

## 走出去,活得更精彩

□ 记者 杨寒冰 文/图

照片上的王相英英姿飒爽,意气风发,太极剑舞得刚柔并济,风生水起。如果有人告诉你,她是一个癌症患者,从气色和精神上你能看得出来吗?

没错,王相英就是一个乳腺癌患者。但是她没有被病魔压倒,她凭借顽强的意志、十足的韧性、乐观的精神,击退了病魔的进攻。她闯过手术关,走过化疗期,度过康复期,创造了一个明媚灿烂的生命奇迹。然而,创造生命奇迹的过程是充满艰辛的。

### 病魔悄悄袭来 3天瘦了10斤

10年前的王相英45岁,正是女人的第二青春恣意绽放的大好时期。工作得心应手,夫妻相敬如宾,父母身体健康,女儿高校读书,阳光每天都明媚,生活是那么美好。

然而,平静的湖水下总有暗波涌动,幸福的生活总是会不经意间被扰乱。2000年12月的一天,王相英无意间发现了自己一侧的乳房有个小疙瘩,摸起来不痛不痒。

第二天,王相英在爱人的陪伴下来到医院,本来只是怀着轻松的心情来做个体检,没想到检测出来的却是噩耗——乳腺癌。

癌症?!多么可怕的两个字。王相英感到头晕目眩,在爱人的陪伴下恍恍惚惚地回了家。

原本对生活充满激情的王相英突然感觉世界末日到来了。3天下来,她整整瘦了10斤。就这样痛苦下去又能怎样?痛苦解决不了任何问题。王相英很快理清了思路。不能告诉父母,父母年纪大了,不能让他们为自己担心;不能告诉女儿,她在外地上学,知道了肯定会非常着急。一切安排妥当之后,王相英走进了医院,准备做手术。

### 坦然接受手术 把快乐带给他人

乳房是女人身上秀丽的山峰,很多女人都不愿意失去这山峰。住进医院之后的王相英坦然地接受了医生乳房全部切除的建议,她说,健康都没了,还要那山峰干什么。

虽然早有心理准备,但是在准备进手术室的前几分钟,王相英的内心还是充满了紧张和恐惧。因为她属于过敏体质,对很多种药物过敏。

躺在推车上的王相英紧张地握紧拳头。这时,她看到了单位的领导、同事,看到了爱人、朋友等一双双关切的眼睛,听到了他们鼓励的话语。她的内心充满了力量,这力量鼓舞她平静地闭上眼睛,坦然地接受手术。

几个小时后,做完手术的王相英被推出了手术室。她的耳边充满了熟悉的、关切的询问声。她的意识

很清醒,却无力张口说话。她望着关心自己的人们,暗下决心:一定要乐观坚强起来,不能把自己的痛苦带给他们,要以轻松、快乐的状态展现在他们面前。

化疗让王相英非常难受,药物进入体内,让整个人变得烦躁不安,有时候,她恨不得拔掉针管,就这样结束自己的生命算了。

但是,她想到年迈的父母、体贴的爱人、可爱的女儿,还有那么多关心自己的亲朋,她咬咬牙,坚持了下来。

她把痛苦悄悄地打包收藏,她不愿让亲朋跟着自己一起难受。她常常带着微笑着看爱人,讲一些轻松的话题与同房的病友交流。整个病房时常充满着欢笑声。病友被她的情绪所感染,也变得轻松开朗起来。她们都说,王相英一点儿都不像个病人,更别说是癌症病人。

轻松的心态、快乐的情绪是治疗病情最好的良药。接受化疗的王相英头发掉得很少,康复也不错。她还和医生成了好朋友,医生给她介绍了很多有关乳腺癌的康复妙方和食谱,这对她后来的生活很有帮助。

### 开心走出去 感召一群人

手术、化疗让王相英元气大伤,人看上去一下子老了五六岁。她谨遵医嘱,在饮食上多吃菌类,多煲

汤;在心情上,她处处都往好的方面想。她还坚持去牡丹广场学打太极拳。打太极拳让王相英找到了新生。

但是,康复之路走得相当艰辛。从家到牡丹广场,10分钟的路程,王相英要走上半个多小时,并且路上至少要歇上三次。即使千辛万苦走到了,她也打不了拳,因为连站立都成问题。站不到10分钟,她就会大汗淋漓,喘粗气,腿发酸。

然而,即便是这么痛苦,王相英依旧咬牙坚持。在太极拳老师岳素芳的鼓励下,她每天都走着来,每天都坚持站。等到能站得久一点之后,她开始跟着岳素芳打拳。渐渐地,随着身体的一点点恢复,王相英打拳的时间越来越长了,从开始的十几分钟,到半个小时、1个小时、两个小时。

现在的王相英不但能身手矫健地打拳,而且面色红润,说话底气十足,连续说话半个小时都不发喘。喜欢照镜子的王相英发现自己的白头发



慢慢地变少了。她在市老年体协担任了很多工作,每天都很忙。爱人说她比退休前还忙,女儿说妈妈现在过得很充实。

2009年3月,王相英代表市老年体协去香港参加了比赛。2009年8月8日,在新区体育中心广场举办的全民健身日表演活动中,她带领100多人进行了太极扇表演。

除了坚持锻炼身体外,王相英还结交了一大帮朋友。有洛阳本地的,也有县区的,还有北京、山西的外地网友。

当人们看到王相英癌症手术10年后依然精神焕发的身姿时,总是忍不住要问她是怎样走过来的。

王相英总是大方地介绍,必须要走,走出来,走出被病魔束缚的“心门”,去乐观面对,走出熟悉的家门,去积极锻炼,广交朋友,只有这样,才能开心快乐,才能让生活更加精彩。

## 洛阳人看 洛阳手机报



1. 权威、专业、及时、准确,洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造,萃取本地、国内、国际新闻资讯,时尚实用,服务贴心。

2. 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富,总量占到了60%以上。

### 定制方法:

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。

联通用户发送短信712到10655885订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。