

一部教科书般的癌症病人自救指南

■马向涛

最近偶然在朋友圈里看到一则关于新书《无国界病人：在美治疗癌症3000天》(以下简称《无国界病人》)的报道，书名让我想起了荣获1999年诺贝尔和平奖的无国界医生。我饶有兴趣地点开链接准备看看究竟，却意外地发现本书作者是师永刚。

尽管我与其从未谋面，但是在四年前已经建立了联系。彼时中文版《基因传》上市不久，师永刚是最早的那批读者之一。我知道他是一位作家兼媒体人，却不知道他为什么会因为基因感兴趣。当他得知我在重新翻译《癌症传》后，便主动邀请我写一些关于肿瘤方面的文章。可惜最后未能动笔。

直到此次《无国界病人》出版，我才知道师永刚居然是一位癌症患者，可是他在这些年里从未透露过半点消息。虽然我从医以来接触过许多癌症患者，但依然被他的抗癌故事深深打动。

翻开这本书，首先映入眼帘的是师永刚总结的10段话，涵盖了个体从诊断到治疗的全过程。语言朴实易懂，就像是好友之间的劝慰，没有一丝过来人的炫耀。

我迫不及待地最后一页开始读起，因为我想这里有他最真诚的感悟。他在“鸣谢”一章的首行写道，这本书献给我的妻子和我的医生。作为一名外科医生，我深知这句感谢的分量，能获得患者的认可可是至高荣耀。

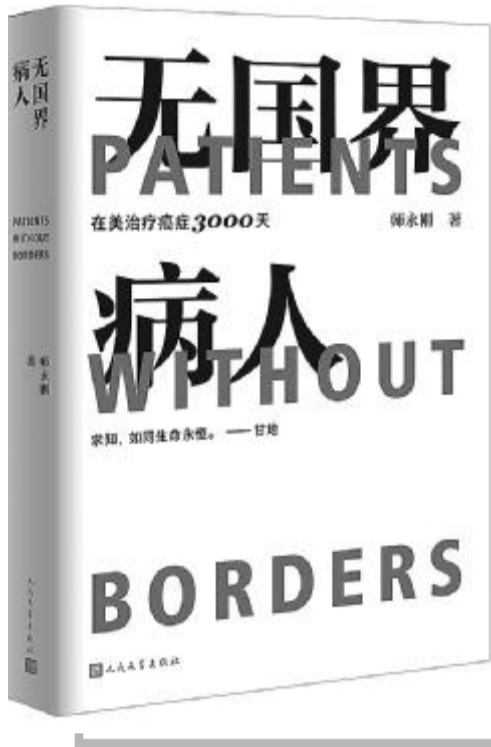
从师永刚体检发现患病开始，这个故事就带我们走入了另外一个世界。我没有见过十年前的师永刚，不过从他的照片来看应该也是意气风发。即便在被影像学诊断弄得提心吊胆之时，他还是没有耽误那场约好的朋友聚会。我仿佛能看到他心不在焉的样子，面对一桌子美味佳肴却没有胃口，身边的朋友则在以各种方式宽慰他。然而真正的痛苦或者说是折磨，只有当事人自己去面对。

师永刚没有丝毫犹豫，他去拜访了好几位医学大咖，选择了一家名院手术。别看他从军15年，遇到生死的时候，有谁敢说自已潇洒？按惯例，医生在手术签字时避开患者，而由近亲属或者同事代劳。师永刚也不例外，同事把他轰了出去，以免他听到负面的消息。可他还是查到了肾上腺皮质癌的五年生存率。

我不得不承认，师永刚是个学习能力很强的患者，聪明得让医生应对起来都感到有些吃力。好在他没有在这方面跟医生较真，而是把有限的时间用于挑战自我上。他的目标非常明确，就是“活着”。

手术对他造成的创伤与之后的求医经历相比简直不值一提，师永刚的笔调看似平淡，我却被真实故事特有的张力深深触动。尽管我在做医生时一直要求自己努力去倾听和感受患者的心声，但是多年之后，我被一位癌症患者以这种方式重新唤醒，让我意识到自己还可以为患者做得更多。

术后三个月，师永刚体内的肿瘤复发。这让



MD安德森癌症中心的临床医生幽默地称他为“焦虑先生”，而哪个人在面面对生死时不焦虑呢？不过师永刚的过人之处在于将焦虑化作动力，在执着中继续尝试新疗法。

师永刚在书中提到，谨记，凡墙皆是门。这扇门既是生死之门，也是众妙之门。只有放手一搏，方知万物本性。

《无国界病人：在美治疗癌症3000天》，师永刚著，人民文学出版社2022年8月出版，定价：79元

他陷入了更深的漩涡。手术就像一锤子买卖，患者渴望医生手到病除。面对罕见病孤儿药的窘境，师永刚被迫开始了自救行动。

他一边上网查询资料，一边联系中介代购。他和太太在寒风中焦急等待交易，却被中介几次故意更换地点激怒。他强忍下这口窝囊气。直到戴着口罩的中介钻进车里，自称也是一位癌症患者。

美国学者桑塔格在《疾病的隐喻》中写道：疾病不仅是生命的暗夜，它也是法律赋予的身份。每个人与生俱来都拥有健康与疾病的双重国籍。尽管我们乐享健康的生活，但是迟早会有那么一天，或者说至少在一段时间之内，我们将被迫屈从于疾病的淫威。

二

师永刚算是同龄人中的佼佼者了，如果换成普通患者……我不敢再继续琢磨。

师永刚费尽周折托人从国外带回一片救命药，由此萌发了去当地医院就诊的想法。初到异邦人生地不熟，但那里有不少同病相怜的病友，他们不仅在生活上相互支持，并且还在治疗上彼此帮助。人们习惯于将此处称为“癌症村”。

癌症患者抛家舍业来到异国他乡，希望能够找到重生的机会。虽然癌症中心在技术上无可挑剔，但是天价账单也令患者倍感煎熬。本以为师永刚不存在经济上的压力，可是他还没开始治疗就透支了。

癌症中心的医生总是那么“阳光明媚”，财务人员会不厌其烦地催缴费用。一旦患者个人账

户欠费，医生就无法进行后续治疗。说好的救死扶伤呢？治病成了交易，生命就是筹码。

于是人们被迫想到许多可以节约花费的办法。比如哪里做检查便宜，哪里做化疗打折等，这些“八卦”成了“癌症村”居民的生活常态，没有人知道自己的终点在何方。师永刚卖了深圳的房子，这可能是他们一家最值钱的固定资产。无奈地接受房产中介提出的降价条件，只因为怕耽误即将开展的化疗。

手术、化疗、放疗都尝试了一遍，可是顽固的癌症还是卷土重来。师永刚在医生的帮助下入组了临床试验。与普罗大众的理解不同，临床试验不是把患者当成小白鼠，有许多癌症患者可能会从中获益。

说来也巧，我翻译的第一部作品就叫做《肿瘤临床试验》，而其中晦涩的专业表述曾令我不堪回首。但是师永刚居然把临床试验内容记得滚瓜烂熟，这让我对他的学习能力和顽强拼搏愈发刮目相看。我甚至认为，他在细分领域的医学知识丝毫不逊于某些专科医生。

新兴的免疫疗法给师永刚带来一线生机，他在癌症中心与发明该疗法的诺奖得主擦肩而过。令人感到意外的是，这位教授本人也是癌症患者，正在自己供职的机构接受治疗。我想师永刚可以平衡了，名利在健康面前不值一提。

他对于病程的观察很细致，无论是化验检查与影像学结果，还是药物的不良反应都记录在案，堪称是一种教科书式的描述。他边读边想，他做事这样用心，医生都得掂量一下。我以前管过许多患者，从未遇到过这样的病人。

用化学破解化学带来的问题

■胡乐乐

在学术界，绿色化学又称环境无害化学、环境友好化学、清洁化学，即减少或消除危险物质的使用和产生的化学品及过程的化学设计。

“绿色化学”(Green Chemistry)最初发端于美国。1984年，美国环保局提出废物最小化，基本思想是通过减少产生废物和回收利用废物以达到废物最少，初步体现绿色化学的思想。1989年，美国环保局提出污染预防的概念，初步形成绿色化学的思想。1991年，绿色化学成为美国环保局的中心口号，正式确立绿色化学的重要地位。

绿色化学涉及有机合成、催化、生物化学、分析化学等学科，内容十分广泛。它旨在大力倡导用化学的技术和方法减少或停止那些对人类健康、社区安全、生态环境有害的原料、催化剂、溶剂和试剂、产物、副产物等的使用与产生。

历史地看，绿色化学的定义不断发展与变化。起初，它更多的是代表一种理想和愿望。但是，随着学科发展，它本身在不断的发展变化中逐步趋于实际应用，而且其发展与化学本身的发展密切相关。

绿色化学的理想是使污染消除在产生的源头，使整个合成过程和生产过程对环境友好，不使用有毒有害物质，不产生废物(因此无需处理废物)。由于在始端就采用预防污染的科学手段，而且过程和终端均为零排放或零污染，所以绿色化学被视为消除污染的根本对策。

正因如此，世界很多国家都把绿色化学作为新世纪化学进展的主要方向之一，积极研究绿色化学，大力推广和应用绿色化学技术。

在我国，四川大学是绿色化学的引领者。从2003年获批绿色化学博士点和建设绿色化学与技术教育部重点实验室，到2013年获得教育部专家组评估优，再到2014年建成绿色化学国家资源共享课程。以四川大学化学学院教授胡常伟为首的教学与研究团队，全力主攻绿色有机合成、生物催化与模拟酶催化、生物质催

转化、绿色过程化学与技术四大研究方向，承担国家重点基础研究计划(“973计划”)、国家高技术研究发展计划(“863计划”)、国家重点研发计划、国家自然科学基金项目等数十项国家级课题，产出一大批优异的科研成果，获得国内外同行的高度认可，并且出版了《绿色化学原理和应用》等多部教材。

《生物质转化利用》亦是胡常伟领衔编著，本书较为系统地介绍了近年来通过化学方法和技术转化利用木质纤维素类生物质的相关进展。

该书首先介绍了木质纤维素类生物质的组成、结构特点及其化学转化利用面临的科学和技术上的挑战。接着，以化学反应特点为线索，提出了木质纤维素类生物质转化利用可能涉及的各种转化反应、工艺及其特点。

在此基础上，以从简到繁的原则，进一步详细介绍了以生物质基小分子油类(油脂)、小分子糖类、生物质纤维素组分、生物质半纤维素组分、生物质木质素组分、生物质整体为原料，制备能源和化学品的转化进展。在生物质整体转化方面，该书主要介绍了整体气化和整体液化的进展，并对生物质转化利用提出了若干可能的发展方向。

作为一本严肃的学术著作，该书不仅详细介绍了绿色化学的社会价值与功用，而且图文并茂地具体介绍了各个化学操作的步骤、技术。

今天，能源危机越来越成为各国和整个人类面临的重大难题。5月18日，联合国秘书长安东尼奥·古特雷斯就世界气象组织(2021年全球气候状况报告)发表讲话。他指出：“全球能源系统已经崩溃，我们越来越接近气候灾难。化石燃料在环境和经济方面都成为了一个死胡同……为我们再次敲响警钟。人类唯一可持续的未来是一个基于可再生能源的未来。我们必须结束化石燃料污染，加速可再生能源转型，否则我们会焚毁我们唯一的家园。”

如何有效破解能源危机，缓解全球气



《生物质转化利用》，胡常伟等编著，科学出版社2019年11月出版，定价：138元

候变化?绿色化学大有可为。在《生物质转化利用》这本书中，第三章介绍了油类生物质的转化——如何用绿色化学生产生物柴油和生物航空燃料。第八章介绍了生物质气化——如何用绿色化学生产生物质的燃料气、合成气、燃油。最后一章即第九章则介绍了生物质的热解转化——如何用绿色化学对生物质热解油(生物油)进行提质。

诚如胡常伟在《绪论》中开篇所言，“石油、天然气和煤等化石资源正在面临枯竭，同时使用化石资源造成的环境污染等全球性问题日益突出，迫使我们寻找可再生的资源来替换化石资源，以延续我们再生的社会生活和争取实现人类社会的可持续发展，生物质资源是除化石资源外当前所能获得的唯一的含有C、H元素的资源，是替代化石资源的最佳选择”。

无疑，本书具有重要的科学价值和经济社会意义。

域外

作者发现，每个人在任何时候平均保有13项秘密。

秘密经常压迫着我们，原因不在于保守秘密本身有多费劲，而在于我们往往独自坚守秘密。



6月，美国皇冠书局出版了美国哥伦比亚大学商学院领导力和伦理学副教授、秘密心理学顶级专家Michael Slepian(迈克尔·斯莱皮恩)的处女作《The Secret Life of Secrets: How Our Inner Worlds Shape Well-Being, Relationships, and Who We Are》(本文作者译为“秘密之秘密生活：我们的内心世界如何塑造幸福、关系和自我认知”)。

作者曾用超过10年的时间在26个国家或地区对大约5万人开展问卷调查，了解人们为什么保守秘密、保守秘密如何以意想不到的方式影响着我们、如何揣着秘密好好过日子而不是度日如年等。

本书密切审视了保守秘密这一司空见惯但知之甚少的人类行为，揭开了秘密心理学的帷幕。

本书试图启发式地回答或探讨一系列问题：孩子大约从几岁起发展出关于秘密的心理负担都一样重吗？如何消除保守秘密与我们联系别人、让别人了解我们的天然愿望之间的冲突？何时应当揭露秘密？什么样的人是我们吐露秘密的理想对象？保守某些秘密能增强我们的幸福感吗？

首先要厘清概念。比如，作者区分了“保密”与“隐私”。作者认为，保密指的是人们将特定信息控制住的意图，隐私指的是关于将多少个人信息传播出去的反恩。

作者发现，每个人在任何时候平均保有13项秘密。作者探讨了秘密的文化维度，讲了一个典型的故事。美籍华裔电影制作人王子逸说，他的中国亲戚们在他奶奶确诊癌症晚期之后决定不告诉老人真实情况，以便让她安稳地走完最后一程。他得知他们的这一决定后非常生气。

根据问卷调查的结果，斯莱皮恩识别出38类最常见的秘密，包括辜负了某人的信任、性生活出轨、隐秘的癖好或物品、撒过的谎、勃勃的野心、财务拮据状况、吸毒或其他成瘾症、精神健康问题、不能公开的关系，等等。

秘密经常压迫着我们，原因不在于保守秘密本身有多费劲，而在于我们往往是独自坚守秘密。无论保守秘密的目的是什么——保护自己的声誉、维护一段关系、护卫自己所爱之人的感情还是坚持个人发展目标或职业目标，有一件事是毫无疑问的，将我们内心世界的一部分遮蔽起来，往往使人倍感孤独，使我们与别人之间的距离或隔阂更大。而本书告诉你，你不必有那么多心理负担。

有些秘密有难以承受之重，另一些秘密则不然。斯莱皮恩写道：“生活中一些最欢快、最重要的场合，就来自于我们先有意隐藏然后再次揭开的秘密，比如送礼、怀孕的消息、求婚，不一而足”。

不过，斯莱皮恩最关心的是让人感到无助、无援、孤独的那一类秘密。他写道，秘密的负面影响在于，那些秘密占据了我们的脑海。如果将保守秘密看成不道德的，就会产生羞耻感。“越是觉得保守秘密是孤独的、个人的，就越会产生隔阂的效果。保守秘密越是基于情感而不是逻辑，你能获得的启示就越少。”

他提出，有三条应对策略有助于我们获得较多的启示。

首先要认识到，过去的错误发生在过去，没必要让它们破坏当下；其次要认识到，保守秘密也许有益于他人，因而具有正面价值；第三应承担，有些秘密也许对你自身有利。

斯莱皮恩断言，有时候，分享我们的内心世界有助于形成和维持良好的关系，“但有时候我们保守秘密也是为了保护那些关系”，或是在在不担心别人怎么看自己的情况下进行一项活动，比如一种嗜好。不过，斯莱皮恩建议说，“如果你有一个秘密让你烦恼，那还是可以考虑将之披露给你信任的某人”。

总之，这是一本通俗易懂、让读者感同身受的书，尽管有些读者可能觉得书中大量的统计分析枯燥无味。

心理学家

秘密不会成为你的负担

■武夷山

荐书

《气候》,[英]马克·马斯林著,安晓译,译林出版社2022年8月出版,定价:39元

在这本七万余字的小书中,可以看到与全球气候系统相关的诸多议题,以及控制着地球气候的不同因素。在数十亿年的时间中,气候如何演变?大气与海洋怎样分配从太阳到达地球的能量?气候和天气有什么关联,又有什么区别?书中还介绍了人类目前面临的干旱、热浪、洪水等极端气候问题,并提出了应对气候变化可以采取的有效举措。

而当今气候不仅仅是一个自然科学问题,还涉及政治、经济、法律等不同方面,甚至与人类的健康、地球的未来息息相关。作者用丰富的图表,抽丝剥茧般梳理气候系统的演变轨迹,具体入微地讲述气候系统与人类命运之间的内在关联,带领读者从更加宏观的角度,全面动态地看待气候系统。

本书作者马克·马斯林是伦敦大学学院的地球系统科学教授,研究领域包括过去和未来全球气候变化的原因及其对全球碳循环、生物多样性、热带雨林和人类进化的影响。他常年致力于向公众传播气候、生态和环保领域的前沿知识。



《园林漫步》,刘天华著,江苏凤凰文艺出版社2022年7月出版,定价:99.80元

从江南到北方,从蜀中到岭南,100多座园林,本书从10个园林欣赏角度出发,引导读者发现这些园林的艺术之美。从园林中的山水花木、诗文题对,到造园家对园中布局、空间、路线的精妙构思,细数了千年园林的无限细节,与园林有关的中国传统文化等。

本书作者刘天华在78岁高龄应邀完成了这本书。他1966年毕业于同济大学建筑系,又师从著名园林家陈从周研读古典园林,主要从事园林美学、建筑美学的研究,著作包括《园林美学》《华夏园林》《画境文心——中国古典园林之美》等。(喜平)