



查爾斯河(Charles River)的春櫻

愛在哈佛

波士頓遊學記

◎ 劉東孝 / 心臟內科

【緣起】

歷時一年多的籌劃與奔走，當飛機終於平安的降落在白雪皚皚的波士頓Logan機場時，心中的激動，早已掩蓋過對陌生環境及文化差異的恐懼—「哈佛，我來了！」

其實，在我人生規劃的藍圖裡，原本沒把出國留學做研究擺在裡面，只想留在成大醫院溫暖的環境裡，和同事一起奮鬥，和我的病人最近距離無時差的照顧，與家人無憂無慮的享受南臺灣的美食與陽光。但是2004年冬天的一場演講，改變了我的想法和做法。那一年，任職於哈佛醫學院暨Brigham & Women's醫院的James K. Liao教授（廖光然教授，臺灣台中人，三歲移民美國），也就是我現在的指導老師，應邀來臺灣的一場國際會議中演講。主題是他實驗室世界聞名的研究「降血脂藥物與心血管的保護機制」。我聆聽他引經據典、深入淺出的精湛演說後，「有為者亦若是」的想法頓時湧上心頭，於是有了留學取經的念頭。想是想，但是教授要求的研究員須要博士班畢業，而且聽說世界各地（打從歐洲的德國、英國、到亞洲的日本、韓國和臺灣）許多菁英都在爭取去廖教授的實驗室進修。其實，一時之間，也有著去不成的打算，更何況我當時還身陷成大臨床醫學研究所能否畢業的掙扎裡。

【行前準備籌劃】

2005年的春天和冬天，我利用兩次前往美國參加心臟學會的機會，用盡心思，特別去參加廖教授主持的研討時段，或是其實驗室研究結果發表的時段，以了解其研究內容，並頻繁的與教授會晤接觸，表明強烈前往其實驗室的意願；也去了波士頓，實地參觀教授的實驗室，認識其他的研究成員。此間也經由恩師陳志鴻院長的大力推薦，這些林林總總的準備與籌劃，終於爭取到去廖教授實驗室進修的機會。之後，在廖教授的強力推薦之下，幸運地，我申請到了五



▲冬季是玩雪的時候



▲這就是紅襪隊的主場Fenway Park



年期的國家衛生研究院研究醫師獎助(Scientist Physician Award)，這個計劃讓醫師前兩年得以在國外實驗室專心研究，是極難得的機會。在規劃出國時，考慮到小朋友就學的問題，我事先請教了曾到過波士頓的同事，決定住在鄰近以學區好聞名的Brookline鎮。該鎮因為國際學生很多，因此規劃了各公立學校針對不同母語的學生，有特別的老師輔導加強其英語能力，英文能力不夠的家長，也可以經由老師幫忙，來跟學校溝通。又因為考慮到尚未有落腳之處，所以我採取一個人先出國安頓一切，再接家人來同住的策略。其實，我個人覺得這方法滿理想的，可以推薦給有心出國的人做參考。

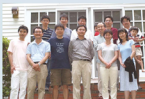
【建立波城小築】

在取得麻醫所的博士學位後，2006年三月中，我終於抵達美國。初期，我先借住在正擔任麻州總醫院(Massachusetts General Hospital)心臟科醫師的表弟—游博群醫師家。經由他的幫忙，才能在一週之內就找到一間交通便利、附有管理員的公寓。雖然房租貴得驚人(兩房公寓含水費瓦斯及車位一個月要2500美金，電費網路費另計)，但考慮到學區及安全問題，也就忍痛租了下來。要花錢的還不止如此，美國租屋多是空屋，只附有大廚具和冷暖器，還有很多傢

俱、廚具，都得自己想辦法。因為要住兩年，所以傢俱決定買新的，為了節省採購時間及考慮到經費問題，忍痛花了200美元租一台小貨車，跟表弟兩個人開到IKEA去，把大型傢俱一趟通通搬回來，再慢慢組裝，雖然辛苦，但看著漸漸成形的窩，那成就感也是筆墨難以形容的。至於小傢俱，就靠慢慢跑中小型超市把他買齊。房子搞定，接下來就是車子了。雪地開車，聽說要四輪傳動的車子比較安全。而且既然到了外國，當然得帶一家大小利用空閒時間出門旅遊。所以，休旅車可能比較適合。最後我選擇了TOYOTA的RAV4，後來陪著我們走訪New England



▲窗外的初冬景象



▲我們整個實驗室成員於2007 Lab Party

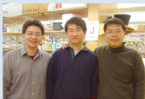


地區很多漂亮的地方，我們老大Thomas要回台灣，還一直問我可不可以把車子運回臺灣，想想也蠻值回票價了。

波士頓一整年內有半年會下雪。初來乍到的我，就像所有來自熱帶國家的人一樣，剛看到雪都有一股莫名的興奮，時常會花個幾分鐘，呆呆的矗立在窗前，欣賞著美麗的雪景，然後再拿起相機猛拍。不過離開了有暖氣的室內，整個波士頓就像一個大冰庫，冷得讓人受不了，所以剛來的前3個月，我天天都呆在實驗室與老鼠、細胞為伍，連週末也不例外。一直到六月天氣好轉，家人也來到美國，我們才抽空前往麻州州的Acadia國家公園。這是美國東北部New England地區唯一的一個國家公園，結合了如聖丁與海湖般美麗的海岸，也是品嚐龍蝦的好地方。因為緯度偏北，即使六月，還是有一絲寒意。

【實驗室見聞錄】

從一個臨床醫師，到養老鼠，拿試管做細胞實驗，是一個很大的挑戰。還好實驗室裡有一羣友善的夥伴們，幫助我學習像「西方點墨法」等各種做實驗所須的技術，讓我順利完成了我的第一個研究計劃，發現在臺灣代謝症候群的病人身上，其白血球中的一種蛋白叫Rho



▲我與兩位王醫師，中為宏偉，右是朝永

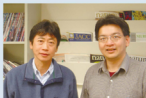


▲美國心臟學會報告完畢與恩師陳志鴻院長合影留念

kinase，極有可能和高度發炎狀態及肥胖有相關性，努力投稿的結果，論文在2006年12月由 *Journal of American College of Cardiology* 雜誌所接受，著實令人興奮。另外，在這兩年裡，我也完成多項研究與「血管新生機制」和「動脈硬化」的相關動物實驗，陸陸續續發表了一些論文與綜論，收穫還算豐富。但是除了做實驗之外，廖教授更教會了我用分子生物的思考方式，全面的去考慮影響生物特性的各個層面，更精細的去探討各種生化作用的機制。此外，教授因材施教，讓我負責處理實驗室對外共同合作計畫，有機會與世界上許多不同醫學領域專家，所共同合作進行研究的臨床檢驗，測定其生化活性。在合作過程中，除了培養出溝通交流的能力，也讓我認識更多優秀的研究人員，視野更加寬闊，相信對我未來的工作生涯，是極有幫助的。所以直到今天，我對廖教授仍然心存萬分感念。另外，我也要特別感謝實驗室裡兩位貴人，其中一位是林口長庚的王朝永醫師，他比我早來一年，是少見的滿腦子分子生物觀念的優秀心臟科醫師，跟他討論研究內容，讓我獲益良多，實驗不順利時，還可以和他一起用台語罵人，抒發一下情緒。另一位是來自中國的王宏偉醫師，他在六四天安門事件時期離開大陸，轉赴美國發展，是我的小老師。到目前為止，我還不知道有什麼實驗方法他不曾做的呢！

【溫馨的家庭活動】

認真工作之餘，當然也不能棄老婆小孩於不顧。所以週末若沒有去實驗室加班，就會帶著家人，四處跑跑。春天，我們會沿著Charles河，去找櫻花的蹤跡；夏天，就利用長長的白晝，帶小朋友去公園打棒球，或去波士頓市區景點逛逛，偶爾我們也會去梭羅住過的Walden Pond，來個開酒散「步」記；至於秋天，除了摘梨子蘋果，當然不能錯過New England著名



▲廖光然(James K. Liao)教授與我



▲熱愛的雙親帶著美時參觀我們的漂亮實驗室
請注意這整條bench都是在下的

的楓紅，麻州北邊New Hampshire及Vermont兩州的山區，除了楓葉還有很多適合小朋友玩的遊樂區，不過若單就風景而言，其實波士頓近郊的衛斯理大學（蔣宋美齡女士的母校）就已經讓我覺得美不勝收了；至於冬季節沒辦法跑道，乾脆就讓我們家Thomas去學溜冰。看著他從一開始跌跌撞撞、站不起來，到能繞著溜冰場滑行，真是比我實驗做成功還高興。說到玩，既然到了美國，沒去迪士尼樂園，好像有點說不過去。剛好2007年的美國心臟學會舉辦地點就在Orlando，因此藉著在學會口頭發表論文的机会，就多給他請了幾天假，順便跑一趟Disneyworld。四個主題樂園，隨便哪個一天都玩不完，事前做功課，絕對是必要的，事實上，你甚至可以買到專門的書，教你在Disneyworld裡該怎麼玩呢！主題樂園之間，還參雜了一些Water Park、Downtown Disney、Mini-Golf course…等，也都挺值得一遊。

【洋基與紅襪】

你可能会問我有沒有去幫王建民加油？答案很不幸的是：沒有！波士頓是屬於紅襪隊的大本營，而紅襪隊在2004年歷經突破「貝比魯斯的魔咒」奪得了世界冠軍之後，去年很爭氣的再次奪得了世界冠軍的榮譽。還大肆的舉行繞市瑞河大遊行。身為洋基迷的我，只好躲在實驗室裡，和另一個隱形的日本洋基迷哀悼洋基帝國的崩盤。臺灣人應該多少有耳聞洋基與紅襪因為貝比魯斯魔咒事件的世仇，洋基、紅襪的球員、球迷們因為「貝比魯斯魔咒」之故，相互仇視、衝突，甚至已經結了長達八十多年的樑子。不過也就是因為紐約與波士頓這樁「棒球史上最大樑子」，才使得「洋基V.S.紅襪」的交戰組合一直都是美國棒球史上最熱門的戲碼，既然兩個仇家交戰的戲碼如此熱門，所以也間接讓洋基、紅襪隊的票房、人氣永遠維之不墜！



除非在球季開賣就搶票，否則網路上購票至少是250元美金以上，我和Thomas也只好退而求其次，選擇較冷門的組合，去Fenway球場喝啤酒、啃啃熱狗，過過癮。簡單地說，「貝比魯斯魔咒」的由來只不過就是紅襪隊在1919年把陣中巨星：貝比魯斯高價賣給洋基隊。沒想到，原本曾經拿

◀美國必遊之迪士尼世界

過五屆總冠軍(包括勇奪美國棒球史上第一個兩聯盟總冠軍)的紅襪隊把貝比魯斯賣掉之後的八十六年，就與「世界大賽冠軍」徹底絕緣。賣到了貝比魯斯的洋基隊跟遇卻與紅襪隊完全相反！在過去的八十六年之間，洋基隊一連勇奪了二十六次美國職棒總冠軍。坊間曾經流傳，八十六年前，當貝比魯斯獲知自己被紅襪隊賣掉的時候曾經說過：「我詛咒紅襪隊在我死後一百年內永遠拿不到總

冠軍！」，不過美國史學家在嚴謹考證了幾十年後，發現貝比魯斯其實並沒有發過這個毒咒，但是史學家可以證實貝比魯斯當年真的是異常憤怒！如果「貝比魯斯魔咒」這回事真的存在的話，那應該是來自於貝比魯斯對於紅襪隊的超強怨念，如此也造就了大部分旅居波士頓的臺灣洋基迷，在熱門的「基機大戰」時，都成了隱形人，躲在家裡看電視，幫王建民加油。

【感謝與感動】

讓我們在波士頓的生活，更加生色，不得不提及的還有很多來自臺灣，卻在異地相識的好朋友。像台大的范國龍醫師、林水龍醫師等，還有跟我們同樣來自成大，甚至住在同一棟公寓的郭浩然醫師、李政宏醫師、宋俊明醫師。這些醫界的前輩們，都非常關顧同樣來自臺灣的後生晚輩。而且他們的大人們，又個個煮的一手好菜，因此他們的家便成了我們閒暇時串門子、打打牙祭的好地方。讓我們可以同時享受美麗的波士頓的景色，和濃濃的臺灣人情味。

► 白山(White Mountain)有名的秋季楓紅



此外，在波士頓還有一群熱心的臺灣朋友，組成了「波士頓臺灣同鄉會」，除了不定期舉辦聯誼會，幫助由臺灣來近期進修的人，認識新朋友和新環境外，他們還有自己的部落格(www.boston-taiwan.org)，提供大家在波士頓生活的種種資訊。相信對準備去波士頓的人，會很有幫助。最後，我最要感謝支持我出國留學的雙親，和放棄台灣工作，幫我專心照顧家務的老婆翠婷，以及心臟科的同仁們，讓我可以奢侈的擁有這段研究時光，而無後顧之憂。

【展望】

正所謂光陰似箭，日月如梭，兩年的波士頓學習之旅，轉眼也就結束。這趟美國行，留下的不止是全家人滿滿的美好回憶，也帶給我更多新的知識與經驗，希望能夠成為我工作與研究生涯裡另一個新的起點。