

防癌與治癌

都
石
峰

「如果你能用食物治癒病人，就把藥物留在

然律方能覓得健康。

兩千五百年前，在古希臘的柯西 (Cos) 島上

ocrates), 坐在山坡的一棵東方梧桐樹蔭裏，以

一句簡單扼要的格言訓誨他身邊的門徒們——
「你的食物就是你的藥物。」(Thy food shall
be thy remedy)——直到今天，還沒有任何醫師
比這位西方「醫學之父」更正確地道出了醫療療
術的真諦。

正統醫師信誓旦旦，他們會不負「醫學之父」

「希波克拉底誓言」(the Hippocratic Oath)，源

上，有數以十萬計的細菌學家、製藥研究人員、

爭奇翻勝，巧奪天工，爲各種疾病配製萬靈藥。

他們的口號却是：「你的救命仙丹就是我們的新藥！」

藥。」我們這一「文明人」，才氣倒挺好，但對商業化藥物廣告的洗腦，認為健康是可以從藥房的藥瓶中買來的。我們根本不知道，只有服從自然

用。一八三〇年，德國化學家海比格 (Heibig) 發現「苦杏仁素」(amygdalin)。一八三〇年代中，羅比克 (Robiquet) 和波杜 (Boutron) 將苦杏仁素予以精製。一八四五年九月號「巴黎醫學公報」(Paris Medical Gazette) 第一次提到使用苦杏仁素來治療癌症。該醫學公報說，

杏仁和癌症的歷史淵源

根據歷史記載，早在古希臘和羅馬時代，人類已懂得自苦杏仁和杏仁中提煉出「苦杏仁水劑」。

希波克拉底治癌的處方是天然食物，例如水果、蔬菜和種子。兩千五百年後已經進入太空時代的今日，如山的科學證據顯示，希波克拉底的處方仍是萬古顛撲不破的真理。

俄國帝國莫斯科大學伊諾塞姆教授 (Prof. Fedor J. Inosemzov) 提出了兩個癌症病案使用苦杏仁素獲得成功控制。

認爲沒有毒性。一九〇七年，又被列入「默克藥典」

的一位胚胎學家比爾教授(Prof. John Beard)

提出一項理論，使我們對苦杏仁素有了新的認識。在此以前，比爾教授會密切觀察人體早期的細

胞發育情形。他發現一種叫做「滋胚層」(embryoblast) 的細胞，關係到胎兒的初期發育，這

在子宮壁上。由這種功能看來，滋胚層細胞所作所爲看起來很像癌細胞一樣。

突然變化，滋胚層細胞停止活動。這種變化與胎

，滋胚層細胞是由精蟲細胞產生，許多精蟲細胞仍留在人體中，後來受到某種刺激可能產生滋胚層細胞，也就是癌細胞。因此，他也發展了一項

使用酵素治療癌症的理論。他的學說發表於一九〇二年「柳葉刀雜誌」(Lancet)上。

克萊斯父子的實驗

美國舊金山的克萊斯醫生 (Dr. Ernst Krebs, H. D.) 是希波克拉底的忠實信徒，喜歡

使用自然療法和飲食療法為病人施治。克萊斯醫

生執業之餘，性喜研究，矢志要為癌症找出一種療法。他對比爾教授的理論耳熟能詳。多年以來

，克萊斯醫生和他的兒子生化學家小克萊斯博士潛心研究酵素以及酵素對癌症的影響。父子倆人

畢生與癌症研究結下了不解之緣。前文談到，希臘文的「蟹」字就是拉丁文的「癌」(Cancer)字。

奇怪的是在，德文裏「癌」叫做 (Krebs)，這正是克萊斯父子的姓氏。所以克萊斯 (Krebs)

父子可稱為「癌」先生。是巧合？還是命運？

老克萊斯在第二次大戰以前曾研究過，如何自杏仁和種子中提煉苦杏仁素，用於動物實驗，以測驗對腫瘤的效果。效果雖然令人興奮，但是由於提煉純度不夠，具有毒性，所以未曾繼續下去。

小克萊斯專心致力於以酵素控制癌症的理論研究，多年以後，又回頭來再行研究他父親的未竟工作。他設法將苦杏仁素精煉純化，以除去其毒性，並發展了一項理論，以解釋這種純淨化物對癌症治療的效果。他把這種純淨無毒的研究成果叫做「來治爾」(Laetrile) 或是維生素 B₁₇，因為它在天然維生素 B 羣中以微量形式存在，並且是第十七種維生素 B。B₁₇也是一種「

三價氮基化合物」(nitrilosides) 因素 (factor)。一九四九年，小克萊斯給自己注射維生素 B₁₇，以證明它沒有毒性。

小克萊斯及其同僚開始為老克萊斯醫生的癌症病人作 B₁₇ 臨床實驗。結果令人興奮。許多病人的健康情況大為改善，疼痛減少。一九五〇年代初期，B₁₇ 的使用劑量與今日所知的安全劑量相比，實在微不足道。每天僅僅使用 10 mg 即可減輕痛苦和症狀，而今天的使用劑量已高達十二公分。病人情況繼續不斷改善，雖然有不少病人死亡，對克萊斯父子而言，鑑於大多數病人全面健康情況的改善和存活期的延長，已有足夠證據證明了 B₁₇ 的價值。

整體綜合療法要點

自一九五〇年代迄今二十餘年，使用 B₁₇ 治療癌症的執業醫師人數不斷增加。一項重大的突破是，使用 B₁₇ 的醫師均同時使用營養療法，這種結合療法可以稱為整體綜合療法。事實上，營養療法用於治療癌症由來已久，前文已提到，二千五百年前希波克拉底即以營養療法為癌症病人施治。這種營養療法主要是一種素食，幾乎摒除所有動物源蛋白質，它包括水果、蔬菜、堅果和種子，素半生食。另外再加上許多必要礦物質、微量元素、維生素和酵素。

我們早就知道過度消耗蛋白質，特別是動物蛋白質，和癌的生成有關。多年以前所作的一項研究顯示，美國基督教復臨安息日會教友為宗敎理由不吃肉，他們的癌症罹患率遠比一般美國

人為低。康乃爾大學的研究科學家維塞克博士 (Dr. Willard J. Visek) 認為，美國人的高蛋白膳食與美國人的高癌症發病率大有關係，肉類消化的副產品阿摩尼亞 (ammonia) 具有致癌性質。過量攝取蛋白質會過度使用胰臟，因而造成慢性胰臟缺乏，無法完成正確蛋白代謝，產生大量阿摩尼亞氣，發展為癌症。

癌症是一種缺乏症

根據克萊斯父子的理論，癌症可以看做是種缺乏症 (deficiency disease)。癌症患者缺乏兩種營養素：消化蛋白質的胰酶 (Pancreatic enzymes) 和維生素 B₁₇。

大自然賦予胰臟一項重要任務，即是預防癌症。假如胰臟功能衰弱，或是胰臟受到傷害，如果日常膳食中動物源蛋白質含量太高而需大量胰酶來消化它，一旦需要胰酶素以抵抗癌細胞時，胰臟勢將無能為力。胰酶素可以溶解癌細胞時，外面保護膜，以利白血球的攻擊吞噬作用以及 B₁₇ 和其他營養素的滲透和攻擊作用。癌細胞有一層很厚的蛋白質外膜，外膜上帶有一個陰靜電荷。白血球也帶有陰靜電荷。根據同性相斥的物理定律，白血球無法接近癌細胞。但是胰酶素含有「胰蛋白酶素」(trypsin) 和「凝乳酪胰蛋白酶」(chymotrypsin) 等，却有上述溶解能力。

根據瓊斯博士 (Dr. Stewart M. Jones) 上述理論，說明了為什麼糖尿病患者 (胰臟功能不健全) 比一般人罹患癌症的機會高出三倍。

天然食物中均含有酵素，但是食物加熱至攝

氏五十三度時，酵素即全部被破壞，這就是為什麼我們應當「生食」天然食物的道理。因此，我們應當生食植物源蛋白質，以保存胰臟中的酵素。這點對老年人特別重要，因為老年人的胰臟功能衰弱。低蛋白質的食物不會加重胰臟的負擔。兩種良好的食物是鳳梨和木瓜，前者含有天然消化酵素「鳳梨酵素」(bromelain)，後者含有「木瓜酵素」(Papain)。我們也可以在保健食品商店中買到天然消化酵素。生物醫學勸導我們不要喝咖啡、茶和可樂飲料的一項主要理由，就是因為這些飲料中的咖啡碱會干涉到胰酵素的生產和細胞的呼吸功能。

我們知道，大約有一千二百種植物都含有豐富的B₁₇，其中大多數可供食用。在世界一些地區，當這些植物構成了膳食的主食時，有證據顯示，B₁₇具有防癌作用。舉例來說，居住在喜馬拉雅山南麓的「洪都人」(Hunza)與癌絕緣。實際上，他們的膳食是素食，但是這似乎不是他們不得癌症的主要原因，而是因為他們的主食小米(millet)、蕷麥(buckwheat)、杏和杏仁等食物中含有大量B₁₇的緣故。我們知道，現在仍舊未曾進入文明的愛斯基摩人雖然是肉食民族，却也不得癌症。原因何在？愛斯基摩人所吃的肉類仍保持其天然狀態，而這些動物生前主要是靠含B₁₇豐富的植物維生。因此，愛斯基摩人間接攝取了大量B₁₇。

我們有理由相信，愛斯基摩人的肉類膳食導致許多退化性疾病並縮短了壽命。可是在另一方面，他們却很少得癌症。在非洲和菲律賓農村地

區，土著的一種主食叫「樹薯」(Cassava)雖然這是一種低級食品(高礦物、低蛋白)，却極富B₁₇，因此土著民族也很少患癌症。

但是這些民族一旦食用西方式的現代化膳食之後，或是移民到西方文明世界，他們罹患西方文明病(包括癌症在內)的趨勢馬上變得非常明顯，這是因為西方的農業、飲食習慣和食品加工等因素使他們攝取不到B₁₇了。膳食中B₁₇的普遍缺乏和癌症的大幅度增加有其因果關係，絕非偶然。

總括來說，如果胰酵素或B₁₇缺乏時，身體對致癌物質的免疫能力必被削弱，這可能引起細胞的初步病變，終而造成退化狀態的癌。除此以外，尚有其他因素可以引起癌的發育，將在下文中加以申論。

肝中毒和細胞缺氧

造成癌症的代謝功能紊亂包括幾種可能因素。它們個別發生作用，或是以不同程度的結合而形成一個交錯複雜的機制來形成病變。上節中已討論到可能因缺乏B₁₇或是胰臟功能不健全而造成癌症。本節將討論肝臟中毒和細胞缺氧。其他致癌因素還有身體中過量的激素樣類脂醇(steroiod)以及在環境中、食物中、大腸中到處充斥的致癌性物質，由於篇幅所限，則無法一一討論了。

癌症發育的第三個因素與肝臟功能有關。這個器官是人體的主要解毒器官。因此可能受到污染劑的傷害。它製造β-糖甙酶(beta glucosidase)，用以抑制負責修補功能的肝細胞的繁殖。如果肝臟清除的毒素和激素樣類脂醇超過其本身能量時，這些有害毒素可能誘發癌症。癌症

病人的肝功能毫無例外地都不正常。人體的第一道和第二道防線(胰酵素和B₁₇)崩潰後，分裂的細胞會找一個防禦薄弱地區建立根據地，形成腫瘤。通常這個地區就是受到致癌性物質影響的部位，例如，吸煙或是受到空氣污染，會得肺癌；吃了致癌性食物會患胃癌或是大腸癌；身體中有了過多激素時，癌症的好發部位是性器下；另外一個容易得癌的部位就是受傷部位或是動過手術的地方，這些部位的舊有疤痕組織或是受傷部位，例如，吸煙或是受到空氣污染，會得肺癌；吃了致癌性食物會患胃癌或是大腸癌；身體中有了過多激素時，癌症的好發部位是性器下；另

外一個容易得癌的部位就是受傷部位或是動過手術的地方，這些部位的舊有疤痕組織或是受傷部位，例如，吸煙或是受到空氣污染，會得肺癌；吃了致癌性食物會患胃癌或是大腸癌；身體中有了過多激素時，癌症的好發部位是性器下；另

外一個容易得癌的部位就是受傷部位或是動過手術的地方，這些部位的舊有疤痕組織或是受傷部位，例如，吸煙或是受到空氣污染，會得肺癌；吃了致癌性食物會患胃癌或是大腸癌；身體中有了過多激素時，癌症的好發部位是性器下；另

外一個容易得癌的部位就是受傷部位或是動過手術的地方，這些部位的舊有疤痕組織或是受傷部位，例如，吸煙或是受到空氣污染，會得肺癌；吃了致癌性食物會患胃癌或是大腸癌；身體中有了過多激素時，癌症的好發部位是性器下；另

中因只是「輔助」而已。其後，米利博士（Dr. George Miley）、庫其博士（Dr. William F. Koch）和奧爾尼醫生（Dr. Robert C. Ohney, M.D.）所作的動物和臨床試驗均證實了華貝格博士的理論正確。蘇俄科學家也證實了，癌症和細胞呼吸缺氧二者之間具有複雜關係，消極情緒會降低身體白血球防衛功能。因此，防癌與治癌的第一要義即在增加血氧，方法之一即是服食維生素E和維生素B₁₅。二者可以增加血氧與組織的有效利用率。順便一提的，B₁₇雖非由克萊斯博士發現，而他却是精製成功的第一人。維生素B₁₅為父子二人於一九五〇年代初期發現，惟不為美國食品藥物管理局所承認。蘇俄自克萊斯父子手中取得B₁₅化學分子式，鑽研多年，成就至為驚人。筆者另撰有專文討論維生素B₁₅的功效。

B₁₇已經公認安全

根據美國的法律，維生素的定義是：當身體缺乏這種營養素時，身體就會患一種「缺乏症」，例如：缺乏維生素C時，會得壞血症；缺乏維生素D時，會得軟骨病；缺乏硫胺（維生素B₁）時，會患腳氣病。B₁以微量形式與維生素B羣同時存在，例如啤酒酵母。它無毒、為水溶性，缺乏時會患癌症，故可用來防治癌症。它完全符合維生素的定義。

原來維生素B₁₇雖未獲美國食品藥物管理局的承認，却早已被列入該局公佈的「公認安全」（Gras, Generally Regarded As Safe）名單

中。可是該局受到美國醫療—製藥—醫院利益壘斷集團及美國癌症學會的壓力，竟出爾反爾，自矛盾，於一九六〇年代晚期將B₁₇自「公認安全」名單中剔除。它並採取進一步行動，通令各州衛生當局管制杏仁的零售，將杏仁批發商的貨充公，禁止自中國大陸進口華北出產的苦杏仁（按美國的B₁₇主要是由苦杏仁提煉，以其含量最豐）。

前文中已經提到，古希臘和羅馬人兩千多年前即已將苦杏仁液入藥。諾貝爾文學獎得主賽珍珠女士（Pearl S. Buck）在她的著作中也提到

，古時中國人即用杏仁提煉的糖化物（glucoside）（B₁₇即是一種糖化物）治療癌症。食品藥物管理局禁止B₁₇和杏仁的理由是，以其含有氰化物（cyanide）。奇怪的是，人體需要一種含有氰化物的維生素B₁₂（鈷鈷酸，cyanocob-alamin），以防止惡性貧血（pernicious anaemia），但是屬於同一B羣的另外一種可以防治癌症的含氰化合物却遭禁。一種東西，兩種命運，令人百思不得其解。世界上最健康長壽的洪札族的平均壽命在九十至一百歲之間，他們以杏乾和杏仁為主食，每日攝取的B₁₇為西方人士的二百倍，都與各種文明病無緣，包括癌症在內。

正統醫學發言人常常引述以支持其氰化物恐懼症的一項主要證據，是一九七三年發表的一項醫學研究報告。他們說，含B₁₇食物可能有毒，並舉奈及利亞、馬來西亞和牙買加若干「樹薯」中毒病案為證。這些國家某些地區居民非常貧窮，實際上每日完全依賴這種高纖維類的塊根食物維

生（所有單一食譜都會導致健康惡化，因為人體需要多種營養素）。這種叫作「熱帶麵包」的熱帶植物含有近似苦杏仁素化學化合物「亞麻苦甙」（glycoside linamarin）。據說上述民族發現了影響神經系統的一些症狀，但是沒有人得癌。美國出產的「甜樹薯」（sweet cassava）是另外一種植物。這種風馬牛不相及的稀有例子竟被美國癌症學會用為藉口，可謂司馬昭之心路人皆知了。

柏克博士（Dr. Dean Burk）以前曾任職國立癌症研究院細胞化學部門負責人，這是美國聯邦政府衛生教育福利部隸下的一個機構。雖然國立癌症研究院官方不承認B₁₇的防治效果，柏克博士本人却大力支持使用B₁₇防治癌症。茲節錄他於一九七三年發表的一篇演說如下：

「食品藥物管理局負責決定什麼是公認『贊同』治癌藥物。說起來非常有趣、諷刺，也令人感覺悲哀的是，幾乎每一種由該局批准的藥物都有毒性，或是劇毒，並且抑制人體免疫能力。就我所知，該局批准的三、四十種治癌藥物經過實驗後，大多數對白鼠都具有致癌性質。天下還有什麼事情比這更諷刺，更令人難以置信！」

「另外還有一大類抗癌劑，總稱是無毒藥物。這些藥物作用時並無毒性，沒有致癌性，也不會破壞免疫功能。但是就我所知，食品藥物管理局沒有批准過一種這種藥物，更不要談該局的幕後大老闆美國癌症學會和美國醫學會。然而這些無毒藥物雖未獲批准，並不表示它們無效。」

「以B₁₇為例。首先，它無毒。根據處方劑

量，它從未傷害過任何人。用於治療的劑量與可能的危險劑量相比，微不足道。所謂危險劑量，並不表示B17可致死。自另一方面而言，世界在任何東西不僅有毒，並且能致人死命。舉例來說，如果你把三、四湯匙清水經由氣管送入肺裏，幾分鐘後你定會翻白眼了。」

B 17 對癌抑制效用

B17中的活性成份是一種天然產生的氰化物。人體中隨時都有氰化物存生，因為這是一種正常代謝產物，正如同阿摩尼亞和二氧化碳雖然分類為毒物，但却是正常代謝產物一樣。雖然氰化物是B17分子的一種成份，它只能在癌細胞中發揮它的毒性作用。根據柏克博士的研究，將B17溶於中性的水中，所發現的氰化物尚不到B17的一千萬分之一。

雖然氰化氫(hydrogen cyanide)有毒，但是B17中所含的天然未曾氫化的氰化物對正常細胞並無毒性。B17由三種成分組成：葡萄糖(glucose)、苯甲醛(benzaldehyde)、氰化物。它的化學性質不活潑，對於健康組織很少影響。只有一種物質可以將B17嚴密封鎖的分子打開，釋出其中的氰化物，這是一種叫做「 β -糖甙酶」的物質。當B17在水中與這種酵素接觸時，不僅釋出了氰化物，也放出了苯甲醛。這兩種物質聯合起來，將它們各自的毒性增強許多倍。以生化名詞來說，這叫做「協同作用」(synergism)。

人體中到處都有 β -糖甙酶，特別是在健康

的肝臟、腎臟、脾臟和白血球中。在這些重要組織中更有大量的保護酵素，叫做「硫氰酸酶」(rhodanese)。健康的組織不會受到氰化物的影響，因為大量的硫氰酸酶中和了過多的 β -糖甙酶所產生的影響。硫氰酸酶能中和氰化物，在硫中將氰化物轉化成對健康有益的副產品，例如「硫氰酸鹽」(thiocyanate)，這是一種可以自然調節血壓的物質。它也可以協助身體自行製造「氯鈷素」(維生素B12)。

保護酵素—硫氰酸酶—在人體各部位中都大量存在，特別是在肝臟、肌肉、腎臟和腦中。腫瘤細胞中也有微量存在，但是同時也有「脈絡膜親生殖腺素」(chorionic gonadotrophin)激素，這是特別抑制硫氰酸酶的一種酵素。由於缺少保護酵素，癌細胞會受到致命攻擊，而健全細胞則不會。自癌細胞擴散至正常細胞的苯甲醛則被氧化，轉化為「安息香酸」(benzoic acid)，這是身體中一種主要化學物解毒劑。據瞭解安息香酸具有抗風溼、防腐和止痛特性，這說明了為什麼B17時常能為末期癌症病人產生緩解劇痛效果。苯甲醛與癌細胞接觸時，會在發病部位釋出安息香酸，因此在發病部位充斥了一種天然止痛劑。同時，在發病部位留下來的苯甲醛，其週圍幾乎完全無氧氣存在，這使它能夠緩慢完成與氰化物的聯合抗癌行動，因為癌細胞缺氧。簡言之，癌細胞裝備不良，不能自衛，而正常細胞具有完美自衛機制，可以將氰化物轉化為副產品，並將多餘氰化物釋出至尿液中。

我們必須瞭解，B17的上述作用只有當癌細

胞分裂比較緩慢時方能發揮最大效果。此時，每個癌細胞的呼吸作用還很旺盛。也就在此時，B17的效果最高。在晚期發育迅速的癌症中，細胞呼吸作用微弱。為了使B17在此等病案中發揮效果，必須運用其他辦法來減慢細胞分裂速度，並增強細胞呼吸功能。這即是前文中提到的整體綜合療法。這些方法包括飲食限制和大量補充礦物質、微量元素、維生素和酵素。因此，B17療法的主要好處只有在作為綜合療法的一部份時，而不是單獨使用時，方能充份表現出來。

傳統實驗方法謬誤

癌症實驗的標準方法是以惡性細胞注射健康生物。結果是，作用較緩而可能有效的抗癌實驗劑尚未機會發生作用以前，實驗動物即為迅速繁殖的惡性細胞所殺死。其他的傳統技術則包括腫瘤的移植。這些實驗方法與人類癌症發育的過程完全不同，因為人類癌症的發育是由代謝失衡開始，通常要經過數年甚至數十年之久，方能逐漸造成慢性退化性狀態。接受腫瘤移植或癌細胞注射的白鼠根本不能與癌症病人相提並論。這種傳統實驗方法的理由是，要在實驗動物身上誘發自然腫瘤曠費日。

再者，傳統研究人員認為，「如何」誘發腫瘤無關宏旨。還有，腫瘤發育成功後，他們目的是在對付腫瘤，而非癌症。他們認為，等待緩慢自然成長的腫瘤毫無意義。

傳統實驗方法的另一錯誤，即是忽略了「協同作用」的重要性。在軍事上，我們強調步砲協

同作戰的重要性。單靠步兵也許不能佔領敵人的陣地，單靠砲兵更不能佔領敵人陣地，只有步砲協同聯合作戰或許方有成功機會。這種普通常識迄今仍不為正統醫學所接受。

芝加哥羅育拉大學 (Loyola University)

生物系系主任曼納博士 (Dr. Harold W. a.

Manner) 的動物實驗證實了傳統實驗方法的謬誤。他所領導的研究小組先以傳統方法為白鼠誘發腫瘤，進而試驗維生素B₁₇的效果。結果白鼠全部死亡。他將實驗室關閉，赴歐洲考察生物醫學癌症醫院後，方才恍然大悟。歸來後，他以為傳

統方法進行維生素B₁₇的動物實驗。當羅育拉大學的實驗白鼠長久餓以缺少營養份的飼料後，終於誘發自然癌症。除了注射B₁₇以外，並輔以營養補充品維生素A和各種胰酵素—胰消化酶、鳳梨酵素、木瓜酵素、脂肪酵素 (Lipasmylase) 、胰蛋白酵素、凝乳酪胰蛋白酵素。實驗期中，管制組中二十一隻白鼠的腫瘤繼續成長，而實驗組的八十四隻白鼠中，七十五隻的腫瘤完全消失，九隻則部份消退，曼納博士的發現與歐美的另外五個研究小組的研究B₁₇結果完全吻合。他也研究了B₁₇的毒性問題，證明B₁₇完全無毒。十

五日實驗期中，每公斤白鼠每日注射高達二千mg B₁₇劑量時，亦無毒性反應。至此，美國食品藥物管理局和美國癌症學會的謊言不攻自破。本

節資料詳見曼納博士於一九七八年出版的研究報告「癌症的死亡」(The Death of Cancer)。——聖經約翰福音第八章第三十二節。

書。

最後筆者願引述一則格言，以結束本文：①「事實並不因為故意受到忽視而不存在。」——英國小說家兼批評家赫胥黎 (Aldous Huxley) ②「你們必曉得真理，真理必叫你們得以自由。」

褚問鶴著 花落春猶在 第一、二、三冊出版

名作家褚問鶴女士，浙江嘉興人，北京大學中文研究所畢業，五十年前任十八軍上校秘書，軍委會戰幹團訓育主任，廣東省政府參議，本書為褚女士精心傑作，懷舊憶往，生動翔實，女性讀者，往往抱書而哭，感人之深，可以想見，要目有：童年的回憶。蠟炬成灰淚始乾。山西歷險記。從晉北到故鄉。重到申江更斷腸。撫孤自苦甘零落。空花到眼總無緣。道是無情却有情。「一二八」烽烟驚客夢。戎馬馳驅十五年。噩耗傳來摧肺肝。西安事變拾零。戰時的訓練工作。湖北的戰時省會。千里奔波探兒病。居然生入玉門關。綠茶紅梅相映生輝。幾時歸夢到江南。南湖烟雨憶當年。解甲歸田成一夢。母子勞勞細談別後。廉頗未老氣壯山河。榴花紅映舊征袍等篇。全書分裝三冊合售貳百壹拾元，歡迎購閱。

郵撥一四〇四四號中外雜誌社帳戶。