

走出生命的迷宫

1. 我永远都不会忘记

我永远都不会忘记，2003年12月8日的早上。

那一天，我被告知是爱滋感染者。那一天，我的心情沉到了冰点。隐隐中，仿佛有连串的指责、唾骂、哭泣声在我脑袋里回响。从前在报章和杂志上对“爱滋病”这三个字，曾有过片面的认识。这回自己反而成了当事人。真的是要“针刺到肉方知痛”！深呼吸。。。我冷静了下来，出奇坚强地接受了这个事实。

我第一时间就很迫切地向我的主诊医生陈医生寻求治疗，同时也向他询问更多有关爱滋病的资讯，陈医生很乐意地一一为我解答。这时，见惯悲剧大场面的他，静待着默许我“尽情发挥”，即使是大哭大闹一场。。。我很冷静地告诉他，我只想活下去，我要立刻接受一连串的检验和治疗。於是，他便安排我次日回到医院抽血，进行CD4细胞指数(CD4 count)和病毒载量(viral load)的检验。在陈医生面前，我没有掉过一颗眼泪。

奔波了一整天，回到家里。那晚我很早睡，并没有发什么恶梦，一觉到天亮。重新睁开眼睛的那一刻，整颗心却沉重起来，身上的包袱似乎比昨天来得更重甸甸。我该怎样去重新调整我生活的方向呢？我该何去何从？我还有多少个明天的明天？此刻，我深深体验到现实的残酷。只要我还活着，就有尽不完的责任，还不清的债。

自杀曾在我脑海里闪过，过后扪心自问，一死了之就能把所有的问题解决吗？自杀的方法最少有千百种吧？据说，自杀者在成功自杀前，肉体还要经历前所未有的折磨，一直到断气的那刻。既然如此，我该选择生存下去。首先，我得接受事实，面对它，解决它，然后放下它。我问我自己，我能做到吗？世上无难事，只怕有心人。我最放心不下的就是我的家人。於是，我决定做个“抗爱滋勇士”。

起床后，梳洗一番，我如常地上班。生活如常，日子照过；虽然目前我的身体多了一名不速之客，为了将来，我得学习如何跟这病毒共同生活。

2. 打算

我曾经打算把我患病的事告诉家人和好友。后来，我发现我始终开不了口。我要的是亲情，而不是博同情。再说，由於他们一直以来都对我很好，我更不想伤害他们，待时机成熟时才说也不迟。我现在健康还良好，又不是在等上天堂。医学界对爱滋病的研究也越来越昌明，假以时日，说不定将来会找出克制爱滋病的灵丹妙药。首先，我要搞好和家人的关系。再挣多点钱，让我的父母年老时有一份保障，至少我已尽了我为人儿子的责任。

我觉得很欣慰的是，当我把我的疾病告诉两位要好的朋友后，他们并没有排斥我，反而不断的给我支持和开导。其中一位是来自香港的朋友。他本身是一名肝病患者。他因为父亲死于肝癌而很早就接受筛检而发现自己得了肝病，一直以来都在接受医药治疗。因为他也是名医务人员，我觉得可以信赖，因此，在2003年12月8日当天下午，我写了一封电邮告诉他，我出事了。他即刻回复我，并且还引述他身边那些正在对抗爱滋病的朋友的经历，鼓励我振作下去，因为爱滋病不等於死亡。最近这九个月里，他到了四个国家旅行。他每到一个国家，就从那里寄一张明信片向我问候。几天前，收到他从泰国寄来的明信片，他说他回香港后，会出席一位朋友的葬礼。死者今年才三十出头。生有时，死亦有命，三十年的人生就这样走完了。而我，还有一段漫长的路要走，也许五年十年二十年，只要我不放弃，就算有一天我的主诊医生从工作岗位上退休，我还得作战下去。

3. 钻牛角尖

有时，我会自怜自艾，老天何必偏偏选中我？目前，我的事业刚开始上位，现在出现健康问题，一时间有太多的事情要兼顾。为了减轻工作所带来的压力，我尝试过逃避，认为总之不在自己工作范围以内的事，一概“事不关己，己不劳心”。结果，一松弛下来，我的工作表现直接受到影响，大打折扣。另外，我也需要在同事面前隐瞒我的身份，可是纸能包得住火多久呢？如果为了逃避工作上的压力，而放弃捉住有优厚待遇的工作机会，将来需要用到钱时怎么办？我发现我一直在钻牛角尖。幸好我拥有几个支持我的朋友，开导我怎样去减压，不然我就真的会想不开。。。

4. 我始终敞不开自己。。。

因为爱，我不想伤害我所爱的人；也因为出于保护自己，我始终敞不开自己向他表白而永远失去了他。

自从我患病后，我很怕把病毒传染给他，就一直避开他，对他冷冷淡淡。一而再再而三，他也瞧出个中蹊跷，结果引起他更多的猜疑。最后，他向我提出分手，理由是我们之间的距离越来越大。我在电话的另一端很想冲口告诉他：我是个爱滋感染者！我以为我这样做会保护你，然而却一直开不了口，告诉你我的苦衷；当我知道自己是感染者后，我对你的憧憬原来是那么的脆弱，我不敢再奢望我们可以永远在一起，如果你接受不了我，你要走我也留不住；在爱滋的阴影下，我是个输家，甚至连跟你谈判的本钱也没有；我不敢想像如果你这时知道我是个感染者，你会有什么反应？请容许我亲手扼杀了自己的幸福；就让我永远保留这个秘密，容我在你面前活得有尊严吧！

接下来的无数个晚上，家里的老唱机重复播放着那首歌：

想你想得好孤寂
想你想得好痛心
向着远方喊爱你
深深爱一个人根本不该苦苦压抑
一点迟疑一生的悲凄

我知道，今后，也许我们不会再见，我唯有把这分想你的孤寂，埋藏在心灵的深处，继续我的人生。

5. 在互动中，我们再次成长。。。

爱滋病之所以令人闻之丧胆，可怕的地方就是它对人类社会的结构和人与人之间的关系造成很大的破坏。如果每个人都能拿出爱心，善待爱滋感染者和他的家人，这社会就会充满爱和关怀。吉隆坡爱滋支援服务社的成立，让许多人有了避风港和安

全湾。在这里，不分年龄、种族、背景、性取向，大家有的是一份无私的关怀和温情。

经医生的穿针引线之下，我接触到了吉隆坡爱滋支援服务社的病友支援小组。小组里的成员都很友善，其中有些曾在无知的情况下发病而到鬼门关走了一圈。我最先接触的是安大哥。他以过来人的身份不停鼓励我，开解我。渐渐地，我也开始接触到更多的病友，了解到支援小组不只是把我们各个病友联系起来，更重要的是组员们可以互助互勉，在互动中，我们再次成长。

自从加入了该服务社后，从初期纯粹出席到目前的踊跃参与，我的人生观开始改变了。我也发觉到帮助别人就等於帮助自己。我决定走出生命的迷宫，去过个快乐的人生。

6. 信仰

有一个正确的信仰是很重要的。因为信仰的缘故，我学习到宽恕、包容和接纳。起初，我会憎恨自己，更恨那把病毒传给我的人。负面的思想造成我心里只有仇恨和报复。可是因为心里有神，我对我敬畏的神得有所交代。心里的仇恨渐渐地褪去，报复心也消失了。对於那把病毒传染给我的人，我只能寄予无限的同情。也许他还不知道自己的健康状况，任由那病毒逐分逐毫地吞吃他的生命。

6. 我要活得有尊严和有价值

自从得知感染以来，我已重新调整我的人生目标，也积极地注意自己的起居饮食。将来有一天我会死在这躯体里，但我要活得有尊严和有价值。能在未知的将来，多做公益活动，回馈社会，在我有限的的时间里，尽一分棉力。

人生的起步点，永远都是充满挑战性的。现在我要展开人生最新的一页，有那位自愿者愿意和我一起出发？如果长跑不行，接力跑也可以哦！