

最近,一部名为《老杨和他的南东块》的纪录片在上海艺术电影联盟合作的10家影院上映。这是个黄河路上抗癌志愿者的群像故事,他们的坚强乐观和与病魔抵抗的心酸苦楚,在绝境中绽放的“生命繁花”感动了许多人。

片名里的“老杨”杨新华,是上海市癌症康复俱乐部志愿者里的代表人物,今年71岁的他是一名癌症病人,2011年进行了胃癌手术,经历了肉体 and 内心的双重煎熬后,这名退伍军人凭借着强大的意志力和好心态,这么多年来一直乐观勇敢地活着。

接受记者专访时,老杨将自己的抗癌故事和志愿者经历娓娓道来:执着乐观是他的性格底色,助他逃离病魔肆虐的魔爪,也让他乐于为病友伸出援手。



黄河路上“生命繁花”在绽放

71岁抗癌志愿者老杨的快乐生活

怕癌症吗?怕也没用

尽管已经过了十多年,老杨如今回忆起当时与癌症病魔搏斗的日子,每一个重要时刻都记得很清楚。

最初检查时,他不敢第一时间自己看检查报告,还是让家人先看的结果。一般胃癌患者做完手术后住院两周左右就会出院,而他当时切片病理报告出来后结果显示是胃癌三级,最终根据病情在医院住了45天。

“出院后一开始走在马路上,走两三步路就很心慌。那么今天走两三步,明天走五六步,半个月以后可以走到楼下了,过了20天就可以去人民公园了。因为我家就住在黄河路上,走到人民公园不到200米。”

住院期间,老杨就听病友提起过上海有一个癌症康复俱乐部,走到人民公园里,他和这个俱乐部的缘分终于到了。

那时,他看到有块牌子上写着黄浦区癌症康复协会,即上海市癌症康复俱乐部在黄浦区的分部,那边一位老成员热情的和老杨打招呼,听说同是癌症患者后,向他详细讲解了手术后康复期的注意事项。

老杨每天都会去人民公园,因此每天都会遇到这些病友,他们清晨就会到那边,几十个人一起运动锻炼或者纯粹闲聊,有打羽毛球、打太极拳、练郭林气功的,有些不方便行动只能坐轮椅来的,纯粹一起聊天拉家常。

“一开始我问过,你们不怕癌症吗?他们

说,命已经这样定了,怕了也没用。”老杨被热烈的气氛感染,随即也加入了他们,每天都到这里和病友们一起交流活动。

爱是可以传播的

2011年末到2012年初,距离老杨做完手术已经近一年,他正式开始担任上海市癌症康复俱乐部黄浦区南京东路块的块长。在没有任何报酬、没有任何资金的情况下,他开始与癌症患者一起从事公益活动。

老杨坦言,被大家信任和推荐的原因可能是自己比较执着,也很热心,“我认为是对的事情,我会走到底。”

当块长意味着更多的事务和责任,老杨本身也还在康复期,自然有对自身健康情况的担心,不过他性格里坚定执着的底色,让他在此之前就选择了适合自己的治疗方案,做了很多人不敢做的事情——拒绝了常规癌症患者手术后必经的化疗手段。

老杨查了资料,也和主治医生深入坦诚地聊了两次,了解自己的病情和化疗相关的知识,最终做出了这个重要决定。

“所以我恢复得比很多人快。化疗的人那些脱发、吃不下饭的痛苦,你没办法想象,像纪录片里有一个癌症患者喊着:‘我不要化疗,化疗也是死,不化疗也是死。’看了真是催人泪下。”

当上块长后,执着又热心的老杨想拓展更丰富的志愿活动。

在人民公园“相亲角”不远处,有一块老杨和他的南东块志愿者专属的角落,他们给大家科普民量血压、测血糖,有时邀请医生、教授给大家科普抗癌知识,“久病成医”的病友也会经常一起交流分享经验。在每年学雷锋纪念日和国际志愿人员日两个节点,他们还会在人民公园大门口的空地上组织集市,大家可以理发,也能跟中医西医咨询。

走出人民公园,老杨和志愿者们还会在大年初一给住院治疗的陌生癌症患者拜年,为癌症病人举办金婚、银婚庆祝活动……

其中向所有人免费提供测血压、血糖、体重、医药箱的服务台,一年365天无休,连续十年每天上午都会有4个志愿者在现场为大家服务2小时,提起这个他牵头策划的志愿活动,每天都会去现场的老杨语气非常骄傲:“我们一共服务了几万人次。一个人做好事并不难,难的是一辈子做好事,做好事也会互相感染,爱是可以传播的。”

在这里,他遇到过已经得病二三十年的老病友来当大家的“授课老师”分享经验,也有很多病友和市民默默捐钱捐物不留名。

多年抗癌志愿者经历,老杨感触颇多,“赠人玫瑰,手有余香。人活着不能光为了自己,能帮人就帮人,以前尽全力帮,年纪上来了帮人不能太累,就在自己能力范围内帮。”

心理健康需被重视

“好的心态,正是对抗癌症的一剂良药。”《老杨和他的南东块》记录了7年来老杨和很多病友的点点滴滴,有伤感也有温暖。

不少病友没有熬过复发这一道坎,但同时大家也见证了生命的坚强,一些病友鲜活的笑脸给了其他人继续努力活下去的勇气。

老杨坦言,癌症病人最怕的就是复发,“一般来说,一年内最容易复发,3年内有可能复发,如果到5年还没有复发一般就是康复了。有这方面的相关统计,肺癌患者5年存活率是12%-14%,就是说100个人里能够活5年大概有12-14个人,肝癌是13%-16%,胃癌是32%-36%。”

病友们头顶都一直悬着“复发”的达摩克利斯之剑,老杨心态很好,他遇到过很多和他相似的乐观病友,也为那些一直苦于病痛的患者担忧烦心。

和老杨同为志愿者的徐佩丽,2007年查出患上乳腺癌的时候,已经照顾膀胱癌的丈夫整整两年。天塌地陷中,徐佩丽没有放弃,悉心照顾丈夫整整16年。而在照顾丈夫的日子里,徐佩丽抽空还在人民公园继续参加志愿活动,获得了上海市癌症康复俱乐部“优秀志愿者”称号。3年前他的丈夫病故,徐佩丽仍然坚持来帮忙做志愿者。

老杨还认识一位以前经常一起出去活动的女病友,丈夫去世后再也不愿意出门,老杨等志愿者们去看望她,也会开解她,但并没有什么用。

老杨身边有像这样陷在过去出不来的病友,有怨天尤地每天都在问“为什么是我生病”的病友,也有变得有些偏激钻牛角尖的病友,“比如他去配中药,下次去看医生给他换

了几味药,他就会研究为什么要换药,原来这个药是什么作用,现在这个药什么作用,这样的人很多的。”

遇到形形色色的人,让老杨对于癌症患者有了更深的理解和感悟:“生病以后,患者的心理、生理健康都发生了相应的变化,有些人就会得抑郁症,变得易怒,还有变得悲观冷淡孤僻,这样的情况很常见,癌症患者的心理健康也需要被关注和重视。”

忘记病情,快乐生活

《老杨和他的南东块》导演郑跃曾说过,于老杨和他的南东块志愿者而言,他们是平凡也是特殊的。也许在生理上,他们最接近死亡,但在心理上,他们最懂得生命的可贵,也被称为“最接近死亡的志愿者”。

从“无限接近死亡”这一生命教育课程里,老杨学到了很多,敢于不做化疗、3个月不到就走出病痛阴霾的他,很乐于分享自己的人生感悟和经验。

“既然生病了,你急也没用,既来之则安之。还是要想办法和正能量向上的人多接触交流,把自己的心态调整好,不要过多地在网上查病症,可以多找几家医院去看病,也多和病友交流分享。”老杨说,不仅仅是对病友,大家一起坚持健康科学的生活,多运动、营养均衡同样重要,他自己就是践行者。

生病之前,老杨因为工作忙等原因平时不怎么运动,生病之后,他坚持每天早晚各快走40分钟,每分钟的步伐数能达到116步到120步,而且每个星期还要游泳两次。

“每天锻炼能够使你心情愉悦,这个世界上什么东西最难?是坚持。生病之前我们去爬黄山,我可能就在山脚下喝点茶抽支烟,放在现在,我就会先说你们去不去,我先去了,而且烟也不抽了。”

被问到是否担心复发时,老杨真诚说道,自己并不担心,“我们有一句口号叫快乐生活,忘记病情。许多人忘不了,但我从来没把自己当作癌症患者,因为我比别人做得好,体能测验不输给别人,现在我比较关心的是自己的心肺功能、血压血糖。”

如果不能延伸生命的长度,那就扩展生命的宽度。愿我们都像老杨一样,珍惜当下,有价值地活着。

晨报记者 陆乙尔



渝水堂 高价收购
红木家具·老家具·字画·扇子·印章·像章·老服装·小人书·紫砂壶·玉器·瓷器·地址:多伦路文化名人街182号(近四川北路)
热线电话:65407260 13601926417
高经理 免费上门服务

上海静安区芷江西路街道中益社区文化服务中心:遗失银行开户许可证,许可证核准号:J2900278174601,声明作废。