

## 廖淑惠的生命態度

廖淑惠 (陽明大學生命科學系教授)

### 佃農之女

我出生於雲林縣的一戶佃農家，靠著種田與一些零工來維生。父母親從沒上過學，不到二十歲就結婚，全憑媒妁之言，只要八字能合，聘金談得攏，窮人聯姻就如此撮合了。佃農不但要靠老天爺吃飯，也要靠地主賞飯吃，大多數的佃農都是負債過日子，祖母借來八千元當母親的聘金，外公收到後趕忙拿去還債，只給了媽媽一個簡單的衣櫥當嫁妝，也許是因為這個緣故，祖母對母親非常不諒解。母親剛嫁入門便要幫祖母坐月子，可是母親一生完大哥卻需立刻工作（當時父親在小金門當兵），一刻也不能休息，連姑婆送來的兩隻雞，祖母都不讓媽媽補身體。雖是如此，祖母最後幾年臥病在床，母親依然無怨無尤地服侍與陪伴。

我排行老三，上有大哥與大姐，還有小弟。從我懂事以來，父母親做得多，吃得少，逆來順受，沒有抱怨，除了白天耕種，夜裡父親常常睡在田裡，因為需要引水灌溉沙田裡的秧苗；母親更是辛苦，農事家事一身包，還要忍受祖母與叔叔們的挑剔。對於父母親的辛勞，我只有佩服與不捨，父母親是影響我最深的人，父親的勇於面對挑戰與不放棄精神；母親的樂觀開朗，凡事總往好處想，總是相信「有做就有希望」。貧窮是最好的大學，爸爸媽媽是最好的教授，他們用勞動的身軀與認命的心靈，培育出老實認真的子女。每當我遇到挫折難過時，一想到父母親勞動的身軀，我又有勇氣往前走。

### 中小學時光

祖母為了賺錢貼補家用，養養了四十頭羊與五頭牛，要我們三個兄妹放牛趕羊到長滿青草的墳墓上。窮苦的家庭供不起孩子讀書，哥哥與姐姐也只唸了一兩年的小學就輟學在家幫忙，他們沒能讀書我感到很遺憾，可是這在家鄉卻像是一種宿命。那年剛好輪到我上小學，無奈祖母不肯；然而開學當天，我還是執意拿著紅色通知單，走了二十幾分鐘的石頭路到麥寮國小報到。看著同學們都有新課本，我露出羨慕的眼光，許進華老師就先把課本給了我，這是我第一次擁有屬於自己的書本，我很興奮，連忙寫上我的名字。當時班上只有兩個同學沒有

註冊繳錢，過了幾天，許秀雲同學繳了學費，老師只好叫我把書轉給她，一輩子也忘不了那時不捨的心情，也許我再也無法唸書了……後來二姑婆的大女兒吳昭枝女士用她的第一份薪水幫我繳了第一學期的學費。

感謝老天爺的眷顧，一家蒜頭工廠的及時開設，讓我得以賺較高的工錢來支付學費。每天放學我就直接跑到蒜頭工廠，把整棵曬乾的大蒜用剪刀將莖梗與鬚根剪斷，每天都可以剪個一百公斤的蒜頭，偶爾不小心剪到手指，就拔路旁的龍葵葉止血，趕快繼續剪蒜頭。我很喜歡看書，小時候最常見的書籍是民間故事或是偉人傳記，雖然只能利用走路時間看書，但還是看得津津有味，有時看到精彩處，還真希望路途能為我多延長一點點。

哥哥姐姐因不願在鄉下耕種，於是偷偷隨鄰居叔叔到台北工作。小六時，父親毅然扛起全家十幾萬債務，只為了自立門戶，不再聽命於祖母。分家後，父親承租更多的田，父母親就更辛勞了。我能讀完小學已經很難得，沒想到父母親同意我繼續念麥寮國中，畢業後才會有西裝裁縫師傅願意收我當學徒（小學畢業一般是當美髮學徒）。小學畢業的那個暑假，虎尾鎮陽子初中剛換了新校長（劉樂州）與新教務長（劉明典），為了提高升學率而想招收一些成績好的學生。經由吳聯發老師的推薦，校長親自到我家面試，當時我全身髒兮兮都是蒜頭味，根本不知道劉校長在說什麼，只知道成績好，學雜費與住校費都可以全免，我告訴爸爸我想去試試看，也許可以考上師專當老師，沒想到父親竟然同意了，我就高興地舉起髒兮兮的小手握住劉校長，感謝他給我這個機會。三年後，我考上了北一女中、台北市立師專與台北工專。我又跟爸爸請求：「師專畢業只能當小學老師，讀北一女將來可以考師範大學，就能當國中老師；搞不好，還可以讀醫學系當醫生。」爸爸就請姐姐幫忙，而我自己也打算半工半讀，天啊！真不知道那來的傻勁（憨膽）。

## 負笈北上求學的歲月

北上讀書對我而言很像《紅樓夢》書中的劉姥姥進大觀園。一九八一年來台北，住的問題比較大，先暫住板橋鄰居叔叔家，為了找便宜的住處，搬了許多次家，照顧我最多的是一位在餐廳上班的王來完小姐。鄉下孩子的語文程度根本無法跟都市孩子比，我的臺灣國語，還帶著濃濃的雲林縣海口音，我也沒學過注音符號，哪裡知道還分捲舌與不捲舌音，「蜘蛛」我都唸成「租租」，對「四十四隻石獅子」一類的繞口令，我到現在還是沒辦法。另外，沒想

到台北孩子的課外書籍看這麼多，我連最基本的中國四大奇書都沒看過，所以就常常到重慶南路書局「站崗」，每半小時換一家。

當時的北一女中，選讀自然組是要通過考試，否則需要家長同意書。我本來唸丙組想考醫學系，但我不太喜歡生物，反而很喜歡化學，加上自幼受居禮夫人的影響，於是我就轉唸甲組。曾經被廢除的大學保送制度，竟然在我高三時又重新開辦（只限於基礎科學），新來的物理老師，推薦我去師大研習，那時物理組人較多而化學組人較少，分組的老師看到我化學分數高達九十幾分，就把我分到化學組。經過數次甄試後，我得以保送台大化學系，大學學雜費全免，每年還有兩萬元獎學金。好多位老師都反對我保送台大化學系，化學老師更氣得跺腳，「妳的成績不只如此而已，醫科妳不唸，唸工科總比唸化學強，唸化學妳頂多跟我一樣當老師！」

大學四年在忙碌生活中匆匆而過，大學日子的主要重心在於唸書與家教。從小到高中都沒有好好唸教科書，上了大學反而課外書籍唸得比較少，每學期幾乎都修滿二十五個學分。從高中開始我就擔任家教，從甄試上台大之後到大學畢業，每週平均二十個小時家教，每個月收入約兩萬多元，想想當時家鄉一甲地一年農作物大約只能賣到二、三十萬，所以就拚命當家教賺錢。不捨父母的辛勞與感謝父母願意栽培我「這條狗」（鄉下重男輕女，「豬不肥，肥到狗」比喻女兒比較優秀），從此按時寄錢給父母，至今從未間斷，俗話說得好，「在生一粒豆，卡贏死後拜豬頭」（及時行孝），也不願有「子欲養而親不在」的遺憾。

升上大四後，看到幾位同學準備出國唸書，我也想試試看，雖然英文不好，還是硬著頭皮報考托福、GRE 與進階 GRE，這些成績單可免費寄給三家學校，既然花錢考了，也就申請看看，於是選了美國加州大學三家分校，主要理由是只要付一份申請費四十美元，還有美國西部不會下雪，結果只有洛杉磯分校（UCLA）的申請資料有寄齊，實在是因為英文成績太爛，所以提不起勁來。一月初寄申請資料，二月中竟然就收到 UCLA 生物化學所的入學許可（含全額獎學金），這簡直像是中了樂透彩券。大學四年我最感謝的老師是王光燦院士，我大四到他實驗室實習，才開始接觸生物化學領域，他是位實事求是、認真踏實的科學家，對我一直鼓勵有加，聽秘書說他還幫我寫了一封最讚的推薦信。

## 遠赴美國攻讀博士學位

一九八八年，從沒坐過飛機，所以很怕轉機把自己給轉丟了，只好忍痛花三萬元購買華航直飛洛杉磯單程票。我之前很喜歡化學但不喜歡生物，如今卻走到生物化學領域，大學四年我幾乎沒修過生物相關的課程，所以第一年的生物課我非常用功地唸，可是成績就是很對不起我，跟好幾位授課老師討論過，老師都說我觀念正確但看不懂我所寫的答卷，還有一位老師更誇張，不可置信地看著我，然後語重心長地說：「不知哪裡出了問題，當初怎麼會發給妳入學許可呢？」

博士班第一年需要到三個實驗室輪習，第一位實習實驗室的老師是研究生總導師，他看我剛入學不知所措，就讓我選他的實驗室。第二學期我在 David Eisenberg 院士實驗室實習，也選修了 David 與客座教授 Andrew McLachlan (英國劍橋大學教授) 共同開設的分子結構課程，Andrew 對我的報告作業總是讚賞有加 (給了好多 A+++++)，給了我很多信心，後來我才知道，他曾經對 David 說：「這個學生非常聰明，你應該吸引她留在你實驗室。」於是 David 就邀請我加入他的實驗室，我當下非常地感動，平凡的我竟然能得到所上最優秀老師的邀請，我當然感謝地說 Yes。

我的博士論文主要是研究氮新陳代謝之中心酵素：麩氨合成酶。此酵素具有很大分子量與很複雜的調控系統，根據美國國家衛生總署的 Stadtman 院士先前研究發現，至少六種麩氨代謝之終點產物會回饋抑制此酵素活性，而且推論這些抑制劑各有自己的結合位。我運用 X 光晶體繞射法確定了基質 (或產物) 的結合位置，進而推論此酵素的催化機制。也發現抑制劑都結合到酵素活性位，這些結果與先前 Stadtman 的推論不同，於是我重複 Stadtman 的酵素動力學實驗，查閱許多文獻，發現這個酵素可以催化數種化學反應，於是我便嘗試了好幾種酵素動力學測定方法，終於找到了問題的癥結。原來 Stadtman 所採用的活性分析法並不適用於一般酵素動力學之換算公式，因為方法的不合適，所以產生誤導的實驗結論，經過多次的討論，Stadtman 院士告訴我：「你做得很好，終於我被說服了！」

雖然 David 給我最高額的獎學金，但他很少找我討論，任我自由發揮。我全心投入，每一步驟都小心翼翼、仔細記錄實驗結果，並與學長討論及查閱文獻。當我突破了研究瓶頸之後，我才敢問他怎會如此信任我，整整兩年我都沒有任何突破，他說：「兩個月一次的實驗進度報告，你就告訴了我，妳做了哪些嘗試，還要再做哪些嘗試，我似乎無法給你什麼建議，但從妳的工作態度，我沒有看到沮喪，只有積極與堅持。」後來我才知道這研究題目是實驗室的多年難題。David 對我疼愛有加，他建議我先完成博士論文，取得博士學位，再留下做博

士後研究，便能得到兩倍的薪資，而且又不用繳學費，於是我花了四年就取得博士學位。然後陸續完成了六篇學術期刊論文，這些論文幾乎都是我獨立撰寫，修改了近三十遍後才交給 David，David 很讚賞我的論文書寫能力，還有位評審委員誇讚我的論文是他看過最棒的論文之一。雖然 David 希望我能繼續留下來（我也很願意），但因家庭因素我必須回台灣（先生與兒子已在台灣），雖是不捨，他還幫我寫了滿滿的兩頁推薦信，說我是他教學二十七年來最好的學生……。相處的五年中，雖然我們對話不多，但直到今天我們都保持聯絡，他騎腳踏車的身影我依然懷念，直到最近我才能體會，是他的無為造就了我的有為（努力只能造就有為；慈悲才能成就無為）。

## 修身與齊家

從小到大遇到問題就是想辦法解決，用強悍武裝自己，自以為經歷很多，做到也不少，不知不覺中築起了一層層自我認為的心牆，用心覺受的能力漸漸消失，凡事只用大腦，還帶著個人情緒來做判斷分析以釐清是非對錯，卻常常掉入自己的道理中而不知，直到受到婚姻的磨練才重新恢復覺受的能力。

我在美國唸書認識了我先生，兩年後就結婚了。回台灣沒多久後，就跟公婆與祖母同住（四代同堂）。對於公婆與先生，我用委屈怨對來包裹自己，總認為公婆比較疼愛自己的兒女，每當公婆唸我幾句，我表面聽話，心裡卻在嘀咕，反正婆媳問題嘛。所以公婆對我的疼愛與包容都視而不見，我沒看見公婆平日的辛勞持家，只看見他們希望我能多多待在家裡，分擔點家事。當我成為圓桌教育基金會的生命志工，我才學會放下自我，設身處地地站在婆婆立場時，想我婆婆二十歲就嫁給身為四代同堂家族長子的公公，婚前是上班美少女，很少做家事，婚後卻要張羅全家生活起居，心中頓時充滿不捨之情與慚愧之心，於是視公婆為我的第二對父母。

而我先生多才多藝，非常專注地追求自己的志趣，不免只想到自己的想要而忽略了別人的需要，比較固執任性與欠缺體貼心，最大的缺點是他不會說些甜言蜜語來「取悅」我。偏偏我的行為很異常，別人說的氣話我不記得，唯獨我先生的氣話，我卻是記憶猶新，每逢委屈時，更是一一溫故知新，新愁加舊怨，心牆再添一層，所以相愛的人無法相親相愛，享受幸福的感覺；所以最痛的感覺來自最愛的人！氣話，說者無意，明明心裡不是這樣想，嘴巴卻是這麼說，既是無意，氣洩了，船過水無痕，早就忘記自己說過的話；聽者有心，明明知道



不是對方的真心話，心裡卻是要這麼想，既是有心，氣受了，情傷碎心肝，永遠記得對方說過的話。其實生氣是因為自己貪戀情愛，想要又得不到的惱怒不順心，快樂與痛苦只在一念之間，何必作繭自縛，荼毒自己呢？怨恨是無形的心牢，原諒與寬恕是釋放的鑰匙，其實原諒還是自己的驕傲，只有感謝才能破蛹而出。

## 兒女的教育觀

教育的目的在於學習如何學習，因材施教，教學相長。是兒女與學生引導我體會做人之根本在於德性的培養（身教）。這些小朋友需要我的真心陪伴、接受與瞭解、肯定與讚賞；不需要嫌棄與責備、比較與計較，是他們激勵我努力於有智慧的引導，讓小朋友對該做的事感到興趣，對不該做的事感到厭煩；給他們自然的生長環境與磨練的機會，因為挫折所以擁有智慧，因為快樂所以願意付出。

我有一雙兒女，直到我轉到陽明大學，才驚覺兒子要上小學了，我竟然錯過他學齡前的教育，當下我告訴自己：「孩子的童年，我不能再缺席！」所以安排一系列才藝學習，還購買好多套書與到圖書館借書，以培養孩子閱讀習慣。每逢寒暑假，我安排兒女參加宿營營隊以培養他們的獨立自理能力，也帶他們自助旅行，參加國外夏令營與遊學團以擴展視野。二〇〇〇年暑假我帶兒女到佛羅里達參加海洋世界夏令營，沒想到在飯店門口被一位衣裝時髦開跑車的黑人帥哥搶走了皮包（內有所有現金和護照），將讀小三的儿子頗不平，認為歹徒不勞而獲，我告訴兒女，我們的運氣很好，因為我沒受傷（我拉著車門跑了一段路，還好及時放棄），更重要的是我不是搶匪，不必過著擔心受怕的日子，最後不忘幽默一下，那個帥哥運氣好，遇到我這個大客戶。不經一事，不長一智，我們不只要解決問題，還要超越問題。我也告訴孩子：「賜子千金不如給之一藝，我把能給你們的，全投資在教育上，是你們在決定這些投資的意義有多大！」

兒女常「吐槽」我在維持「完美的假象」，其實「父母難為」，一路上跌跌撞撞，邊做邊修，我本以為我兒女「幸福快樂」，沒想到……二〇〇七年底，兒子捐出考上建中的獎勵金，參加了「希伯崙全人道關懷協會」的募款餐會（收容社會邊緣人）。會中協會幾位青少年的「真情告白」，尤其是感謝陳公亮牧師與師母的關愛（暱稱老爸與老媽），觸動了兒子的心，讓他好想念小一的陳月霞導師。兒子娓娓道出他塵封已久的心事...，幸好有陳老師的及時關愛，有時中午放學他沒去安親班，就粘著陳老師，一起吃便當，陳老師還抱著他，哄

他入睡…。兒子的話語讓我啞口無言慚愧之至，只能拼命道歉說對不起。原來當我的孩子還蠻倒楣，要在「優秀父母」的陰影下快樂成長，實在是子女難為！我用我的標準來要求孩子，用我的道理來製造對立，我自以為我都是為他們好，我都是對的。哎呀！孩子的錯不是用來責備的；孩子的錯是需要協助的，「為人父母」真是不簡單！

## 高等教育的使命

「我能帶什麼樣的學生？我能把他們帶成什麼樣子呢？」學生是老師存在的意義，我的教育願景是跟學生一起學習智商、情緒商與逆境商，希望能幫助學生將大學生涯過得淋漓盡致、不虛此行。我學習用淺顯易懂的方式、風趣幽默的比喻來啟發學生的學習胃口，用寬廣的角度來欣賞生物科學的美與人生哲學的妙（科學為渡，體驗人生），課後則鼓勵學生組成讀書會，一起耐心地讀完該章節的全文。另一方面學習當學生的朋友，關心學生的生活作息、課業成績與待人接物。

生科系大一與大二是小班導師制（六～八人），每週定期聚會二小時，除了學習組織表達能力與聆聽別人意見，還安排「生命勇士演講系列」、參觀藝術展覽及團隊合作計畫，培養學生思考、團隊與關懷精神；大三與大四則練習閱讀學術論文並輪流上台報告，而且進入老師們研究室實習，從失敗的實驗中學習面對問題與挫折，做實驗來發現未知，手腦並用來創造知識。大學生彷彿是脫韁的野馬，完全要靠自制，更需要師長的關愛與同學的扶持，尤其是感情與課業困擾，有不少學生過得很「鬱卒」，上錯科系或前途茫茫，另外也要防範學生深陷電玩世界。

研究生更需要師長專業的指導與情緒的體貼。我所帶的學術論文討論課，規定學生課前需繳交簡易閱讀心得，報告者有義務將學術論文簡單扼要說明白，讓聽眾聽得清楚；而聽眾需列出演講者的優缺點。研究所的課我比較注重實用性與實驗設計的思考邏輯，所以成績評定大多採用繳交報告作業。對於我所指導的研究生，我著重於邏輯組織表達能力的訓練，多種跨領域實驗技術的學習，瞭解所要探討的研究課題、實驗設計與結果的合理解釋。

另外多主動關心其人際關係，樂與學生分享所見所聞並學習耐心傾聽。以前我自認是「嚴師」，喜歡責備學生的缺失，常常讓學生難堪委屈；現在，我在學習讚賞學生的好，看到學生需要協助的地方，多陪伴學生，讓他們更有信心，更有力量，更願意做到，終於體會到「北風與太陽」的不同！

## 學術研究生涯

一九九三年，我回到台灣，中研院分生所和台大同時願意聘用我，懷著滿腔教育的熱情，我選擇回到母校台大。我認真努力，要教書還要做研究，每天早上六點多出門，晚上八點多才回家，兒女怎麼長大的，我都沒注意。建立自己的實驗室並不容易，尤其是X光繞射儀是一千多萬元的設備（當時只有中研院分生所有相關設備），學校的資源畢竟有限，無奈環境並不支援我，研究運氣也不太好。

也因為這個經歷，讓我體會到許多學者回國任教後的華路藍縷研究生涯，個人力量相當單薄，所以需要積極尋找更適合的環境與合作伙伴（勇於改變現況）。剛好在生物夏令營認識了台北榮總胡承波、周成功與蕭明熙三位老師，我們教育理念相近，所以相談甚歡。他們可以感受到我的努力，剛好陽明大學想要發展結構生物學，於是就聯合推薦我於一九九八年轉到陽明大學生命科學系（非常感謝他們適時的拉拔），並協助成立結構生物學學程，招收有興趣的研究生，也很感謝台北榮民總醫院出資購置X光繞射儀，如今我才能擁有不錯的研究環境。

我很喜歡陽明大學的單純環境，同仁們相處非常融洽並願意在研究與教學互相扶持，與多位同仁之研究合作非常愉快，尤其是與蔡英傑教授的合作，蔡教授的充分授權、信任與尊重，讓我得以全權指導雙方參與的研究生，近年來我們已完成了九篇期刊論文，與人合作重在真誠不計較，只有雙贏才能永續發展。慢慢地我找到了自己的研究主軸：蛋白結構超家族。將結構類似的蛋白質歸納成同一族群，觀察這些蛋白如何執行不同生物功能，嘗試蛋白質生物科技。另外蛋白質結構相似度也可以用來建立演化關係。以蛋白結構為基礎，我也嘗試了一些蛋白質工程與藥物設計之研究，測定了C型肝炎病毒解旋酶與抑制劑之晶體結構。

畢竟時間有限，研究與教學難免有所衝突，是多寫幾篇期刊論文重要，還是多陪伴幾位同學呢？教育部為追求學術卓越，自二〇〇五年推動「公立大學教師學術研究費分級制度」（大學教師的薪資含有教學薪資與學術研究費），各學校需建立教師評鑑制度，依成果調整研究薪資。評鑑立意甚佳，乃督促教師自我檢視，進而改善教學與增強研究能力，然而研究成果質量比較容易評鑑，但教學成果質量不易量化評鑑，因此可能會造成老師重研究而輕教學。教書是良心事業，是一份很有福報的工作，望自己謹記教學初衷，不要折了讀書人的志節。



二〇〇六年度遺傳所更名為基因體科學研究所，並與生科系合併，目前我們與中研院分生所合作，大家一起共同指導研究生，希望培育出優秀人才以提升台灣的國際競爭力。

## 義工的學習

一九九九年聽了荒野保護協會創會理事長徐仁修的演講後，我就加入該協會並當了自然解說員，讓我重拾徜徉在大自然的那份喜樂，也參加了協會的炫蜂團（親子成長團體），陪著兒女一起親近大自然，在自然裡探索與學習：尊重生命，不傷害其他生物；關懷自然，不違反自然法則；生活簡樸，不增加環境負擔；感恩惜福，不浪費地球資源，六年的炫蜂團時光是我們共同的美好回憶。

當我成為圓桌教育基金會的生命志工，我才看到我的心牆。二〇〇六年二月我參加了圓桌第三百期「改變的力量」的課程（師鐸公益營），我總是一味地跟組員與陪伴志工訴說著我的高見與「自以為是」的見解，挑剔著課程內容，「我執」非常根深柢固。幸好圓桌有一系列「人的使用手冊」課程、「讓愛傳出去分享會」、志工培訓課程與進課程當志工，跟不同背景的朋友一起成長。在圓桌，有非常多感人的生命故事：透過改變，戰勝自己的個性，讓家人朋友更幸福，打造更好的環境。電影「童夢奇緣」有幾句話深印我心：「老天爺給每個人的時間都一樣，生命只是個過程，可悲的是，生命無法重來；可喜的是，生命不需要重來，未來充滿希望，那怕是最後一天，也要好好地活！」想我二十六歲就得甲狀腺癌，還好我還活著，人生難得，不用心過太可惜！

當我學習面對真正的自己，接受自己的不完美，心彷彿是一面鏡子，照見了種種「心魔」：我看到了自己的好勝不認錯，面對別人的指正，我竟是難以忍受。因為好面子，無論如何面子比裡子重要，所以有了虛榮心，比上不足就自卑，比下有餘就自大，總想彰顯自己的優秀，贏得別人的讚賞；因此有了計較心與嫉妒心，喜歡挑剔別人的缺點，挑剔是不服氣，見不得別人比自己優秀，希望別人多出錯，別人的失敗是我的快樂，沒事那麼優秀幹什麼，真是討厭。心念一轉後，才發現以一顆祝福的心來欣賞別人的優點，不捨的心來包容缺點，竟是如此喜樂的感覺，再加一句讚美的話，那真的是快樂似神仙，終於找到人生最有意義的事！

問題本身不是問題，而是面對問題的態度出了問題，相同的問題，不同的解決態度就有不同的結果，讓結果更好是「柱子」，讓結果變糟是「蛀蟲」！心門打開後，雖然還常陷入心

魔，但總能當下覺察到，「成也個性，敗也個性」，因為個性，所以有如此成就；也因為個性，成就只有如此。唯有勇於認錯與修正，生命才能更寬廣，「我的生命不只這樣」！付出與服務還是自我優越的驕傲，以後要帶著「佔便宜」的心情做事，感謝別人願意給予自己學習的機會。

後記：因為圓桌，我看見了自己；因為這本書，我打開了心結；言語的分享，剎那的感動；文字的分享，雋永的覺受，讓我更有勇氣成為心目中理想的自己。一開始，執筆是為了找回自己的心；到後來，但願這平凡生命的緣，能讓有緣人因而開心。大捨大得，小捨小得，不捨不得，讓自己快樂是智慧，讓別人快樂是慈悲；有慈悲就有智慧！

(本文乃根據原刊載於 [《我愛科學 - 六位女科學家的生命態度》](#) 書中文章補充改寫而成)

(廖淑惠：國立陽明大學生命科學系教授；美國加州大學洛杉磯分校生化博士；研究領域：結構生物學、蛋白質化學)