

# 八放才子逍遙人生

## 沈昌煥伯伯的另一面

●董玉京（心臟專家、中華開放醫院內科主任醫師）

### 至情至性認真學歌

沈昌煥伯伯去世兩個多月了，但他的音容笑貌，仍使我縈念不已，彷彿他仍在人間。沈伯伯是我敬愛的長輩，也是做醫師的我們見過最合作的病人。

我認識他廿多年了，他給我的感覺始終是健康開朗、樂觀進取的樣子，即使晚年患了病，也沒有愁眉苦臉過。

沈伯伯的快樂人生，由一個例子可以看出，大約五年前，我陪他在一次私人聚會裡，聽老牌歌星紫薇所唱的一首粵語歌，電影「楚留香」的插曲，由於歌詞豪邁灑脫，彷彿可脫去塵煙俗世。加之紫薇唱得盪氣迴腸，餘韻繞樑。沈伯伯聽後大為欣賞，一再囑咐我把歌詞寫給他，他要拜師學唱，所拜的「師」不是別人，就是我的妻子。這首歌的歌名是「千山我獨行，不必相送」，歌詞：

「湖海洗我胸襟，河山飄我影蹤；雲彩揮去卻不去，贏得一身清風。」

塵沾不上心間，情牽不到此心中；  
來得安去也寫意，人生休說苦痛。

聚散匆匆，莫牽掛，  
未記風波中英雄勇。

就讓浮名，輕拋劍外，  
千山我獨行不必相送。

啊！獨行不必相送。

我見沈伯伯如此喜歡，興奮得直如少年，內心非常感動，除了當場由我妻帶他唱了一遍外，會後，我立即買了一捲錄音帶送到他府上。他很認真的學唱，還把我妻找去教他唱了好幾遍，直到純熟為止，可見他的學習精神。後來，再有聚會，這首歌就成了他的招牌歌了。屢唱不厭，雖然他的歌喉不像紫薇一樣的珠圓玉潤，但中氣十足，抑揚嘹亮，少了女腔的柔潤，多了男性的豪壯，對一位八十開外的老人來說，相當不容易。看我們晚輩眼裡，非常佩服他鏗而不舍的精神。前年西北王胡宗南上將百齡誕辰在中山堂光復廳舉行紀念會上，他在講演中，唱出了楚留香歌詞插曲，驚動近千人的來賓，國

防研究院講座王成聖教授曾是在坐中驚奇讚佩的聽眾之一。

廿多年來，我一直視他如父執，但他卻把我當朋友，他曾把當年先總統蔣中正伉儷如何對他垂愛，派他為中國遠征軍總司令部參議及外交部印度辦事處秘書，像說故事一樣說給我聽，娓娓動人，流露出他不凡的才華和超人愛國的熱誠，令我肅然起敬。他還以開玩笑的口吻說：他和我一樣，同是退伍軍人。他是抗日退伍軍人，抗日戰爭期間他穿過多年二尺五，勝利後還得過勳章。而我是退伍軍醫，是剿共軍人，我們是同行哩！

沈伯伯來台後，輔佐先總統蔣中正及蔣故總統經國數十年，屢膺重寄，肩負重任，始終是鞠躬盡瘁，忠誠執著，尤其在外交方面，有一言九鼎的作用。這麼一位方面大員，在我們晚輩眼中卻是「一望之儼然、即之也溫、平易近人」，尤其他「提携後進、厚待他人」的長者之愛，令我終身學習不盡，受用無窮。

說起來，沈伯伯和我的關係，是世間最

平凡的「醫病緣」，但他對我一直視若子姪，愛護備至。作為醫師，我對這位長輩的健康保護，當然是不分晝夜，全心全力，一有召喚，儘快趨前。曾有好幾次靠我當機立斷，即刻送院，幫助沈伯伯闖過「險關」。平時他對自己的健康十分小心，沈伯母更是關心得幾乎忘了自己。他非常「認真服藥、定期檢查、任何問題、聽信醫師、病情研究、一絲不苟」，可說是一位模範病友。然而這次的病，不但來得突然，而且說變就變，倘非先送中華醫院，可能在送往榮總途中的第一次突變已無力回天！由於他的病情連續突變，終於在榮總演變成重度中風，很快離世而去。使我深深的體會到醫師能力的確有限，只能「治病不治命」。沈伯伯的去世，使醫護同仁們充滿無力感，大家除了怨嘆沒用之外，都有無比的悲痛。

## 八放哲學逍遙自在

四年前，有一天沈伯伯同我閒聊，告訴我「人生有八放」，才能活得逍遙自在，快樂健康，這「八放」是：

- (一) 放手施捨：有捨才有得。
- (二) 放心自在：「豈能盡如人意，但求無愧我心」，「忍一時風平浪靜」，退一步海闊天空。
- (三) 放身極樂：知足常樂、能忍自安。
- (四) 放生濟世：以「悲天憫人之心，饒恕他人之念」，適時給人家一條生路。

(五) 放眼天下：眼光要遠大，不計較一時的利害得失。

(六) 放開心懷：達觀進取，氣度恢宏。

(七) 放下身段：能屈能伸，隨遇而安。

(八) 放聲大笑：一笑治百病再笑解千愁。

沈伯伯的「八放」是精神方面的，是形而上的最高境界，倘能做到，自然有益於身心健康。而我這個習醫的「三句不離本行」，也在他跟前班門弄斧一番，在他「八放」之後，為他加了「四放」，姑稱之「醫療四放」：

- (一) 放氣通腸：氣不放則腸堵胃脹。
- (二) 放尿舒腎：尿不放則腎臟遭殃。
- (三) 放尿開胃：尿不解則美食不想。
- (四) 放鬆解痙：筋不鬆則全身緊繃。

這四放完全是形而下的「在醫言醫」，比諸沈伯伯的「八放」，只能說是「狗尾續貂」。

## 千山獨行哀思無盡

記得在軍醫學校讀書時，梁孝煌老師對我說過幾句人生金言：「來是偶然，去是必然；盡其當然，順其自然」。我的父親也對我說道：「往者不可追，昨日之日不能留；來者不可期，明日之日未必有。今夕脫鞋睡覺去，難保明朝不再起。人能夠把握的祇有今日」；所以，父親終生信守「一日一生」

的警語。我從四十年的行醫經驗裏，更瞭解人生很少活過百年；生老病死，事屬必然。一個人能活過「一甲子」，以後的日子都該

是賺的，要快樂樂樂的活！不要有一絲一毫的愁苦。如果人人能把握「惜福」、「造福」與「助他」；「惜緣」、「結緣」與「饒人」的人生，不但可以「福緣無盡」，更可以天天生活在人間天堂之中。沈伯伯就是最懂得惜福、造福、享福的人了。

最後我填詞三首，表達對沈伯伯的無限哀思。

### (一) 烏夜啼 (大殮日)

趕來與你揮手，心如揪，怎奈景物依舊人已走。

歡聚情，別離愁，難得休，追憶如繪往事淚雙流。

### (二) 長相思 (千山您行先)

長相思，在台灣，常想往日相聚歡，思念到永遠。

說有緣，真有緣，相互照顧廿五年，千山您行先。

### (三) 釵頭鳳 (其一) (追記往日情)

這邊笑，那邊歌，歡聲此起彼又落。

憶往事，趣味多；沈府邀宴，沒得話說。樂！樂！樂！

論聲望，高且響，幽默風趣眾稱揚。談人生，講哲理；悟得八放，強中最強。棒！棒！棒！

### 釵頭鳳 (其二) (千山您獨行)

苦思念，痛追憶，親友沒人捨得你！送多程，怎如意；郵都嚴禁，無容偷機。依！依！依！