上帝，我的信仰随着我的心情跌落万丈。上帝是不是不爱我们？它为什么带走了我的丈夫，为什么让我的孩子这么小就没了爸爸？我又开始怀疑“神爱世人”。我不再祷告，我不再唱赞美的诗篇……可上帝就是这样的奇妙和伟大，祂没有因为我的背弃而不爱我，反而派来了更多的天使来帮助我。美英阿姨和杨叔叔从 Houston 回国后，没有直接回湖南的家，却立即来济南看我。他们带来 Houston 的好朋友写给我的贺卡，刘如阿姨帮我们制作的照片集，应骏姐送给我的书。朝霞姐专门飞来济南看我，云霞姐和远辉哥开了4多小时的车专程来看我，杨姝姐利用回国探亲的宝贵时间，也来济南看我。还有高叔叔，我们在香港的时候，他把刚结束治疗的高宇哥放在酒店里，赶到我们在香港住的酒店与我们会面……这些真挚宝贵的友谊，一点一点温暖着我冰冻的心。解冻的第二步，我自己鼓起勇气，心再痛，我也让自己尽情回忆起我和立飞在 Houston 的日子，不再因为立飞不在了就不敢去想任何有他的片段。忘不了，在我们深陷绝境时给福真阿姨的第一通电话，她那么坚决地说一定会帮助我们，我顿时安心许多。忘不了，刘如阿姨每次都会推开自己的事情，陪同我们去医院，有时候一陪就是一整天；她甚至把我们当成自己的孩子，在生活的方方面面都照顾着我们。忘不了，刚学会开车的杨姝姐，每周都会开半个小时的车载我们大家去中国城买菜，一路聊天，好开心。忘不了，李叔带我们品尝美味台湾小吃，并亲自帮立飞做足底按摩。忘不了，应骏姐端着她们家的锅来给我们送乌鸡汤。忘不了，美英阿姨总在我们去医院时，像妈妈一样，做好饭菜等我们回家吃饭。忘不了，高叔叔在立飞病重的时候怕我一人应付不来，夜里就和衣睡在我们家的客厅，帮忙照顾立飞。忘不了，杨叔叔大包小包帮我们搬家，累得满头大汗，来不及擦拭。忘不了，谭阿姨和吉叔叔在得知我们要去 DC 后，给我们送来保暖的厚外套的情景。忘不了，朝霞姐总是一做了好吃的，马

上就让向阳哥给我们送来。忘不了，饶姐周哥，经常来我们家帮我们查医学资料、帮我们分析立飞病情……在我孤独寂寞、被思念煎熬、夜不能寐的时候，你们每一个人，每一个人的善良的样子、亲切的笑容在我脑海里一遍遍循环、放大、定格……

我不得不承认上帝是爱我们的。要不然，我们怎么能够去到 Houston，在这场求生之旅中认识这么多美丽的天使，收获这么多珍贵的友谊；怎么可能在这个物欲横流、奸诈丑陋的社会，在远离家乡亲人的地方，切切实实的感受到人间的真善美。

上帝也是爱立飞的，祂接立飞去的那个地方是天堂，立飞从此有了永远不再朽坏的生命。他患病后在世上的每一天，几乎都被癌痛和化疗的毒副作用深深折磨着。如今他去了鲜花簇拥、天使歌唱、布满了碧玉宝石水晶的宫殿，那里没有病痛，没有眼泪，再也没有悲伤。而我们终究有一天会在天堂相见。现在的我，需要好好爱耶稣，学耶稣，求主耶稣保持我心更坚强更乐观地面对我在地上的每一天。感谢上帝，让我和立飞在茫茫人海进入彼此的生命。感谢上帝赐给了我一个如此真诚善良的爱人，给了我们七年美好的记忆。**虽然我们的婚姻生活是短暂的，但里面没有背叛，没有欺骗，在我们的爱情里全是并肩面对困境、勇敢坚强、不离不弃的样子。没有一丝后悔和遗憾，七年，足已温暖我一生！**



（我们在 Houston 最后一张合影）

后记：曾经，我一度不知道该怎么向卡卡解释：为什么？爸爸会突然不见了？面对卡卡同学家长的质疑，怎么从没见过卡卡的爸爸呢？我总是闪躲，我不知道该怎么面对，更不知道该怎么该开口讲我们的故事。其实我更害怕，我说出来后，很多人会有一些莫名的猜测或者论断，会对卡卡造成第二次伤害。

但当我写下我们的故事后，我的心释然了，我可以和卡卡谈立飞，谈他亲爱的爸爸了。我希望小小的他对于爸爸的记忆不是缺失的。我要告诉他，他的爸爸是一名多么坚强的勇士，他的爸爸又是多么的爱他。同时，我也要告诉他，爸爸虽然不在了，但是天上有一位更大的父亲，在爱着他，看顾他，永远也不会离开他。**生命的轨迹无法选择和琢磨，勇敢的态度却可以牢牢的抓在自己的手里！**

信仰对我的支撑帮助我走出心的牢笼。我的小姐妹们看到我在生命遭受如此的重创之后又复活过来，又可以和从前一样和她们一起逛街、喝茶，甚至可以平静又有智慧地帮她们分析婚姻上、婆媳关系中出现的的问题，她们都很惊讶我的转变。我就告诉她们我领受到的世上难寻的爱，与她们分享我所学到的圣经上教导的应该如何尊重如何爱，描述给她们听那些我所见到的跟随主耶稣的可亲可敬的我在 Houston 的家人们……经过我的帮助，前些日子就有一个小姐妹与她的丈夫和好并复婚了！感谢上帝！！**愿祂奇妙的爱从我这里发散开去，让我替立飞好好地加倍地爱我们身边的人、爱那些需要帮助的陌生人，如果他们问我为何可以这样？我就会回答：因为我和我的立飞曾经这样被爱过。**

活 動 花 絮

忘了告訴你，我們學會怎麼擺設餐盤，以後家裡請客我可以幫忙擺餐具了。提醒大家，六月27日是我們的個人表演秀，每個人都將一展個人長才和魅力。歡迎您也來共襄盛舉。



看相片就知道我們有個快樂的快樂營！孩子們先拉拉筋再來一段"熱"舞，還真的會出汗耶！孩子們利用自己的想像力打扮出幾位驚艷的模特兒，可以媲美世界名模了吧！



Gateway to Care組織介紹CHIP/Children Medicaid申請



不只如此，我們還親手製作了舞獅頭，學了手鼓，有機會為大家表演一段"舞獅"吧！！



光鹽社義工與Gateway to Care成員合影



Greg Anderson著徐玲翻譯，「癌症與主禱文」贈送聚會，由 United methods Church @ woodland 提供癌友BBQ



光鹽社 (Light and Salt Association)

9800 Town Park Dr., Suite 255,
Houston, TX 77036

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Cancer Prevention and Research Institute of Texas, Houston Affiliate of Susan G. Komen for the Cure. Thanks for their support!



「你們是世上的鹽…你們是世上的光…你們的光也當照在人前，叫人們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」（馬太 5:13-16）

光鹽社為政府註冊之501(c)(3)非營利組織，期望藉由結合一群華人及社區資源，不分宗派，不分族群，本著聖經教導基督徒應做世人的光和鹽為原則，關懷並服務大休士頓地區極需幫助的人。

光鹽社辦公室：

電話：713-988-4724 網址：www.light-salt.org；
中國癌友專網：<http://light-salt-cancer-care.org>
E-mail：lsahouston@gmail.com 地址：9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036
Facebook：光鹽社 Light & Salt Association
辦公時間：上午 9 時至下午 5 時，週一至週五

光鹽社西北辦事處：

地址：13130 Perry Road Houston, TX 77070
電話：(281) 506-0229

1. 光鹽社癌友關懷網

- 專題講座及一般互助小組（每月第一及第三個週六下午 2-4 時）
- 乳癌互助小組（每月第二個週六下午 2-4 時）
- 電話諮詢及後續關懷、關懷探訪
- 免費假髮、帽子、義乳、營養諮詢
- 免費中英文癌症資訊及書籍、DVD
- 病患協助、福利申請及資源轉介
- 交通接送、中英文就醫及資訊翻譯
- 免費乳房攝影（限低收入和無保險者）



2. 光鹽福音廣播網（請由 www.light-salt.org 或 <http://fly1320.webnode.com> 網上收聽）

- 心靈加油站（每週一 9:30-10:00am, AM 1050）
- 粵語廣播網（每週一至五 3:00-3:30pm, AM 1320）

3. 光鹽健康園地

- **ITV 55.5**（每月第一及第三個週二，7:30-8:30 pm）

4. 光鹽社特殊需要關懷中心（www.lightsaltsncc.org）

地點：光鹽社辦公室（9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036）（每月第三個週六 11:30 am 到 2:00 pm）

5. 冬衣捐贈、長輩關懷、月訊及年刊