

# 荡起夏日的激情

□ 孟宪著

春夏秋冬，四季更替，一年之中，要问吾最钟情于哪个季节，答曰：夏日……

春有惠风和畅，秋有橙黄橘绿，冬有如诗梦幻；而夏天呢，却更是别有一番品无穷尽的韵味。不妨先来品味一下古代墨客诗人笔下的夏日吧：东晋的谢灵运舞动翰墨，蒲扇轻摇：“人皆苦炎热，我爱夏日长”；唐代的李昂淅淅沥沥之时，凭窗远眺：“黄梅时节家家雨，青草池塘处处蛙”；宋代的杨万里漫步西湖，心潮逐浪：“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”……文人笔下赞美夏天的诗作不仅随手拈来，就连描写夏日的成语：鸟语蝉鸣，万木葱茏，枝繁叶茂，莲荷满池……同样是七彩荡漾。

烈日，是夏天的主旋律。炽烈阳光毫不吝啬地赐予，让繁花争相绽放，嫣红姹紫，尽情地装扮着大地；夏天是孕育的季节，溢彩流光的万物，吮吸夏日的甘露，充盈着秋天的果实；夏天是浪漫多情的季节，红男绿女们雨中撒野，海上嬉戏，心情逐浪高；夏天是个性张扬的季节，黑云压城、狂风怒号、暴雨如注，让大地经受着历练。然而天象也并非无情物：风息雨过，日出云开，往往会惊艳出一道七色彩虹，高架云天，让万物生灵接受一次暴风雨过后的洗礼，同时也不禁让世人感悟“不经风雨，怎见彩虹”的励志篇章。

春天播种，夏天耕耘，秋天收获，冬日尽享。

其实，在思想家的笔下，人生同样亦有四季，而在这人生四季里，“夏天”尤为值得珍惜——试想，假如没有耕耘，种子岂能茁壮？假如没有耕耘，岂有硕果芬芳？假如没有耕耘，何尝有收获后的成果亨亨？！

夏天是奔放的吉普赛女郎，从不掩饰自己喜怒哀乐个性，绝不压抑自己磅礴的激情，从不在乎别人的吐槽。酷暑难耐之后，总会有惬意的清凉；电闪雷鸣过后，总会送上清风拂面的柔情。有张扬，有内敛，有奔放，有沉默，从不掩饰，这就是夏天！

默尔说：“假如你丧失了激情，你就丧失了一切”，激情是一种洋溢的情绪，是一种向上的态度，更是高尚珍贵的精神。夏日是激越跳荡的音符，夏日是多情的“冬不拉”，来吧，用她奏响起雷锋同志那句“对待工作像夏天一样火热”的名言的正能量！

对待人生，如夏日一样，会让你的胸怀更加坦坦荡荡。

对待事业，像夏天一样，能使你的业绩源源蒸蒸日上。

虔诚地接纳夏日，夏日会馈赠你同样炽烈的情怀！

与夏日约会，与夏日 kiss；拥抱多情的夏日，唱响《夏日的味道》，岂不美哉！岂不壮哉！

# 人民医苑 目录



主 办:连云港市第一人民医院医疗集团  
承 办:连云港市第一人民医院  
出版时间:2013年6月30日

2013年第02期  
(季刊 总第6期)

## 编委会

主 编:李小民  
副 主 编:王乐平 谈 笑 李家树  
李爱民 张海林 施 辉  
杨红波 孟尔旺 张建华  
郑加林 张友亮 李明星  
徐宏志 徐长华  
执行主编:李小民 仲伟茂  
编 辑:王 龙 杨光礼 高 峰  
江 荣 周 源 胡 静  
刘 乐 薛 梅 许龙龙  
顾 问:孟宪著 王成章 陈 炜  
俞德春 汤 丽

编辑出版:《人民医苑》编辑部  
地 址:江苏省连云港市新浦区通灌北路182号  
电 话:0518-85452253  
传 真:0518-85456700  
邮 编:222002  
网 址:<http://www.lygyy.com.cn>  
投稿邮箱:[lygyyxx@126.com](mailto:lygyyxx@126.com)

内部资料 免费赠阅

## 卷首语

01 荡起夏日激情

## 本刊特稿

04 以先进管理理念 引领医院科学发展  
10 难以忘却的情怀  
12 春日阳光中的成长  
13 携手并进 共创辉煌  
14 让生命的色彩更加灿烂

## 工作论坛

15 医院质量管理与质量文化建设  
20 以公立医院改革为抓手 强化医院内部运行管理  
24 思路决定出路 细节决定成败

## 美文悦读

26 青藏,请深情地俯瞰我  
30 那海 那山 那人  
32 渔湾 三潭汲浪  
34 躁  
35 春游竹泉村  
36 车次芜湖  
38 苍穹之上  
39 傍晚的守望者  
40 帮女儿找快乐  
42 环保总动员  
43 亲情无价  
44 深爱着这片土地  
46 邮局那抹橄榄绿  
47 四百里的思念

# CONTENTS

- 49 黄瓜摊上悟人生
- 50 随遇而安
- 51 自考 那些年我们走过的路
- 54 有个护士叫小芳
- 56 你的春天
- 57 天使的翅膀

## 小说连载

- 58 灵域传奇之南荒

## 杏林人物

- 72 爱,印在患者身上
- 74 光明团队在行动

## 天使风采

- 76 珍贵的红色连环画:《模范护士程锡美》
- 78 生命的守望者
- 80 无悔的选择

## 医德医风

- 81 沸腾的血液
- 84 急救室里的“雷锋车手”
- 85 一院春风

## 礼仪之窗

- 87 茶道与茶礼仪

## 智慧生活

- 91 要熟练掌握的七个人生工具

- 93 语录
- 94 找回你的微笑
- 96 宋茹漫画
- 97 夕夏漫画

## 新书快递

- 98 无比芜杂的心情
- 98 第七天
- 99 在路上,爱的漂移游荡
- 99 最后的狂人:我就是邹恒甫

## 医讯传真

- 100 市一院成为南京医科大学  
连云港临床医学院等

## 健康讲堂

- 115 陈果夫论医道
- 118 女性夏季尤须防空调病
- 119 夏季应预防小儿慢性支气管炎
- 120 老人热天更须防习惯性便秘
- 121 喜怒皆需适度

## 文体看台

- 122 向世界上最好的医院学管理
- 124 青春渐行渐远
- 126 永远不要低估一颗冠军的心

## 封底摄影

陈新宽



# 以先进管理理念 引领医院科学发展

□ 易学明

党的十八报告中，习总书记给我们绘制的“十个更”目标蓝图，是人民群众殷切的期盼：“我们的人民热爱生活，期盼有更好的教育、更稳定的工作、更满意的收入、更可靠的社会保障、更高水平的医疗卫生服务、更舒适的居住条件、更优美的环境，期盼着孩子们能成长得更好、工作得更好、生活得更好。人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。”十八大向我们发出了强烈的信号，腐败问题、民生问题成为关注的焦点，而医疗问题又是民生问题的重点。那么我们现在解决医疗问题的唯一办法是什么？是医改，而医改的重点又在公立医院。医改对于医院来说既是机遇也是挑战，机遇与挑战并存。对于管理好的医院，思路清楚的院长，是机遇大于挑战，医院

就可以健康的发展；反过来，就是挑战大于机遇，医院就会带来生存危机。

医院科学发展需要具备三要素：和谐的班子、睿智的院长以及先进的理念。首先，要有和谐的领导班子。医院党委班子和成员要懂科技干部政策，要和科技干部交朋友，融入科技干部队伍之中，因为科技干部的聪明才智不是靠行政命令压出来的，而是通过某种因素从内心深处自觉发出来的，这些因素可能是信任，也可能是激励。我个人先后和7位政委搭档，都能坦诚相待、和谐共处，班子成员做到“聚是一团火，散是满天星”。

其次，要有睿智的院长。医院发展得好不是院长一个人的功劳，但医院发展得不好，一定是院长的问题。医院院长不能单独地看作

行政干部,院长应该是复合型的人才。没有业务技术的院长难以融入科技干部群体之中,也就出不了创新思路。没有管理能力的院长难以服众,提出的创新举措也就很难得到落实。

第三,要有先进的管理理念。我在南京总医院呆了17年,对南京总医院的发展历程是很清楚的,它的发展理念就是16个字:以人为本,规模适度,绿色医疗,协调发展。

#### 以人为本

医院里有两个群体,一个群体是患者,一个群体是医务人员。对于患者来说最关键的是什么?是安全感。而对医务人员最重要的是什么?是幸福感。以人为本,对患者而言,我们应该优化服务流程,创新临床技术,提高服务质量,创新服务理念,切实维护广大患者的健康利益和生命安全;对医务人员而言,我们应该搭建平台,发挥广大医务人员的潜能,充分调动他们的积极性和创造性。

一个人的潜能是无限的。过去,财务账单是财务人员生命。文革期间,我们财务办公室着火了,两边柜子装满了账单,一个女同志还怀着孕,这时,她想着的是账单,她想如果账单着火了,她的这一辈子就说不清了,你要知道那个时候“说不清”是不得了的事,她就把这个桌子搬起来,从窗户里面扔下去。等大火灭了后,四个小伙子把她从窗外面抬到窗户里面都用了很大的劲,所以人的潜能瞬间的发挥是不得了的。当然,我说的潜能可不是指二十个患者,我一个上午看完了;后来就变成四十个患者,我就想要抓紧时间,让患者赶紧看完;再后来增加到七十个患者,我该怎么办?医生态度很坚决,打发一个是一个,不然下不了班。

近些年,我们医院本着“以人为本”的方针,以开展主题年活动为牵引,将重视患者安全意识植入全院医务人员心中,提高品质,保证患者的医疗

安全。2007年是病人安全年,2008年是安全发展年,2009年是数字化医院年,2010年是兴教学强基础年,2011年是研究型医院建设年,2012年是绿色医疗年。

病人需要安全感,医务人员需要幸福感,我用一个案例来说明我们在创新举措中如何为患者的安全感、为医务人员的幸福感创造条件。过去咱们都知道一个肺癌患者,呼吸内科、心胸外科、肿瘤内科、中西医结合科、介入治疗科、放疗科都在收,患者花了很多钱,治疗生存率却没有大的提高。后来我们就在想,能不能成立一个肺癌的诊治中心,建立一个虚拟的学科,由呼吸内科、肿瘤内科、心胸外科、肿瘤内科、中西医结合科、介入治疗科、放疗科等科室选派具有高级职称的人员参加,呼吸科的副主任作为这个虚拟学科的带头人,患者来了以后,由中心的秘书接诊并联系专家,把前期的检查基本做完以后由中心专家讨论提出诊治意见,最后由中心主任确定适合他的个性化诊治方案,然后由中心秘书根据最终方案安排好患者住院或随访。这样,一个综合诊治中心解决了三个问题:一是为患者提供了个性化的诊疗方案,二是为人才提供发挥专长的平台,三是提升了医疗资源利用率。我们医院现在有一百多个专病诊治中心,我们靠什么?我们靠疾病推出专家,靠专家带动团队,靠团队来解决问题,同时充分利用了医疗资源。

下面讲一下医院人力资源链式管理。医院人力资源链式管理是指医院为了更好地创造价值,实现医院的战略目标,将人力资源管理的各部分内容重组为“链”上的数个环节,并按照内部市场化原则,对人力资源引进、配置、开发和使用的管理过程。人力资源链式管理克服了传统人力资源“一站式”垂直管理的弊端,强调组织中各部门和个人的参与,加强了人力资源管理的横向活动,





式,从中青年骨干中遴选,享受副主任待遇,任期一般为2年;借助博士后科研工作站和其他单位编制引进人才,为医院发展提供坚实的人才保障;三是构建以价值链为特征的人力资源薪酬链和绩效链模式。建立以效益指标与质量指标并重的考核奖励机制,通过提高奖金发放比例、改革考核奖励办法等,在奖金的分配上,坚持多劳多得,拉开差距,减少拿平均奖的人数;制定专业技术干部综合考评末位转岗制度,坚持每2年进行1次考核,拓宽“出口”,优胜劣汰,考评结果与职级晋升、奖惩、学科带头人培养等挂钩;建立护理人员分级管理、按级上岗、按岗施薪制度,设

也增加了管理活动的透明度。南京总医院首次将链式管理理论系统地应用于医院人力资源管理实践,构建了医院人力资源链式管理模式,实现了人力资源管理价值链和业务链的有机结合,重点创新了疾病链、人才链和价值链为特征的人力资源管理模式实践。

一是构建以疾病链为特征的人力资源链式管理模式。建立以疾病链为纽带的联合诊治中心,由相关学科的学术带头人等专家联合,实行首席负责制,组建包括肺癌、疼痛等疾病在内的多个联合诊治中心;开设专病专家门诊,方便了患者就医,使专病得到更有针对性的诊疗服务;实行老年病分专科收治等。二是构建以人才链为特征的人力资源引进链和开发链模式。推行学科带头人与学术带头人并存制度,让退休的老专家担任学术带头人,集中精力抓教学和科研工作,同时对学科带头人在学术和科室管理上给予指导和帮带,学科带头人对科室建设全面负责;设立科主任助理制度,采取非编制任命方

置了护士站秘书、助理护士、责任护士、专职护士、专科护士和专病护士。对此,我专门写了一本书(《“链式管理”模型构建及应用:南京总医院人力资源管理探索与实践》),大家如果有兴趣可以看一下。

接下来,再给大家讲一下高层次人才的多维激励平台。医疗市场竞争的核心就是人才的竞争,谁拥有一流人才,谁就能抢占医疗制高点,获得最大的市场份额。在公立医院和私立医院多元化模式并存的今天,民营医院大举“挖人”,无疑会给公立医院带来人才流失的压力。公立医院要想留住业务骨干必须从人才的需求着手,制订完善的人才培养策略,搭建多维激励平台,激发业务骨干的潜能,实现他们的自身价值,从而提升他们对医院的忠诚度。拿破仑曾说过:“一个人最大的幸福就是他潜在能力得到最大程度的发挥”,对高层次人才自我实现的需求来说,物质性的激励达到一定的程度后,运

用多维激励平台可以使激励更持久、更有效。南京总医院积极实施“用事业培养人才、用机制盘活人才、用文化凝聚人才”的人才培养战略,为高层次人才搭建多维激励平台,即培养了人才,做到人尽其才、才尽其用,又提升了他们对医院的忠诚度,也促进了医院的学科建设向更高层次发展。

以“人才”为本,要侧重人才培养。我们对初级职称医师实行全科化培养,对中级职称医师实行专科化培养,对高级职称医师实行专病化培养。初级职称医师在全院进行轮转,让他尽可能的成为全科医师;中级职称医师要用五到七年时间培养成专科的专家;进入高级职称后,就可以实行专病化培养。因为我们现在一个专科有很多种疾病,但只有一个主任,大家都以当主任为成功,这样就会造成内讧,潜力能不到发挥。

高级职称人员是医院发展的关键,但我们十年前做了一个调研,高级职称医师考不过中级职称医师,为什么?没有动力。医生具有高级职称后,他就以为进入了保险箱,学习放松了,也没有上进心了,所以他考不过中级职称的医生。所以,我们通过高级职称医师的专病化来充分发挥高级职称医师的作用。一个医院的外界影响力,关键在于高层次人才的品牌效应。高层次人才群体包括科主任、科主任助理,专病专家,学科、学术带头人和疾病诊疗链首席专家。因此我觉得医院管理者,包括院领导与科主任,确实要充分利用好平台,在某一个方面上有所突破、做出特色,而不是全科。比如黎磊石教授、吴孟超院士,他们也都是某一方面有所突破。对此,我也专门写了本书《南京军区南京总医院高层人才多维激励研究与实践》。

#### 规模适度

何谓大医院?规模宏大算不得大医院,高楼林立算不得大医院,广收多治算不得大医院。大医院的“大”,在于医院想民之所想,忧政府之所忧,急病患之所急的“大担当”、“大愿景”、“大作为”。医疗、



教学、科研协调发展,是为大医院;“社会、经济、技术”三个效益齐头并进,是为大医院;规模适度、内涵建设、质效并重,是为大医院;胸怀天下、情系民心、兼济发展,是为大医院。

规模大不等于效益最大化,当医院规模达到一定程度后,医院效益的增长幅度将低于规模扩增幅度,即扩增“边际效应”将呈递减趋势。近年来,我们南京总医院在我做院长的这十年,床位增加了三分之一,原来是 1200 张,现在是 1800 张,规模没怎么变,但是我们年均收益率保持在 25% 左右。

医院规模扩大后,会造成管理难度加大、医教研不能协调发展、优质资源不能合理利用。到底医院以多大为好?小型医院,一般在 300 张床位左右;中型医院,一般在 600 张床位左右;大型医院,一般在 1500 张床位左右,这样管理才比较得心应手。所以我觉得做大做全不如做精做巧。

那么,医院要发展该怎么办?一个对策是:立足现有资源,做大虚拟学科。比如重症监护中心、手术机器人协作组、加速康复外科协作组、单病种综合诊疗中心等等,这些虚拟学科的建立,一定程度上

解决了医院规模发展的问题,既保证学科有优势,又不过多膨胀医院规模、增加管理难度;再一个对策是:创建“四统五全”模式,实现医院运营精细化管理。南京总医院在人力资源管理、物资管理、经济管理和医疗管理四个方面,进行四个统一、五个全面管理。具体内容是:在人力资源管理方面,做到统一编制配置、统一条件准入、统一薪酬管理、统一岗位设定和全过程管理、全部门协同、全绩效考核、全员额管理、全要素管理;在物资管理方面,做到统一招标采购、统一账务结算、统一款项支付、统一信息平台 and 全流程跟踪、全方位保障、全自动集成、全周期管理、全要素核算;在经济管理方面,做到统一账户进出、统一机构管理、统一平台运行、统一账簿反应和全资产管控、全流程封闭、全效益考评、全自动集成、全要素核算;在医疗管理方面,做到统一数据采集、统一考评制度、统一标准规范、统一组织领导和全员额参管、全过程管理、全方位考评、全自动集成、全部门协同。

## 绿色医疗

绿色医疗我们原来叫合理医疗,合理医疗是对不合理医疗而言的。什么叫合理医疗,好像这个概念很难界定,后来我们就借助了这个“绿色医疗”这个概念。绿色医疗到现在也没有找到准确的定义,我们总结了一下它的特征:优质、高效、安全、低耗和低损伤。它的表现形式是合理医疗、适宜技术、微创无痛和人文关怀。它的作用是有利于规范诊疗行为,有利于提高服务效率,有利于节约医疗资源,有利于增进人文关怀。

绿色医疗首先要创新临床技术。过去做一个切掉胸腺瘤的手术,要把胸腔打开,叫“开肠破肚”,患者最少要住院半个月,回去三个月不能工作。现在我们有胸腔镜,打几个小洞把瘤子切掉,三天出院,七天恢复,这就是治疗技术上的创新。损失控制外科、加速康复外科、连续性血液净化技术等等这些临床

技术的创新,确实既减轻了患者的痛苦又提高了患者的生活质量。

其次要创新治疗理念,内科治疗外科化、外科手术微创化、有创治疗无痛化、药物治疗靶向化。那什么是内科治疗外科化?过去内科治疗就是用药,现在内科治疗基本上是用外科化的方式,比如说胃肠道的问题,现在可以做胃肠镜,再比如说过去治疗肿瘤,我们打肿瘤化疗药,会出现既没有减轻痛苦也没有延长寿命的结果,现在我们可以用介入的方法把化疗药打到肿瘤的周围,化疗药在杀伤肿瘤的同时把肿瘤给饿死。

绿色医疗还有一个新的提法,即发展转化医学。美国国家肿瘤研究院(NCI)过去30年共耗资2000亿美元用于基础医学研究,最终发现80%经费涉及小鼠、果蝇、蠕虫等基础研究,总共发表约156万篇学术论文,但肿瘤相关的死亡率未见明显改善。大量的经费放在基础研究上去了,临床上需要的却没有解决。而转化医学就是要打破了基础医学与药物研发、临床医学之间固有的屏障,建立起彼此的直接关联,缩短从实验室到临床应用的过程,旨在把基础研究成果快速转化为适用于临床的新方法,使患者更快受益于医学科技。过去是由基础提出问题,基础研究的结果应用于临床,然后从临床反馈到基础研究上来,这种方式是B to B(Bench to Bed)。而现在我们提出的是从临床上发现问题,然后联合基础等有关方面来解决问题,即B to B(Bed to Bench)。虽然都是B to B,但是两者截然不同。临床提出问题的是谁?是我们。那么构建这个研究的主体是我们,所以归于医院来说是非常艰巨的任务,转化医学将会在五到十年内有非常大的突破。继肾脏病转化医学研究中心成立之后,南京总医院医学影像科与复旦大学计算机系统生物学中心联合组建了国内首家“脑功能性疾病影像转化医学中心”。



### 医疗教学科研协调发展

医疗是今天的事,科研是明天的事,教学是后天的事。我们要集全院之力做好今天的事,全院员工要以极端负责任的要求狠抓医疗工作。科研是明天的事,明天的事指的是医院的明天,不是明天做的事。要集医院的精兵强将做好明天的事,科研工作需要压在精英肩上。对于教学问题,我们一定不能放松,教学工作是为医院社会准备后备军,要重视医院发展后天的事。

医疗指标是评价医院的重要方面,但是科研指标和教学指标也很关键。近年来,我院在科研、教学方面取得了许多可喜的成绩:医疗方面,2012年我院年门急诊量210万人次,年收容量6.7万人次;科研方面,“十一五”期间,医院获军队、省部级科研成果奖88项。2012年共获得外源性课题82项,2012年中国科技信息研究所公布我院在全国医疗机构科技论文排名情况,国内论文1101篇,全国排名第六,全军排名第二;论文被引用次数4916次,全国排名第六,全军排名第二;SCI收录论文151篇,全国排名二十,全军排名第六;SCI收录论文被引用次数451次,全国排名十一,全军排名第三。教学方面,我院现为南京大学医学院临床学院、第二军医大学临床医学院、南方医科大学临床

医学院和江苏大学医学院等10多所高等医学院校的教学医院。医院设有4个教研室,31个教研组,全院受聘教授106名,副教授228名,讲师260名。2003年7月,国务院学位委员会和教育部批准我院内科学、外科学为博士学位授予权学科。现有博士研究生培养学科和专业13个,硕士研究生培养学科和专业35个,博、硕士研究生导师170余名,博士后联系导师25名,已培养博、硕士研究生1300余名,在读博、硕士研究生470余名。

最后,把我有受益一生的十句话送给大家:一是把事情当事业来做,才能做大做强;二是细节决定成败;三是要想自己成功,首先让别人成功;四是无事需胆小,遇事需胆大;五是激动是必要的,重在激动后可以收场;六是凡事都无绝对的好坏,遇事要向好处想;七是平衡是立身成事之基,首先自己要稳住,要平衡住,我们做事才能够成功;八是赞同则积极表态,反对则略缓发言。赞同说明观念一致,你要积极表态,反对的时候你要慎重考虑一下,看看人家的说法总有人家的道理;九是批评在当面,表扬在背后;十是馅饼愈大,陷阱愈深。谢谢!

(本刊编辑根据易学明将军在连云港市第一人民医院作专题讲座时的录音整理)

易学明 南京军区南京总医院院长、少将、主任医师,第二军医大学、南京大学教授,第二军医大学、南方医科大学硕士研究生导师(社会学与卫生事业管理学)。1978年4月毕业于第三军医大学军医系,从事外科专业。1991年任123医院院长;1995年调任南京总医院任医务部主任;1997年任南京总医院副院长,分管医教研护理等业务工作。2003年至今任南京军区南京

总医院院长。从事医疗工行政工作后,曾先后参加后勤学院卫勤管理专业、全军医院管理班学习获结业证书。2000年由国家卫生部组织赴美国南加州大学参加医院管理高级研修班学习,2004年被评为全国优秀医院院长。主持完成《调控与相关科学在医院管理中的应用》等多项课题。获军队科技进步三等奖三项、四等奖一项;以第一作者在统计源期刊发表论文30余篇。



编者按:

为庆祝连云港市第一人民医院医疗集团成立一周年,热情讴歌集团成立以来各成员单位、协作单位护理工作取得的丰硕成果,进一步提升护理服务品质,打造集团护理品牌,医管部在集团范围内开展了“我与集团共成长、携手并进创辉煌”护理征文活动。现将优秀作品刊登如下,以飨读者。

# 难以忘却的情怀

## ——我与医疗集团共成长

□ 董自娟

岁月嬗递,时光荏苒,医疗集团自2012年成立以来,已走过整整一年的历程,她就像一个新生儿,虽步履蹒跚,却充满了朝气,充满了希望。在这一年来,医疗集团始终以振兴连云港市医学事业、服务大众为己任,救死扶伤,攻坚克难,关爱、造福了无数的患者,演绎了一个又一个动人篇章!而我也和医疗集团共成长,同进步,结下了难舍难分的情怀!

2012年医疗集团成立后,市卫生局周伟局长强调:“依托市一院优势资源,大力提高医疗集团成员单位医疗服务水平。”有了这么好的平台,作为江苏

省优质护理服务先进个人、赣榆县人民医院神经内科护士长,我决心带领科室的全体护理人员用优质的服务、专业的护理与医疗集团共成长。

医疗集团成立后,集团和院里定期组织专业培训,并进行横向交流,共同提高,为每个职工提供一个很好的发展空间;我们医院还定期选送优秀职工赴市一院进修学习。我也有幸被派往市一院神经内科学习一个月,在那里我深切体会到袁老先生的那句名言“德不近佛者不可以为医,才不近仙者不可以为医”的内涵。她们倡导创新求实的精神,追求卓越的信念和病人至上、真诚关爱的价值观。我十分



珍惜这次学习的机会，如饥似渴地向徐艳护士长及科室各位老师学习神经内科危重患者护理、科室管理先进经验，并亲身体会了优质护理的开展使护患关系不再那么紧张，患者对护士充满了信任与感激，在这里我见识了责任制整体护理从患者入院接待、评估开始，健康教育贯穿患者住院全过程，更见识了她们的服务理念和管理模式。通过这次学习我开阔了眼界，更让我感触到集团不单单是对职工业务的培养，更是在教导我们如何对待工作，对待人生，教育大家要牢记自身的神圣职责，全心全意为患者服务。学习结束，我将这些先进的服务理念、管理模式结合实际情况在科室推广应用，对改进科室工作起到了积极的推动作用。

在这一年中，集团还开展了多次“医疗质量管理互查”活动，不断促进医护人员专业能力的提升、医疗护理质量的提高。在这个平台上，我发现自己的业务能力明显提高了，团队意识增强了，也更明确了的服务目标，知道了自己的不足，明白了努力的方向。集团还通过“护理质量持续改进”项目竞赛活动，提升科室护理管理质量。我所在的神经内科长期卧床、偏瘫患者居多，作为护士不仅要为患者提供基础护理，还要求有过硬的专科护理技术和丰富的康复护理知识。我带领我们科内业务骨干共同制定、完善了偏瘫患者良肢位摆放的流程及质量标准，全科护士一起学

理论，练操作，使科内每一位护士都熟练掌握了偏瘫患者良肢位摆放的目的、方法，并应用于临床，惠及每一位伴有肢体活动障碍的脑卒中患者，有效预防了压疮、肺部感染等并发症的发生，促进了患者肢体功能的康复。这项工作的开展，有效地提升了科室的护理水平，取得了丰富的实践经验，得到护理部的大力支持和充分肯定，并在全院推广。我对这些经验进行总结提炼，形成了《提高偏瘫急性期患者良肢位的正确使用率》的报告，在连云港市护理学会组织的护理质量持续改进项目竞赛中汇报，取得了优异的成绩。一年来，我们不断地提升自己的专业水平和医疗集团共成长。

集团在成长，月满月亏潮涨潮落，一年的历程岁月章回。伴随集团成长的日子，我们学到了，成长了，收获了。常言道“不积跬步无以致千里”，作为集团的一名普通护理人员，要牢记自己的职责，努力学习，不断创新，借助集团的力量，提升护理水平，更好地为患者服务，把自己的理想、信念、青春、才智毫无保留地奉献给护理事业。伴随着集团的成长，我还发现，其实医疗集团就是我们的家，家要继续成长、发展，需要我们每个人从自我做起，从身边做起，从细节做起；我还发现，在集团里，我们就像一棵棵小草，虽然很小，但通过大家的共同努力，一定能铺就绿色无垠的草原，我们的医疗集团一定会走向更加辉煌的明天！

（作者单位：赣榆县人民医院）



# 春日阳光中的成长

□ 周海艳

与您相知在一次三基知识竞赛上，与您相系在护理工作的点点滴滴中；

您像一颗大树，承载各条枝干，而我们有幸成了您的小小枝丫；在您的强劲供肥、无限关怀之下，我们协同向上，渴望拥抱自己的一片蓝天；内心窃喜的我们注定要与您相依相恋了……

在医疗卫生工作中，护理队伍是重要的组成部分，为了适应医学模式的转变，满足人民群众日益增长的健康需求，“白衣天使”这个群体默默发挥着不可估量的作用。继连云港市第一人民医院医疗集团董事会成立暨第一次全体会议于2012年2月21日顺利召开以来，我们更加深化了对医疗集团的认识，认识到集团化的发展模式既顺应了深化医药卫生体制改革的新形势，也是加快公立医院改革、推进管办分开的重要探索，又是实现成员单位互惠互利、共同发展的内在需要。

在这股光与热的推动下，我们深刻地感受到医疗集团给我院护理工作输注的新活力！我院护理工作以进一步深


化“优质护理服务”工作内涵，以“提升护理人员职业素质、优化护理服务”为主题，以创建三级医院为契机，不断提高服务水平，持续改进服务质量，努力为患者提供满意的护理服务。所谓“健康所系，生命之托”，在护理工作中我们始终坚持以病人为中心，以相互尊重为前提，以坦诚的态度拉近护患关系，让他们感觉到亲切感、安全感，思想上解除负担从而全身心地接受治疗，逐步康复。

在医疗集团优质资源惠及下，综合集团内单位的经验辅助，我们护理团队不断深耕自我，精益求精；在全员努力共创建三级传染病医院之际，为了让每一个护士不掉队，护理部积极开展各项业务学习、三基理论考核、应急知识储备等技能操作训练，以提高护理人员的专业素质，用更好的精神面貌迎接初评。所有的在岗护士们积极响应，为医院发展进步贡献一份力，也为自己的人生蓝图添一笔色彩！

风雨中，感谢您的相扶相伴，小小枝丫的我们逐层剥脱壁垒，迎着希望的彩虹，绚丽的阳光继续成长！

（作者单位：连云港市第四人民医院）





## 携手并进，共创辉煌

□ 李萍

犹记得一年前，市一院医疗集团成立之初，当面对着这个全新的名词时候，一种新鲜、未知的感觉在心中萦绕。什么是医疗集团呢？能对我们的护理工作有哪些帮助呢？当时光如白驹过隙，转瞬间一年的旅程走过，我想，每个人在心中对于当初的疑问都已经有了自己的答案。

古人云“三人行，必有我师焉。”原先的我们都束缚在自己医院的这一小片天地里，每日忙碌于手头的工作，很难有时间去了解、去接触全新的护理工作制度和理念。医疗集团的建立，给予我们一个全新的学习交流的平台，集团内的各个姊妹医院，纷纷将自己医院在制度、理念上的先进成果一一分享。当先进的理论和成果碰撞在一起时，激起了发展奋进的火花。在过去的一年里，通过各个姊妹医院的互相学习和帮助，工作的效率与业务水平有了大幅提高。

三月份，我在市一院脊柱关节外科进修学习，我深切感受到了医疗集团文化的魅力，其中也包涵了先进的护理管理理念和管理模式。在护理工作中，医院实行的是严格的制度化管理，但又时时处处体现出了人性化。护理人员的工作作风细致、严谨又不失热情、活泼，这也造就了一支积极向上、高效高质而又有凝聚力的护理团队。给我印象最深刻的是，无论工作有多忙，在与病人沟通时，护士们总是面带微笑、柔声细语、不厌其烦，直到病人听懂或理解了为止。王华玲老师的一句句“大爷、大妈”，让病人真真切切地感受到了亲人般的关怀。护理人员对病人的关心绝不是口头上的，而是实实在在地落到实处，比如术后活动指导、术前宣教等方面，护理人员会手把手地教病人，直至病人真正掌握并达到规定效果为止。交接班时，前后班护理人员对每位病人的情况都要进行交接，有高血压、高血糖、药物过敏史等特殊情况的还要做好详细的交接和记录。从吴玉玲护士长那儿我学到了先进的护理管理理念及管理方法，她调动全科护士的积极性参与科室的护理管理，而且对护士的业务培训十

分到位，总是有机会就进行个案查房，对护士进行提问及业务培训；每天深入病房，对病人嘘寒问暖，对护士进行业务指导。她们正是以这种良好的服务态度和高质量的整体护理质量，赢得了病人的尊重和信任。

服务永无止境，学然后知不足。看到她们护理工作做得如此出色，既让我感受到了压力，也催人奋进。如何加强护理团队建设，如何完善护理服务流程，如何提升包括基础护理、专科护理在内的整体护理质量等等，这些都成为了我今后工作要努力的重点和方向。我们全体护理人员也有决心和信心，通过我们的不懈努力，一定能为社会和患者提供更加优质的服务。

医疗集团带给我们业务上的提高与帮助数不胜数，难以一一枚举，同样带给我们的，也是在感情和交流上的进一步提升。就拿去年举行的“天使的感动瞬间”摄影比赛来说，新颖趣味的活动内容引起了我的强烈兴趣，让我对摄影这项活动有了更深的了解和体会，也让我能停下忙碌的脚步，去更多地观察生活中平凡的美丽。一个灿烂的微笑、一句温暖的问候、一杯口渴时递过来的水、一条汗湿递过来的毛巾……一个个平凡的瞬间，却让我深深地感动着。后来我的作品获得了比赛的三等奖，这是对我的一个鼓励和肯定，从此摄影成为我一个闲暇时分的休闲活动，为我带来了许多的乐趣。

是啊，医疗集团就是一个共同提高、共同努力的平台，让我们获得许多的进步与成果，也促进了与姊妹医院同事之间的友谊和交流。我相信，通过医疗集团这个大家庭，我们可以将力量凝聚成一股绳，共同努力，克服工作上的种种困难，不断提高自身的护理业务水平，改进护理服务质量，为病人提供更好的服务，也为医院的发展，奉献出更多的力量！

（作者单位：赣榆县人民医院）

# 让生命的色彩更加灿烂

□ 嵇俊红

又是一个桃花飞舞的季节，有一条年轻的生命曾在这个时节与死神抗争，利用他顽强的生命力，铸就了一个温馨的家庭……

当岁月的脚步渐行渐远，思绪也会淡化记忆的脑海。但却有一些声音，让人忆起了从前；有一份惦记，徘徊在心的边缘；有一种守护，让人心灵温暖。即使脚步已经找不到痕迹，但往事却不曾抹去，永远停留在我的故事里。

一次晚查房，刚走近骨科病房大门，就被一病人家属抱住：“儿子，我们的恩人来了，就是她救了你，是她给了你第二次生命。”

记忆大门一下把我拉回 2011 年 4 月 6 日。中午 11:25，120 急促的“呜呜”声搞得人心神不宁，我随即赶了上去，是一位车祸病人！车祸造成的外伤已经看不清病人的脸庞，病人呼吸微弱，伴有痛苦的呻吟。经了解，车主逃逸，现场只有母亲一人陪同，且身无分文。看着如此情景，容不得我半点疏忽与懈怠，立即开通急诊绿色通道，安排人员给予病人两路静脉通道，同时，快速进行 CT、X 线检查、B 超、心电图检查。很快，检查结果提示：颅内少量出血伴重要脏器复合伤、股骨颈骨折。人生命体征尚稳定，但因本院条件及技术有限，必须立即转上一级医院进行手术！病人母亲哭着说：“求求你们，救救我的儿子，

他才 21 岁，还没有结婚。”时间就是生命，容不得我们有半点含糊，立即启动转诊程序，在急诊科进行登记，提前预约市一院急诊科，让市一院急诊科优先安排并做好急会诊的准备，由于病人病情特殊我主动随车护送，一路上我边做病人的护理，边鼓励病人坚持，坚持，再坚持。到市一院总部时，急诊科医护人员早已准备就绪，快速接诊同时启动急诊绿色通道……

等我安顿好病人后，回来时不知不觉已经是下午两点，这时我才想起，因家里没人，女儿的午饭还没吃。

“终身纯洁，忠贞职守，尽力提高护理之标准，勿为有损之事。”一年后的今天，我们再次相遇在这里，病人手术很成功，恢复很好，来医院取内固定，当时逃逸的肇事司机也已投案自首，病人也获得了相应的赔偿。看着病人灿烂的笑容，我会心地笑了！

作为一名护士，我要竭尽全力，采取有利于病人的医疗措施，不能给病人带来痛苦与危害。我将以对生命的尊重和虔诚，以对这一岗位的执着和无限热爱，用平等、善良、真诚、仁爱之心，在平凡的岗位上，在医疗集团这个温暖的臂弯中，尽自己的所能、所用、所力，让更多的生命绽放灿烂的光彩。

（作者单位：灌南县新区人民医院）

# 医院质量管理与质量文化建设

□ 谈 笑 王文学



医院质量文化是医院文化建设的重要组成部分,是以医院医疗服务为特色,以质量为中心,建立在物质文化基础上的与质量意识和质量活动密切相关的精神文化活动的总和;质量文化是一种崇尚质量、追求卓越、注重管理和以病人满意为目标的现代质量管理意识和文化环境,是医院全面质量管理的升华和创新,也是一种新的管理模式在医疗机构中的

应用。医院应建立什么样的质量文化,在医疗质量控制中如何体现及评价,是医院管理者思考的重要课题。

## 一、医院质量文化的结构特征

医院质量文化结构可分为精神、制度及物质三个层面。

1.精神层面的内涵。概括为质量宗旨。共同实现医院最高目标,即以患者为中心、服务患者、服务

社会、实现医院组织价值。质量价值观:医院文化的核心层。质量理念:以人为本,实现患者满意。质量道德:学以去疾、德以扬善。质量态度:尊重科学、严谨求实。

2.制度内涵。一般制度:所有组织都应遵守的,且带有普遍意义的有关质量的法律法规和制度等。特殊制度:医院所特有的区别于其他组织的质量规章制度、工作流程等。

3.物质层面的内涵。概括为过程内涵及结果内涵。过程内涵包括医疗质量行为:前馈控制、持续改进;医院基础设施:医院质量文化的物质载体;医院人力资源:医院质量文化的第一要素;医院技术水平:医院质量文化的最大体现。结果内涵包括质量结果、成本效益;质量形象:服务质量、医疗质量等。

以上三个层面内,精神层面的质量文化是渗透到医院组织及员工心灵深处的意识形态;制度层面是对医院组织及员工行为产生的规范性、约束性影响的规章

制度;物质层面是指物质形态存在的质量行为、结果及形象。

## 二、医院质量文化的建立是良好的医院质量管理的体现

1. 梅奥诊所的核心价值观就是建立系统化的质量文化体系。

美国的梅奥诊所创立于19世纪,至今已有140多年的历史了。1864年由梅奥医生在明尼苏达州罗切斯特市创建,是世界最具影响力和代表世界最高医疗水平的医疗机构之一。他甚至被誉为医学的麦加。那么梅奥一直向外界宣称的核心价值观是什么。

梅奥诊所的核心价值观:通过建立系统化的质量文化体系,使所有的梅奥成员们在这个大家庭里没有顾虑地工作和生活,最后共同实现“患者至上”使命观。怎样将价值观像DNA一样引入到医院的各个血管系统?在医疗行业中,医院要想取得发展、壮大的机会,最首要做的就是,倡导强大的企业文化核心价值观。现在有很多的医院都开始强调提高服务质量。服务质量的提高需要有价值观做基础、制度做保障。换句话说就是:核心价值观的确立是通过建立合适的制度,如薪酬系统、工作制度、人员储备等等,来满足医生的需求,并将医护人员的全部精力集中在“患者利益上来”。这样产生了良性的互动,医生满足了患者的利益,树立了品牌,患者的增长带来了财务上的增加,给投资人带来了资本

的回报,医生的个人价值得到了体现。

医院质量文化是医院在长期医疗保健服务过程和医学科学研究实践中形成的涉及质量空间、具有持续改进作用的认识、规范、价值取向、思维方式、道德水平、行为准则、法律观念,以及风俗习惯和传统惯例等的总和。事实证明,企业也好,医院也好,其短期繁荣可以通过金钱、制度等许多方式获得,但其持续增长的力量却只能从人类几千年来的价值公理中获得。质量价值观作为质量文化的核心层,成为医院可持续发展的动力源泉。

2. JCI认证过程就是一种医院质量文化建立的过程。

JCI标准是全世界公认的医疗服务标准,代表了医院服务和医院管理的最高水平。也是世界卫生组织认可的认证模式。简单来说,JCI的标准是要确保“正确”的人在“正确”的时间做“正确”的事。JCI认证的核心是医疗质量与医疗安全,在全院范围内,形成促进医疗质量与病人安全持续改进的氛围,绝不放过任何细小的、可能影响病人和员工安全的隐患。医院强调全员参与医疗质量与安全管理,在医院质量改进体系中,医院管理者、医生、医技和护理人员各尽其责,群策群力,使医院管理质量得到持续性改进。如以往门诊、病房护士配液体存在安全隐患,医院就成立输液配

置中心;过去一个住院病人的多种口服药混在一起发,现在配药中心把每一种都装入一个小袋子,方便医生随时调整用药;为使病人在医院内得到同质服务,医院严格规定医生的权限,明确什么样的外科医生只能做一类手术,若要做二类手术,必须经过考核达到相应的标准。所以,在医院,病人找同一级的任何一位医生看病,都能得到同样水平和质量的服务。

JCI对于医院所带来的,不只是医院服务质量以及病人安全的提高,医院的核心竞争力也将得到全面的提升。JCI论证过程被设计成为在医院内创建一种安全和质量文化,其益处多多:①增强公众对医院关心患者安全和医疗质量的信任度。②提供安全高效的工作环境改善员工满意度。③利用医疗质量数据与支付方进行谈判。④倾听患者和家属的声音、尊重他们的权益、把他们当作合作伙伴参与到医疗过程中来。⑤营造一种开放的文化可以从不良事件和安全问题及时报告中学习改进。⑥建立合作型领导层,设定工作重点对各级质量与患者安全持续的领导。

## 三、医院质量文化建设的思路

质量文化建设已经受到了企业家及学术界专家的强烈关注。世界上驰名已久的企业都拥有优秀的质量文化,由此可见医院也需要质量文化。如何建设医院质量文化





呢? 作者认为应从以下几个方面加强建设:

#### 1. 营造良好的质量文化环境。

文化环境是一个组织的员工在共同的工作学习中逐步形成的团队凝聚力、共同创造的文化氛围。而质量文化环境是以质量为中心, 紧紧围绕“质量”二字不断改进、不断提升的一种价值取向。一个医院如果具有良好的质量文化环境, 全员具有共同的价值观念, 共同朝着医院即定的质量目标奋进, 人人都以“我要管理, 我会管理”的精神融入日常工作, 这对于医院开展各项工作、完成各项任务将会事半功倍, 否则, 会事倍功半。

要营造一个良好的质量文化环境, 首先, 要转变观念, 观念变, 一切变。

观念的形成, 是一个渐进的过程, 非一蹴而就, 且医疗观念、质量观念、思想观念等等, 种类繁多, 形成了还需不断改变、不断创新, 所以医务人员必须紧跟国家政策、医政形式, 不断学习、不断超越、不断完善自我, 才能把自己的本职工作干得有声有色、出类拔萃。但新时期仍有个别医务人员还端坐一副大医师的架势, 仍然认为病患者是有求于他, 对病人不够耐心、热情、仔细, 不注重医疗质量的持续提高, 以完成任务了事。还有的医务人员仍停留在“只看病不看人”的传统医学模式上。一旦出现医疗纠纷, 不是从主观自身上找原因, 分析在医疗过程中是否存在医疗过错, 而是一概以医疗意外、医疗并发症辩之。作为医务工作者, 我们从事的事业是一个

特殊的服务性行业, 面对的客体是一个个有血有肉有情感的顾客。因此, 必须终生学习、追求不懈, 将学习工作化, 工作学习化, 不只是一定要学习医学科学知识, 还应学文学、心理学、人文科学及医疗相关法律法规等综合知识, 才能适应人民大众日益增长的健康需求。可是, 仍有不少医务人员, 白大褂一脱, 不是在饭桌上, 就是在牌桌上, 这种不努力索取最新医学知识的医务工作者, 如何能为病人服好务, 如何让病人信服、让病人满意。古人说: “学医贵精, 不精则害人匪浅。”因此医务人员必须转变观念, 以病人满意为中心, 病人是我们赖以生存和发展的基石。

其次, 要开展全员质量教育, 不断提升全员质量文化品味。

质量教育是指有计划、有组织、有系统的教育活动, 促使人们自愿地采取有利于质量的行为, 消除和降低医疗工作中的危险因素。通过质量教育, 可以提高全体医务人员的质量意识, 唤起医务人员自觉参与质量管理的积极性、主动性和创造性, 从而提高整体医疗质量。

医院最高管理者应明确对质量负全责的观点。最高管理者的质量意识代表了医院的质量意识, 他的质量控制意识有多高, 医院的质量控制水平就有多高。最高管理者的质量意识强, 医院的质量控制就能层层落到实处。那种常常把质量挂在口头、不真抓实干, 整天忙于人

情、会务的领导,可以想象,质量是不会有有多高的。因此,医院最高管理者必须把质量纳入重要的管理议程,把它作为医院的核心问题常抓不懈。有人说,在质量管理的乐章上,是没有休止符的。

中坚力量,就是主任(科长)护士长这一层次的管理干部,他们是各种质量管理、质量控制、质量改进的忠实执行者及督导者,应重点接受质量管理的基础知识、专科专项质量管理知识教育,鼓励自学为主,养成自觉学习的习惯,还可选送外出培训学习、进修深造、参加学术会议等形式,逐步培养其较强的团队执行力,如此,医院的各项质量管理才能落到实处,医疗质量才能得到强有力保障。

教育全院职工,要有一次把事情做好的观点,力争做到“零缺陷”。医疗服务是个特殊行业,不像其他制造业,出现次品、废品,可以重新来过,顶多遭受经济损失,而我们服务的对象是正遭受疾病折磨的病人,不能,也不容许重来过。

教育全院员工要关注细节,细节决定质量高低,乃至决定成败。有智者说,一滴水可以折射太阳的光辉。一个心思缜密、观察细致的人往往对细节格外关注。一名合格的医务人员应该具有这种品质,观察细致入微,才能想病人



所想,想病人所没有想到的。

教育全院员工对每一位顾客服好务的观点。医德要求,对病人应一视同仁,不分年龄、性别、地位、职业、种族和宗教信仰等。有人曾说,一个普通群众住院与一个单位领导住院会产生截然不同的影响,因为,领导一旦住院,来院看他的员工、亲朋好友很多,可能影响或改变成百上千人对医院的看法。这话对,也不全对。如果对一个农民服务周到细致,也可能影响一个村、一个乡、乃至一个镇,农民的口碑效应不容忽视,有时比媒体广告还管用。

2. 建立健全的医院质量管理体系。

质量管理体系是医院科学管理的基础,是质量管理的依据,是提高医疗技术水平和医疗质量的重要手段。一个组织建立什么样

的质量管理体系,要结合自身实际,寻找最适合自己的一种管理模式,再溶入其他质量管理方法,只有这样,质量管理才真正得到了发展。

提升医疗质量是一个循序渐进的过程,构建质量管理体系是长期的任务。合理、健全的管理组织是做好医疗质量管理工作的前提。坚持基础、环节、终末质量全程管理,制订出一套科学、严谨、规范、符合实际的医疗质量评价指标体系,是提高医疗服务质量的保障。我院从2011年开始,逐步健全了医院质量与安全管理委员会、医务处及质量管理办公室、科室(质控单元)三级质量管理层级,各级人员明确职责,严格管理,形成了制度化、标准化、系统化的活动机制。3年来管理体系不断完善、创新,规章制度不断健

全。基础质量的检查、监控,环节质量的专项检查,终末质量的监管已形成体系。通过医院管理年活动,我院平均住院日缩短,床位使用率、床位周转率逐年上升,患者满意度提高,验证了我院医疗质量管理的长效机制已良好运行,并成效显著。

3. 用“以人为本”的核心理念构建医院质量文化。

医务人员的素质决定了医疗质量,而医疗质量决定了医院的信誉和医院的形象。良好的医院形象是靠建设一流的员工队伍,生产出一流的医疗服务才能建立的。而医院质量文化是以质量为中心,靠人塑造的。所以,人是医院质量文化的核心,“以人为本”是医院质量文化塑造的重要一环。医疗行业除了与普通行业一样存在着激烈的竞争外,还有其自身的特点,即医院生产出来的产品是医疗服务,其服务对象是人,而且是以病人为主。因此医院质量文化的建设必须“以人为本”。

随着社会的进步,生活水平的提高,人们对疾病救治的要求也越来越高,对健康的需求也越来越高。以前“以病为主”及“以病人为主”的医疗模式显然不适应现在的医疗市场。只有建立“以人为本”的医疗服务观念才能适应现阶段市场的需求。“以人为本”的医疗服务观念,不仅关注患者身体上的损害,而且注重患者心

理上的健康。医院具体可以从医疗设施方面进行改进,如医院建设布局更加合理化、人性化,体现人文关怀,设立单人单诊室,更好地保护患者隐私权等等。在制度上可以实施医师首诊负责制,减少患者不必要的麻烦,同时也有利于对患者的治疗,对医生来说也能起到很好的跟踪治疗和随访的目的。在护理方面实施整体护理模式,使患者从生理和心理上都得到呵护。通过一系列的改进措施,可以使患者从生理和心理上都得到很好的治疗,感受到更多的人文关怀。这样,医院的医疗质量就能很大程度上得到提高。

4. 持续改进,逐步建立起适合医院发展要求的先进的医院质量文化。

将医疗流程持续改进作为医院质量管理的中心工作。从病人进入一直到出院,流程体系都制定了一系列的规定动作来规范所有医疗行为。医务人员应自觉按流程要求规范自身行为,最大限度地减少医疗差错的发生。在医疗流程持续改进中,又特别强调细节管理。对细节的安全进行评估,有效地防止不良事件的发生,切实保障客户的安全。JCI认证,就是要改变传统医院因应对各种检查、考核、评估去做“工作”的被动心态,而应树立“我应该、必须这样做”的观念,只有这样,医院管理才会注重细节。

监测与评价是持续医疗质量

改进、增强实施效果的重要途径,通过监测与评价,可以及时发现和解决实施持续医疗质量改进过程中存在的问题,对持续医疗质量改进的科学性、合理性和有效性进行验证。对医疗质量中存在的问题进行考核,针对个别现象实行反馈制度,而对普遍现象和较严重的问题实行整体督办制度,限期整改。每季度组织召开一次医院质量与医疗安全管理委员会会议,定期研究医疗质量管理等相关问题,保证医院质量的持续改进。

#### 四、结束语

质量文化建设是一个渐进的过程,非一朝一夕就能形成,组织应把它列为一项长期的重点工程来抓,长抓不懈,专人负责,人人管理,全员在质量管理过程中,不断总结,不断创新,才能形成超强的团队质量意识,才能有医疗质量的大幅度提高。总之,质量文化浓缩了医院的精髓,代表了医院管理活动的最高层次。质量文化体现了智力比知识更重要,素质比智力更重要,觉悟比人的素质更重要的名言。质量文化是医院质量管理的核心,它不仅可以提升医院的服务质量,还能有效降低运行成本,增加收益,推进医院可持续发展。

(作者单位:连云港市第一人民医院  
连云港市东方医院)



# 以公立医院改革为抓手 强化医院内部运行管理

□ 汤宁

2011年东海县人民医院被确定为全省首批公立医院改革试点医院。试点以来,我们按照省、市、县关于县级公立医院综合改革试点工作的要求,“上下联动、内增活力、外加推力”,积极探索改革试点工作的新措施、新途径,不断加强公立医院内涵建设,统筹推进各项改革试点任务。

### 一、狠抓内涵建设,努力提升医院服务水平

一是持续提高医疗技术水平。今年,我院继续与省人民医院、省肿瘤医院、通医附院和连云港市一院签订了技术支持协议,省内知名专家定期来东海坐诊、查房、会诊、手术,使我县众多患者不出县就享受到省级专家的诊疗服务。同时,在坚持行政大查房的前提下,医疗、护理、院感等业务科室加强了对临床科室的专项检查,检查结果计入科室综合考核成绩。加强质控管理,相关职能科室不定期检查。通过综合

管理,切实提高医疗技术水平。

二是加大对下级医院的支持力度。根据县卫生局的的要求,建立了县乡医院的技术支持和双向转诊关系,县级医院定期下乡巡回和坐诊。今年与安峰和山左口卫生院实行县乡医疗一体化管理模式,选派内、外、妇、儿专家参加正常门诊和查房等医疗工作,(除周日外,每天都有县医院专家坐诊),并派王光辉为山左口卫生院挂职副院长,全方位提高安峰、山左口卫生院的医疗技术和管理水平水平。

三是筹备和建设消毒供应等县域中心机构。根据县卫生局的的要求,依托县医院的技术优势,建立消毒供应中心、临床检验中心、影像诊断中心。3月份,我院的主要领导带领相关科室专家到安峰等部分乡镇卫生院进行调研,之后认真研究,制定方案和措施,这期间,还多次邀请乡镇卫生院的领导座谈,达



成共识。目前,影像和检验中心已完成了各项业务数据的统计和整理工作,逐步进入了试运行阶段。

四是加强人才队伍建设。引进高学历、实用性人才。去年以来,县医院共引进各类卫生人才近百人,其中研究生 10 余人。医院目前正在制定措施,设定条件,评选一批学科带头人,按照三级医院标准,为打造医院名医创造条件,切实提升业务水平和学术地位,推进医院的名医建设工作。

五是做好三级医院创建准备。结合全市卫生资源设置规划,我院作为江苏省首批公立医院改革试点医院,已着手按照卫生部三级医院考核标准,加强人才、学科建设,加强内涵管理建设,加强服务能力建设,加强基础设施建设,积极做好三级医院的创建工作。目前,医院正积极与徐州医学院联系沟通,争取在年内成为“徐州医学院附属医院创建单位”,医院还多次组织科主任、护士长到丹阳、东台、沭阳等医院进行参观学习,提高了他们对三级医院创建工作的认识,为三级医院创建打好基础。

六是积极稳妥做好医院整体新建项目。由于我院现在的基础设施条件较差,不能满足人们对医疗不断增长的需求,县政府决定医院整体新建。目前项目的前期筹备工作基本完成,项目设计工作已进入专家审议阶段,5月21日,又邀请了省级的医院设计和医院管理专家对设计方案进行审议,也提出了一些建设性的意见。

## 二、加强基础设施建设,改善患者就医环境

近年来,我们不断加大投入力度,积极改善医疗就医条件,提升医院服务能力。

一是加强基础设施建设。为了缓解医疗用房紧张问题,我们将办公系统迁至闲置的新食堂 3-5 楼,将原行政办公用房全部改造为业务用房,扩建门诊用房 1000 m<sup>2</sup>,并重新调整了门诊楼布局,优化了就医流程;将原传染科病房扩建改造成 2 个病

区;将城南分院门诊三楼改建为放疗病区;将老食堂大会议室改成儿科病房,使其在一个平面上,方便病房管理;原儿科一楼改为中医康复病房;按照三级医院标准设立了重症医学科(ICU),设置床位 12 张;新建 DSA 用房 200 余平方米;投资 40 多万扩建血透室 400 平方米,增加床位 15 张,基本满足了县内终末期肾病患者的透析需求。

二是加强设备投入。近几年来,先后投入 3000 多万元添置和更新医疗设备,现拥有直线加速器、核磁共振、16 排螺旋 CT 机、高清电子胃肠镜、神经外科手术显微镜、彩色多普勒超声诊断仪、全自动生化分析仪、数字检影系统等大型仪器设备几十台(件)。2012 年,根据医院发展需要,充分利用省补设备资金,又集中招标了眼科激光、心脏彩超、自动麻醉机、腹腔镜、DAS 等大型必备设备,总价值达 1900 万元。

三是加强医院信息化建设。近年来我院不断加大信息化建设力度,相继建立和完善了 HIS、LIS、RIS 和 PACS 系统等,重点加强了医院管理、电子病历、电子处方、临床路径管理系统、远程会诊系统、合理用药管理系统,以及“一卡通”等信息化建设。建立功能检查信息共享平台,实行网上转诊和预约挂号,各医生工作站都可以直接调取患者的功能检查的报告和信息。目前,在门诊已全面实施电子处方和就诊一卡通,在 B 超、注射室等候诊患者较多的科室实行了电子叫号,在门诊大厅和抽血处安装了检验报告自助打印服务系统,在门诊设立了远程会诊中心,目前已初步完成了与市一院和桃林中心卫生院等医院的远程会诊的连接。

## 三、破除以药养医机制,实施价格调整方案

去年,我们根据全省公立医院综合改革试点工作要求,积极配合物价、人社等部门开展数据测算、方案制定等工作,不断完善医疗技术服务价格



的原则。在积极摸底测算的基础上,经过与物价部门的沟通和配合,初步达成药品零差价销售后,医院药品利润差额的85%由调整增加的医疗技术性服务价格来弥补,其余的15%将通过财政补助和医院自行消化解决的共识。按照“统筹协调,配套实施”的原则,通过与医保和新农合谈判协商,探讨支付方式改革,切实解决由于药品零差价销售后医院的

调整和医保支付方式改革。

一是认真领会全省会议精神。医院财务、审计、信息、核算、医务等相关科室负责人为领导小组成员,领导小组专门召开会议,认真学习和传达了全省会议精神,在吃透会议精神的前提下,分解落实责任,动员各部门力量各司其责、迅速行动,积极做好数据测算、方案制定及价格调整的各项准备工作。

二是多方配合抓好价格调整工作。在县政府协调和指导下,县人社局、物价局和卫生局积极协作,分工配合,分别制定了相关工作方案和推进措施,为综合改革试点工作顺利进行奠定了基础。县物价部门为此,还专门制定了详细的计划,指导医院对价格改革的相关项目进行测算,提供真实的数字依据。

三是达成价格改革共识。根据省医改办统一部署,改革试点医院将于年内实行药品零差价销售,取消以药补医现象。为此,本着“总量控制,结构调整”

的原则,严格控制医疗费用均次增长的幅度,减轻患者的医药费用负担。

四是实行药品零差价销售,让百姓得到实惠。我院今年2月1日开始执行新的医疗价费调整方案,同时对药品实行零差率销售(中药饮片、制剂除外),给病人带来的实惠最大。根据统计,实行药品零差价销售后,门诊量明显增加,平均门急诊人次1462人次/日,最高的一天为2077人次,日平均人次比2012年同期增加45.13%;门诊均次费用为243.88元,同比下降20.14%;门诊处方均值下降,调价前160.21元,调价后为147.15元,下降8.15%;住院均次费用5663元,较价格调整前略有增长4.57%;药占比为45.97,同比下降4.59%。从以上数据可以看出,虽然医疗技术性服务价格上调,但由于药品实行零利率销售,给百姓带来的实惠还是实实在在的。到目

前为止,还未出现因价费调整引起的投诉。

#### 四、加强医院管理,切实增强医院工作活力

围绕运行机制和管理机制改革,不断强化措施,加强管理,确保医院高效运转。

一是改革人事、分配制度,提高医务人员积极性。全面推行聘用制度和岗位管理制度,定岗定编,变身份管理为岗位管理,按需设岗,按岗聘人,实现工作按岗位职责考核。健全以服务质量、数量和患者满意度为核心的内部分配制度,体现多劳多得、优劳优酬,分配上向一线和技术岗位倾斜,切实提高广大职工的工作积极性。

二是落实基药制度,促进合理用药。建立基本药物动态调整管理机制,将基本药物作为首选药物。坚持“合理用药”的原则,严格执行《抗菌药物临床应用管理办法》,对违反临床抗菌药物的使用规定的医生和相关人员进行诫勉谈话和处理,严格落实处罚措施,坚决遏制滥用抗生素的现象。

三是推动支付方式改革,努力加强医院控费管理。从强化主动控费意识着手,制定了相应的奖惩措施,严格执行补偿政策和科室核算方案,有力促进了医院管理水平的提升。同时,我院积极与县医保办、县新农合办沟通协调,把门诊一般诊疗费纳入了特殊项目报销范围,报销比例为60%。

四是推行全成本核算,降低医院经营风险。以控制费用、降低成本开支,增加收入、目标激励、过程控制及有效奖惩为重点,在医院推行全成本核算,真正达到了降低医院经营风险的目的。

#### 五、认真总结,扎实做好综合评估工作

依照省医改办发[2013]2号文件通知精神,我院积极做好公立医院改革试点工作的总结,客观评价成效,找出试点工作中存在的问题和不足,确保医院综合改革健康稳妥地进行。

在评估过程中,本着客观、公正、公开的原则,

对评估内容逐项对照认真评价,尽量用数据说话,提高评估报告的客观性。问卷调查,是评估工作的重要内容,我们抽调专门人员,分别对100个住院患者、100个门诊患者和50个医院工作人员进行调查,排除人为干扰因素,实事求是,为综合评估工作提供宝贵资料。

#### 六、存在问题及建议

##### (一)存在问题:

1.实行药品零差价销售后,尽管对一些医疗技术服务项目的价格进行调整,但医院收入的利润还是有所下降。按照价格调整方案,药品销售减少的收入中85%通过价格调整来弥补,但由于大型设备MR和CT取消15%上浮标准后,加上医院自我消化的10%,实际上,县医院实际收入每年减少了556万以上,医院运行压力较大。

2.由于以往用药习惯,药占比下降的幅度还不完全到位。医院已制定了合理用药的相关规定,并对各科室的药占比进行了反推测算,重新制定标准和奖惩措施。

3.由于在试点医院实行价格综合调整,我院的诊查费、治疗费、手术费和床位费等项目的收费标准甚至高于三级医院,是试点医院的收费标准在本地区“一枝独秀”,导致病人外转。另外,由于药品零差价销售,使单纯购药的病人增加,抬高了药占比。

##### (二)建议:

1.政府应加大对公立医院建设投入,大型设备购置、基础建设(特别是医院整体新建项目)等由政府承担。

2.强化药品流通管理,压缩利润空间,让老百姓得到更多实惠。

3.建议价格综合调整的政策尽快在全省推开,减少试点医院的“社会压力”。

(作者单位:东海县人民医院)

# 思路决定出路 细节决定成败

□ 许东琳



5月13日我院职能处室的16位同志在院党委书记、院长李小民的带领下到江苏省人民医院进行为期两周的跟班学习。医院安排我们上午跟班学习,下午听讲座,讲座内容包含了中层管理工作的实践与体会、医疗质量管理体系建设的实践与思考到学科建设与人才培养、医院教育管理工作的实践与体会、医疗技术临床应用与管理等。通过短短两周的看、听、问、学,感受到江苏省人民医院作为我省乃至全国标杆性医院的医院文化、学术氛围、管理理念,了解江苏省

人民医院实施的品牌战略及精益化管理方法,见闻及点滴体会。

### 一、细节决定成败——感受医院文化

来到江苏省人民医院,因门诊楼前没有广场,第一感觉非常拥挤,但当进入门诊楼后两侧文化墙呈现眼前,一边是“德”,一边是“术”,呈现的是医院获得的荣誉和各种医疗岗位上忙碌的身影,德术并举,病人至上。地面上的标识清晰可见,沿着不同颜色的标志线行走就能找到你要去的诊室、检查室、治疗室、抢救

室等,流程合理。电梯前、走廊里的公告栏里贴满了各种讲座包括各种继续医学教育项目、研究生答辩、管理讲座、青年沙龙、心理讲座、电影海报等。医院以科学发展为统领,实施品牌战略。“规范、优化、创新、效益、发展、和谐”十二字方针是对江苏省人民医院的很好诠释。

### 二、思路决定出路——了解医院管理

江苏省人民医院以科学发展为统领,全面推进精益化管理方法,通过两周的上午跟班学习,下午听讲座,感受很深,同时也有感悟,我在科技处、教育处等科室跟班学习,体会如下:

1.工作有激情,执行力强,认真履行职责。

我们所到科室都非常忙,每个人都有具体分工,加班加点,我在教育处近一周,教育处主要是分管全院的继续医学教育项目及各种培训、学分管理等。江苏省毕业后继续医学教育研究室也设在这里。教育处每个人除了日常工作外还要兼顾全省九



千多个住院医师第一阶段结业审核等工作。职能处室管理者年轻化、专业化、学历层次高、工作有激情。上级布置的任务,团队协作及时完成,每个人在岗位上认真履行职责,发挥着自己的潜能。

2. 实施信息化管理、制度完善、流程明确。

信息化管理在科研管理中的应用广泛,在院科研管理系统中项目信息查询、成果、论文、评审专家管理、专家评议情况查询、实验室管理、经费管理等一目了然。科研管理制度完善,严格按规章制度执行。院内网上办事指南中各种流程明确合理,极大地方便了临床一线人员,如横向科研课题申报程序、科研经费报销流程、论文版面费报销程序、使用科研经费购置设备及固定资产办事程序、科研经费上账流程等。各种管理制度、管理办法齐全、考核到位。

3. PDCA 渗透到工作的各个环节。

我们一行 16 人作为江苏省人民医院管理学校连云港市第一人民医院培训班的第一批学员参加培训,由院办、教育处组织实施,每天上午的跟班有专人安排,所到科室都受到尊重,有

问必答、有求必应、毫无保留,下午的讲座教育处朱海滨处长、汤杨老师全程参加,培训班结束后及时填写学习培训反馈表,教育处予以汇总、调整,在第二批培训班予以改进。

住院医师规范化培训:教育处根据培训大纲要求、个人经历及科室需求制定严格的培训计划并组织实施,各三级学科委派一位责任老师负责轮转医师培训考核,实行月报告制度,教育处每月有专人负责检查、考核并与发放奖金,设优秀住院医师评选制度,每年评选出优秀住院医师与个人职称晋升、出国、学习等挂钩,住院医师规范化培训工作作为科主任任职考核的主要内容之一,并定期总结及时改进。

4. 搭建有利于各级人才施展才华的平台。

为了给医院年青管理人员提供一个互相交流、学习的平台,更新管理理念,增强管理素质,提高管理水平以更好地为医院建设与发展服务,医院开办了青年管理沙龙,成员为院职能处室的青年管理人员,管理沙龙活动主要围绕年度中心工作、阶段性重点工作、医院管理改革等展开,要求管理沙龙成员围绕医院

管理、改革、发展中相关问题进行讨论、调研并撰写报告,不断提高自身的管理水平和业务能力,同时为医院决策提供依据。沙龙活动包括专题讲座与研讨、专题调研、专项技能培训、外出参观、小组讨论、兴趣交流、特长展示、读书报告会、户外拓展等,职能处室工作三年以上人员参加院总值班,不断锻炼自己管理协调能力。

三、正视差距 不断加强内涵建设

通过两周学习,感触很深,同样是三级甲等综合医院,我院与省人民医院存在差距还较大,在医院文化、制度的规范、优化,创新意识、执行力、工作流程、工作细节等方面需进一步改进,占伊杨副院长《中层管理工作的实践与体会》讲的中层干部的品格、应具备的意识、沟通之道、智慧之道等给了我们很大的启发,我们将省人民医院正能量带回医院并发扬光大,学习省人民医院不是“拿来主义”,主要是借鉴江苏省人民医院的管理思路与方法,学以致用,发挥自身潜能,做好做优工作,不断缩小与江苏省人民医院差距。

(作者单位:连云港市第一人民医院)

# 青藏，请深情地俯瞰我

□ 王成章



“我要把你比成一个无星的夜空，若不是你的眼睛。我要把你比成一场无梦的睡眠，若不是你的歌声。”（兰斯敦·休斯《阿黛拉》）

美国诗人休斯简短的四句诗，就把心中最爱慕的一个人的声音状貌写活了。我想，休斯的四句诗也恰恰涵盖了我在青藏高原上的美丽旅程，西宁、青海湖、塔尔寺、可可西里、错那湖、拉萨、布达拉宫、日喀则、雅鲁藏布江、扎什伦布寺、日月山、羊卓雍错湖……你们都是我心中的“阿黛拉”。

这是一次推迟一年的旅行，本来去年这个时候就要成行的后来因故未能启程，今年又有北京一家著名的杂志社发来了举行笔会的邀请，想来想去，最后还是决定到青藏去，去体验那种在地球之巅的感觉。

我们一行在南京的宾馆会合以后，当晚8时在南京禄口机场乘坐东航的空客班机起飞，开始了我们的浪漫旅程。

在浩淼的星空之上，我看到空客这只大鸟冲破了黑暗的云层，高高地飞翔在云天之上。天空非常明朗。时有流星滑过，月亮明媚在远方看着我们。

读飞机上提供的宣传品，其中有一篇介绍奥巴马的文章，说奥巴马小时候他的白人母亲经常在黑夜里带她仰

望星空，聆听天籁，所以年少的奥巴马从小便学会了从浩淼的星空中寻找灵感，领受智慧。他从先辈那里汲取勇气和智慧，来义无反顾地开拓自己的前程和事业。

在他的著名演说中，他有一句名言：“在今天这个夜晚，我知道所有的祖先们都在空中骄傲地俯瞰着我。”

是啊，阿历克斯·哈利在他的小说《根》中有一句话：你的每一位祖先都会在空中保佑着你。

迪斯尼电影《狮子王》中的小狮子记着了它父亲的一句话：辛巴，爸爸告诉你一些话，这些话也是你爷爷以前对我说过的，你看，天上那些星星，过去那些伟大的国王



住在那些星星上低头看着我们。往后,每当你感到孤单的时候,你得记住,那些先辈们会永远在你头顶上指引着你,爸爸也会指引你的。

岂止是奥巴马,人类可以骄傲的地方多着呢!奥巴马的演说只强调了个体经验,却忽略了人类的群体智慧。比如我们就要踏上的天路——青藏铁路,这可是中华民族几千年来从未有过的啊!

星光下的旷野、星空下的青藏高原该是什么样子呢?

就这样胡思乱想着,西宁到了!我们已经在海拔 3000 多米的高原上了。有同事笑着说,我们现在几乎已经比泰山高了两个高了。

夜是美好的,月亮挂在西宁远方山脉的天际,风吹去了尘寰的芜杂,留下一片幽远玄奥的苍穹,纤尘不染,纯静得如同一块蓝宝石。爱夜的人多喜欢这寂寞的时刻,让心灵的溪水漫过记忆的河流。夜是梦之国,是心灵独语的天堂,在无人相顾的时候,散发出花儿的淡淡幽香。月亮已升至中天,柔和的光使大地上的一切好像浸过了牛乳一般。原来思绪纷飞的时候,时光却未曾忘记翻开自己新的一页。

按照旅行社的行程,我们要在青海逗留游览一天,然后再乘车进藏。这其实是一种很好的安排,可以缓冲我们对高原的反应。

20 日,游日月山、青海湖。

日月山因文成公主进藏的美丽传说闻名于世,它坐落在青海省湟源县西部,属祁连山脉,古时为中原通向西南地区和西域等地的要冲。北魏明帝神龟元年(公元 420 年),僧人宋云自洛阳西行求经,便是取道日月山前往天竺的。后来,文成公主经日月山赴吐蕃和亲形

成的唐蕃古道,则一直是宋元各代甘青地区通往川藏一带的必经之路。

日月山唐代称赤岭,得名于土石皆赤,或赤地不毛。相传当年文成公主远嫁吐蕃,曾驻驿于此,她在峰顶翘首西望,远离家乡的愁思油然而生,不禁取出临行时帝后所赐日月宝镜观看,镜中顿时生出长安的迷人景色。公主悲喜交加,又想到联姻通好的重任,将日月宝镜甩下赤岭。宝镜变成了碧波荡漾的青海湖,而公主的泪水则汇成了滔滔的倒淌河。后人为纪念文成公主,就把赤岭改名日月山。山脚下建有文成公主庙。

日月山使我们最初感受到佛教文化的独特魅力,日月山并不高,但山风烈烈,吹动着经幡飒飒作响,那景象也颇为壮观。

几乎是一路穿行在金黄的油菜花地里,我们来到了青海湖。

青海湖在蒙语中有“青色的海”之意。它位于青海湖盆地内,既是中国最大的内陆湖泊,也是国内最大的咸水湖。它长 105 公里,宽 63 公里,最深处达 38 米,湖泊的集水面积约 29661 平方公里,湖面海拔 3196 米。

湖四周被四座高山环抱:北依大通山,东靠日月山,南傍青海南山,西临橡皮山。这四座大山海拔都在 3600 米至 5000 米之间,它们将青海湖紧紧环抱其中。从山下到湖畔,则是苍茫无际的千里草原,青海湖,就像是一盏巨大的翡翠玉盘平嵌在高山、





草原之间,构成了一幅山、湖、草原相映成趣的壮美风光和绮丽景色。

青海湖,你的冰冷使得鱼儿生长缓慢。据导游讲,青海湖只盛产一种湟鱼。四五月间,鱼群游向附近河流产卵。上个世纪七八十年代,每到冰季青海湖冰封后,人们在冰面钻孔捕鱼,水下的鱼儿,在阳光或灯光的诱惑下便自动跳出冰孔。平时人们用石头偶尔也会砸中湟鱼。但过度捕捞之后,湟鱼几近绝迹,后来省政府禁止捕鱼,并鼓励放养鱼苗。近年湖中湟鱼明显多了,但都是小鱼。导游说你们猜猜,湟鱼多长时间长一两肉,同行的人没有一个猜中的,“十年,十年长一两”。

湖水冰冷,气候多变,有个同事冷得穿起了羽绒服,我们乘坐游艇游览了青海湖。海心山和鸟岛都是游览胜地,春夏季节栖息着 10 万多只候鸟,因为时间关系我们没有前往。

20 日夜,我们坐上了去拉萨的火车,从西宁到拉萨要 25 个小时。在高原上行驶了一夜,我们首先看到的是一片冻土高原,几乎没有植被,有时我要质问土地,为何给了当地如此恶劣的气候环境? 21 日晨到达格尔木,接着火车进入了可可西里。



“藏羚羊,藏羚羊”,有人惊呼,果然,五只藏羚羊映入我们的眼帘。列车员说,进藏的游客看见藏羚羊的比率只有百分之五十,而我们十多次看到了它们! 它们有的静静吃草,有的三五只一起奔驰。还有成群的绵羊、野驴。

虽然很累。但天空湛蓝,心情大好! 这才叫高原呢,巨大的洁白的云镶嵌在山坡上。

一只苍鹰,振翅高飞。

“好美丽的湖啊”,不知谁喊了一声。秀丽的错那湖便迤迤而来。她位于安多县,传说曾是西王母的沐浴之地。是怒江的源头湖,海拔 4800 米,是世界海拔最高的淡水湖,唐古拉山脉南部河溪均汇入错那湖流入怒江。绿水清漪,卓格神峰秀美,山水相映,是青藏铁路沿线最著名的景点之一,地处羌塘国家级自然保护区腹地地带。

在 5000 米的高原区,我们还没有什么高原反应,因为整厢列车都有氧气。

在拉萨刚下火车也没有什么感觉,但到半夜里就有一点缺氧的感觉了,呼吸显得急促。

22 日,阳光如瀑,窗子、窗口和屋檐,全部洒满阳光,是非常适合摄影的天气。在参观布达拉宫之前,我们先拜谒了大昭寺。大昭寺外到处都是从藏区磕长头前来膜拜的信徒。那天得以亲近释迦牟尼 12 岁时等身像,这也是世界上唯一的由佛祖释迦牟尼亲自开光的圣像。

离开大昭寺,我们来到布达拉宫。入宫的安保措施一如登机,非常严格。

布达拉宫坐落在拉萨市区西北的玛布日山(红山)上,是一座规模宏大的宫堡式建筑群。7 世纪吐蕃松赞干布与唐文成公主联姻,乃建此宫而居。以后两次毁于灾害兵火。1645 年五世达赖喇嘛进行扩建,历时半个世纪始具规模。它依山垒砌,群楼重叠,殿宇嵯峨,气势雄伟,有横空出世,气贯苍穹之势,坚实墩厚的花岗石墙体,松茸平展的白玛草墙领,金碧辉煌的金顶,具有强烈装饰效果的巨大鎏金宝瓶、幢和经幡,交相映辉,红、白、黄三种色彩的鲜明对比,分部合筑、层层套接的建筑型体,都体现了藏族古建筑迷人的特色。是当今世界上海拔最高、规模最大的宫殿式建筑群。

晚上有一个队友高原反应进了医院,医生检查一番以后,开出了抗高原反应的药“高原康”。

23 日晨,有两个队员提前回到西宁,他俩受不了高原反应。

我们继续前去日喀则,有同事提议顺道参观羊卓雍措湖,她是西藏三大圣湖之一。

车行山道,陡峭崎岖,时临深渊,以我观之比起电视上的汶川山道地貌险峻多了。心中惴惴。虽然限速仍有超速车,实在危险。5000 米以上,此时我终于有了高原反应,吃了两片“高原康”才好起来。羊卓雍措位于雅鲁藏布江南



岸、山南地区浪卡子县境内，湖面海拔 4441 米，有 700 多平方公里的水面，它是高原堰塞湖，大约亿年前因冰川泥石流堵塞河道而形成，水域面积 630 多平方公里，大约是杭州西湖的 70 倍。此湖的一绝是它的水源来自周围的雪山，但却没有出水口，雪水的融化与湖水的蒸发达到一种动态的平衡。

汽车沿整个湖要走几个小时，但人们很难看到它的全貌。因为它不是一个规整的湖泊，倒像是一条自在的河流。

上午阴雨，圣湖风采大打折扣。沿着雅鲁藏布江，我们一行前往尼色日山下的扎什伦布寺。

太阳突然出现在云层。风吹着云，吹着光。

哦旷野，哦山峰，哦湖泊。

雅鲁藏布江边到处都是群山，我知道，金子、煤炭、铁矿石都在这里沉睡。

祖国是一片平原、一座座高原、一片片湖泊和一簇簇涌向天空的山。

在城市，我像一只蜗居很久的蜗牛，乍一看这么辽阔的原野，明亮的河流，晒得黝黑的藏民，觉得到了另一世界。

下午参观了扎什伦布寺，又是一个惊讶，觉得西藏之行已非常圆满了。对于佛教文化，过去只来源于书本，而她的博大精深、气势恢宏，若非亲见，只能一叶障目耳！

还在寺外，就可以看得见远处山脚下寺院的金顶在阳光下熠熠生辉。我们心情急迫，快步走进这个日喀则地区最著名的寺院。

扎什伦布的藏语意为“吉祥须弥山”，兴建于公元 1447 年，公元 1600 年加以扩建，全寺建筑面积约 30 万平方米，是藏传佛教格鲁派寺院，也是历代班禅住地所在。这里主要是看几处著名的大殿——措钦大殿、大弥勒殿和历代班禅的灵塔殿。

步入寺院大门，呈现在眼前的最大的建筑物就是措钦大殿。过去班禅大师经常在这里向全寺僧人讲经布道，也是喇嘛们进行宗教答辩的场地。这里供奉的佛像除了释迦牟尼和他的大弟子以外，两旁的柱子上还刻有建寺人四世班禅的立像，周围还有宗喀巴师徒和 80 多位高僧造像。

大弥勒殿位于寺院西侧，供奉 1914 年九世班禅主铸造的鎏金青铜弥勒坐像，殿高 30 米，佛像高 11 米，总高 26.2 米，是目前世界上最大的铜佛坐像。两旁为观音和文殊菩萨像，是扎什伦布寺最古老的塑像。

历代班禅大师的灵塔大小不一，塔身都装饰有黄金

珍珠和宝石；灵塔前点燃着盏盏酥油灯（多为纯金打造），终年不熄；我们主要观看了四世班禅罗桑确吉坚赞、九世班禅确吉你玛大师和十世班禅——我们大家都知道并且尊重的班禅额尔德尼确吉坚赞大师的灵塔，其中四世班禅的灵塔最为豪华。

寺内藏有珍贵文物多种，都是研究西持藏各个历史时期政教和社会发展的无价之宝；每个寺院的墙壁、廊檐上都绘满了色彩艳丽的佛教壁画，讲解佛经故事或者人物、历史。

看着你们，我若有所思。巴斯卡尔说过：人是思想的芦苇。在西藏，我们可以真切地感受到藏民的忠实虔诚之心。能够感觉得到心灵中的信仰、精神里的寄托的巨大力量。看来，西藏人民面对艰苦的自然所表现出来的坚韧的性格、坦然的心态，与这样强烈而深刻的心理密切相关。

参观完扎什伦布寺，我们由日喀则回拉萨，途中参观了西藏民俗村。导游说，民俗村居民都是原来的“农奴”，他们由衷地感谢政府把他们救出苦海，如今的新房是政府贷款帮他们盖起的。

在西藏，我们还看到独特的丧葬风俗，比如雅鲁藏布江边的水葬台，日喀则的天葬台。

旅游在享受美景的同时，也要分享艰苦。

我要回家去了，别了高原。

哦别了布达拉、哦大昭寺、哦塔尔寺、哦八角街。

人，在高原之上，在雪山之下，像藏在琥珀里的小青蝇，像远山化石里的三叶草。

回故乡之路还是从高原开始，我看到空旷的远山下面只有两匹马，在草地上追逐、亲吻、嬉戏，四野一片苍茫，只有两匹马。于是随手写下一首诗《两匹马》：

他吻着她

高原上

他们吻得很深

他的吻深入到她的吻

她有些疼痛

他们吻了一遍又一遍

风像雪一样飘落他们全身

一遍又一遍

天那么大，他们那么小

在青藏高原，我知道

他们吻在了我的寂寞上。

（作者系中国作家协会会员、中国报告文学学会理事、市作家协会副主席、市历史文化研究会副会长）



# 那海 那山 那人

□ 汤 丽

一部风靡全国的电影《人在囧途之泰囧》把泰国游的热度提到了最高,跟剧中人物一样,到泰国体验骑大象、参加泼水节、体验泰式 SPA 成了不少人的心愿。而就在《泰囧》播出之前,我也跨出了国门,远赴热带风情浓郁的泰国普吉岛度假,亲身感受了泰国不一样的夏天。

我的泰国普吉岛之行正处于炎热的夏天,从舒适度来说,并不是一个非常适宜海岛旅游的季节。但是出于种种考虑,最终还是选择了从上海直飞 4 个多小时,到达普吉岛。因为是夜航,所以并没有体会到俯瞰普吉岛全貌的感受。来接机的是一位华裔导游,按泰国习惯我称他为 P 张。接机时他告诉我们,这个团只有我们一家三口,这让我既纳闷又担忧,心想:“我们不会上当受骗了吧!”于是我迫不及待地问:“怎么只有我们三个人?出发时国内旅行社并没有说明这个情况。”P 张不急不慢地说:“你们这个团人数超了,而且他们是一起报名的,所以你们一家单出来了,但是你们放心,我们会按正常团一样安排好行程。”听了这话,我既高兴又忧虑,高兴的是不用跟着大队人马折腾,担忧的是导游没油水还能对我们好吗?唉,已经到了异国他乡,也只能任

人宰割,对这次行程也就不要抱太大希望。

出机场大门发现路上有不少积水,P 张告诉我普吉岛的夏天雨水多,这儿刚下过雨。很快我们坐上了车,透过车窗看到星星点点的亮光,街道非常安静。入境随俗,来到泰国有必要知道一些当地的风俗习惯,车在行驶中 P 张开始介绍泰国,他说:“泰国人看来很腼腆,实际上很容易和陌生人融洽相处,而且总是脸带笑容,所以泰国有“微笑国”之美称。在泰国见面或告别时有握手礼,以合掌躬首互相致礼,而且“合掌”时要互相致问“沙瓦迪卡”(泰语“您好”之意),女性说完这句话嘴巴张开脸带微笑,男性说完这句话嘴巴合拢……”

听着 P 张的介绍,我们不知不觉就到了约定的酒店,而且很快就办好了入住手续。酒店很大且面朝大海,在服务生的引导下走了有一阵才到了住的房间。这时的我已疲惫至极,打开房间门,迫不及待地把行李一扔,立马躺在床上。突然我的孩子大声喊道:“妈妈、妈妈,有三张床,我可以自己睡了。”这时打开灯我才注意到,房间内摆放着三张床,其中靠窗户边加了一张小床,一看就是专门准备给孩子的,这确实让我意外。一般在国内出门旅游,一家

三口住宿,不可能单独给孩子加床。愣了一下,我和孩子的父亲异口同声地说:“泰国还真不错,可以睡个好觉了。”

第二天,吃过早饭,导游P张已在大厅等我们,只见他手上拿了两条浴巾。我好奇地问:“这个是用来做什么?”他笑着说:“因为今天行程中,有水上项目,浴巾给你们准备的。”太不可思议了,这不是保姆式的服务吗?我想今天应该是个快乐之旅。

普吉岛位于泰国南部马来半岛西海岸外的安达曼海,首府普吉镇地处岛的东南部,是一个大港口和商业中心。普吉岛是泰国最大的海岛,也是泰国最小的一个府。以其迷人的风光和丰富的旅游资源被称为“安达曼海上的一颗明珠”。普吉岛自然资源十分丰富,有“珍宝岛”、“金银岛”的美称。

攀牙湾被誉为普吉岛风景最美丽的地方,海景如画,风光秀丽,以天然奇景闻名于世。这里遍布着诸多大小岛屿,石灰岩的奇峰怪石星罗棋布,景色变幻万千,这里的景色类似广西桂林山水,故有“小桂林”之称。攀牙湾最著名的是007岛,远看就像一颗大白菜。

皮皮岛,此岛被泰国观光局列为喀比府风景最秀丽之国家公园,亦为欧美旅客最向往之渡假胜地。皮皮岛拥有美丽的沙滩、蔚蓝的海水,在海边静静地坐着什么都不想,只是在这里发呆就是一种最好的享受。

帝王岛是个浮潜的好地方,水温合适,浪比较小,沙滩线比较长,各个岛上各地方浮潜可看的鱼不一样。你只需要走在沙滩边上浅浅的海水里,就能摸到许多可爱的热带小丑鱼。

夏天的普吉岛满眼都是绿色,在绿色的掩映下是一

处处并不起眼的矮房子。P张告诉我们,普吉岛老百姓的经济条件都很好,但在他们思想里房子够住,衣服够穿就行,不会给自己很大的压力,去追求那些物质生活。在他们眼里日出而作,日落而息,简单就是幸福。

在普吉岛的几天时间里,我很少在路上听到汽车喇叭声,P张说:“泰国人开车时极少按喇叭。不论是塞车、有车辆并线超车、还是其它开车不通顺的情况,泰国人一般都会极有耐心地等候、避让,礼让。除非是遇到紧急情况,人们最多是闪闪大灯以提示。遇到行人过马路,即便是遇到违反交通规则、过马路不走斑马线的行人,汽车也会主动停下来,静等行人过去。”

出门旅游肯定少不了美食,泰国菜以其味道鲜美和原料新鲜而闻名于世,普吉岛更以口味奇特的海鲜产品而独具当地特色。可我特别想提到的是夏天到普吉岛旅游,无论是在景点还是在快艇上,他们都会贴心地为你准备好免费的冰镇水、饮料、水果,让你随时都能感受到一丝丝清凉。

棕榈随风摇曳,洁白柔软的细沙,温暖清澈的海水,到处都是诗情画意;看潮起潮落,在帝王岛靠在躺椅上,感受世外桃源的清静和悠闲;坐着游艇环游皮皮岛,浮潜与鱼儿嬉戏,深潜探秘海底世界。闲暇时刻,享受精致的香薰按摩SPA,也可以静静坐在沙滩椅上闻闻海的味道,这便是夏天的普吉岛。

7月的泰国普吉岛像其他地方一样烈日当空,但泰国人的热情、礼貌、贴心周到的服务,特别是他们那种简单就是快乐、生性乐观的价值观给我很深的触动。虽然是炎炎夏日,但是置身此地,却能让我这颗燥热的心也清静下来,感受泰国不一样的夏天,享受海岛的浪漫。

(作者单位:连云港广播电视台总台)





# 渔湾 三潭汲浪

□ 殷胜理

渔湾，是飞来的雁荡，是在海一方奇迹般的九寨沟……

云，遥远地飘在天际，银河却伸手可及般亮在眼前。花衫亮伞编织的图案，是都市的万家灯火，还是渔村动人的赶海图？

波欢人笑，林狂山语，怡然雅趣，浓缩在这一湾令人忘情的自然山水里。

“水飘百丈山岩秀，浪迭千层潭影悠”，竟无法道尽渔湾之美。这儿的水光山色，这儿的云洁风轻，纯朴似童稚，靓丽若玉女，如露珠儿盈在荷叶抖动的画面，象蜜蜂儿钻进花蕊静止了的娴谧。走进渔湾，即算是在滚滚红尘中拼打得疲惫不堪、甚而几欲滴漏之心，也会情随景移，轻得象枚鸿羽飘浮于瑞云紫气，净得如耸崖危壁间渗出的泉泉甘霖。进，可入仙；出，有灵气。一经从渔湾净地步出的身心，又会有初生牛犊样无畏，丹炉炼过般韧性，飞泉泻落种激情。

渔湾的特色在水，水之灵气源于潭，潭之叫绝在一潭一景，景之妙处看“三潭汲浪”。早在明代，其时尚在海中的渔湾便被那位颇有名气的顾乾，将渔湾的“三潭汲浪”列为云台三十六景之一。这以大岛山为屏的天然渔港，虽以潭奇水胜首屈一指于百里云台，然而，终是久锁深闺。直到二十世纪末，苦苦探索致富路的渔湾人，终于发现那三潭净水便是取之不尽的宝藏，以叫一声“芝麻，开门！”的魔方，将深藏千秋的灵童秀女，土色土香地亮相在人们的惊

讶中……

渔湾三潭，跌宕在幽谷蜿蜒的数里深涧，由下及上，最先让人惊心动魄的是三龙潭。三龙潭是忽转一条幽径突现眼前的奇迹，危岩磊立间，一条白练横岩斜倾，扑入清澈见底的一汪潭内……而潭中奋起的水柱，像久候待发的激情，半环于泻入之练，泻汲相承，强弦弱韵，谱成千秋不息的永恒。若逢暴雨之际，声宏彻谷，炸雷裂鼓之音，可闻于数里之外。潭口上方横崖上，原有一块巨石耸立，浪从石下过，喷出万堆雪。1981年，一场暴雨，电闪雷鸣中，一声巨响，巨石被雷电击成数块，落于潭中，而成如今潭中群峰起，浪击岩如削的奇观，给龙潭又添一种神秘。

三龙潭有不少关于龙的传说。华夏大地，可谓处处都是藏龙卧虎，龙的神话多得数不胜数，但析起精要，又无非是人们耳熟能详的那些。若有兴趣猎其特色，不妨于夏日午后来这三龙潭畔，从一潭戏水童稚口中听“渔湾童谣”，入龙的故事……

那是一幅别开生面的返璞归真图：潭口边，沙石上，或是三五结伴或陆续赶来的童子，大一点的白背心、蓝裤衩，小一些的光屁股、红肚兜，三下五除二，扯下衣裤，青蛙入水般钻入潭中，闹得一团团水花飞溅，碧波潭影，游鱼一片，稍待钻出水面，藕段儿嫩臂拨动清波，玉坠小手抹一下脸面，直叫满塘荷叶生，绽出朵朵莲花；银珠落玉盘，晃动点点晶亮。最逗人的还是那一阵大呼小叫之后，童谣成串，



故事频生，令人捧腹。成人在侧，会情不自禁入内同欢。在儿童眼内，板起面孔立于岩上的是成人，一旦赤条条入水，浪花冲开笑颜，成人也如童子无异。那么，火候一到，你无论想听龙潭的传说还是龙的故事，都会神奇得别有一番韵味。

比起三龙潭来，居其上方的二龙潭要比顽皮的“龙王三太子”稳重的多。

当然，接近“二太子”也并非易事。一路怪石陡峭，苔痕斑斑，若非人设铁栏，还真令人望而生畏。沿人工凿成的不规则石阶扶索而上，如涉华山天险。背贴危岩，足漫激流中，也有一种乐趣，一股清凉自足心直透心窝，任头顶骄阳胜火，似也不觉天之炎热。

二龙潭一如高峡出平湖，若与三龙潭相比，可用“动若风竹静若兰”来诗化，也可比作《还珠格格》中的紫薇和小燕子。假如三龙潭是风竹般的小燕子，那么，二龙潭便是幽兰般紫薇了。二龙潭的平静幽雅有种宋词中“轻风拂柳冰初绽，细雨销尘云未散”和“芳年正是香英嫩，天与娇波长入鬓”样情韵。清风入波有痕，水影吸日无形。如湖如泊般一潭轻波，居于龙潭涧适中位置，揽日月精华，汲山野灵气，求仙悟道者，可尽除俗气；修身养性者，定乐不思归。二龙潭上方，有一巨岩横空出世般立于涧中，略长方形，顶部溜平，称为龙床。若于龙潭浴过，于龙床一眠，据说可梦游龙宫，或许会与哪位龙女有缘，成就一番离奇佳话，注入“渔湾童谣”中，又能留传后世。

老龙潭气势夺人，叹为观止。山道逶迤，林幽鸟语，深涧两侧，山崖壁立，越近潭前，涧面越窄，抬头仰视，惟见天开一线，碧云邃远，正如云台乡土诗人张百川诗句“撑开半壁斜阳影，露出中央一线天”。震耳欲聋声中，飞天巨龙早已抢入眼帘……飞瀑奇观，似如盖苍穹被捅了个窟窿，银河之水、瑶池之液直倾而下，浪柱捣击深潭，其势如雷，恍觉地动山摇，直叫云散风惊。近人对语，非高声莫闻其言；挥手达意，除飞瀑难言其它。以指塞耳，雷音恍觉隔世，惧意尚在心间，故弱女孩童无敢近前。那潭琼浆玉液高深莫测，看似银练碧水泻入，便是墨黑一片，一如仙童打翻天地巨砚，乌贼精破腹莲花池间。其实，潭中水最是天然净水，只因这老龙潭三面绝壁，树影婆娑，常年不见阳光，潭深水自绿，光暗绿呈墨了。

若耐得住攀援之苦，立于别岭远眺，自有百里云台彩云间，“遥看瀑布挂前川”的诗情画意。那条如练飞瀑，自觉温

柔了许多，如云台玉女飘逸的秀发，山岚起处，忽而悠起仙缕缕，忽而梳成飘柔玉带。看久了，便是一幅绝世丹青，静止于天地之间，永恒在凡尘仙界……

如今，登上老龙潭的两侧绝壁也并非难事，渔湾人于潭之侧凿石造梯，称作“上天梯”。身强胆壮者自可乘险而上，一睹龙潭源处风采……

渔湾因龙潭而名，数百年前云台山尚是海上仙山，渔湾虽为泊舟之处，却因其风景旖旎，龙潭涧附近早已建有别墅。据《苍梧片影》记载，渔湾山庄遗迹旧为方氏别墅，其间建有“月到山房”、“学稼轩”、“十梅书屋”等诸胜。可见渔湾之灵秀实为渡假疗养休闲之胜地。

(作者单位：连云港市东方医院)





## 躁

□ 高玉平

前几天看温网比赛,李娜和拉德万斯卡的四分之一比赛打得很精彩,虽然娜姐以1比2输掉比赛,但我认为娜姐是正常发挥,比赛过程也可圈可点。可是第二天的报纸就有批评娜姐的文章——《娜姐,想说爱你不容易》。究其原因,批评娜姐面对媒体口无遮拦,太“任性”了。我感到莫名其妙,娜姐输掉比赛,就“任性”了?如果娜姐赢了比赛可能就“率性”了?从这篇文章,我感觉到媒体的心是浮躁的。倒霉的中国足球只要输球,就换帅。急急忙忙地请人家来,又亟不可待地赶人家走,真是赔了夫人又折兵,换帅换帅越换越败。中国足球惨败泰国以后,从球员到足协,从媒体到高层,有哪个人静下心来找找自己的原因,心平气和地面对失败?简单地把所有的原因一股脑儿地推到主帅身上,仿佛只要一换帅,一切就可以从头再来,归根结底,欺骗的只能是自己。究其原因,就是中国足球没有从实际出发,太想赢球,人心狂躁。

记得上小学时,老师经常教我们背毛主席语录——“……谦虚谨慎,戒骄戒躁……”当时只是一味地跟着背诵,不知道什么意思。现在回头想想,毛主席老人家真英明,几十年前就知道现在人这样急躁、浮躁和狂躁。那么这个“躁”如何能戒掉呢?

我上下求索了很长时间,仿佛找到了答案。我给大家讲个故事:苏东坡号东坡居士,师从佛印禅师学习佛法,他在江北瓜州做官时,经常到江对岸的金山寺,跟佛印禅师参禅论道,吟诗作赋,亦师亦友。某日,苏东坡静坐之后,若有所思,即兴赋诗一首:“稽首天中天,毫光照大千;八风吹不动,端坐紫金莲”。诗意是赞美佛陀,放无量光明,照三千大千世界,让宇宙的一切生命都能不为世间“利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐”八性所苦,从容自在,

处之泰然。同时苏东坡也在诗中暗喻自己与佛陀一样,已经达到了心能转物不为物转的超然境界。他自觉修行有得,对此诗作甚是满意,认为此诗不是凡品,于是马上想起了佛印禅师,遂命书僮持诗即刻过江,送给禅师看一看,让他也能感受一下此诗的境界。

佛印禅师接过诗稿看过之后,莞尔一笑,一句话都没说,只是提笔在后面批了一个字,就叫书僮带了回去。

一心等待佳讯的苏东坡见书僮回来,迫不及待地打开诗作,哪知上面赫然写着一个硕大的“屁”字。他不禁勃然大怒,心想:大和尚,你不赞赏我的诗作和修行的崇高境界也就罢了,怎么恶语中伤“屁”字当头!简直无礼至极。于是他怒气冲冲地乘船过江找佛印禅师算账,怎知禅师早已吩咐知客僧说“今日不见客”。苏东坡听了更如火上浇油,他忍受不了这慢怠,不管三七二十一,直奔方丈室而去,来到方丈室门前,却看见门扉上贴着一张字条,上面写着:“八风吹不动,一屁过江来”。

苏东坡一下子呆住了,过了半天才恍然大悟,并且惭愧不已,自认为修行已经到了一个很高的境界,其实还没有真正戒掉一个“躁”。一个“屁”字就让自己的心躁动不安,半点静气都没有,禅师教训的有理啊!

现代社会经济快速发展,时间就是金钱。人们见面的问候语都变成了“你忙吗?”“忙啊!”,上班忙工作,下班忙加班、忙应酬。苏东坡除了公务每天还专门抽出时间静坐禅修,要不他怎么能写出名动天下的文章诗词呢?作为寻常百姓,如果我们大家都能练就一身静气,那么我们的工作就会更加愉快,我们的生活就会更加和谐美满。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



# 春游竹泉村

□ 秦小夜

竹泉古村，因竹而有韵味，因水而有灵气。

正是一年踏青春游的好时节，我有幸来到素有北方桃花源之称的竹泉村游玩。在那之前，我对这座村庄了解的并不多，只是听说是它极像东晋文人陶渊明笔下所描绘的

世外桃源一般，芳草鲜美，落英缤纷，阡陌交通，鸡犬相闻。如此传言，不禁让我对此次游玩充满期待。

四月下旬的天气冷得出奇，听说前一晚临沂那边下雨下雪，导致我们到达竹泉村没能好好玩玩，比如滑草、骑马，有些小遗憾。然而，雨后竹泉村的竹子却有别样的风情。春雨过后，一片湿漉漉，娇滴滴的竹子失去了一贯的锋芒，它灵翠、透亮。万绿丛中，这份难得的幽静不正抚慰了我们在尘世浮华里已经千疮百孔的灵魂么。

竹泉村天气热点去应该不错，玩玩水看看乡村古老民艺，古老的陈舍用具，感受当地的草编、手工布艺、手摇水车。那些过去年代习以为常的农村生活工具，现在到成了旅游观光的消遣。小孩子们推着磨摇着水车，触摸到这些他们仅在电视剧或者历史课本上看到的东西，满脸的新鲜好奇，开心地来回奔跑雀跃，我好想问，现在你们觉得是这些好玩还是 ipad 好玩呢。

整个村落的屋舍保留着原始的面貌，黄土石块堆砌，还有小毛舍，顶子是毛草，汲水槽槽比比皆是，跟随导游，我们来到竹林深处，这里有个圆形喷泉池，造型



设计上则是效仿圆明园海晏堂外喷泉的一部分十二生肖兽首铜像的原型，古朴典雅，导游介绍，这喷泉的水可以即取即饮。对于傍泉而生的人来说，泉就是他们的命根子，泉水流到哪天，他们的生命就延续到哪天，泉水流到哪里，村庄就蔓延到哪里。

在竹泉村，水渠纵横，修竹成行，翠绿的竹林和清澈的泉水相依相伴，萦绕每一座屋舍四周，与不远处的青山相映成趣，显得秀丽宜人。

整个村落原村民据说是集体搬迁的，留下他们原有的屋舍改造成一个旅游观光村。开发者们保留了竹泉村曾经的宁静与安逸，保留了对竹泉村及对乡村式生活一如既往的感情，巧妙利用人文历史资源优势创造价值，这是先人们遗留下的宝贵财富，我很佩服山东近几年打造推广的好客山东旅游系列，根据本土具体情况发展 GDP，在这片远离尘世的桃花源，依然散发着梦想和希望。

“世外桃源”是人们一直追求的生活理想。千百年来，理想主义者无不苦苦追寻、刻意营造自己想象中的“世外桃源”。然而现实的残酷一次次击碎它，城市的喧嚣将我们的灵魂吞蚀掉，我们要去哪里寻找我们遗弃的灵魂，世外桃源竹泉村么？

俯瞰村落，会见到若隐若现的竹林茅舍，静下心来，也会听到潺潺流水声和鸡鸣犬吠。我们那失落已久的灵魂就在这里，在这份恬淡的心境中。

（作者单位：连云港市第一人民医院）

# 车次芜湖

□ 王新一

城市里的片片灯火映入车窗，隆隆车声里，似乎伴有东流江水的深沉吟咏。列车穿过厚重的夜色驶进芜湖这座两千余载的名城，感觉像是冲进了千百年的史话，明代才子杨慎的“滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄”不禁跃然跳出。

在充满了征战杀伐的历史上，长江流域向来是决定天下大势的主战场，芜湖，则是隔绝南北的长江边上著名的临江重镇，多少风云人物在这里你方唱罢我登场，最终，如同不舍昼夜的东流江水，湮灭在历史长河中。

三国时期的芜湖属于丹阳郡，丹阳兵的悍勇闻名天下。徐州刺史陶谦就是丹阳人，为了抵抗曹操的进攻，陶谦请来当时身为青州刺史田楷属下的刘备帮忙，为了把名声很大的刘备挖过来，陶谦赠送给刘备四千名丹阳兵。面对如此巨大的诱惑，刘备毫不犹豫地选择离开青州，转投到了陶谦属下。倚仗着长江天险，孙权击退了曹操大军的进攻，“乌鹊南飞无魏地，大江东去有周郎”。后来三国鼎立，吴国逐渐把芜湖建设成为重要的军事要塞，“丹阳刀盾”（青巾兵）也成了相对孱弱的吴国陆军中的主要力量，与魏国的“虎豹骑”、蜀国的“无当飞军”一起，成为三国

中最著名的精锐部队之一。

芜湖作为古战场，最重要的时期非东晋时代莫属。作为割据江南与五胡乱华对峙的“中原”政权，东晋门阀林立，各自拥兵自重，与朝廷分庭抗礼。长江上下游之间，多次刀兵相见，处长江要冲的芜湖，便是首当其冲的前沿阵地。占据荆州的大将王敦曾在芜湖的鸡毛山筑城，屯兵驻守，留有“王敦城”之称。王敦是东晋时期最早起兵与朝廷作战的军阀，为乱一时。史载，王敦“蜂目豺声”，心怀刚忍。西晋时期，王敦曾参加大富豪王恺家的宴会，王恺令美女为客人斟酒，如果客人不把杯中酒喝完，就杀死美女。哥哥王导虽然不善饮酒，仍然勉强喝完，但是王敦置之不理，王恺一连杀掉了三名美女，劝酒的美女们都悲惧万分，而王敦若无其事，看都不看一眼。另一个著名的富豪石崇，家中的厕所里总有十几位美女，伺候客人在如厕后换了新衣服再出

来。很多客人都羞于当着女子面换衣服，只有王敦若无其事地当着众多美女换衣服，美女们私下说：“这个客人以后必能做贼！”

王敦率军进攻京城时曾屯驻芜湖，东晋那些有名无实的皇帝们中相对最有才干的一位，晋明帝，独自骑一匹





骏马到王敦的军营前查看军情，王敦接到报告，判断出这必然是一位重要的人物，派出骑兵来追。明帝纵马奔回，途中马有排便，就浇上水。奔走中遇到一个在路边卖小吃的老太，明帝把手中的七宝马鞭给她，告诉她后面再有骑兵来，就给他们看。骑兵们追到此处，见到贵重的马鞭，就互相传看把玩，耽误了不少时间，而且发现路上的马粪都冷了，以为前面的人早已跑远，只好悻悻而回。

最终王敦在朝廷组织其他门阀的围攻下大势尽去，忧病而死，埋葬在大军对峙下的芜湖，最后还被掘尸斩首。他的墓在芜湖东北部，后人再谈及王敦与芜湖，已经只见其墓，不见其城。如清代诗人王又曾：“潮头暗啮王敦墓，岚气晴飞谢尚城。”其褒贬显而易见。

谢尚城在芜湖东部的牛渚，是豫州刺史谢尚所筑。谢尚是谢家为数不多的统兵人才之一。王谢堂前双燕子，乌衣巷口夕阳斜，当年王谢两家，是东晋最大的门阀，名士的代表。以王羲之等人为首，文采风流，留下无数为人津津乐道的佳话，东山高卧的谢安一代，则主导了力挽狂澜、名传千古的淝水之战。辛弃疾词中有“谢家子弟，衣冠磊落”的描述，王谢之家，多以文士雅士而著名，像谢尚这样具有军事才能的人并不多。史评谢尚“安西英爽，才兼辩博。宣力方镇，流声台阁”。据记载，当年谢尚镇守牛渚时，月夜

泛舟，秋风萧索，江涛奔涌，听到袁宏在船上朗诵自作的《咏史诗》，音辞优美，不能自己，遂邀请他来到自己船上，彻夜倾谈，直到天明。后来诗仙李白经过芜湖时，也许对当年的往事也有着无限感慨，也许景仰着那个不计名位，尊重才能的年代，他写下了著名的《夜泊牛渚怀古》，诗中有：“登舟望秋月，空忆谢将军”的句子，回忆了这段故事，抒发知音难遇的感喟。

李白死在芜湖北部的当涂，传说他乘着画舫，

“着宫锦袍，游采石江中，傲然自得，旁若无人，因醉入水中捉月而死”。这只是一段极不可信的传说，却流传最广，因为对于李白来说，这是最浪漫、最理想的结局。



人们最愿意相信，李白没有死去，只是离开了尘世，去和美丽的月亮一起饮酒赋诗了，毕生追求理想的谪仙，终于达成了自己的心愿。

列车渐渐远离城市的灯火，重又驶进浓浓夜幕当中，对历史的回忆与感慨，就像那些兴亡的故事一样，随着车窗外的风声迅速消失。当年王羲之在《兰亭集序》里，写尽古今哀乐之情，其中也写道：“后之视今，亦犹今之视昔”，果然后世就有“兴怀无限兰亭感，流水青山送六朝”之语。历史如同风驰电掣的车轮，把一切往事都远远地抛到了身后，永不停歇。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



## 苍穹之上

□陈学贵

在纳西族彩云飞歌余音的萦绕下,在那片向往的净土里放飞了三天。坐在昆明到南京的客舱里,随着银鹰在天空中自由驰骋,灵魂再次被涤荡。

大地渐行渐远,透过厚厚的氤氲,来到白云之上。啊!天空怎会如此湛蓝,没有半点的瑕疵,犹如明镜一般,浩瀚之说在这里也不显得伟岸。俯望,白云绵延着整个空间,谧静着的世界里任你自由翱翔。这里有着与大地一样宏大的山川、河流、湖泊、盆地。不同的是这里是无瑕的世界,没有了七彩,单基的纯白,让你不忍涉足,不忍搅扰。你看那里有着孙悟空的“七十二”岩洞,那儿也有着青海湖大片大片的盐碱滩,这里是巧夺天工光彩炫目的苏州园林,这儿便是传奇而又浪漫的西湖风景。都说“上有天堂,下有苏杭”,焉知天堂里有着苏杭无法比拟的景观。远处波涛汹涌的巨浪,怎么也淹没不了那巍然屹立的森林巨

像。偶尔有一银鹰在这里穿过,犹如昙花一现,不待你捕捉,便已消失,让你恍如梦幻。

窗外伸来一条轻柔的霓裳羽衣的袖带,似在引导我去远方神游。踏上软绵的祥云,在稍纵即逝的瞬间,飘逸着、施展着、滑翔着,似在冰嬉、似在神游太虚幻境。脱离了凡间的世俗,一切都是那么的无浊、无欲。撼问世间怎么会有如此的美妙去处?忽然,天空再次出现了雾霭,慢慢的氤氲,迷蒙、惊恐中灵思顿时回到了振荡中的座机里,机舱的玻璃外,留下了细细的不易发现的丝丝“泪痕”。传说人妖欲修炼成仙,不仅要经过千锤百炼的磨砺,还需要经历冲破三重天的痛苦磨难,方能修得仙风道骨。这不得不让我感叹,我们的祖先怎会如此得神奇博识?他们怎么知这天上人间所拥有的一切!那里不是传说中的天堂。那里是心之所想,梦之向往的地方。

(作者单位:赣榆县人民医院)



# 傍晚的守望者

□ 谭芬叶

太阳早已滑下了山头，光线暗得如同墨汁滴落在水中扩散。城市，渐渐沉入朦胧的暮色。由于家在墟沟，每个值白班的傍晚，我不是挤在 BRT 公交车上，便是走在去 BRT 公交车站的路上……

天气晴朗时，我总喜欢从公交车窗外眺望傍晚的景色，傍晚的天空如同清晨时刻一样的瑰丽，西方天际呈现出那种血红色的晚霞最为动人。只是这样的美丽也不能掩盖我心底的一点淡淡忧伤，因为无论春夏秋冬，只要没有雨雪，从夕阳西下直到暮色覆盖大地，我的女儿都会在小区门口附近，翘首以盼等待我回家。

我的丈夫在他们单位出差是家常便饭，一个月难得几天在家，带孩子的重任也全压在我婆婆和我身上。女儿每当看到别的孩子的爸妈回家就带着孩子散步时，就会不由自主的嘀咕：“别人的妈妈下班班了，别人的爸爸也下班班了，怎么我的爸爸妈妈都还在上班班了？”奶奶每次给出的解释都是，“爸爸妈妈在努力工作，每天有好多病人要妈妈好好照顾，爸爸是个工程师每天也忙着建一个大工程哦”。无论这个刚刚三岁的孩子懂还是不懂，她都会懂事地带上的自己的自行车或者轮滑鞋，拉上奶奶，“奶奶我们去门口玩吧，还可以接妈妈”。孩子就在奶奶陪伴下玩耍。玩累了，她就拉着奶奶的手坐在小区门口的保安亭处，眼巴巴地盯着马路等着我回家。

傍晚，下班回家的时间正是交通最拥挤的时候，虽

说现在有 BRT 快速公交，可是每次也差不多要到晚上七点才能到家。我们家靠近海边，一到傍晚风都特别大，但这个每天都守望着夕阳的小小“守望者”，哪怕留着鼻涕，小手、小脸动得通红她也始终坚守着，一定要等着我回家。一旦我出现在小区门口，女儿便会飞奔过来，扑到我的怀中，“妈妈，你今天好漂亮啊……”，“妈妈，我今天好想你哟……”，“妈妈，我今天和小朋友滑滑梯了……”叽叽喳喳说个不停，每当这时，我抱起孩子，虽然难免心疼，可是心都快要融化了，幸福感油然而升起。每天将她揽入怀中的这一刻，我都觉得人生中受到的一切苦和累都是值得的。

孩子从两岁开始，便开始在小区门口等我回家，在这一年里，我看到孩子点滴进步，从开始的蹒跚走路，到学会玩滑板车，学会骑自行车，一直到现在会玩轮滑。虽然我早出晚归，平时不可能无微不至地照顾孩子，但是看到孩子已经能自己穿鞋，自己穿外套，自己上马桶……心底觉得亏欠，但套用丈夫的话“以后的人生需要她自己去走，你越早放手，她就越自立，培养一个自强不息的孩子远比培养一个名牌大学生更难得。”我也获得许多宽慰。

傍晚的守望者，孩子还将继续做下去，也许孩子会有些委屈，但孩子这份殷切期盼和小委屈也是鞭策我和丈夫在工作和学习中前进的动力。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



# 帮女儿找快乐

□ 郭晶平

米米四岁半了，现在是中班的小朋友，最近不太想去幼儿园。这么点大的小人儿居然也有烦心事，作为孩子最信任的妈妈，我蹲下身来，仔细地倾听孩子的烦恼。原来，幼儿园的小朋友们都喜欢围着一个叫豆豆的孩子玩儿，米米也想像豆豆一样，让小朋友们听她的指挥，于是，她扯开嗓子命令小朋友们，以为声音大就有人听她的了，结果，当然没有人吃她这一套，甚至还有小朋友直接反对她。米米，很烦恼，虽然没掉眼泪，但不开心的样子，着实让人心疼。

孩子长大了，像豆豆这样天生能把小朋友聚到自己身边的孩子，能力是非凡的，但是怎么才能让孩子明白，想让大家听她的，必须有吸引大家的能力才行，而不是光凭大喊大叫或者武力来解决呢？我作为妈妈又能为孩子做些什么呢？

“米米，开饭啦，你看爷爷做什么好吃的给你了？”爷爷端着盘子从厨房走出来，想用美食转移孙女的注意力，让她开心起来。“爷爷，是我最爱吃的排骨，太棒了！”到底是小孩子，马上一蹦三尺高，“爷爷，老师说了，吃饭前要洗手，讲卫生！”“好好，我们一起洗手。”我拉着米米到水池边，认真地打起了香皂，女儿边搓边数数，还嘴里念念有词，先双手

交叉数五下，然后手心手背交叉数五下，翻过了又五下……七步医护人员洗手法米米做得特别标准，以前孩子跟着我做，现在她越洗越熟练，根本不需要大人提示。

想最初小米和很多孩子一样是不愿意洗手的，为了让她养成好习惯，全家人没少动心思，每次都是孩子拼命哭到处跑，爷爷奶奶在后边追，软硬并施，家里那真是鸡飞狗跳，总不能天天上演世界大战吧？于是我和孩子她爸带着小米去了新华书店，找到了一本幼儿故事书《小猫妙妙生病了》，故事很简单，一只不讲卫生的猫因为不爱洗手所以生病了总是肚子疼，睡前给小米讲了一遍，第二天早晨就收到了很好的效果，刷牙洗脸饭前便后洗手，小米全都不需要大人督促。打那之后，孩子讲卫生的好习惯就这样养成了，之后我又趁热打铁，把专业七步洗手法像做操一样教给了孩子，孩子兴趣很高，每次把双手揉得全都是香皂泡，洗完了还喜欢让爷爷奶奶检查看谁的手干净。

望着孩子认真的样子，我突然想到了一个好主意，为什么我不能利用自己是护士的身份，到米米班级为孩子们上一堂“手卫生”课呢？这样米米不就能当一回小老师，让全班同学都听她的了吗？最重要的



是利用这个机会重塑她的自信心,让她知道有一技之长别人才会佩服她,听她指挥。

吃饭时,我问女儿愿不愿意让妈妈到幼儿园教小朋友们洗手,并且米米要站在妈妈身边做示范当小老师,女儿一听高兴极了,搂着我连声说好,饭都吃得比平时多。爷爷奶奶看到孙女喜笑颜开,也乐得合不拢嘴。

第二天,我送女儿到幼儿园,跟米米老师讲了我想,得到了老师的赞许。王老师进行了开场白后,我拉着米米走上了讲台,全班小朋友掌声雷动,米米的好朋友甚至投来了羡慕的眼神。为了吸引小朋友的注意力,我一路上可没少编词,我清清嗓子,开始了示范讲解:“小朋友们,大家好,我是王小米的妈妈,在第一人民医院上班,是一名护士阿姨。春天到了,又到了手足口病高发的季节,只有勤洗手,才能不生病。你们想知道医院的医生、护士们是怎样洗手的吗?今天,我和王小米来教大家怎样正确的洗手,希望你们学会后

回家教会你们的爸爸妈妈爷爷奶奶,好不好呀?”小朋友们齐声回答好,米米这时就像一只骄傲的大公鸡,在我的指挥下,她大方地做着动作,每一步都那么得到位,台下一双双纯真的眼睛盯着我们,所有的孩子都认真地洗着手,终于示范完了,老师向我们表示了感谢,还拍摄了录像要给园长看。小朋友们冲上了讲台,围着小米叽叽喳喳,让小米再教一遍,小米被围在中间,看到大家都听她讲话,兴奋极了小脸涨得通红,耐心地又有点炫耀地一步一步做给大家看。

晚上回到家,我问她小朋友们会洗手了吗,米米高兴极了,说大家今天都听她的,她当了整整一天的小老师,到放学时还有小朋友请教她呢!还有好几个小朋友说羡慕她有个护士好妈妈,真希望自己的妈妈也能像小米的妈妈一样到幼儿园跟着大家一起上课,当回老师呢!看到自信快乐的女儿,我心里也像蜜一样甜!奶奶搂着她的乖孙女一边亲一边说:“还是你妈有办法!” (作者单位:连云港市第一人民医院)



这天傍晚,阴霾笼罩着整个城市,原本湛蓝的天空浓雾弥漫,股股浓烟四处乱窜。不一会就熏得行人双目流泪,四处躲藏,只听见“咳……咳……”声此起彼伏。再看田地里,秸秆在熊熊的烈火中燃烧,肆虐的火舌仿佛要扑上天,劈劈啪啪的响声不断传来。

焚烧过后的田地一片漆黑,一阵风吹过,田边一根幸免遇难的秸秆,随风飘了起来。它在空中飘啊飘啊,一会撞到行人,一会贴到墙上,很是受伤。只听啪得一声,秸秆似乎被粘住动不了了。当它费力地睁开眼睛时,看到了一桶又黑又粘的东西,刚要出声,又天旋地转地滚了起来。原来因为浓雾下能见度低,迎面的两辆车撞到了一起,车上的油桶带着秸秆滚落到路边的草丛中。

天渐渐黑了,空气中仍然弥漫着浓烟,让人无法呼吸,早早地躲进屋里,原本热闹街道显得特别安静。

“嘿,醒醒……”这时,秸秆隐约听见叫声,慢慢苏醒过来。

“嘿,我是地沟油。你是秸秆吧,差点认不出你了,那么大的火你都逃出来了,你小子真是命大啊!”

“唉!一言难尽啊……”秸秆无力地抽泣着说,“我们到底有什么错?为什么遭遇如此待遇?为了庄稼有个好收成,我们努力地生长,为农作物源源不断地输送水和养分。如今,使命完成,自己变得又老又枯,却成了人类的心头大患。有的车拉人抬把我们扔到沟沟坎坎,有的干脆一把火把我们烧了。”

听到秸秆的哭泣声,路边被人随手丢弃的报纸、易拉罐、废电池等也悄悄地围了过来,静静地听着秸秆的诉说。

“想当年,爷爷辈的秸秆,虽然不多,除了少量拿去垫圈、喂养牲畜,部分用于堆沤肥外,大部分都作燃料烧掉了,至少也物尽其用;到了爸爸辈,粮食产量多了,秸秆数量也多,加之烧煤和使用液化气的普及,农村中大量富余秸秆,我们就被用作编织各种农具、工艺品,有的甚至被回收用来造纸,不仅有用武之地,还能创造经济价值;到了我们这辈,原本觉着政策好了,技术好了,终于可以还田让我们回家了,可是因为农业机械化的意识和操作局限性,以及农民利益等诸多问题,导致的结局却是把我们付之一炬。其实这种做法虽是省一时之力,但是不仅影响群众正常生活、影响交通运行,造成严重的环境污染,还会将土壤烧焦,使田地养分减少,不利农作物生长……”

地沟油边安抚秸秆,边说:“秸秆兄弟,你的苦恼我能体会。看看我虽说是下水道的垃圾,可是一些不法商贩总是千方百计地把我一遍遍提纯再送上餐桌为他们牟利,危害人类健康,搞得人人喊打。其实许多科研人员已经让我变废为宝,成为新能源了。我既能变身生物柴油的原料,还能发酵

# 环保总动员

□滕芸



成为燃料乙醇和沼气,剩余的废渣则全部转化为肥料。听说生物柴油且不含重金属,对于节能减排具有重要意义,而且听说航空公司还要用我们‘地沟油’提炼航空燃油呢。”

“对,对,现在城市能源这么紧缺,希望人类不要随意丢弃我们,认真做好分类,让政府统一回收利用,我们都是可造之才呢……”这时报纸、废电池、易拉罐等等也兴奋地你一言、它一语地议论起来。

听了大家的话,秸秆自言自语地说:“我多希望能被秸秆粉碎机粉碎,再一次回到田野;或者喂喂牲口,让牛羊健康成长,随着粪便再回到田里,哺育来年的庄稼;或者被放进深深的沼气池中,积聚能量,供人们做饭、点灯;又或者被集中起来投进熊熊火炉,为电厂输送源源不断的热能……”

整个晚上,大家都在思考,想着自己为节能和城市的环境还能做些什么,突然报纸发现了一条新闻,“为了提高广大市民对新能源推广与应用的认识,形成节约能源资源、保护生态环境的良好理念,市科协组织了科普宣传周活动。”于是,大家决定推举秸秆作为代表参加活动,一定要把各自的意愿告诉人类,把各自的本领向人类展示,帮助人类从根本上转变观念,积极参与到节能环保中,还城市碧水蓝天,为保护地球献计出力。

天朦朦胧亮了,太阳从东方悄悄升起,烟雾渐渐散去,大家憧憬着城市美好的未来,似乎看到了希望……

(作者单位:连云港市第一人民医院)

# 亲情无价

□ 杨光礼

前不久的一天下午，我去邮政局取稿费，正想离开，身后有人叫我：“同志，请帮我填填寄货单好吗？”我转身，只见一位老大妈朝我微笑，她年有七旬之多，头发花白，身子硬朗，布满皱纹的脸上露出慈祥的笑容。我爽快地答应了。交谈中得知，她的儿子在新西兰工作。

她从一只干净的布袋里掏出一塑料袋苔干，那苔干细细的、青青的，还散发出一股清香。我惊诧地问：“寄这个？”“嗯，我的儿子从小就喜欢我亲手晾的苔干。”“你的儿子真不简单，常回家看您吗？”“他很忙，前段时间来电话说要接我和他爸到国外去，可我一离开家乡就难受，也习惯了家乡的一草一木，习惯了门前有小溪，房后有耕田，寄些自己家的土产给他，我打心眼儿高兴。”她兴致勃勃地说。她还告诉我她的老伴也是个庄稼人。这时邮局一位工作人员说：“一百八十二元。”我猛的一颤：好贵的邮费！说不定是她一两个月的收入，值得吗？那老人仿佛看透我的心思，说：“邮费是贵了点儿，但也值得啊！儿子全家能尝到家乡的苔干，心里会记得亲人。”

是啊，邮费有价，但又有谁能计算亲情价值几何？！

（作者单位：连云港市第一人民医院）







## 深爱着这片土地

□ 王龙

为什么我的眼里常含泪水，因为我对这片土地爱得深沉……

6月初出差去南京，行至灌南灌云还是片片金黄的麦田，过了涟水，地里已然是绿油油的稻苗了。哎呀，整日在办公室忙忙碌碌，殊不知已是春忙的时节了，我也好长时间没回家了，联合收割机都开到地头了吧，塔山坝子里的水都灌溉到干涸的田里了吧，稻苗也都长高了吧……

“拉麦子啦，拉麦子啦，拉麦子拉麦子啦啦啦……”一到农忙的时候，我就会调皮地翻唱着宋祖英的《辣妹子》，拖着平车到地里帮父母收麦子。上中学的时候家里地很多，小麦七八亩，那时联合收割机还不怎么兴，爸爸妈妈都是拿着镰刀一把一把地割，我和姐姐就在后面跟着捆，然后再装到平车上，一趟一趟地将麦子从地里转运到麦场。春忙要比秋收来得紧张，来得急促。麦子收割之前，三五个晴天便足以将大地染成金黄色，而且颜色一天比一天深，麦穗鼓得结结实实，几乎要撑破了肚皮，天气晴则好，若是遇到阴雨天，一阵风都能刮倒一片麦子，倘若麦穗再淋着雨，减

产是肯定的了，所以收麦子的时间特别赶。麦子收完了，紧接着就是放水插秧，一件件农活一项项排，让你应接不暇，累得半死。

呵，坐在办公室里上班却对地里的农活念念有词，不禁让人觉得好笑，整个一土包子嘛，这一身土气恐怕是改不掉了。

哈，为什么要改呢？你官当得再大，路走得再远，你的根终究在那儿，不动不移，忘本的事儿咱可干不出来。农民是土，但却土得踏实，土得勤劳，土得质朴！

不种地的人是很难体会到农民与土地的感情的。村里有位80多岁的老人，每天清晨早早起来便扛起锄头到菜园子里锄锄弄弄，有时候会挑着两个水桶，小心翼翼地渠道沟里晃晃悠悠担出两担水来浇菜，路旁人看到都好心提醒，这么大年纪了还下河挑水，万一滑倒了掉进河里有个好歹可怎么办哦！但老人家还是笑呵呵地干着自己的活儿。农忙的时候，他更是闲不住，到儿子家地里帮忙割麦子，捆麦穗，捡麦穗……什么活儿都要帮忙，什么事都要去戳戳弄弄，家里人看着“碍眼”，



呵斥两句还是不听；挑个篓子走在路上，后面来个拖拉机，耳背眼花的也不知躲路，就是这样一个看似“没用”的老人却仍然坚持着下地干活，别人问他怎么就不能歇歇，在家看看电视呢，他说：“歇着难受，干点活身子骨舒服，等到那边有的是时间歇歇。”这便是我的爷爷，一位地地道道的农民。以前听爷爷讲，土地改革分田到户后，老百姓翻身做了主人高兴得睡不着觉，半夜抱着铺盖跑到自家的地里躺着。突然明白艾青在抗战爆发后写的《我爱这土地》诗中那句“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这片土地爱得深沉”的深层含义了。艾青的爱是大爱，是对民族、祖国的挚爱，而普普通通的农民站的高度没那么高，抒发不出那样气势磅礴的情感，但他们对土地的感情却不比艾青逊色多少，不对，农民们和艾青一样，对土地都有着一份特有的情结，这又怎能拿出来比较谁爱得多谁爱的少呢？！

土地是很神奇的，你给它一粒种子，它能带给你很多。所谓种瓜得瓜，种豆得豆，一个苹果胡被随手丢在地上，没人注意到它的存在，但它却与土地相亲，生根发芽，长出一棵稚嫩的幼苗，若是被有心人发现好好栽培便能长出一棵苹果树，当你品尝着鲜美的苹果时，你能想到这是多年前的一个被随手丢掉的苹果胡带给你的惊喜吗？庄稼也是如此，但种庄稼可不是乱丢苹果胡，地里的收成怎样和农民的付出绝对成正比，庄稼若是种不好，是要招人笑话的，毕竟庄稼人是要靠种地营生的。根据庄稼的不同，土地能变换出多个形状，种麦子，需要将地翻土耙平；种稻子，需要犁地灌水；种花生；需要垒土成垄，还要加盖薄膜……土地完全配合着农民的需要，竭力为农作物提供养分，促进生长。倘若你违背了她的规律，土地也会拗着性子跟你对着干。你要给地施肥，给地营养，而不是一味地索取。

“羊羔羔吃奶眼望着妈，小米饭养活我长大。”特别喜欢贺敬之先生在《回延安》一文中的这句话，贺先生对延安是有感情的，当他阔别 10 年后重回延安母亲的怀

抱时，他以饱满的激情，回忆延安的战斗生活，赞颂延安的巨变，表现了作者思念“母亲”延安的一片赤子之心，抒发心中对这方土地的眷恋。而面对生我养我的土地，我又能以怎样的笔墨抒发我对您的热爱呢？

您像是一位智慧聪颖的长者，当我深受打击、黯淡渺茫地走到您跟前时，您会用郁郁葱葱的生命告诉我，只要活着就有希望！

您像是一位善良慈祥的母亲，当我奔波劳累、身困体乏地来到您面前时，您用习习清风将我包裹，拂去我身上的乏困，告诉我风雨之后会有阳光和快乐！

我想为您歌唱：我亲爱的土地，您记载着我多少的童年欢乐，老鼠草、耍瓜子、放屁虫、牛娃子；我亲爱的土地，您养育了多少张嘴填饱了多少肚子，麦穗穗、稻谷子、玉米棒、花生果；我亲爱的土地，您教会了我多少为人处世的品德，勤劳，朴实，肯干，不做作；我亲爱的土地，我至诚的歌，当我哭泣的时候，可否伸出手来抱抱我——您的孩子？（作者单位：连云港市第一人民医院）



# 邮局那抹橄榄绿

□ 何遂



走进邮局,很是清凉。门旁有个信箱挂在墙上,厅里二三张桌子,桌上放着笔、胶水等物件。柜台里三四个年轻的小姑娘,分坐在邮政储蓄、邮递业务窗口,为三五个客户忙着。她们的声音很清甜,询问办什么业务,与客户核对信息。

排在我前面的是位年轻的妈妈。她的儿子小小的四五岁的样子,跟着爸爸走进来时,爸爸对儿子说:“这就是邮局,邮局,妈妈来寄钱给姥姥的地方,知道了吧?”我来寄挂号信,看着眼前这怡人的场景,真心欢喜。那枚绿色的邮政图标,像极了一只展翅的飞鸟。那抹橄榄绿,是我自小就熟悉和喜欢的。

小时候随爸爸生活在连云港,祖父随姑姑住在老家南通。爸爸每月给祖父寄些生活费和一些书刊、生活用品,常常牵着我的小手走进邮局。那个年代物资匮乏流通不佳,本地的花生米是南通所匮乏的。于是我们常常剥了花生米,缝个白布口袋装满拎到邮局,检查之后,用带来的针和白线再密密缝上寄过去。白布口袋上是爸爸用小狼毫写着漂亮的小楷字。

电话那时也是很少的,需要打电话也是要到邮局的。我是直到上了卫校后才第一次跑到邮局给爸爸打电话的。刚离家第一个月,正逢中秋节,想家想得厉害,刚一听到他的声音,哇地就在电话里哭上了,眼泪哗哗地流。

电报那时倒是比电话来得常用。哪家有个什么着急打紧的事,一个电报就打过去了。妈妈在徐州生弟弟时,爸爸在连云港工作带着我,一封电报过来了“顺利生子速来

徐”,短短数言,让我们喜出望外。

我仅有一次收到的电报是爸爸发给我的。当时卫校毕业放暑假我回了南通,那一年夏天太热,城里的二姑妈留下我不让我急着去乡下大姑妈家看爷爷,怕我受不了乡下的暑热。一留再留,好不容易等我赶到乡下,爷爷已等我足足十多天了。从先前写信告诉爷爷要下乡的那天起,爷爷就在村子里买只土鸡用砂锅煨好等我。左等右等不来,只好吃掉,再重新买只土鸡煨好,再接着等我……看见我来到,爷爷打开砂锅盖,笑着让我闻香不香,我歉疚得不行,眼泪都要出来了。大姑妈连忙从园子里拔出毛豆秸,一枚一枚摘下毛豆角,从毛茸茸的豆荚剥出鲜嫩毛豆粒来。爷爷带我看他住的老房子,饶有兴致地从头到尾背诵着刘禹锡的《陋室铭》,笑呵呵地问:“爷爷的记性怎么样?还不错吧?”爷爷是旧时文人,毕业于南通师范,清末状元张謇亲任校长。

那一年爷爷 87 岁高龄,耳聪目明,思维敏捷,每周步行从灰场村到西亭镇三四趟,每日读书写字、生活自理。可那天我还没有坐下吃午饭,邮递员送来爸爸发来的电报:“分二院速回报到”。次日上午我就踏上归途!

弹指一挥间,爷爷已作古近二十年了。父亲年过七旬,我也是奔五的人了。邮局依然存在,人们进去的越来越少了。

刚走出邮局,手机短信响了,打开一看,儿子发来的:“妈,我从淘宝上买了电子秤,你们别去超市买了。”就在昨晚,他打来电话让我们多锻炼,买个电子秤观察锻炼成效!(作者单位:连云港市第一人民医院)



## 四百里的思念

□ 闫振壮

早上五点十分的徐州，在一片大雾中静悄悄的。我独自一人坐在云龙山的半山腰上，眺望依稀的云龙湖，搜寻每一个早起的行人。雾锁楼亭，思绪滚滚；凭栏远望，一片烟雨朦胧。我想闭目轻叹，可无情的思绪和升腾的云雾硬生生地拽着我的目光，朝向四百里外的故乡……

我的脑海里最先浮现出儿时的画面。那时候，小学离我家只有一里之遥。每天放学，我总是飞快跑到地里。烈日当空，父亲依然在田地里干农活，赤着双脚，卷着衣袖，弓着腰背。脖子上挂着浸透汗水的毛巾，粗糙而青筋暴起的双手紧握着锄头，黝黑而略带皱纹的脸上流淌着豆大的汗珠。看到我，父亲立起锄头，缓缓地直起腰来，卷上一袋烟，用深沉的目光打量着这片土地，然后骑上自行车，载着我，乐悠悠地回家去了。那时的思念，只有欢快的一里路。

中学离我家足足有六十里路。那是一个大雪纷飞、寒风凛冽的早晨，我需返回学校。离家十里是车站，步行显然来不及，于是父亲决定骑自行车送我去车站。推出自行车，父亲帮我裹紧羽绒服，扎紧皮

棉靴，套上纯棉手套；而他自己却披着蓑衣，穿着草鞋，戴着尼龙手套，顶着一个旧斗笠。我说：“爸，骑车冷，你还是戴上我的手套吧！”父亲说：“你懂什么，我这样好骑车，给劲儿！”父亲跨上车，慢慢地骑着，待车平稳后，便对我说：“上来吧！”当我跳上车时，车头剧烈地摇晃了一下，但终于被父亲稳定住了。积雪很深，每前进一步，父亲的身子总是往前探一下，两只手努力控制住摇晃的车把儿，双脚用力地蹬。车行过处，雪地里留下两道弯曲交错深深的印痕。

快到车站了，我迅速从车上跳下来，不忍让父亲多花一分力气——此时的车速比人行速度还慢。父亲问：“还有一段路呢，怎么下来了？”我谎称道：“腿麻了，想下来走走。”父亲迟疑了一下，便推着自行车和我一起走。四周格外地静，只有脚底下的积雪发出“噼里啪啦”的声音。到了车站，父亲把车斜倚在一棵大树下，让我站在树下不要走动，他自己到路边去拦车。突然，我又为自己提前下车感到后悔了——我分明看到父亲的草鞋已经湿透。我只记得自己穿的是皮棉靴，却忘了父亲穿的是弱不



禁水的草鞋。望着父亲为了等车在雪地里四处张望的身影，我的泪水夺眶而出。六十里的思念，是我眼角未干的泪痕。

时光匆匆走过，思念的距离也延伸到了四百华里。大学时的我还常常会穿越这四百里的思念，回到家去帮父亲做一些我不太熟悉的庄稼地的活儿。母亲身体不好，但父亲从来不让我干农活，都是自己承担。大一那年夏天，在我一再坚持下，父亲终于同意让我去地里帮忙插秧。那是我第一次插秧，也是迄今为止我最后一次插秧。

我兴奋地来到田地，赤着脚走进水田。天气很热，水是温的，但脚下淤泥却很冰凉，而且淤泥很深，真不知父亲这些天是怎么趟过来的。母亲分秧苗，父亲运秧苗，我在一头插秧。日近中午，我抬起头来，看到父亲坐在地头抽着旱烟，示意我休息一下。这时我突然感到小腿一阵剧痛，低头一看，一只蚂蝗正叮在我的腿上，头部已经扎了进去，身子拱着，大有继续往里推进的趋势。我又惊又怕，不禁大叫一声，欲伸手

去捉。父亲显然知道发生了什么事情，连忙爬起来，丢下烟袋，喊道：“别动，别碰它！”然后拼命向我这边跑来，由于淤泥太深，父亲速度太快，一只腿还未拔出，身子便向前一倾，“噗通”一声倒在水里，但他立即爬起来，浑身都是泥水，以最快速度到了我这。父亲撕下一片禾叶，蹭了蹭蚂蝗的尾部，蚂蝗立刻缩成半球状，掉进水中。父亲捡起蚂蝗，狠狠地向地头扔去，打在树上，蚂蝗软软地掉了下来，再也动弹不得。从地里回来，我的腿足足肿了三天。穿越四百里的思念，换来的是父亲再也不许我下地干活了。

作客徐州已数载，我多想像苏轼那样“何时功名遂了，还乡！”可如今的我，没有能力去为父亲分忧。徐州离连云港只有四百里，近在咫尺，却远如天涯！这四百里，驱车只需两个小时，可对我来说，它是那么遥远！

此时是六点十分的徐州，雾，消散了一些……

（作者单位：连云港市第一人民医院）

## 攒蛋感悟



1. 无论你多会记牌，多会打牌，都抵不过别人手中的一把好牌，说明实力比能力更重要。

2. 如果没有大牌开路，再顺的小牌都出不去，说明领导很重要。

3. 如果一堆小牌连不起来，即使拿个天炸也未必会赢，说明再牛 B 的领导也需要好的团队。


4. 如果一手牌中有一两张臭牌，其他牌总得配合把臭牌走掉，说明团队中要是有几个麻烦的人就会影响整个团队。

5. 小王一般都会被大王拍死，说明副手一般没

有实权。

6. 有牌就得冲，不能犹豫，输赢往往就差一手牌。说明决策很重要，该出手时就得出手，机会稍纵即逝。

7. 必要的时候即使拆散自己的牌也要送走搭档，说明在一个团队里关键时刻有人要懂得自我牺牲，才能取得最终的胜利。

8. 每一把牌都有不同的特点，每走一步牌局都有变化，必须灵活应变而不墨守成规，说明总揽全局，战略战术很重要。 





## 黄瓜摊上悟人生

□ 刘学正

我姨家搞了不少蔬菜大棚,时下正是蔬菜瓜果大批采摘上市的季节,一根根清脆鲜嫩,若是削干净了瓜皮,朝它诱人的瓜肉咬上一口,满嘴里都透着一股淡淡的清甜。三姨对我们说,往外批发和市场零售之间的差价挺大的,要是有空余时间,你们可以每天来拉一些去卖。老婆听了有些动心,她目前还没有工作,一岁半的儿子也不太缠人了,再则离家很近便有一处集贸市场,摆个摊子还是挺方便的。

黄瓜拉来后,老婆从亲戚家借来一台电子秤,在市场上花两块钱占了个位子,两个塑料筐一靠,上面搁一块木板,再摆上十多根鲜黄瓜,乍一看倒也挺像模像样。老婆不善于吆喝,大部分时间都是“稳坐钓鱼台”,等顾客主动询问时才热情地介绍。在一旁抱着儿子观战的我,渐渐发现驻足停留的顾客们,对相同的黄瓜却各有迥然不同的解读。比如,有人嫌黄瓜上的顶花不够鲜艳,说采摘下来的时间长了,有人却又嫌顶花过于鲜艳,说有被抹药的嫌疑;有人嫌黄瓜的外观不够水嫩,有人却专拣表皮蔫儿的挑,说那些看起来水灵灵的都是刚从水里捞出来的;有人嫌黄瓜太粗,太粗怕是熟过头了,有人却嫌黄瓜太细,说粗的吃起来才有黄瓜味儿;有人嫌黄瓜的形体不够直,有人却偏偏只买弯曲的,说弯的是生长在瓜秧最下面的,不容易沾到农药。

顶着日头卖了一上午,收摊时老婆颇有怨言。一般来讲,好黄瓜的定义是形体笔直纤细、顶花带刺、表皮鲜嫩,但真正到了顾客眼里,却必须要经受更多意想不到

的挑战。

这让我想起了一则流传很广的买与卖的故事:街头有个挑担子卖杏的小商贩,来人问这杏酸不?商贩赶紧说:“保准不酸,甜着呢!”那人摇摇头走了,边走边说:“我媳妇有孕了,非要吃酸的不可。”过了一会儿,又来人问这杏酸不?商贩赶紧说:“保准不甜,酸着呢!”这人也摇摇头走了,边走边说:“我是买给母亲吃的,太酸了怕倒牙。”

另外,还有一个舶来的故事:有个想进一步提高画技的青年画家,把最满意的一副作品的复制品拿到广场上,让人们用笔标出不足之处。等画家再回到广场时,画面上密密麻麻全都是指责的符号,这对他的打击很大,渐渐萎靡不振起来,并开始怀疑自己到底有没有绘画的才能。他的一位朋友听说这件事后,提议他不必急于下结论,可以换一个方法试试。青年画家带着同一幅画的复制品,又来到了广场上,这次不同的是,他让人们把最精彩的地方指出来。等他再次看到画作时,他激动得哭了起来,因为画面上同样密密麻麻地布满了各种符号。

人生有损也有爱,黄瓜摊上显百态。世界上没有哪个人是只生活在赞美声中的,我们无法苛求被每一个人喜欢,因为只要我们活着,就一定会遭遇到或指责或质疑的目光。也许,我们应该像一根顶花带刺的黄瓜那样,淡然面对顾客们的挑挑拣拣,豁达地固守自我价值,并努力活出人生真味!

(作者单位:山东省阳谷县安镇刘庙村电信营业厅)

# 随遇而安

□ 孙如

一直都觉得孟非是个很出色的主持人，觉得他很风趣幽默，语言犀利，应变能力很强，很有社会责任感。前段时间在给一个病人做治疗时，看她在看孟非的《随遇而安》，便在下班后借来翻阅。

这本书是孟非人生四十年来的总结，处处都有随遇而安的表现，孟非当印刷工人，随遇而安，在那种又脏又乱的环境下能够满足并生活得有滋有味，而且能干好自己的事。后来，孟非又进了电视台做的是临时工，这个职业干的都是最苦最累的活，孟非照样随遇而安，好好完成应做的事，并完成得很出色。无论是逆境还是顺境，都以一种优雅闲适的态度面对，踏踏实实地走好每一步，就因为孟非这样的随遇而安，最后他深受人们的赏识，获得了成功。

随遇而安是一种境界，它不仅能适应各种环境，更能在满足的前提下踏踏实实，力求不断进取。有人说，孟非的成功来自偶然，只不过运气好，大家照顾他罢了，我觉得不是，只有那些踏踏实实做好本职工作，在逆境中做到随遇而安，并不断进取。能化耻辱为力量的人才会获得成功，而孟非正是这样，他真正做到了随遇而安。随遇而安不是一种屈服的表现，而是在逆境中寻找一种更适合自己的生存方式；随遇而安不是一种不求进取，自甘堕落的表现，而是在潜伏长时间后寻找恰当的时间一鸣惊人，随遇而安不是一种愚者的表现，这更是一个智者的行为，不让自己为那些无故的追求所伤。

其实要做到随遇而安是要学会换位思考，多想好的，少想坏的，踏踏实实的。我觉得我们的护理工作就非常需要随遇而安的精神，无论我们在哪个岗位上，我们都应该踏踏实实地做好我们的工作。无论是高年资的老师还是新来的同事，每个人都有自己的优点和经验，在遇到问题时，我们都应该虚心请教和学习，当别人对我们的工作提出质疑和建议的时候，我们应该加以思考和接受。

我不想就那么平凡地过我的大学生活，我参加竞选，做了班委，然后因为我对工作认真负责，又被选到了学生

会，担任组织部长，接下来又到学院党支部里担任党小组组长，我不是一个活跃的人，可以说就是一个随遇而安的人，就因为我的随遇而安，我踏实地做好自己的每项工作，最后得到了认可，得到了提升，达到了我的目标。

现在上班了，感觉社会和大学还是有差别的，遇到

很多现实的事情，但是我仍然抱着随遇而安的想法和态度，无论我在哪里上班，我只想做最好的自己，也只想把自己做好，我希望提高自己的专业知识、专业技能、吸纳更多的新知识和新技术，所以我会用心的去学、去想、去做；我希望在一个和谐、团结的环境里上班，所以我尊敬领导，尊重同事，用我觉得最好的方式与同事相处，与病号沟通，因为只有好的工作环境下，才会更好地完成工作。

人生谁都猜不透，也不必去猜透，谁也不知道下一步会是怎样，总是有着出人意料的变化。不经意中，花开花谢，潮起潮落。随遇而安，风轻云淡，一切似有似无，一切若影若现。只有这样，才能让自己的内心得到满足，幸福感才会大大提高。快乐的生活，不去计较过去，不去折腾未来，好好地把握现在！人生不如意十之八九，如意的只有那一二，如能把握好这一二，就很可能令人羡慕了！

顺应本心，淡定从容，坦然面对每一次改变，随遇而安吧！



(作者单位：连云港市第一人民医院)



# 自考

## 那些年我们走过的路

□ 俞德春

5月22日,到洗车房洗车,随便拿起一张报纸,看到《30年,“江苏自考”成就2000万人求学梦》的文章,马上埋头读了起来,看到文章里描写的关于自考的故事,刹那间,好像回到了曾经的自考岁月。27年前,那清晰而遥远、熟悉又陌生的自考时光,仿佛就在时光隧道的另一端,就在昨天,一幕幕都呈现在眼前。

用现在时髦的话来说,我们“生于60年代”的人,是成长在“后文革”时代的。在当时的说法是“受文革流毒影响”的一代。我的小学时代印象最深刻的就是唐山大地震后,老师整天带着我们到锦屏山下的果园里找地方上课。那棵歪脖子的果树正好适合老师挂黑板,那片树荫就是我们的课堂。老师在上面讲,同学们在底下打闹、摘树上的果子吃,那个时候“白卷英雄”张铁生、“反潮流小将”黄帅的影响力比现在所有一切的潮流都大,老师一般都不敢怎么管学生的,所以那样的上课我们都乐此不疲。还有印象比较深的就是经常上街游行,每个人举着小红旗高喊各种口号,有什么“打到林彪孔老二”(当时真弄不懂林彪怎么和两千年前的孔老二勾搭上的),有“反击右倾翻案风”的,一直到上街欢呼打到

“四人帮”以后,就没有这项活动了。

我的启蒙教育就是在这样的社会背景和条件下度过的,小学阶段没有学到多少东西倒是次要的,关键是没有形成良好的学习习惯和学习意识才是最要命的。到了初中,学校和老师开始抓学习了,但是我们那个时候男孩子是以打群架、对抗老师为荣的,矿工家长对你的最大期望值就是不要调皮惹祸,将来当工人有个好工种就行了。所以,初中毕业后,我就上了家长最喜欢的技工学校了。

懵懵懂懂地度过了青春期,1985年,技校毕业到矿山工作了,做了一名工种不错的电工,俗话说:紧车工慢钳工,吊儿郎当做电工。相对于别的工种,电工比较自由,还有人请被人求,这样的日子倒是很自在。

很快,新鲜感过去后,突然的一天,觉得自己不应该就这样天天晃荡着过了。一天,看到这样一句名人名言:“决定一个人一生的关键是,看你业余时间干什么?”看了以后很受启发,是的啊,我业余时间干什么呢?

那时刚开始喜欢写作,老是做梦当作家,参加作家函授班学习,有空就喜欢瞎写、和人胡侃。其实



那时真的可以说是胸无点墨，只是凭着对文学喜爱的感觉，没有一点文学基础知识，没有生活经验积累，怎么可能写出像样的作品呢。

1986年，我们车间的团支书看到我的情况后对我说：你要真的喜欢写作，不进行系统学习不行啊，现在自学考试刚刚开始，你参加自学考试不好吗？听了这话后，我马上去报名参加汉语语言文学专业专科的考试，一共12门课。当时很自负地想：以我这聪明的头脑，考这个还不是小菜一碟啊！三年过后，我就可以实现我的作家梦了！这样想着，我第一次考试就报了三门课：《形式逻辑》、《中国革命史》和《文学概论》。拿到教材后翻了翻，一看很简单嘛，原来大学就是这样的啊，不是什么了不起的事情嘛。于是也就没有把考试当作一回事，直到考试前，才把教材囫圇吞枣地看了一遍，就兴高采烈地进考场了。

进了考场拿到试卷，那才真的是张飞穿针——大眼瞪小眼了！除了填空题凭着记忆填满了，到名词解释等题目的时候，只剩抓耳挠腮干着急的份了，最后灰溜溜地回来了。要命的是，我们那时都是到矿教育处集体报名，成绩也是由教育处干事送到各个单位的。报名的时候大家都投以你赞许和目光，等成绩下来时，三门课都亮红灯，那些老师傅们七嘴八舌地冷嘲热讽，说得我恨不得找个地缝钻下去。

怎么办？

我和好朋友吴波商量了半天，最终决定继续考，不能因为这次挫折就退缩了！于是我们俩继续报名参加第二年春季的考试。这次我们接受了失败的教训，拿到教材后就抓紧时间看书，看完教材再找教材上涉及到的书籍来读。百科基础知识缺乏，从可怜的工资里赞钱买《辞海》来看。捧着比砖头还厚的《辞海》，才深刻理解那句名言“学然后知不足”啊。

因为没有经过系统的高中学习，许多文章都没有看过，特别是在学习《古代汉语》的时候，那么多的古文作品从来没看过，既要全部记下来，还要深刻理解内容寓意。而自考又没有老师指导、没有资料参考、没有出题范围，再加上严格苛刻的考场纪律，考生靠投机取巧根本不可能过关，完全要凭过硬的记忆和深刻理解才行。最累人的是《现代汉语》的语音部分，虽然在小学就学过汉语拼音，但是基本就都还给老师了，到大学

里的《现代汉语》，要我们不会说普通话的人来区别前后鼻音、轻重音等，真是让人头晕，考了三次才通过，就是到现在对拼音部分也还是不得要领，还时常被孩子矫正我的普通话发音不准。

那个时候大家生活条件都差，冬天还好说，冻得受不了躲进被窝躺在床上还可以看；夏天就不行了，三伏天热得要死，最好的条件也就是电风扇了，实在不行就拎桶水，把脚放进去“冰镇”，人也凉快一些。最可恶的是蚊子，老是在耳边“嗡嗡”地叫，点上蚊香作用也不大，不一会蚊子还没有赶走，人倒是先被蚊香熏困了。

物质生活的困难还没有什么，年轻人挺一挺就过来了，最难受的是班组师傅的挖苦。作为电工工作时间是不固定的，加班加点是家常便饭。我就经常把教材带在电工包里，工作之余别人聊天打牌的时候，我拿出来抽空看看。那个说话刻薄的W师傅，一见我看书就说：“你老是考也不通过，还考什么啊！省下报名费请我们喝酒了多好。”

这个时候心里那个难受啊！但是还不敢反驳师傅，好在我们的团支书刘宝芳经常帮助我，批评W师傅







说：“人家青年人追求上进是好事情，不耽误就要支持！”

孟老先生说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”这句话以前看了没有感觉，自考屡败屡战后，深有感触，我是肯定担不了什么大任的，但是自考的经历使我脱胎换骨的感受那是一点不夸张的。在学习中，我逐渐长大、成熟起来，对世界、对人生，慢慢地有了自己的理解和看法。1990年8月的一天，我们那个地区知识渊博、德高望重的锦屏中学吴校长到我们车间加工一个零件，车间里几个青工在一起对伊拉克入侵科威特战争和他聊天，他不以为然地低着头敷衍着，后来，我说出了自己的看法，他略微惊讶地抬头看看我，说：“这个小伙子说的不错，看样经常看书啊！”

那一刻，真的很舒服，有一种收到极大肯定和尊重的快感，觉得自己付出的劳动和汗水是值得的。这句话同时也给了我极大的鼓励和鞭策，坚定了我继续学习的信心和勇气。

其实，自考使我受益最深的是，通过自考，我认识了影响我一生、改变我生活、给我带来幸福家庭和最可爱的孩子的人，那就是我的老婆胡林凤。她是分配到矿山的大学生，因为都是同龄人，经常参加文艺活动就认识了，后来她知道我参加自考，也很感兴趣。她学的是物流专业，当时负责矿粉的外贸工作，为了提高自己英语水平，搞好外贸业务，她也和我一起，报名参加英语自考。

1993年4月26日，终身不忘的一幕永远印记在脑海：那天我们进考场，我对她很不放心，出门前还劝她下次再考，因为她挺着大肚子，很快就要到预产期了，但是好学坚强的她硬要坚持参加这次考试。临考前，我抓拍下了她挺着大肚子在考场外候场的照片，留下了

难忘的具有特殊意义的瞬间。那次考试，我完成了汉语言文学专业的最后一门考试，获得了人生宝贵的第一个文凭：南京师范大学和江苏省自学考试联合颁发的大专毕业证书。26天后的1993年5月22日，也就是20年前的今天，我的宝贝女儿呱呱坠地，我做爸爸了！后来，我们经常用那张老婆在考场门前的具有特殊意义的照片来激励我们的孩子，直到孩子如愿的成为中山大学的学生。

回望我的自考路，感慨万千。

是自考，改变了我的人生境遇，使我从一个懵懂的青年，慢慢地成熟起来，走出矿山，拿起照相机，成为一名摄影记者，实现了梦寐以求的人生理想；是自考，拓展了我的人生视线，使我看到了外面精彩的世界，我也用自己的努力，用实际行动印证了“知识改变命运”。

时光如梭，转瞬间27年过去。现在，有时我也会想，如果当时没有自考这个制度，我没有参加自考，现在的我会怎么样呢？

历史不好假设，时光不会倒流。但是我想，只要我们坚信，当上帝给你关上一扇门的时候，同时肯定还会为你打开一扇窗。

自考是这扇窗吗？我想应该是的。

尽管现在上大学已经不似我们那个时候那般艰难了，但是在如云的应聘大学生人潮里，在“就业难难于上青天”的现在，经过严格自考之锤“敲打”出来的自考生良好的就业状况就说明社会对自考的极大认可。30年，“江苏自考为社会培养了68万余名本、专科毕业生。从江苏自考这所大学里，走出了以党的十七大、十八大代表邓建军、侯晶晶，全国人大代表蒋婉求、全国模范教师徐其军为代表的“留得住、用得上”的数以万计的优秀人才。”我为自己是“自考制造”而欣慰、自豪、骄傲！

（作者单位：连云港日报社）

# 有个护士叫小芳

□ 付小伟



## 一

小芳从扬州医学院护理系毕业,分到了感染科,它位于一栋老楼里,带教老师是个和善的中年护士,看到小芳的第一眼,感慨的说:“年轻真好,红红的脸蛋,穿什么衣服都好看。”之后,老师带着她完成静脉输液、抽血、吸氧、铺床。感染科的肝炎老病号,对打针的护士很挑剔,她挺起腰杆,希望患者不要拒绝她的操作,在病号看到随之进病房的带教老师后,马上就她和正式上班老练的护士分开了,她想:无论怎么装,装的如何正式,对比之下,刚刚工作的护士,还是没有那种气场。那位笑咪咪的带教老师给了她许多鼓励,那些话像注射在肌肉里的药水一样,浸润到她的中心,给了她力量。慢慢的,她适应了陌生的环境,敢于给患者做操作。接班的护士笑着问:“怎么样?”小芳说:“全部完成了!”那一刻,小芳 22 岁,她不再是实习组组长,不再什么都喊带教老师,她正式进入了角色。

## 二

2004 年,她轮转到神经外科,它位于一栋刚启用 2 年的新大楼里,那时她成熟多了,熟练地为气管切开患者吸痰,精确地记录术后病人的生命体征,她的身上已经完全具备了外科护士的特点——大嗓门、性格直爽、雷厉风行。神经外科是省级临床重点专科,管床护士负责分管几个患者的一切治疗和护理,

小芳和所有护士一样,在病床旁忙碌着,希望有一天成长为科室的中坚力量。

然而,小芳麻利的工作不免出了纰漏,护士长是个非常严厉的人,她黑着脸严肃地说:“我的要求不高,只要把三查七对做好,不要出错,难道忘记我们干医疗的一脚是踏在牢房里吗?”小芳第一次觉得令人绝望的不止自学考试,不止恋爱。然而,她只关心自己被病人家属和领导指责批评,忘了还有她的护士长,不过现在小芳知道工作严谨的重要性了,要好好谢谢那个护士长。这些经历像滴注在血管里的药水一样,被完全吸收代谢,生长出严格的慎独精神。那时起,她具备了一个护士的情商。

## 三

轮转结束。2007 年,小芳定在了老年医学科,那些高龄的老人由于长期输液,血管全部损坏了。有一天晚上,一个高龄患者哮喘病发作,呼吸道像被堵了一半的烟囱,四肢的血管都变成了青紫色的细线,善于思考的小芳创新性地患者的胸腹壁上打留置针,及时给药,使老人病情得到了控制,赢得了病人和医生的赞许。也是那个时候,她对静脉输液产生了浓厚的兴趣。

那一年,正赶上医院建立专科护士团队,其中有个静脉输液专业,小芳万分欣喜报名参加。经过学习才发现,书本上的东西太局限了,国际上的输液技术



和输液器材给患者带来了许多好处：不损伤血管，不会渗漏，留置时间长等等。凭着对新技术的敏锐察觉，2009年，她在老年科开始了PICC穿刺，尽管遇到了穿刺失败、置管后的并发症等，可是小芳却越挫越勇，她一边查阅资料，一边电话咨询，在护士长及团队的帮助下解决了很多难题，不仅所有护士和医生接受了这个先进技术，病人和家属也主动要求采用PICC以减轻频繁输液的痛苦，这些给了她很大的工作动力。2012年4月，医院引进了血管超声机，将置管成功率提高至100%，6月，开展了输液港技术，小芳熟练地应用这些先进的技术和仪器，大大减轻了患者的静脉输液的痛苦。小芳深知不仅要用好这些先进的技术，而且要把它宣传出去，以提高护理团队的品牌效应。在院报上，小芳及时报道输液团队引进的新技术、省级继续教育项目、全国安全输液网络会议等，在《现代护理报》上发表了2篇报道医院输液发展轨迹的文章。

作为一名护理人员，不仅要积极引进新技术，还要根据自身特点进行创新，为此，她获得了一院的豪森基金科研项目，在核心期刊上发表论文3篇，那里有她的勤奋和努力，有她的创新和思考，这些经历，像照进射线都无法穿透的铅屋里的耀眼阳光，让她对自己的职业有了浓厚的兴趣。

2013年3月，小芳参加了医院召开的2013年护理工作会议，院长恳切地说：“一院今后的重点是要推进优质护理，发展护理专业内涵……在专科护理中静脉输液和造口是发展最快的两项，鼓励临床护士进修专科，做学科带头人……”这让她心潮澎湃，她有了自己的发展方向，仿佛看见了自己未来10年的职业生涯，这一年是她工作的第10年，她看见穿梭其中的实习的护士，像看见10年前的自己，决定坚定地走下去。

小芳是谁？是你，是我，是每一个愿意为一院燃烧青春的护士。（作者单位：连云港市第一人民医院）





# 你的春天

□ 高荣

每个人内心都有一处死角 / 自己走不出来, 别人也闯不进去 / 常把最深沉的秘密放在那里 / 你不懂我, 我不怪你 / 每个人身上都有一道伤口 / 或深或浅 / 盖上布, 以为不存在 / 常把最殷红的鲜血涂在那里 / 你不懂我, 我不怪你……

这是八病区病人小怡日记本首页的一首诗。

日记, 已经发黄, 本也日渐散落, 小怡的病也是一次次地反复。记不清她来住院几次了, 伴随她进进出出, 只有这本发黄的日记本。

遐想, 傻笑, 写诗是小怡给所有医护人员的印象。精神分裂症的她总是要多过常人的淡漠。修长, 明眸, 长时间不见阳光的肤色, 这些使得小怡美的不沾世俗, 美得让所有人想走近她, 倾听她的故事。

今天是小怡出院的日子。是啊, 不知不觉的, 她跟我们相处了三个月。在医护人员共同的努力下, 小怡眼睛多了笑意, 脸上有了红晕, 瘦削的脸庞也变得丰润, 时而折磨她的幻听也终于被扼制。

今天也是我们康复科的周活动日, 所有恢复期的病人在一起联欢, 表演才艺。小怡特地跟来接她的父母要求参加完我们的活动再回家。她说她要为我们朗诵一首诗, 感谢我们对她的照顾。

当小怡站上了舞台, 尽管她的目光还有些呆滞, 她的声音稍显细弱。可她那无邪的脸庞, 纯真的笑, 让所有人都安静下来聆听她的诵读。

每个人都有一行眼泪 / 咽下冰冷的水, 酝酿成热泪 / 我把最喜欢的心情汇在那里 / 你懂了我, 和我的感谢 / 每个人都有一段告白 / 忐忑、不安, 却饱含真心和勇气 / 我把最抒情的语言用在那里 感动了你, 感动了世界……

小怡的诗, 听起来有些许压抑, 充满忧伤和感激, 尽管我们也许走近不了她的内心, 却被她融化着, 感动着。

瞬间, 泪水模糊了她父母的眼, 也潮湿了我们的心。从此, 你的世界不再孤独, 因为, 我们都是你的春天。

(作者单位: 连云港市第四人民医院)





# 天使的翅膀

□ 卞银子

“爱在左，同情在右，走在生命两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得花香弥漫，使穿杖拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不悲凉。”这段话是冰心老人对我们白衣天使做的诠释，也是对护士工作的最好解说。

我有幸成为白衣天使，几年的护理工作使自己对冰心老人的话有了一定地理解。在电影镜头和小说情节中护士总是那么美丽、端庄，面带微笑，头戴燕尾帽，身穿护士裙，迈着轻盈的步伐，如蝴蝶般在病房里飘来飞去，耳边不时传来感激不尽的话语，周围全是充满期待的眼神，感觉浪漫而幸福。但直到从护校毕业开始了护理工作，自己成为了“天使”，才知道“天使”的浪漫和幸福中包涵了多少辛苦、多少无奈。

刚进医院时，正值花季年华。整洁、爱美、怕羞是我们这群小护士的共性，虽然自己的小屋收拾得干干净净、舒适温馨，可一来到观察室、病房、听到的却是病人痛苦的呻吟，看到的是血水、脓液、排泄物。尤其是我们精神科，都是一些自知力缺乏的患者，发起病来都是六亲不认，就更别说对我们这些医护人员了，拳打脚踢、吐口水是家常便饭。可再辛苦、再难还得坚持，我逐渐克服了自己的心理障碍，为病人解除了痛苦，得到了尊重和理解。

在外人看来，护士的工作较清闲。可谁知道，一个尽职的护士仅巡视和处理病人，一天就要走上十几公里甚至更长的路程。遇上抢救病人更是眼观耳听手脚并用，全力以赴与死神抗争，忘却了时间和空间。那紧张、那忙碌、那繁重、那琐碎，只有自己最清楚。当下班回到家，精神一下松懈下来，那时才觉得自己有多累！常言道，世间最宝贵的是生命。当抢救病人无力回天时，更加感叹生命的可贵。因此，就更需要我们工作中尽职尽责地做好每一件事，不出差错，这就是对生命的责任感。在无数个阳光灿烂的早晨，是我们在奏响着生命的协奏曲；在无数个不眠不休的夜晚，是我们为患者驱赶着病魔的纠缠，谱写着捍卫人民健康的乐章。曾经的迷茫与无知，早已烟消云散，曾经的种种顾虑、委屈也不翼而飞。

一路走过来，我也从一个小护士变成了一名稍有成熟的护师，在工作中时时提醒自己，要用热爱护理专业、热爱生命的热忱去对待工作，使自己成为一名合格的护士，成为一名冰心老人笔下的白衣天使，并且用自己的实际行动带领其他的护士姐妹们也成为一名合格的护士、一名真正的白衣天使。这样，生命将会为我们永远歌唱。

（作者单位：连云港市第四人民医院）



□ 宋茹 文 / 图

【楔子：刹那芳华】

天蜃崖

一个年轻男子疾驰而过，他一袭白衣，长发飞扬，苍白的脸上却有着那双罕见的紫色眼眸。唯此刻却是伤痕累累，沿途留下了点点血迹，虽然重伤狼狈但却毫无惊恐之意。一群人不舍地追来。



“小子，束手就擒吧，你的血脉之力尚未完全苏醒，就凭现在的你是逃不掉的！”

“小子识相的就交出神符，也可让你死个痛快！”

“不要不识抬举！”

……

年轻男子轻蔑一笑：“哈哈，你们这群道貌岸然的家伙，现在才说出你们的目不觉得晚了点吗？”一个道骨仙风般的老者从人群中走出，他摆了摆手，人群立即安静下来。“云翔，你已无路可走，交出神符我墨无锋以蜃楼楼主之名起誓绝不伤害于你，如何？”云翔缓缓地怀中掏出一枚墨玉：“嘿嘿，你们想要的神符就在我手中，想要长生不死的就尽管来抢！”人群中一片嘈杂但却无一人上前抢夺，云翔说着冷眼一瞥墨无锋：“墨楼主你好歹也是活了百年的人了，可知道这是什么地方吗？”

墨无锋瞳孔一缩，听着云翔说了这句无关紧要的话他暗自戒备着：“这里是天蜃崖，可有什么不对吗？”云翔眼中闪过一丝冷厉：“呵呵，没有什么不对，这里确实是天蜃崖，但是或许你们不知道这天蜃崖正是千年之前我的祖先炼石补天的场所吧。”霎时一种危机感閃现在众人心头。云翔不顾众人讶异的神情自顾自地说着：“天蜃崖之所以称之为天蜃崖，正是因为它是不可逾越的，万年之前我的祖先为了荏弱的你们不惜牺牲了自己以绝天灾。然而万年之后你们却为了长生之术

对我神族裔民肆意杀害,简直是天理难容!虽然我的血脉之力没有觉醒,但是你们始终忽略了一点,即使再弱,我始终是神族后人,不是那些普通的裔民!”

云翔说着便咬破舌尖,一丝鲜血溅在墨玉之上,黑光一闪将他紧紧地包裹在里面。顿时云翔的额头现出一个蛇形烙印,他的双腿顿时消失不见,自腰部以下出现了一条硕大的蛇尾。墨无锋悄然地后退了一步:“现原形了吗?看来你是要顽抗到底了!”

云翔冷漠地看了一眼在场的众人:“只有我的精血才可以打开神符中封印的力量,没错,我的血脉之力确实没有醒觉,但是依靠着神符之力收拾你们还是绰绰有余的!你们受死吧!”云翔说着跃上高空双手不断地结出手印,一道绿色的光芒闪现而出将所有的人都笼罩在其中。

墨无锋心中一寒:“大家快撤,集中力量对着一点攻击!”墨无锋话音未落,许多人已经自发地靠在一起纷纷使出生平所学。然而所有的攻击只是在绿色的光晕上泛起一道涟漪便消失不见。云翔哈哈大笑起来:“怎么现在想走了?之前怎么不走呢?你们统统都要死,谁也走不掉!”

墨无锋眼见逃走无望反而镇静下来:“云翔,你这是干什么?难道你不管神族的裔民了吗?”云翔残酷一笑:“怎么你还想打我裔民的主意?你们或许不知道吧,在我来这之前就已经将那里封印了,我神族裔民的血脉可不同于你们,我死后,神族的血脉自然会出现在别的裔民体内,届时只要他的修为到了一定的火候自然可以重新开放神族的空间,而那时也将会是你们的宗门彻底消失的时刻,多说无益,你们受死吧!”

墨无锋清了清嗓子看着慌乱的众人:“大家,先冷静下来!我们先解决了这小子再寻出去之法!或许这小子死了,这个结界自然也就消失了!大家也别忘了这小子的神族血脉,可浑身是宝啊!”墨无锋登高一呼众人的眼中纷纷充斥着贪婪,之前还慌乱的众人此刻均以打量猎物的眼神看向云翔。

云翔却并没有在与墨无锋争执,他缓缓地升到半空之中将众人尽收眼底:“你们不是一直都很想得到我神族的血来延长你们的寿命吗?好!我成全你们,以前你们杀一个裔民饮尽其血也不过多活百年而已,我的血至少可以让你们每一个人都活到三百年!”云翔说着手中已多出了一柄长剑,毫不犹豫地划向自己的脖子,鲜血喷射而出洒向众人。

众人在寂静片刻之后立时沸腾起来。墨无锋心念一

转警惕地看向云翔:“大家小心有诈!”然而在三百年生命的诱惑之下,疯狂起来的人群谁还会在意他这个临时的首脑。云翔面色苍白地自半空跌落下来,嘴角微微扬起:“收下我的大礼是要代价的,你们去死吧!”

刹那芳华——这是云翔目前唯一能使用的同归于尽的杀招。

疯狂起来的众人惊讶地发现所有的血液似乎都有了意识一般渗进了每个人的身体,逼也逼不出,就在大家惊魂未定的一霎,一个人浑身的血液居然如同火药一般轰然炸裂而开,伴随着那人的惨叫,他的身体化为了肉沫,地上则现出一副由血液组成的花。接着一声声惨嚎不约而同地响起。原本疯狂的人群如今却在上演着灰飞烟灭。

云翔快意冷漠的声音响起:“我说过你们是要付出代价的……”

看着所有人最终化为肉沫。云翔紫色的双眼也因失血过多渐渐变得空洞无神,最后一丝光彩消失后,他冷笑着闭上了双眼……



## 第一章 将军府

青山幽谷笛声扬,白鹤振翅任翱翔。前尘往事随风逝,今非昨是尽烟消。

一千年后

原本的天堑崖如今已成了一片茂密的森林,不时有



采药、寻宝者出入。入夜后，静谧的森林也不在安静。森林深处的树梢上不时传出阵阵夜泉淅沥、苍凉的叫声。一片枯枝腐叶下，一双紫色的眸子吃力地睁开，接着一双手挣扎着伸出，拨开身上的枯叶，空洞无神的双眼望着深邃的夜空若有所思。

不远处传来一声兽吼和一阵叫骂，林间悸动起来，草丛中一个贵公子模样的人狼狈地冲到这里，看见自己前方有人在发呆，那公子立即大吼：“救命啊！我是玄月帝国将军府的三少爷！”话未说完一头银色巨狼紧随其后从草丛中跃出，一张口，一道蓝色的光球喷射而出击向那个公子，那个公子被吓得哭天喊地，叫爹骂娘，他发现前方的人根本就没有出手的意思，心都凉了半截。“嗤嗤”光球击中了他的手臂，他觉得整条手臂都麻痹了：“哇！救命啊！前面的爷，只要你肯救我，无论女人还是金钱你要什么老子都给啊！”前面的人不为所动。那公子刚要破口大骂，一张血盆大口已然呈现在眼前，紧急间他就地一滚，这才草草避开了攻击。

远处一阵阵嘈杂：“三少爷，你在哪里？”三少听的人声立即来了精神，随即又勃然大怒：“你们这群废物，没带耳朵吗？我若有什么闪失看你们怎么向我爷爷交代，真他妈的晦气！”说着三少话锋一转看向前方：“你这贱民，真是……啊！你是什么人？为什么要冒充我！”借着月光，靠近了，三少这才发现眼前的人居然长着一张和自己一样的面孔，自己怎么说也是玄月帝都榜上有名的美男，也是名门之后，所以他想当然地认为前方之人一定是帝都中那些混杂势力中的一份子。三少戒备得后退几步却被银狼捡了便宜“啊！”地一声惨叫，银狼的血盆大口顷刻间吞下了他的头颅。

听到了三少的惨叫声，远处的人慌了：“三少爷，您坚持一下，我们已经知道你的方位了！”草丛窸窣窸窣地响动着，银狼毫不客气地吞下了地上的三少，然后将贪婪的目光转向前方。但是它并没有直接冲上去，尽管前方的人气息波动很大，非常的不稳定，处于野兽的本能，它觉得眼前这个人充满了危险性。

僵持中，六七个人出现在银狼身后，他们见前方有人这才松了一口气：“三少爷，您没事吧？”无人回答，众人只认为纨绔成性的三少爷已经被吓傻了，为首一人松了一口气：“还好只是一只十年异兽，弟兄们，先把这异兽解决掉！我总觉得三少爷有点不对劲。”余下几人纷纷亮出兵刃，夜空中立即闪出了五颜六色，“嗷呜……”，巨大的银狼倒在了血泊之中，一人上前破开银狼的脑袋随手取出

了一枚蓝色的珠子。然后纷纷走向前方：“三少爷，您看我们还是回去吧？”还是没有任何回答，众人疑惑地走上前：“三少爷？”依然没有任何回答，一个侍卫壮起胆上前仔细地看了看他转过脸：“少爷明明没事啊，怎么成了这样？”说着他拿出刚刚从狼头中取出的珠子：“三少爷您看，这是刚刚的十年兽丹啊，这下您可以公开要求迷雾湖的头牌蓉蓉姑娘陪您共度一宿了。”说完这个侍卫有声有色地笑了几声。

突然——“我是谁？你们是谁？我怎么会在这里？有好多人在攻击我，你们为什么还没死？”众侍卫一愣，为首之人更是眉头一皱：“三少爷，我们是您的侍卫啊。您是老将军的孙子华晓锋，来这里是因为蓉蓉姑娘与您打赌，只要您孤身一人取回十年异兽的兽丹，她就陪您共度良宵的呀，还好老将军及时发现，否则后果真是不堪设想。至于好多人在围攻你？呃……少爷，这哪有的事啊？”“是啊，少爷您该不会是吓着了吧！”众人一片唏嘘。

“我是华晓锋？”他皱着眉头苦苦思索：“你们是我的侍卫？那刚才死的是谁？你们一定是认错人了，那个人不是说我们一样吗？”众侍卫面面相觑，有人小声地问：“少爷该不会是被吓傻了吧？”心中暗骂三少草包，一个侍卫上前：“这样吧，三少爷，我们先回将军府如何？这会老将军一定着急了。”

“凭什么我要跟你们回去？”

“三少爷，那是您家啊，您不回家要去哪里？”

“你们胡说！”

“。。。。。”

零星的记忆片段浮现：“啊！你们这群该死的伪君子！我要杀了你们！”那人忽然暴起，周围空气一滞，许多靠近他的花草迅速枯萎，接着化为齑粉。侍卫们仓促地后退了几步：“三少爷，您究竟是怎么了？您看清楚，是我们啊！”

这时，皎洁的月光照在之前的枯叶中，一束微弱的光芒在枯叶中亮起。杀气腾腾的“华晓锋”立即停下向亮点走去，他能感觉到自己似乎与那个亮点有着某种联系，疑惑地拾起亮点，原来那是一块墨玉。墨玉红芒一闪钻进他的体内。“华晓锋”纵声惊呼之下，头痛欲裂，接着重重地晕倒在地。

为首的侍卫看着“华晓锋”疑惑不解：“兄弟们，你们觉不觉得三少爷刚才的实力有点……”

不待他说完，一个侍卫直接打断了他的话：“大哥，这有什么好奇怪的，三少爷向来纨绔成性，整个一草包中的



草包。这回没准就是被银狼吓傻了，反正他就算没傻也是混吃等死，这样不是很好吗？省得他没事总是去惹一些不必要的麻烦，徒增老将军的困扰。”那个大哥叹了一口气：“说的也是啊，但无论如何，三少爷始终是老将军唯一的孙子，我们还是要把他带回去的。”“好！”

华晓锋，现年一十九，将军府华氏家族唯一的嫡系子孙，本人却是一位游手好闲、好逸恶劳、混吃等死、祸害他人的超级纨绔！除了一张脸还能欣赏，剩下的简直就是一条活着没有任何价值的寄生虫。

#### 将军府

华老将军听完侍卫的禀报后拍案而起，勃然大怒：“简直是荒唐至极！！为了一个人尽可夫的风尘女子居然孤身犯险！不过是遇到了十年异兽竟然如此不争气，被吓成这样，真是有辱门风！！”老将军面红耳赤地大骂着，而另一边一个浑身黑袍的人走近床边，看了看刚刚被侍卫带回的“三少爷”，他面无表情地将手搭上了他的脉门。“咦？”黑衣人眉头一皱，华老将军脸上的怒容立即被关切取代：“锋儿，怎么样？”黑衣人摆摆手，老将军立即收声，只见黑衣人周围绿光大放，将自己与“华晓锋”融入其中。

半晌，绿光才缓缓消失。“将军，三少爷体内的状态很奇怪，有一股莫名强大的力量似乎是封印了三少爷原本的力量，再根据之前侍卫说的事，只怕三少爷并不是被银狼吓到，而是灵魂受到了强烈的冲击！”

华老将军瞳孔一缩：“灵魂受到冲击？封印的力量？怎么回事？难道是魂师？”黑衣人收回手：“不排除这个可能，而且三少爷被封印的力量一点儿都不逊色于将军。”华老将军踱着步子似乎想到了什么：“不逊色于我？锋儿自小便文不成武不就，怎么会有不逊于我的力量呢？”黑衣人不紧不慢地回答：“将军，其实您已经猜到了不是吗？我的想法与您一样，可能一切都是阴谋。或许早些时候三少爷就遭到了来自皇族与三大家族的暗算，否则很难想象哪一家势力能单独出动魂师。”华老将军一脸肃容：“他们还是忍不住要对我们下手了呀！来人！给我彻查迷雾湖的背后是哪一家族的产业！两天后我要看到那个家族给的交代。否则将军府绝不善罢甘休。”说着看向黑袍人：“锋儿，他还有救吗？”

黑衣人指了指“华晓锋”：“灵魂受到冲击本就是无法救治的，但是他的体内有种熟悉的力量波动，似乎能有修补灵魂及躯体的功效，与我族中的神符颇为相似。我刚才

仔细探查了一下，可是却并未发现什么，也不知三少爷怎么了。想来要抚平灵魂的创伤还是要有一些时日的，这期间老奴会每日前来给三少爷输入一定的生之力。”华老将军疑惑地看了看“华晓锋”便没有再多说。将军府进入了全面戒严状态。

“华晓锋”静静地躺在床榻上，任凭墨玉修补着并不完整的灵魂，关于自己的种种记忆如潮水一般袭来——

天地初开本是一片混沌，四处毫无生机，作为这个世上唯一的生命体女娲，她为了让世界多几分生气，仿照自己的模样造出了一个个鲜活的生命，于是人族诞生了，各种动植物也随之诞生。或许是人族注定要多灾多难，疾病、天灾、人祸，灾难一刻都没停过。于是女娲封印了邪恶的神祇，并教会人们用术法来抵抗破坏家园的入侵者，她将自己大半的功力化为繁星升上天空，每逢乱世必将会有一星辰降临人间，引导人们克服种种灾难。

在抵御各种凶神的时候，一位人族皇者将女娲传下的术法修炼得出神入化并且依据自然生息历经磨难自创阴阳八卦，渐渐的实力与女娲不相上下，他的名字叫做伏羲——人皇伏羲。最终二人走到一起，神族一脉诞生了。

好景不长。伏羲再强也终是人皇，是人就注定不会像神那样长生不死。伏羲死后，火神祝融与水神共工再起争执，水火终究难容！共工兵败逃离之际，撞倒了不周山，将天捅了个窟窿。顷刻天地间洪水泛滥，妖魔猖獗，凶兽横行。这时，女娲毅然炼石补天。成就了一则亘古传奇。

先祖离去了，神族一脉与人族共同扛起了抗击洪水、妖魔、凶兽这一重担。在经过无数的努力后，天地终于太平了。神族一脉也开辟了自己的空间建立起家园，并与人族在这片天下生存了数千年。或许是安逸的生活改变了人族的良知，他们变得极度贪婪。战争从未休止过，有些人甚至为了自己的利益向妖魔们俯首称臣，习得不少刁钻阴毒的功法。也许是出于对人族的惩罚，人族的血脉之力彻底消失了，再不似数千年前那样，寿命也是短得可怜。

血脉之力消失后，人类一代更比一代弱，最后绝大多数人一生就只能修行一种属性的功法，少部分人可修习两种，修习三种以上的足可堪称天才了。纵然如此，也依然没有改变他们那贪婪的本性。他们开始认为之所以无法达到远古时期的巅峰就是因为他们寿命太过短暂，于是他们将主意打到了神族一脉。

最初他们也只是偷偷摸摸地下黑手，只敢狙击那些外出历练的族人和裔民。后来随着时间的推移，他们忘却了曾今的守护者、昔日的战友。公然进军神族的家园。残忍

地杀害了数不清的裔民和族人。周围尽是杀喊声，血染红了一切。年幼的我躲在死人堆中，这才逃过一劫。人族虽然荏弱但是人多势众。那时我们的少主血脉之力勉强达到了化形（就是变成人首蛇身的样子）的地步，又怎么会是那么多人的对手？

于是，少主和几位族中的大祭司联手将人族赶出了我们的家园。这一役少主牺牲了。少主死后血脉之力传承到了我，但是族中的几位大祭司都是人人带伤，短时间内根本无法为我激活血脉之力。面对着因为战争而变得满目疮痍的家园，我毅然决定先封印我们的空间外出历练，我们的家园再也经不起战争的折损。

在人族的国度中游历了数百年也学习了数百年，饱尝人世冷暖后，我渐渐迷惘了，人族也并不都是那样的贪婪，也有好多无辜的人族，可是我们死去的裔民和族人难道不无辜？原本决心复仇的我，此刻犹豫不决。我决心回到族中，因为大祭司的伤应该好得差不多了。消息刚刚传回族中，令我意想不到的事发生了。

途中许多当时人族的巅峰强者埋伏在那里。对于血脉之力还没有觉醒的我想应付他们简直就是做梦。然而更令我惊讶的是他们居然知道了我们族中最大的秘密——神符。神符是我们族中血脉的象征，同时也封印着先祖女娲的神力，只有血脉纯正的族人以血脉之力才能激活，人族能知道这些就已经说明了许多。族中人看来有问题，有人族的眼线，对我们是个很大的威胁，我愤怒极了，难道我的族人也变成人族那样了吗？

然而不待我细想，他们就已经包围了我。重伤之下我也知道逃生无望，将所有人引到了天堑崖。纵然我死也要拉上他们所有人陪葬……

清晨，一缕阳光射进了“三少”的床榻上。睁开惺忪睡眼，前尘往事虽已烟消云散但却犹如发生在昨日。活动一下僵硬的躯体，云翔发现自己并没有死。心中疑惑不解：“怎么回事？我的血脉之力在没有觉醒的情况下强行使用同归于尽的杀招后便遭到了反噬。连灵魂都几近湮灭了，为什么我还活着？这是什么地方？”带着一肚子的疑问，他走下床榻推开房门。

一阵无力感袭来，似乎一阵风都能将自己吹倒。眼前是一个小院子，院中花草甚是繁茂，边上有一个小池塘。几个下人正在园中收拾，见“三少”推门而出他们明显吃了一惊：“啊！三少爷，你醒啦！小人立即去禀报将军。”说着那个下人一溜烟逃了。另一个下人：“呵呵，

三少爷你昏迷两天了，一定饿了吧？小人这就去给你弄点吃的。”“三少爷，我找人给你锤锤去。”……所有的下人都匆匆走掉了。云翔奇怪地看着他们一阵无语。仔细想想昏迷前发生的，云翔心中这才有些思绪：想来那群侍卫真的以为我就是那个什么三少爷了。但云翔根本就不知道华晓锋本人是多么的臭名昭著。

云翔来到池塘边看着水中自己的倒影，除了脸色苍白如纸，自己的外貌一点都没变，打量了一下自己虚弱的身体，或许是之前伤势太重的原因，云翔发现自己的一身玄功已十去其九，浑身的经脉都有大小不一、程度不同的裂痕，流淌在身体中的血更是少得可怜，也难怪自己总有力感。最糟糕的是自己灵魂当时受到了极强的反噬至今也不过才恢复了意识而已，“只怕好长一段时间都不能使用术法了”云翔自嘲地笑了笑。

不一会华老将军来到了院中，云翔看到了一张威严、肃穆的脸但是感觉告诉他，华老将军绝对是个危险人物，他甚至在华老将军的身上隐隐地感受到了一种熟悉的气息。云翔在打量着华老将军，同时华老将军也在注意他，他明显发现今天这个孙子有些不同了。若是平时只怕华晓锋早就开始哭爹骂娘地推卸责任了，可是今天他平静得很，难道他灵魂受到冲击整个人都变了吗？

华老将军看着他：“你在遇到银狼前是不是受到了魂师的攻击？”云翔一脸疑惑：“魂师？什么是魂师？这里是将军府？”华老将军神色一变，难怪孙子可以平静地面对自己，原来已经丧失记忆了，那个该死的魂师！华老将军想当然地认为华晓锋不认识自己是因为灵魂受冲击，失去了记忆。老将军一念至此表情逐渐由愤怒变为平静：“锋儿，你要记住，你是华氏家族唯一的嫡系传人。虽然你遭人暗算失去了记忆，但是无论如何你都要先了解我们自己的家族。放心，爷爷会为你讨回公道的。”华老将军说着调来了一众侍卫：“你们将少爷带去宗嗣好生伺候，如果这次再有闪失，我绝不轻饶！”华老将军说完头也不回地走了。看着华老将军的背影，云翔为华老将军感到痛心。

被一众侍卫带到了宗嗣，云翔轻轻地关上了门。房里放着许多灵位，香烟袅袅。

云翔随手拿起一本手札翻阅起来。这才知道原来从自己重伤垂危到现在已经整整过去了一千年，一千年里世间格局早就发生了天翻地覆的变化，如今的世界早已不似一千年前。人族的力量已经弱到了极点，几乎大多

数人都只是普通人，终其一生也只是过着日出而作日落而息的生活。有天赋的则成为了武者、术士、方士。

武者，顾名思义，他们以武为生。术士，相对于武者就要少了一点，他们的属性很繁杂，分支也相当之多，比如元素使，他们可以用属性的力量攻击；魂师，专门攻击灵魂的术士；空间师，掌控空间的术士。此外还有时间术士、诅咒术士、结界术士、封印术士、死灵术士等等。方士，这一类人在各种杂学均有涉及，擅长琴棋书画、诗词歌赋、医卜星象、机关玄术及各种阵法。

云翔稍有的放心的是尽管一千年过去了，神族的空间依然是封闭的，人族似乎还没有找到破解之法，相对比较安全。至于族中的内奸，只要没有血脉之力解开封印他是逃不掉的。如今人族的格局正是三足鼎立，以玄月帝国、正阳帝国和雪域为主。将军府就坐落在玄月帝国，封闭的神族空间严格地说也是玄月范围内。

将军府在几十年前只不过是帝都中一个二流家族，整个家族世袭着将军的头衔。那时尚还叫华府，直到六十年前，华老将军诞生之日天现异象，玄月帝都的上空居然出现了天狼星。此凶星一出则意味着天下将不再太平。就在天狼星闪现之时，天边一颗星陨落而下，落进华府后便消失了，当时的华夫人刚好生下了如今的华老将军——华无忧。华无忧天生便是不俗，天赋之高直令人匪夷所思，他不仅仅是武者同时还是一位术士，一位可以运用星辰之力的暗属性术士。暗属性本就可以吞噬一切再加上星辰之力注定了华无忧不凡的一生。

华无忧年纪轻轻便在帝都有了一番作为。那时皇族动乱，帝都也是人心不稳，皇帝的胞弟硕亲王弑兄篡位，在朝堂上大开杀戒，将所有不服他的朝臣尽数枭首示威，震慑群众。同时还令人追杀当时的太子也就是如今的皇帝。

太子无奈之下逃进了华府，这才免于死。这时华无忧召集家族势力以及一些看不下去的王公大臣公然拥护太子助其重夺皇位，并且在军中与太子结成生死兄弟，数次救太子于危难间，凭借一身玄功，华无忧在军中简直就是所向披靡。很得兵士的好感，同时华无忧也是个赏罚分明的将军，对于有功者的赏赐，他从不吝惜。华无忧在军中的声望高涨到极致，简直成了神一般的存在，再加上他本人也是天赋异禀，更是江湖中第一高手。自此华府有了一个全新的名号——将军府。

功高必然震主。重夺皇位的太子对华无忧的猜忌之

心一分也没有减少，但是他不敢妄动，因为他知道将军府已经成了神一般的存在，无论是在朝还是在野，将军府，华将军都是第一与不败的象征。

终于机会来了，有一年，华无忧与他的儿子华惊魂共同征战边塞，途中遭人暗杀，华惊魂不幸身死。华无忧惊诧地发现刺客在千军万马中安然无恙地撤走了，从那时起他对皇帝便心生芥蒂，但是当年并肩作战的情景还历历在目，他不能接受自己的兄弟背叛了自己，因此他只是掩耳盗铃般不愿意面对儿子的死。

华惊魂死时，华晓锋还是嗷嗷待哺的婴儿。闻之华惊魂的死讯，他的妻子居然拔剑自刎以殉情，华无忧的妻子得知儿子的死讯也是自断生机。纵然如此，华无忧硬是强迫自己没有落泪，他只是默默地抚育着华晓锋，从此偌大的将军府便只剩下这爷孙俩。

合上手札，云翔仔细一想便大致推出了后来的事，华晓锋成年后成了一个标准的纨绔子弟。如此，皇帝依然不放心，暗中授予一些世家将华晓锋引去迷雾湖，接着便有了前面的一些事。直到此时，华无忧才真的怒了。皇帝背叛了他们的兄弟之情，对华家一而再再而三的出手，他真的怒了！将军府可谓满门忠烈，为了皇族更是出生入死，可惜得到的却是背叛！这不禁让自己联想到了人族与神族。“看来我们真是同病相怜啊！”云翔苦笑一笑心中暗自思忖，我这重伤之躯现在似乎只比普通入强上那么一点，留在将军府养好伤绝对是个不错的选择，而且华晓峰的身份也是个很好的挡箭牌，何不“将错就错”呢！

华晓锋打开房门，见一众侍卫守在门口，招招手叫进一人。侍卫进门：“三少爷，有事吗？”

“你来给我讲讲帝都的形势吧。”

侍卫一愣还以为自己听错：“啊？什么，三少爷您确定是要听帝都的形势？”华晓锋点了点头：“没错。”再确定自己没有听错后，侍卫娓娓道来：“帝都有四大家族，三个宗门，两个公子，一位将军。暗中还有两个杀手组织传奇和满天星。”

华晓锋眉头一皱：“我要详细的。”侍卫点了点头：“好，四大家族分别是东方、西门、北堂、南宫，四大家族都是将门出身是隶属于将军府的势力，四位家主都是华将军一手带出的；三个宗门指的是铁血堂、修罗门和青霜盟，分别属于当今三位皇子的势力。两大公子其一是天下第一美男：花溅泪；其二是翩翩公子：东方狂；他们明面上不属于任何势力，暗地里可不好说。一位将军自然就是华



将军。”

侍卫顿了顿脸上一副得意与崇敬：“当世三大帝国，无论玄月、正阳、雪域在朝在野，华老将军都是当之无愧的第一人啊！”华晓锋看不出什么表情：“哦，那你倒是说说看怎么个第一法？”

侍卫虽觉有些奇怪，但还是满怀激情地一一道来：“在朝，华将军乃是将门世家，家世显赫，更是带出了东西南北四大家族，可说掌控了玄月帝国百分之七十的兵权，将军做事向来光明磊落、赏罚分明，深得兵士爱戴。在军中，若华将军登高一呼，必有万千回应。在朝中向来无人敢于叫板，将军府下，食客三千。任何一位客卿均有过人之长，所谓：百千万，影无双，风云扬，展七伤。且不说他们在江湖中都是令人谈之变色的人物，在将军府却只是普通客卿，将军府大总管更是神秘高手，从没有人知道大总管是什么名字，也没有人知道大总管的对敌招式，只知道大总管四十多年来在将军府从未出现过任何纰漏，有一次，传奇曾派出刺客前来行刺，当时大总管正与将军在一起议事，刺客来得突然，所有人都还没有反应过来，待反应过来后却发现刺客已经倒在地上了，他死得很突然，七窍流血、瞳孔破裂，那神情就像是见了鬼，被活活地吓死了。小的那时刚好站在大管家对面，无意中发现大管家仅用一个眼神就杀死了刺客。而将军似乎早就知道结果一般，只是平静地向我们招了招手，让我们将尸体抬出去就继续议事了，除了大管家，华将军的星辰之力也是宇内无双，名副其实的天下第一啊，记得当年帝都暴乱，当今皇帝贪功冒进领三千禁卫军追击叛军，却中了叛军的奸计被叛军包围，华将军见情势危急，使出了他的绝学——星辰海，偌大的包围圈立时被打出一道缺口，所有被星辰海攻击到的人都刹那间消失在了无边的黑雾中。当今皇帝这才得救，从缺口中逃了出来。还有一次，华将军更是于百万雄师中取了敌方元帅的首级，当时……”眼见侍卫越说越激动，华晓锋伸手喝止：“可以了，你还是先给我说说百千万，影无双，风云扬，展七伤吧。”

侍卫不好意思的点了点头：“呵呵，三少爷，小人一直以能成为将军府的人为荣，这不一时失态倒让三少爷见笑了。百千万是三个人：百里落日、纪芊芊、万青霜。百里落日是将军府中箭术最高的射手，他的一手落日神箭出神入化。纪芊芊则是府中暗器高手，任何的物体哪怕是一根发丝到她手中也能变成杀人利器。万青霜则是御兽师，但凡有动物出没的地方都可以成为其帮手。影无双则

是府中的刺客，素有‘将军爪牙’的称呼，同时他的追踪之术可谓已臻入化。风云扬是一对双胞胎兄弟：风飞扬、云飞扬，二人早年家中横生变故双双落下残疾，二人仅有左手，虽说二人均有残疾但却残而不废，兄弟二人的左手剑在江湖中均是数一数二之流。展七伤——展进是一位幻术师，他的成名绝技便是六道轮回和七伤阵。虽说他们尽是名满天下的人物，但他们尚还不及大管家、华将军的一招之力。”

华晓锋若有所思，不经意间流露出一丝笑意，心中一片明悟：“大管家是么？呵呵，你隐匿的可真好啊。看来将军府却是笼络人才之地。不得不承认自己这个所谓的‘爷爷’确实满怀大将之风。也难怪当今皇帝会寝食难安。也不知道那些远古种族，此刻却又隐藏在哪里。”抛开烦恼的思绪，云翔喝退侍卫回到宗嗣取出神符，暗运玄功调息自己重伤的身躯。他知道自己需要的是实力，在这人龙混杂的帝都中什么都有可能发生，纵然如今自己的身份是华晓锋只怕也会麻烦不断，帝都中如今已暗潮涌动。



## 第二章 暗潮汹涌

黑夜的帝都暗潮汹涌，几大势力几乎都得到了一个消息：华晓锋这个将军府中唯一的草包，又做了一件荒唐事，还差点把自己的小命也赔了上去，如今正在将军府中养伤且似乎还不容乐观。得到这个消息后几家欢喜自然



就会有几家愁云惨淡,而更多的却是保持沉默。帝都孟家此刻就在愁云惨淡之中。

说来孟家与皇室本是姻亲,当代孟家家主的小女儿就嫁给了当今皇帝很得皇帝宠爱,孟家家主更是被尊为国舅爷,在帝都也是一个能只手遮天的大家族。当然他的只手遮天只是针对普通王侯而已,若是遮到了将军府只怕那只手就会被第一时间除去。或许真的是怕什么就来什么,他最不愿意做的事情还是发生了,他接到了来自皇族的密诏,共同对付将军府。

碍于两家的姻亲关系,孟家只能无奈地答应了,但为了自己的家族着想,孟家也只是按兵不动,与将军府倒也一直相安无事没什么实质性的冲突。可是数天前,华晓锋跑去迷雾湖指明要与迷雾湖的头牌花魁共度一宿,这可急煞了孟家小公子,孟家小公子与华晓锋一样,同样是个十足的草包加纨绔,但却对蓉蓉情有独钟,同样蓉蓉对孟家小公子也是青睐有加,于是二人暗中“密谋”了让华晓锋送死的计划。在孟家小公子看来,这样正好,即免去了华晓锋总是骚扰蓉蓉的困扰,同时华晓锋自己甘愿犯险,将军府说什么也不能明着找上门来。回去后,孟家小公子还炫耀地将此事告诉了孟家家主。

谁知孟家家主听后勃然大怒,更是险些打断了孟家小公子的两条腿,接着他以雷霆之势迅速找来了迷雾湖的鸨母与头牌蓉蓉,在得知迷雾湖最近总有陌生人出没后,孟家家主身子都凉了大半截,最后他只是默默地摆了摆手下了格杀令:“迷雾湖多年来敛财无数,干涉朝政,其鸨母作奸犯科,逼良为娼不胜枚举。头牌蓉蓉不顾礼义廉耻,成日抛头露面、迷惑世家子弟罪不可恕。”

看着蓉蓉和鸨母的求恕与哀嚎,孟家家主叹了一口气,连他自己都觉得这样有些自欺欺人,此刻只盼将军府还未察觉到,尽管孟家家主已经以雷霆之势灭口以求欺过将军府。但是将军府又岂是那样好骗?很快,孟家家主发现了很多不对劲的地方。正如孟家小公子想的那样,将军府确实没有明着找上孟家,纵然将军府有理可这终究不是什么光彩的事情。明着不找,暗中却可以明目张胆地找。

帝都南部,孟家的几家赌馆被一群陌生人砸了场子最后更是一把火烧了,几家银楼钱庄在一夜间被洗劫一空,但却没有留下一丝痕迹,其他几家铺子,只要是孟家的或与孟家搭上关系的,每日都会有人滋事,结果短短一天,孟家几乎失去了所有堂口与经济来源。

走投无路之下,孟家唯有向皇族求援。皇帝在知晓一切原委后,眉头深皱。尤其在得知孟家一天之间势力尽失,这幕后不用想就是将军府。除了将军府,帝都也实在没有哪个势力能将孟家这样一个大家族在一天之内拔尽羽翼。将军府中除了那些错综复杂的势力,更有神秘的大管家和天下第一的华将军。皇帝真的犹豫了,多年来将军府令他颇为忌惮,他早就想拔除将军府不是一天两天了,可是,他想并不代表他敢,至少明面上他绝对不敢,所以多年前他策划了一场刺杀来试探华将军的反应。结果他真的惊讶了,华将军较之好多年前玄功不仅没有倒退反而比他预计中还要精进了许多。所幸得胜回朝的华将军在痛失爱子之后尚还念着当年的兄弟情并未与他计较。更为大幸的是华惊魂死了,华将军的孙子华晓锋却是一个标准的草包,所以偌大的将军府只是昙花一现根本就后继无人。

皇帝的算盘打得无比精准,数十年后,将军府后继无人就意味着届时华氏家族的兵权将重回皇室掌控,纵然东西南北四大家族有所不服,皇帝也有把握将他们逐一击破。至于将军府的那些江湖势力只怕都会四崩五裂、群龙无首,到时不也一样手到擒来?于是,皇帝暗中培植起属于自己的势力并拉拢文臣中的三大家族,孟家就是其中一家,计划虽好,可却被孟家小公子一手破坏了。在见识到将军府的实力后,皇帝胆怯了。

皇帝绝对不是一个庸君,权衡利弊与得失后,他做了一个惊人的决定。天亮后,朝堂上,皇帝当着文武百官的罢面了孟家的所有官职还判了一个通敌叛国的罪名,为了撇清自己与孟家的关系,当天孟家家主的女儿就被打入冷宫,孟家满门抄斩……

从此,孟家从帝都中除名,原本的文臣三大家族也只剩下了两家。此事在帝都引起了轩然大波,各种言论众说纷坛,不管怎么样,华将军也是少了一个政敌,同时也暗中为自己的孙子出了一口气,若说此事与他无关只怕稍微有点头脑的人都不会相信的。此事最大的受益者华将军却是一直保持着沉默。

将军府的花园中。

华将军正与大管家对弈,二人的棋局此时已经到了至关重要的时刻,华将军的棋子已经越过了楚河汉界兵临城下,将军的“马”可以在下一回合内任意吃掉“帅”或“車”。而大管家洒脱一笑,毫不犹豫地舍弃了“車”。

华将军爽朗一笑:“好一招弃車保帅啊。”大管家缓缓

地收回棋子：“将军过奖了，这一局已然至此，老奴认输了。万幸，老奴舍弃的仅是一颗棋子，而皇族舍弃的不仅是一个孟家还有许多忠心啊。”华将军缓缓起身：“人生如棋，一步错就会步步错，皇帝他又何苦至此？”大管家收拾棋盘：“将军，恕老奴直言，功高必然震主。虽说他只是个卑微渺小的帝国皇帝，但名义上他却始终是君您是臣。”华将军叹了一口气：“荒唐无聊的权利斗争，一个小小的帝国皇帝也妄想统治天下，他又怎么知道那些隐匿在暗中的远古种族？简直是不知死活。”

这回连一向很有主见的大管家也不再回答。

华晓锋安然地恢复着自己的功力，他殊不知帝都因为他早已闹翻了天。这本就是一个完美的误会，将军府误以为华晓锋受伤是早有预谋、误以为皇室与文臣三大家族联手出动了魂师、误以为皇室已经迫不及待对自己下手。本就有旧怨在加上这个新仇，华晓锋成了一个导火索成功地引起将军府与皇室的冲突而不自知，为本就鱼龙混杂的帝都平添一分血色。

这天，华晓锋收到了一封来自皇族的请柬，请柬之后的落款正是当今三皇子。帝都之中将军府自成一系，这些年来，各个派系明争暗斗谁都没少暗中拉拢将军府，即使华将军早已声明将军府绝不参与皇权争斗，但三位皇子依然没有放弃，只不过拉拢对象由华将军变成了华晓锋。于是，三皇子在他客卿的教唆下以探病为由宴请华晓锋，因为早就知道华晓锋是个什么货色，三皇子还找了一个相当符合华晓锋口味的地方——飘香楼。

按照以往，华晓锋一定会不声不响地瞒着华将军第一时间溜出将军府，不为别的只为飘香楼这个令他魂牵梦绕的地方。但今天华晓锋很是配合地将请柬交给了华将军，就连华无忧都感到了些许意外。看着最后的落款人华将军面无表情地将请柬还给华晓锋：“锋儿，请柬是给你的，为何要交给我？若我没记错这飘香楼似乎几次都令你流连忘返吧。”

华晓锋自动地滤过了华将军话中的讥讽，一脸正色的回答：“这根本就是烫手的山芋，锋儿自认接不下，自然要为其寻找一个能接下的人，纵观将军府上下，唯有您最适合不过。”华将军面无表情：“哦？那你倒是说说它怎么烫手？”华晓锋自嘲地笑了笑：“三位皇子都不是庸人，三皇子居然不惜降低身份宴请锋儿去烟花之地，那么自然，三皇子看重的绝不是锋儿的‘文韬武略’。”华将

军一张不怒自威的脸上少有的露出一丝肯定：“继续。”华晓锋接着说：“对于他们来说，锋儿最大的利用价值就是将军府和您，众所周知，拉拢了锋儿，就是拉拢了将军府，试问当今天下，谁人不想得到将军府的支持？这在三位皇子之间尤其明显，三皇子此次更是明目张胆地拉拢，倘若锋儿去了就会成为众矢之的，至少会让帝都各派系误以为将军府与三皇子有结盟之意，相信这是除了三皇子外谁都不愿意发生的事，可一旦他们误以为发生了，就会不择手段地破坏结盟，将军府向庸人，三皇子可能会是将来的皇位继承人，所以最好的下手对象就是锋儿，于公于私，锋儿都将成为一个牺牲品，所以三皇子的请柬并不是什么好东西而是一个烫手的山芋。”华将军心中很是赞同但他嘴上不说：“那你认为现在该怎么做？”华晓锋悠然一笑：“很简单，锋儿可以放出风声仅以自己的名义答应三皇子，待得休养数日后再行一聚。”

华将军威严的脸上终于露出了一丝满意的微笑，这么多年来唯一一次对自己的孙儿如此满意：“纵然如此，你依然成为了众矢之的。要知道他们可都不是吃瘪的主。”华晓锋接着回答：“正如您所想一定会有人前来破坏所谓的联盟，甚至刺杀都有可能用上。所以锋儿才会以自己的名义答应三皇子的邀请，即使成为众矢之的也不是将军府而是锋儿自己，事后您只需出口教训锋儿几句再简单地略施小惩，一切问题也就迎刃而解了，既回绝了三皇子也告诉了帝都各个派系将军府绝不参与皇权争斗。至于您所说的众矢之的，锋儿相信在将军府这样一个地方刺杀是很难成功的。”

华将军赞许地看着华晓锋：“锋儿，你的想法固然很好，但帝都各派均有非凡之人，只怕这个出头鸟没人愿意做，冷眼旁观的人倒是会不少。”闻得此言，华晓锋面露一丝厌世之色：“您多虑了，即使真的没人前来刺杀，我们将军府也可以为他们上演一场华丽的刺杀。何况，这个出头鸟一定会有人做，即使各个派系的非凡之人能想到，他们的正主也一定会沉不住气，皇权的诱惑可以令他们抛弃一切，他们赌不起也输不起。而我们要做的就是部署好一切。”

华将军对华晓锋今日的睿智满意之极，尽管满心欢喜，但心中犹有一丝戒备，华晓锋今日所为可太不像自己那个纨绔至极的二世祖。华晓锋走后，“我知道你在这里，出来吧，老伙计”华将军话音未落，房中一团黑影出

现里面走出了一个人，正是神秘的大管家：“将军，老奴可没有故意偷听您和三少爷的谈话啊。”华将军爽朗一笑：“这是说的哪里话？无妨，但先生对锋儿可有什么看法？不知为何，我居然有种看不透他的感觉。”华将军真是问到大管家的心里去了，一向见多识广的大管家此时也是一脸迷惘：“这个问题，老奴亦不知如何做解，不知将军发现没有，自从三少爷受伤回来后，性子变了很多，再不似之前那般荒唐胡闹，而且自从三少爷醒来后，老奴就再也没能看透三少爷的修为。将军您是明白老奴的，能瞒过老奴的探测只能说明两点，其一就是那人根本就是个普通人，其二就是那人的修为太过高深，凭老奴根本探测不到。”

华将军脸色一暗：“先生的意思是……”不待将军说完，大管家直接打断：“将军不可，我们并没有真凭实据，还是静观其变吧。”

……

暗杀自古以来就是一个残忍但绝对有效的手段，图穷见匕，拯救国家安危；鱼肠带剑，报晓知遇之恩；政客买凶，以图权倾朝野；江湖仇杀，得逞一时之快。

月明，风起，庭院中千叶齐舞，一道黑影悄然融入夜色，无声无息地进了将军府——

华晓锋休养数日就应三皇子之邀的消息传出后，果然有几个势力沉不住气了。华晓锋像往常一样换下衣物准备休息，身边一个侍从也像往常一样帮他收拾换下的衣物，突然，侍从神色古怪地摇了摇头，华晓锋敏锐地察觉到空气中有一丝危险的味道，尽管自己还没有恢复巅峰时的功力，但对付如今的人族，恢复两成功力的华晓锋还是蛮有信心的，然而仔细地探查一番房中却实又没什么异常。华晓锋只好继续做着自己的事，就在华晓锋即将躺上床最无戒备的那一刻，身边的侍从身体无缘无故地爆炸了，“轰！”血雾飞射，华晓锋仓促间左支右绌，破绽百出急忙躲避剧烈的爆炸。只见被血雾射到的地方立即化为飞灰。

就在华晓锋匆忙闪避着血雾的时候，本来掉落在地上华晓锋换下的空空衣物里瞬间出现一个诡异的人影，手一扬一众银针纷纷射向破绽百出的华晓锋，每一根都从刁钻的角度射出直取周身的各个死穴，如此，杀手手持短剑直击华晓锋前胸要害。华晓锋前面是神秘杀手，后面则是自己的床，根本就无后路可退。世人皆知华晓锋是个十足的草包，就在杀手认为自己即将得手之际，

华晓锋忽然现出一张诡异的笑脸：“呵呵，你们终于现身了，本少爷早就等得不耐烦了。”说话间华晓锋扯下自己身上长袍轻盈一舞，所有的银针尽被长袍包裹，看似写意的随手一挥直接化去了这一击之力。

眼前的杀手感觉到了一丝不寻常，自己事先已经在华晓锋的侍从身上下了毒，如此出其不意的攻击居然根本就没有效果，接着面对自己的雷霆一击，华晓锋这个草包只是诡异对自己笑了笑，再看到他轻易地化解了自己的暗器，作为杀手他敏锐地感觉到自己有危险，于是他果断地放弃了自己即将到手的猎物。

眼前的杀手莫名其妙地消失了，房中静得有些可怕。华晓锋冷笑地看着一片空气：“怎么，正阳帝国这么在乎我玄月帝国吗？居然连忍者也派出来了。”静，依然没有任何回声。“嘿嘿，你不回答也没关系，实话告诉你吧，正阳帝国本少爷迟早要去的，你们这些卑微肮脏的东西杀你那是脏了我自己的手，放心本少爷自然会放过你，作为回报你就替我向正阳帝国的蜃楼送样东西吧。告诉那些卑鄙下流的家伙我云翔回来了。”

华晓锋说着一股浓烈的杀气蓦然包裹了整个房间，杀手真的心惊胆颤了，他发现自己的身体根本就不听自己的使唤僵硬在原地了，一只手迅速地抓向自己的头颅。“嘶嘶”杀手倒吸一口凉气痛得差点晕了过去，他亲眼看见那手敷在自己的前额猛地抓起，“嗤……”自己的皮肤自头顶至脚踝飞离了自己的身体。

他不明白为什么一向草包的华晓锋会如此可怕，不明白华晓锋是如何重创了隐身下的自己，不明白华晓锋之前那些话究竟是什么意思。现在杀手空有一个血肉模糊的人形，浑身上下都在不住地滴血，他怕极了！纵然如此却依然没有死。

华晓锋凑到杀手身边，出手如闪电，几根发丝如银针般飞射进杀手体内，然后他擦了擦手：“我说过不会让你死的，这五根头发分别保住了你的心脉，激发了你的潜力，在这几天你能享受到比你之前更高深一层的玄功，回去后告诉蜃楼当代楼主，欠我的我会一一讨回！”不待华晓锋说完，杀手忽然暴起，一头长发如针尖一般甩向华晓锋！这已经是他唯一的利器。然而，华晓锋讥讽的眼神就如看小丑一般看着他：“我是该说你忠心呢？还是该说你愚蠢？”杀手彻底绝望了，只见华晓锋很随意地伸出一只手，杀手的头发就再也甩不过去了，两人之间似乎有一道看不见的屏障。



杀手异常惊讶，一丝不好的念头充斥在脑中，看来华晓锋不仅仅功夫诡异，想来可能还是个结界师，那么为什么人尽皆知华晓锋是个草包呢？杀手想到了很多，他想把自己的想法传回去，他萌生退意了。但是对面的华晓锋温和地看着他：“算了，还是我自己动手吧，你看来是个死士，想来你是不打算活着回去了。”杀手惊悚的眼神看向华晓锋，他突然发现华晓锋的瞳孔变成了诡异的紫色，接着自己的意识在缓缓消失，片刻，这个血肉模糊的杀手浑浑噩噩的离开了将军府，就像他来时一样悄然离开没有任何人发现。

华晓锋刚想清理房间，忽然发现一丝凛冽的杀气直取自己的后心。一个爽朗浑厚的声音满怀杀气：“哈哈，好！干得好！只是不知我的锋儿什么时候有了这般修为？”话音刚落，一屋子的杀气犹若凝成实质，华将军来了，他的话明摆着就是在质问。华晓锋悲哀地发现自己根本无法正面对敌华将军，他清楚地知道只要自己稍有动作华将军都能找到一丝破绽，对于自己那就是致命的。但是身为神族的尊严告诉自己他不可以屈服：“将军，看来我真是低估了您，您比我预计中的快了许多。”

华将军冷冷地看着他：“说吧，你到底是谁？锋儿在什么地方？”华晓锋虽然背对着华将军但还是笑了出来：“哈哈，将军也会有牵挂不是吗？其实你已经猜到了为什么不愿意相信自己呢？”华将军眉头一皱，眼中闪过丝丝杀气但还是极其不耐烦地问了一句：“老夫在问你，你从实回答就好。”尽管华晓锋话中的意思已经很明显，但是华将军仍然抱着一丝希望。华晓锋明显感受到了华将军的情绪波动，也知道与华将军一战已经是无可避免，傲慢的他又哪里能听进去华将军的不敬之语：“呵呵，将军，让本座告诉你，你这可不是问话，而是在审讯犯人。就凭你还不配审问本座！”

华晓锋说着已然转过身来，紫色的眸子正对华将军，身周的杀气丝毫不比华将军逊色。听得华晓锋的回答，感受到华晓锋丝毫不弱的身手，华将军明显迟疑了一下：“你究竟是什么人？远古种族？”

华晓锋自嘲地笑了笑：“远古种族？哈哈，你居然拿他们与本座相提并论，看来本座现在的实力对于你还真是不够看啊。算了，将军你信也好不信也罢，就让本座告诉你，你的锋儿早就死了，但是你不用担心，因为

你早已为他报了仇，仇人就是孟家。”

华将军心底一阵抽搐，不论华晓锋如何纨绔，但那毕竟是自己的孙子，他死了也就意味着将军府真的是后继无人了，自己在这个世上除了一座赫赫有名的将军府外，连一个挚亲都没有，偌大的将军府只是一个充满孤独的牢笼。尽管华将军心中波涛汹涌、思绪万千，但是眼前这个神秘的华晓锋还是引起了他的重视。华晓锋的年轻绝对不是伪装，但是如此年轻实力却又太过惊人，始终有点说不过去，除了远古种族，华将军实在也想不到别的什么了，可是华晓锋一口否认，连华将军自己都有点发懵，硬是压下心中的悲愤，华将军不冷不热地看着华晓锋：“好，老夫明白了，相信以阁下的身份也不会欺我，只是阁下出现在这里也难免引人深思，这里终究不是阁下该来的地方。”

华将军说着星辰之力已然凝聚，黑暗默默地吞噬着整个房间，点点星光自黑暗中亮起缓缓地汇聚在一起。星辰是灼热的，可是又阴冷异常，华晓锋清晰地体会到了一种非常矛盾的感受，接着，万千星辰居然诡异地在华将军的掌控中汇聚在一起，以磅礴之势冲向华晓锋。

面对如此浩瀚的星辰之力，华晓锋不得不提起自己的全部功力应对华将军的磅礴攻击。强行化形之下，华晓锋感觉到自己的身体疼痛欲裂，强忍着剧烈的疼痛，华晓锋硕大的蛇尾直击浩瀚星辰。

“轰轰轰轰!!!!”

整个帝都都为之震动了。鲜血飞溅，几片坚实的鳞片零零散散地落在地上，华晓锋倒飞而出重重地撞穿了好几堵墙这才停下，口中鲜血不停地涌出，遍体鳞伤之下犹自冷笑地看着华将军：“看……到了吗？……你的……星辰之力……本座只……用一招就……能……化解……只……可惜……本座……的……伤还没有……好……”

华将军见华晓锋化形成了人首蛇身的样子，心中震撼无比：“末将华无忧参见少主。”说着华将军单膝着地对着华晓锋一拜。神秘的大管家也不知什么时候出现在华将军身后：“参见少主。”

华晓锋迟疑了一下随即释然：“哈哈……星辰……之……力，是啊……除……了……转世……星辰……又……有谁能……动用……星辰之力……？可笑……本座居……然一时……没有……记起……”



……

强烈的震动后，皇帝醒了，但是他转过身重新睡了过去，他知道帝都各派系这几天会有针对将军府的行动，正和他意也省得他动手。各个皇子醒了，他们做的第一件事就是接见了自己的客卿。帝都中两个很古老的家族也醒了，他们的家主立即向将军府的方向奔来。

顷刻间，将军府热闹非凡，许多不同的人马或明或暗地出现在将军府，几乎各大派系都知道华将军动用了星辰之力，华将军本就是天下第一，能迫使华将军动用星辰之力，可想而知那会是怎样的状况。

将军府内，华将军大发雷霆，一甩手，一枚烟花飞射上星空。

“轰!!!”夜幕陡然一亮，烟花升上星空不久便爆裂化为点点繁星，接着陨落而下。

帝都中一阵骚动“看啊！是将军令！”“是啊，一定是出大事了，连将军令都升起了！”将军府外一片嘈杂，然而，嘈杂声中却夹杂着整齐划一的步伐声。众人尚还在为将军令惊叹之际，帝都四个方位的城门已经被军队封锁，短短数息之间，东方、西门、南宫、北堂四大家族的家主已经带着数万兵马包围了将军府周遭，一时间整个帝都中弥漫着阵阵杀气，全城进入了戒严状态。

四大家族家主远远地向华将军行了一个军礼，接着他们也不说话只是面无表情地指挥着各自的军队，帝都各种不同的兵种有条不紊地执行着军令。自将军令升空后，将军府中的一些奇人异士纷纷隐入黑暗中，潜伏在人群里，似乎只要华将军登高一呼，他们就会伺机而动。冷冽的夜风拂过，帝都中的气氛诡异异常，将军府周围更显沉重，许多家禽、鸟虫在这沉重的肃杀之气下爆体而亡。

“啪”一个人体落地的声音打破了这诡异的安静，接着“啊”的一声惨叫，华晓锋重重地摔落在院中：“爷爷，锋儿知错了，锋儿再也不敢了，您就高抬贵手饶了锋儿吧！”暗中的众人哭笑不得地看着哭叫的华晓锋一阵无语，再联想到数日前华晓锋私应三皇子之邀，众人心中都有了算计，想来是有人忍不住做了出头鸟，不待华晓锋与三皇子接头就被华将军察觉到了，接着东窗事发，然后发展到此。

华将军一脸怒容地出现在庭院中，而地上的华晓锋两条腿皮开肉绽，鲜血直流。此刻正哭哭啼啼地看着华将军：“爷爷，锋儿真的知错了，您不要责怪锋儿啊，对了！是三皇子！都是三皇子教唆锋儿如此做的呀！这不

能都怨锋儿啊！爷爷，你打也打过了就饶了锋儿吧。”

听着华晓锋一席话，无论在明在暗的各派人手均是一片鄙夷，这话真是混账至极，遇了麻烦直接就推给别人，哪还有一点担当？不过与传言中那个纨绔败家的形象倒是不谋而合。华将军恨铁不成钢地看着自己的孙子：“管家！”话音未落黑暗中突兀地出现了一个人：“将军，老奴在此。”

不待华将军发话，华晓锋一阵怪叫：“不！不要啊！爷爷，锋儿是你唯一的孙子啊，何况这次根本就是三皇子的主意！爷爷，不要这样就算您要罚也不能只罚锋儿一人啊！爷爷……”众人眼中的鄙夷已然多出了几分不屑，然而华将军只是冷冷地说：“将他关起来，即日起禁足。”华晓锋被拉了下去：“爷爷，你不可以的！锋儿是你唯一的孙子啊……”随着华晓锋渐渐远去，哭闹声完全消失后，华将军看着清冷的夜空面无表情地说道：“大家都是熟人，何必藏头露尾？都出来吧。”

华将军看似随意的一语，却着实令在明在暗的众人都大吃一惊。因为，无论是隐匿状态下的杀手，还是就在府外的武者，他们都只有一种感觉，那就是华将军似乎就站在他们身边，而他们似乎有着万千破绽都暴露在华将军冷厉的眼神下。所以华将军话音一落。本来空旷的虚空之中立时从各个诡异的角落出现了一众身影。

然而，华将军冷冷一笑：“本将军数到三，若还有隐匿者则视为居心叵测之辈，届时若无法给出一个合理说法，便只有死！”静，又是一片诡异的安静，华将军威严的声音再度响起：“一！”黑暗中缓缓闪现一个人影，此人却是三皇子一系的军师——管公公。“二！”静谧无声，“三！”随着华将军的话音落下，半空中寒光一闪“咻”一枚暗器断为两截跌落在地上，而摧毁暗器却并不是什么神兵利器，仅是一片花瓣，夜风轻拂，尚留余香。

“芊芊姑娘真是好手段！本公子今日何其有幸，居然领教了将军之手。”富有磁性的声音缓缓而出，醇厚而不失温情，响亮而不失稳重。不过是平平常常的一句话却让人觉得如沐春风。

所有人都抬头望去，尽皆目瞪口呆，此人看上去只不过三十出头，丰神如玉，一副世家公子的打扮，他一出现立即夺去了所有人的视线，令整个将军府都有一种生辉之感。此人正是被誉为第一美男子的花溅泪。

花溅泪宽额高颧，浓眉虎目，如此充满了澎湃之力的五官，却长在一张圆而不阔，肤色白皙的脸庞上，再加上血色饱满，薄若刀削的嘴唇，仿佛将天下最威武的男

子与天下最娇媚的女子合而为一，独有一种奇异魅力。

花溅泪不远处，一个曼妙的丽影款款而现：“公子过奖，芊芊愧不敢当。如此雕虫小技又怎及公子一二？只怕公子登高一呼，天下群芳必然倾巢而出。芊芊又算得什么？”清脆的声音，清瘦的身形，清秀的面容，清纯的装束。若然此处是为闺阁，只怕人人都会误以为将军之手纪芊芊是一个大家闺秀，然而正是这样一个如若大家闺秀一般的纪芊芊却是一个不折不扣的王牌杀手。

纪芊芊对于花溅泪话中的将军之手非常不满，回答花溅泪之时明显话中有刺，花溅泪已然察觉方才话中不妥对于纪芊芊也是没什么在意：“呵呵，芊芊姑娘倒是要见谅，本公子绝无不敬之意。”说着向华将军行了一礼：“华将军，在下本不欲参与此事，只是之前将军动用星辰之力的时候，在下感到了故人的气息因此前来，不欲现身也只是不想宗门卷入帝都争斗。不知这样的说法将军可还满意？”

花溅泪乃天下第一美男子可谓人尽皆知，但是如今听的花溅泪所说似乎其背后另有宗门，倒是令帝都各个势力都大大地惊讶了一下，毕竟能在帝都中保持中立而且多年来一直屹立不倒，已经是很难得了，可是在这鱼龙混杂的帝都中隐匿着一个不为人知的宗门，就比较令人惊讶了，人们发现不了只能说明一个问题，那就是花溅泪背后的宗门绝对不一般。

可是别人不知，并不代表将军府不知。花溅泪背后的宗门正是流芳阁。这一宗门之中无论男女老少皆有着惊世骇俗的容颜，且所有的门人均花姓，表面上看似一个大家族，实则却非如此。尽管所有的门人都姓花，但是彼此毫无血缘关系。流芳阁中人武者最为稀少，术士与方士则是层出不穷，且各个都是清雅之辈、不显山水。而天下第一美男子花溅泪就是当代流芳阁的阁主，也是流芳阁中少有的武者。

花溅泪不卑不亢地回答倒是很得华将军的赞同：“好，既是为故人而来。这算是合理的说法。那么，管公公你呢？”说着华将军犀利的目光看向管公公。

管公公是一个年逾花甲的宫人，是隶属于三皇子的势力，也正是因为宫人的身份，管公公的性格非常孤僻，在三皇子势力下是个幕后军师一般的人物：“呵呵，三皇子与令孙几个小孩子的玩闹居然引起了华将军震怒，怎么说我们三皇子也该避避嫌呀，不管怎么样始终是小孩之间的胡闹，华将军何不睁一只眼闭一只眼任由他们折腾去？何必牵扯上各自的势力呢？”管公公不愧是人精，

此话一出直接颠倒是非，表面上当真是无懈可击，然而华将军又岂是好对付的：“管公公，说的也是，小孩间的胡闹确实是荒唐，所以就任由他们胡闹去吧。如此将军府与三皇子结盟的游戏也该告一段落了，却不知管公公避嫌怎么地就避到了将军府？”华将军说得很明白，同时也在告诉帝都各派系将军府会保持中立，不欲与三皇子结盟。

管公公心中虽有惧意脸上却依然是一副无所谓的样子：“将军言重了，此番前来只是见到了将军令，还道是帝都出了什么大事，原来起因却是因为小辈之间的嬉闹。”

华将军收起杀意，戏谑地看着管公公：“哦？看来倒是老夫多心了？那这样也好。趁着如今帝都中许多首脑都在，老夫倒是要把话说清楚，将军府永远保持中立，不会参与任何派系的争斗，但是相对的任何派系也别想将主意打到将军府头上，管公公你说呢？”

管公公随即点头附和：“将军说的是。相信以将军府的威名，帝都中不会有谁不开眼。”华将军面无表情地看向众人：“好，如此下不为例。若然再有无知之辈犯我将军府，将军令必然会在他们的老巢亮起。”

众人一片唏嘘，谁都知道华将军说得做出得到，纵观整个帝都根本就没有能够与将军府抗衡的势力，将军令若当真在自己的老巢亮起，只怕被剿灭只是时间的问题，华将军婉约的威胁一时间震慑住了所有人。

人群中附和之声、马屁之声纷纷响起，哪里都不会缺乏这样的人才，何况是在天下第一的华将军眼前？华将军眉头微微皱起，他似乎很不喜欢这样的阿谀奉承，然而他只是对着将军府外的军队打了个手势，军队有条不紊地撤离包围。聚在将军府周围的各派人士非常出奇的没有立即离开，因为他们发现自己仍然被华将军锁定着。纵然大军已经退去，但来自华将军的威压令他们并不轻松。他们如今只有好奇，华将军的玄功究竟到了何种地步？

“哈哈……”看着早已萌生退意却又不肯离去的众人，华将军爽朗一笑：“天色不早了，大家都回去吧。”随着威压的消失，众人都松了一口气，纷纷起身离去。

所有人都陆陆续续地离开了，但是花溅泪却迟迟没有离开：“将军，晚辈冒昧有一事想求证于将军？”华将军心中也大为好奇，是什么能使一向性情冷淡的花溅泪执着不已：“但说无妨。”花溅泪淡然一笑，如果此时众人在此，只怕花溅泪会立时成为一道亮丽的风景线：“多谢将

军了，敢问将军之前动用星辰之力是与何人交手？”关系到华晓锋，华将军心中闪过一丝疑惑：“难道公子之前言及的故人就是与老夫交手之人？”

花溅泪苦笑了一声：“这晚辈也不敢确定，只是在将军交手前的一刻，晚辈就感受到了那种熟悉的气息，但很微弱。按理那位故人的实力不应只此，所以晚辈并不能确定。”华将军疑惑地看着花溅泪：“他是你的朋友？”

花溅泪看向虚空，以往的一幕幕涌上心头：“他不仅仅是晚辈的朋友，更是晚辈的好兄弟。”华将军试探地看着花溅泪：“公子不若与老夫做个交易如何？”花溅泪也发现华将军有点怪异：“将军请明言。”华将军淡然地看着花溅泪：“告诉老夫你的真实身份，如果老夫觉得还过得去，就带引公子去见他如何？”

花溅泪提防地看着华将军：“将军此话何解？晚辈不过一俗世中人还要有何身份？”华将军一摆手：“阁下看来对我将军府怀有很大的戒心，既然如此公子请回吧，不过今日之事暂且作罢，日后老夫会替公子留意。”花溅泪眉头微微皱起，他在犹豫。然而，不一会便恢复如常：“晚辈告辞。”花溅泪离开了，所有人都离开了。

将军府，华晓锋的房间内。

华将军恭恭敬敬地对着躺在床上的华晓锋行了一礼：“少主，未将冒犯了。”华将军的身边还有神秘的大管家。华晓锋一改之前纨绔的神色：“将军也是情非得已不必如此，令孙之事本座也很惭愧。”华将军刚毅的脸上闪过一丝悲哀：“少主不必自责，那事本就怨不得少主。如今少主以锋儿的名义屈身将军府倒真是委屈少主了。”

华晓锋坦然一笑：“将军本就是星辰化形，存在于天地间又何止千万年，本座爷爷叫的可是一点也不冤啊。大管家你说本座说的对吗？”管家苦笑着：“少主，您这可是为难老奴啊。老奴实在不知该如何回答。”

华晓锋话锋一转：“既然不好回答那就不用回答了，魔瞳一族如今是什么状况？”管家思索一番：“魔瞳一族一切安好，千年来一直在打探少主的消息，如今少主安然，老奴与将军倒也安心了。”华晓锋点了点头：“其他种族可有消息吗？”华将军沉思许久：“有一些，不过好多曾今的世家大族如今都已衰落。”

华晓锋苦笑着：“好一招刹那芳华，弹指间居然过了千年。如今帝都中混乱不堪，人族沉沦至此却依然贪念十足，如今的格局是该改改了。将军，暂时还不能公开我的身份，就先静观其变吧。”“未将遵命，只是少主的伤？”“皮外伤而已，倒也无所谓。”

……

天明，帝都中依然若往，人们都在做着各自的事情。对于夜间将军令的事，根本无人谈起，就好像没有发生一般。朝堂之上，就连许多昨晚到了将军府的首脑也刻意忘掉了将军令的事。皇帝又何尝不是？纵然夜间的将军令对帝都影响颇大，但是没人上奏，即使是皇帝也不敢质问华将军，何况那些世家大族？

华将军知道，无论如何要给皇帝一个台阶的。他一如既往地镇定上奏，昨晚之所以动用将军令只是在帝都中惊见正阳帝国的忍者，而且那些不开眼的忍着居然去将军府行刺，这才动用了星辰之力以及将军令。

华将军的上报，明眼人均知只是给皇帝台阶下，毕竟纵然无人敢提昨晚的事，但还是造成了一定的轰动，怎么说作为臣子的华将军还是要给一个和理解的。但是华将军的上报，也令朝堂上的大臣们若有所思。

众所周知，当世三大帝国之中，雪域自成一系，安之一隅很少采取军事行动，除非是有他国入侵。而正阳与玄月却是交恶到了极点的两大帝国。两国交恶的原因就是因为正阳帝国觊觎玄月帝国的神州大地，正阳帝国是为岛国，环境及其恶劣。玄月本有接纳他们的意思。奈何正阳帝国多次入侵扰民，动辄以屠城示威，欺男霸女，无恶不作。终于惹怒了玄月帝国，于是华将军领命挥师东征，以华将军的铁血手腕仅仅半年时间，整个正阳帝国面目全非，几乎所有的男丁都被屠戮殆尽，土族阶级尽为俘虏，所有当初侵略边境的战犯尽数被带回当年他们屠戮的城池接受城民的惩治，几乎全被愤怒的城民活活打死。华将军在边境的声望涨到了极致，正阳帝国的土族阶级则被吓破了胆，纷纷跪地求饶，答应割地赔款并年年入京朝贡。如此，这才在华将军手下换来数年的喘息之机。

现在正阳帝国朝贡的日子又快要到了，华晓锋和三皇子来了一场闹剧，在这最敏感的时候，华晓锋遇刺，刺客居然还是正阳帝国的忍者，刺杀原因只是不想三皇子派与将军府联盟，这就说明了帝都之中有权贵与正阳帝国勾结。

皇帝的表情异常愤怒，众大臣的表情也是十分精彩，一时间倒也真的将将军令的事放在了一边，最终在皇帝下旨彻查此事后，这才退朝。

三皇子府中，管公公满意地听着三皇子的讲述。

大皇子与二皇子的府中没有任何动静。

流芳阁中，花溅泪厌恶地将消息扔在一边。

其余各大势力纷纷潜入暗中仔细观察……

(未完待续……)

(作者单位：连云港市第一人民医院)





# 爱，印在患者心上

□ 杨光礼 薛梅

邵仲凡是市第一人民医院胸外科主任、主任医师，从医30年来以其高超的医术和热情周到的服务，在患者心目中树立了人民好医生的良好形象，并成为医院人才群体中的佼佼者。

今年54岁的邵仲凡，1983年从徐州医学院毕业后，一直从事胸外科的临床工作。在这个千锤百炼的大熔炉里，邵仲凡在领导、医学前辈的关心和同事的支持下，迅速成长为独挡一面的业务能手。多年来，共施行肺癌、食管癌及纵隔肿瘤等高难度手术逾千例，尤其是采用胸腔镜微创技术用于临床，使市一院胸外科微创技术走在了全市前列。

长期以来，邵仲凡致力于胸外科临床的研究和探索，积累了丰富的临床经验，因此，在港城大地颇有名气。找他看病的患者日渐增多，邵仲凡总是热情地接诊每一位病人，从不推诿，他用妙手为众多的患者解除了疾苦。本市一位张姓患者患胸壁巨大肿瘤，导致呼吸不畅等危状。邵仲凡为其成功切除肿瘤后，积极采用有机玻璃修补胸壁缺损并一期完成胸廓成形术，手术做得相当完美，让患者能正常生活和工作，病人及全家感激不尽。东海县50岁的患者颜某患

巨大胸腺瘤伴重症肌无力，曾辗转外地几家医院求医，均因手术风险大而被拒之门外，是邵仲凡凭其精湛的业务技术让这位患者绝处逢生。

邵仲凡在治疗食管狭窄病上更有绝招，为进食困难的病人祛除了痛苦。食管癌术后引起的吻合口狭窄及良性食管、贲门狭窄性疾病，过去多采用手术治疗，但手术创伤大，病人异常痛苦。邵仲凡努力探索，积极采用国内先进的非手术治疗方法，将一根球囊导管经口插入食管狭窄部，然后球囊充气将食管狭窄扩开，病人在治疗后两小时即能顺利进食。

“治病救人是医生的天职，我们作为一名医生最起码要对得起自己的良心。”这也是邵仲凡常说的一句话，并把诺言付诸于行动之中。为了挽救一个个病重的患者，不知有多少回，刚到家接到电话后又赶到医院参与抢救病人。

2009年3月的一天，东海县21岁的建筑工人朱某，施工中不慎导致严重的胸外伤，引起呼吸困难，被当地医院迅速转入市一院胸外科救治。经查确诊为左主支气管从隆凸处完全断裂、左全肺不张，这是一个极为罕见的病例，必须

做原位重建术。然而,施行这一手术操作复杂,麻醉技术要求极高,这对胸外科医生也是个挑战。邵仲凡凭其高超的医术和对伤者高度负责的精神,在麻醉医师的保驾下,首先游离肺动脉主干,然后游离隆凸及主支气管断端,修剪后,将气管隆凸与左主支气管断端吻合,历经4个多小时的精心操作,终于成功地完成了这一高难度的断裂气管隆凸原位重建手术。就在朱某痊愈出院的那天,一个劲地说他是救命恩人。

邵仲凡认为:作为一名医生,不但要有好的医术,更应具有高尚的医德。

赣榆县36岁的男性患者陈某被确诊为气管内肿瘤,是邵仲凡主刀为其成功地进行了手术切除。当陈某身体康复后,执意邀请邵仲凡去吃顿饭,被婉言谢绝后,陈某又送给邵仲凡钱物以谢救命之恩,同样也被谢绝。陈某不无感慨地说:“你们真是廉洁行医生的好医生。”

“医学事业是我的生命。”这是邵仲凡的座右铭。为此,他付出了很多很多,也取得了骄人的成绩,但是他并没有止步,而是向医学高峰继续攀登。兴起于90年代的电视胸腔镜手术,被医学界誉为“钥匙孔手术”之一胸腔镜微创手术,邵仲凡瞄准了这一胸外科领域里的高新技术,应用他在国外学习和工作经验,迅速完成了器械配置工作。2000年初,邵仲凡凭着一股钻劲,在没有任何技术外援的情况下,带领助手独立开展并成功完成了我市首例电视胸腔镜下多发性肺大疱切除及慢性阻塞性肺气肿肺减容手术。这项新技术不剖胸,切口小、痛苦少、恢复快,深受病人的欢迎和好评。

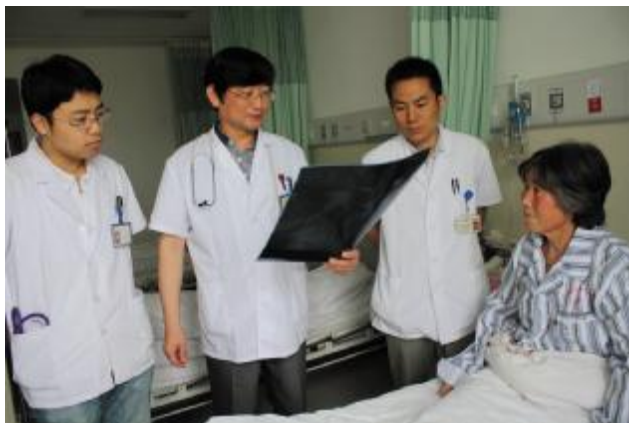
近日,笔者再次采访邵仲凡时,他高兴地向笔者介绍10多年来运用胸腔镜成功开展全市首例各类新手术的详细情况,共完成胸腔镜微创手术300余例,其中全胸腔镜下肺叶切除微创手术30余例。笔者为他在事业上取得的辉煌成绩感到自豪。这些手术成功的背后,倾注着他多少的心血和汗水,也是他把爱印在患者心上的真实写照。2001年7月运用胸腔镜微创技术,连续治疗3例胸腔有恶性胸水的患者;2003年开展扩大性肺癌手术,作全肺切除,包括受累

的部分心房切除;2006年治疗胸腔及心包大量积液,完成了左侧胸膜固定术+心包开窗引流术;2010年完成胸腔镜下胸腺瘤切除术;2011年2月,连续完成5例胸外科微创领域里的高难技术——胸腔镜下肺叶切除+纵隔淋巴结清扫术;2013年5月又成功完成微创顶尖技术——胸腔镜下食管癌切除术,开创了我国微创手术治疗食管癌的先河。另外,邵仲凡还于2011年6月成功开展了电视纵隔镜手术。

邵仲凡不仅医术精湛,在学术论文及科研上也是硕果累累。近几年来,有《支气管、隆凸、肺动脉成形肺叶切除治疗原发性肺癌》等20余篇学术论文在《中国胸心血管外科临床》等杂志上发表,其中《原发性肺癌支气管成形肺叶切除术后并发症处理》一文还参加了在日本东京举行的第九届国际肺癌学术会议上交流。由他主研的《左径胸经膈肌裂孔食管癌切除术的临床研究》、《电视胸腔镜治疗自发性气胸的临床研究》科研成果,分别获得连云港市科技进步二、三等奖;《电视胸腔镜诊治恶性胸水》获省卫生厅医学新技术引进二等奖。

面对诸多的成绩和荣誉,邵仲凡并没有满足。他牢记救死扶伤、治病救人是医生的神圣职责和义务,为使更多的患者摆脱疾病的折磨,他仍在胸外学科领域里孜孜不倦地追求和探索着……

(作者单位:连云港市第一人民医院)





## 光明团队在行动

□ 胡金凤

技术卓越,自我超越是连云港市眼科医院白内障门诊永远的追求。深厚的专业功底,精湛的医疗技术,使市眼科医院白内障治疗团队家喻户晓,目前白内障治疗团队形成了以王华、李乐义主任为首的两个治疗小组,已成功为数万例白内障患者实施了复明手术。

### 大医精诚 播撒光明

2013年3月2日,一位95岁的高龄老人在家人的陪同下来到市眼科医院,她叫魏加云,老人家平时身体不错,生活态度乐观积极,是远近有名的长寿老人,但视力逐渐下降,5年前双眼就仅有一点点光感,根本看不见外面的世界。经多家医院诊断为双眼白内障,但考虑到老人年龄和手术难度,一直未能进行白内障手术治疗。5年来,魏加云老人到户外活动只能坐轮椅,凭声音辨认亲人,生活起居也由专人照顾,严重影响了老人的日常生活。今年春节之后,魏加云老人和家属慕名来到市眼科医院就诊,眼科主任王华

为其进行全面检查,并与老人和家属沟通后,决定为其施行左眼白内障手术。考虑到老人年龄已大,白内障已进入过熟期、核硬度大,整个眼部结构显著老化,并且听力不佳、术中配合差,手术难度和风险都非常大。为了确保手术顺利,王华带领团队制定了细致周密的手术方案,对手术所用仪器进行了优化调整,充分考虑所有细节,确保手术万无一失。手术当天,王华主任按手术计划细心操作,以精湛而娴熟的技术成功为老人施行了目前最先进的2.2mm微切口白内障超声乳化吸除联合人工晶状体植入手术。整个手术进行得相当顺利,仅用了十几分钟,手术第二天魏加云老人就在家属的陪同下回家了。复查时老人即能看清东西,摆脱了多年看不到东西的痛苦。老人高兴地拉着王华主任的手千恩万谢,还信心满满地和王华主任约定:“过段时间我还要来开另一只眼睛!”

像这样的事在市眼科医院还有很多,这源



于白内障治疗团队过硬的技术实力和不断挑战极限的团队精神。近年来,白内障治疗团队每年成功为近2000名老人恢复了光明,复明率达到了99%,在连云港市专业领域处于领先地位。多名外籍白内障患者也在这里得到了良好的救治。成功的背后是他们对白内障事业的无限向往,对医学技术的不懈追求。

#### 引领白内障复明技术升级

1988年,市眼科医院眼科建科之初,仅仅能满足一般的临床工作需要,处理一些难度小的白内障手术,遇到白内障过熟,白内障伴慢性病患者,就只能转到上海、南京等地救治。王华主任和李乐义主任带领科室团队坚持走临床与科研相结合的道路,逐渐形成了一套具有专科建设特色的新思路、新理念、新模式,实现了跨越式发展。

不断创新技术、提升治疗效果是科室团队发展的核心。经过不断的学习、研究、临床应用和总结,市眼科医院白内障门诊成功实施了白内障超声乳化加人工晶体植入术。不仅填补了连云港市该项手术的空白,还有效提高了白内障患者的复明率,成为白内障患者的常规手术项目。

如今,市眼科医院白内障治疗团队依然在技术创新和科室发展上孜孜不倦地探索。面对日新月异的医疗新技术,团队还积极与国外眼科专家保持长期合作关系。聘请德国眼科专家汉斯教授担任专科客座教

授。白内障门诊的发展站在一个新的起跑线上。

#### 彰显人性化服务要求

在黑暗中生活的白内障患者需要贴心服务和悉心照料,无微不至的点滴关爱更能缓解患者精神和肉体的痛楚。在李乐义主任的倡导下,一项项优质服务应运而生。医护人员进病房前总是先轻轻敲门,等病人准备完毕再进入病房,体现了对病人的充分尊重;许多高龄白内障患者自理能力差,护士们总是发扬不怕脏不怕累的精神,亲自为他们擦洗;在为患者换药前,总是轻轻地揭开纱布,减轻病人疼痛……

白内障治疗过程固然辛苦,术后护理尤其需要精心、爱心、耐心和细心。由于白内障术后一直盖着纱布,很多患者不能正常用眼,常常产生不适感,为了缓解患者紧张情绪,医生和护士主动和患者进行沟通,告诉他们放宽心,积极的心态和健康的饮食更有助于伤口的愈合。许多病友和这里的医护人员结下了深厚情谊,时常电话联系,向他们倾诉心中的话儿。这里,每位医护人员都有联系的病友,很多老人就是在医生和护士们的关爱鼓励下重新恢复了光明,开始了新生活。

站在新的起点上,白内障治疗团队又确立了新的发展目标:在临床救治、科研能力、教学水平等方面居省内领先水平,同时,致力于眼科公益事业,要以更高的医疗服务水平为社会和患者服务,让人人都享有看得见的权利。(作者单位:连云港市眼科医院)



## 珍贵的红色连环画： 《模范护士程锡美》

□ 陈炜



在笔者收藏的地方文献中,一本1950年8月由上海宝山书局出版的连环画《模范护士程锡美》十分珍贵。这本仅有64页的连环画对解放初期由连云港医疗单位走出去的模范护士的先进事迹进行了全面地介绍。该连环画的出版,在当时的华东地区引起了很大的反响。时隔63年翻阅该连环画,依然能够再现这位新海连特区最早的省级劳动模范的先进事迹。

该连环画1950年8月由上海宝山书局出版,64开。该连环画原著为鲁续、素侠,郑明辉改编,蔡杰与孝虎绘图,画页中文字为唐海龄书写,石宝山监制该连环画。连环画从程锡美在卫校学习的场景开篇,接连用64页画面,对程锡美的家庭出身、学习、工作、生活、成长,直至在工作中成长为解放初期华东地区模范护士的先进事迹进行了介绍。

程锡美,1927年10月出生于山东省莒南县路镇区刘家白龙汪村一个贫苦的农民家

庭。1943年12月在抗日战争艰苦的年代,年仅16岁的程锡美便光荣地加入了中国共产党。1948年8月参加革命工作。历任学员、护士、新海连市立医院妇产科办公室室长、新海连市级机关托儿所保教股长等职。1953年调丹阳棉纺织厂医务所任护士长,后任常州市第二电子仪器厂保健站主治医师。1983年5月离休,享受县处级政治生活待遇。

幼时的程锡美经过家乡的山山水水的哺育和艰辛生活的磨练,她养成了温厚而朴实的性格。1945年,程锡美在刘家白龙汪村担任识字班队长,她带领全村妇女积极响应党中央毛主席提出的“自己动手,丰衣足食”的号召,积极带领全村妇女开展纺纱大生产运动。由于成绩突出,区委、区政府召开表彰大会,奖给她一面锦旗和一架木制手摇纺纱车。

1946年7月,解放战争开始不久,国民党军队第八十三师从临沂向莒南解放区进攻。我滨海军区独立团配合民兵进

行阻击时,程锡美同志出色地完成了转移群众、护理伤员、制作军鞋等支前工作,再次受到县政府的表扬和奖励。

1948年8月,程锡美被选送到由山东解放区滨海专署举办的“滨海卫生队”学习护理知识,同年12月,在淮海战役的隆隆炮声中,参加了支援淮海战役的支前任务,并由莒南县调到新组建的新(浦)海(州)连(云港)特区医院(今连云港市第二人民医院),投入了救死扶伤的工作。

程锡美踏上了新的工作岗位后,便承担了从前线转下来的我人民解放军的伤员护理工作。她整天为伤员清洗伤口、翻动身体、喂水喂饭,同时,她还安慰、开导、帮助有思想压力的重伤员,树立战胜伤痛的信心。不仅如此,她还将自己享受的每月二斤猪肉待遇的津贴费拿出来为伤病员用。一次,一批重伤员需转院治疗,可他们说什么地方也不去,因为他们担心到别的医院就得不到像程锡美那样的精心护理,最后,院长亲自出面说明伤员的病情,并特别强调,到哪里都能得到热心周到的护理,这样,这批伤员才依依不舍地告别。

有一次,华东人民解放军二十二师战士丁金英在卞庄战斗中,被敌人炮弹炸下腹部,因感染了尿道,小便不畅,曾经三次手术治疗,仍未能治愈,尿、血和脓液排泄不出,病情日渐加重,处于特别危重状态。该伤员由程锡美担任特别护理,她连续十几个日夜守护其床前,为了能解除这位伤员的痛苦,程锡美这位年轻的姑娘,不顾一切用导尿管插入伤处,硬是用嘴一口一口的,一次又一次地将膀胱臊臭的脓血尿吸出,直至吸尽,后经一段时间治疗,该伤员病愈康复出院。为此程锡美被评为新海连特区“南丁格尔”模范护士。1950年3月,程锡美出席了山东省人民代表会议。12月,山东省政府授予她模范工作者称号,并出席了山东省战斗英雄、劳动模范代表大会,受到山东省政府的嘉奖。

1950年8月,上海宝山书局,以她这一事迹为中心,用连环画《模范护士程锡美》,介绍了中国的南丁格尔——程锡美的先进事迹,在华东地区引起了很大的反响。1953年,程锡美从新海连市调往丹阳、无锡诸单位工作以后,还多次被评为先进工作者。

市地方文史专家认为,该连环画的发现不但为研究、了解模范护士程锡美的先进事迹提供了实物资料,还为了了解我市解放初期的医疗卫生情况提供了十分难得的历史资料。

(作者单位:连云港日报社)







# 生命的守望者

**葛婷** 连云港市第一人民医院护士，自2006年参加工作以来，她以饱满的工作热情、严谨的工作作风、精湛的医疗技术和无私的奉献精神，赢得了群众的赞誉，得到了社会的充分肯定，先后获得全国“优秀共青团员”、江苏省“优秀共青团员”、连云港市“优秀共青团员”及院“夜班之星”、院“优秀护士”等荣誉称号。

作为一名全国优秀共青团员，她在各方面严格要求自己，积极参加团组织活动，爱岗敬业，开拓进取，做到带头坚定信念、带头刻苦学习、带头争创佳绩、带头弘扬新风。工作中始终保持着爱岗敬业、任劳任怨的专业精神和良好的心理素质，从不计较个人得失，具有较强的团队协作精神，主动配合护长搞好科室管理工作，积极参与开展各种新护理技术项目，并将自己积累的临床经验传授给年轻护士，为科室的发展贡献自己的一份力量。日常生活中为人正派、遵纪守法、热爱集体、团结同事，关心国家时事，积极学习专业知识，不断提高自身综合素质。

2007年8月因工作需要她被安排在ICU工作，ICU危重患者多，病情变化快，抢救分秒必争，工作处处面临问题与挑战，作为一名优秀的ICU护士不仅要熟练掌握各种基础技能和专科技术，配合医生做好治疗抢救工作，还要有高度的责任心和爱心，担任起患者的全部生活护理工作。她在工作中不断学习和践行南丁格尔精神，把“以病人为中心”的服务理念真正落实到每一项工作中，力求每个护理细节都做到最好，并且通过自身的不断学习，认真钻研，求真务实，提高整体业务水平和职业素养，得到患者和同事的一致好评。ICU经常收治药物中毒和昏迷患者，这些病人入科时常常是满身呕吐物、大小便失禁，她从不退缩，不怕脏、不怕累，积极向上，她总说在抢救生命面前没有一秒钟可以犹豫和耽搁。有一次，ICU收治一位患“脑梗塞”致全身瘫痪的病人，因家人护理不当，入院时满身大、小便，且全身合并多处压疮，发出阵阵臭味。她亲自与护理员一起一遍又一遍清洗病人，病人因为进食困难，长期没有清洁口腔，口腔内积满食物残渣，张开口发出阵阵腐

臭，她又细心地用镊子一点点地将病人口腔内的食物残渣清除干净。她每天干的工作都是平凡的，重复的，如口腔、会阴、气管切开护理，清洁血迹、大小便，各种仪器的监护，处理危急患者，参加抢救……但这些却都关系到患者的生死安危。

2010年3月，连云港市几名H1N1患者被集中安排在市传染病医院治疗，其中有一名年轻的孕妇，妊娠6个多月，病情危重，出现呼吸衰竭症状，需使用呼吸机进行无创通气。因市传染病医院无相关重症护理人员，需要医院抽调专科护士前去承担护理工作，正当护士长踌躇之际，她主动请缨，前往市传染病医院护理该重症孕妇。每天穿着厚厚的隔离衣和一层又一层的帽子、口罩投入12个小时紧张的工作——每2小时为该患者翻身拍背，输液、喂饭，定时为患者抽血查血气分析，时刻注意患者的心理变化，做好心理疏导等工作。经过半个多月的精心护理和治疗，该患者最终痊愈出院。虽然穿着隔离衣时总是浑身闷热，连上卫生间、喝口水都那么不方便；虽然总是睁着眼睛熬12个小时的夜班，但当看到患者母子平安，她觉得一切的辛苦都是值得的。

她把志愿活动当成自己的生活内容，时时刻刻用自己的专业知识，努力去服务社会。2008年，她志愿加入连云港市第一人民医院“学一麟”志愿者服务队，并参加了“连云港之夏”旅游节开幕式医疗服务、海滩应急演练、“志愿服务在一院”、“急救知识进校园”、“健康知识进社区”等系列志愿服务活动。她运用所学的专业知识，每季度到连云港市大中小学普及急性中毒、溺水、电击、肢体骨折、颅脑外伤等常见急症的现场识别与救护措施，突发灾难事故避险逃生与自救方法等知识。根据学生的接受能力，她精心准备教学计划，制作直观生动的幻灯片，在条件允许的情况下，还用真人模拟演示，力求做到真、实、果。同学们都非常喜欢听她的课，经常一堂课讲完，她的周围还围满了一堆学生，可是，同学们却不知道，她为了准备一堂学生们喜欢的讲课内容，常常是不顾一天上班辛苦，加



班加点到深夜。

今年春节，她还放弃与家人团聚的时间，主动加入到“情暖春运 保旅客安康”志愿活动中来，与连云港市第一人民医院的“学一麟”志愿者们一起到连云港市新浦汽车总站为候车的旅客们免费测量血压血糖，提供健康咨询服务。有很多从外地回来的旅客看到她会问：“你们是哪家单位？量血压要钱么？”她总是微笑着回答：“我们是连云港市第一人民医院‘学一麟’志愿者，量血压不要钱，您可以来量量。”很多来往的过客，包括车站里面的工作人员也会过来请她帮忙测量。如果谁的血压不在标准值内，她会仔细询问一下，有没有剧烈运动等等，或者请在她旁边的医生的给予解答。她的儿子常常会问她：“妈妈，在家陪我玩会吧，你去汽车站干什么啊？”她总是摸着孩子的头，微笑地说：“妈妈去汽车站参加志愿活动，去帮助需要帮助的人，为回家过年的叔叔阿姨增添一份温暖。”

平凡的工作、平凡的语言、平凡的举动，她用爱的付出换取他人健康，拯救他人的生命。她说，不管今后遇到多少困难和挫折，她都无怨无悔、全心全意为患者服务，用自己优异的成绩为白衣天使增光添彩，这是对这份护理工作的最好诠释。

（本文由连云港市第一人民医院党办提供）

# 无悔的选择

□ 潘洪

柳冬燕是市第四人民医院精神科的一名主管护师,她十几年如一日兢兢业业、踏踏实实地工作在平凡的护理岗位上,始终不忘“一切以病人为中心”的宗旨,用自己的爱心、热心、诚心、耐心满足每一位患者的需要。

精神科的病人都是些弱势群体,精神疾患折磨着他们的身心,社会的歧视更是让他们的心灵倍受摧残。作为精神科的护士每天都要面对一些思维、意识、行为和常人不同的精神病人,我们不仅要使病人得到安全有效的医疗护理、心理护理,还要忍受一些常人无法想象的委屈。柳冬燕作为精神科的老同志,更是经历过其他科护士所没有经历的艰辛,承受常人难以想象的无奈。

在精神科特定的工作环境里,护士时常会受到病人的辱骂和殴打。有一次上班,有一位病人因受精神症状控制,突然出现攻击伤人行为,将柳冬燕的手臂咬住死死不放,随后在多名医护人员的帮助下,她才挣脱出来,可手臂上的肉几乎被咬掉。这时,柳冬燕不但没有责怪病人,反而嘱咐医护人员好好照顾她。之后,她仍坚持上班,继续观察其他病人的病情。

去年11月份,病房来了一位叫朱青(化名)的病人,特别不合作,柳冬燕就和护工一起将她保护在床。虽然经过反复的沟通和调解,家属仍然不理解,柳冬燕遭到他们的谩骂和殴打,但是她仍然没有任何怨言。类似的情况举不胜举,而她却早已习惯,她说:“对于精神病人这样一个特殊的弱势群体,更需要我们的关爱、尊重、理解与支

持。”工作中她始终任劳任怨,从不计较个人得失,在病人面前始终以饱满的热情和阳光般的微笑传送喜悦、传递欢乐,展现出生命永不枯竭、天天向上的精神状态。她把自己端庄的仪表、亲和的语言、得体的行为、精湛的技术呈现在为病人优质服务的每一项工作中,把缕缕真情倾注在病人身上,让病人沐浴在爱的春风里并获得健康安宁。她如同漆黑夜里的一盏灯,照亮了精神病人回归的方向,她用真情践行着南丁格尔的美丽誓言。春风化雨润人心,她以高尚的思想品德、无私的奉献精神,以及娴熟扎实的护理技术赢得了广大医患的高度评价和信赖。

柳冬燕就是这样一位平凡的护士,在工作中她始终以“救死扶伤,实行革命人道主义”为座右铭,以“解除患者痛苦,挽救病人生命”为己任,在工作岗位上,刻苦钻研,扎实工作,无私奉献着。悠悠岁月,春去秋来,她不知给多少病人留下过美好的记忆;不知让多少病人感受过爱的温暖;也不知为多少病人增强过战胜疾病和重新生活的勇气;更不知道她为此洒下了多少汗水,多少心血……她以奉献为宗旨,用勤勉敬业、热情和爱心,打造了自己闪亮的青春。无论多苦多累,她总是脸带微笑,以温暖的双手和一颗圣洁善良的心,抚慰了无数的病人,驱散了无数患者身心的痛苦和忧伤,她的敬业,她的无私,是南丁格尔精神的真实写照。她是一位当之无愧的优秀护士,是我们学习的榜样。

(作者单位:连云港市第四人民医院)







## 沸腾的血液

□ 王龙 赵利东

6月1日上午，连云港市一院血液科举行开展骨髓移植技术10周年及骨髓移植受供者联谊会，市卫生局董青副局长、市一院李家树副院长应邀参会并讲话，我国知名血液病专家、苏州大学附属第一医院吴德沛教授也专程赶来参会。前来参会的9名移植供受者纷纷发言，感激和幸福之情难于言表，有的激动地说不出话来。他们感谢市一院血液科给予他们第二次生命，对医护人员精湛的诊疗技术和高尚的医德医风赞不绝口，在感言簿上，他们纷纷留下了自己的肺腑之言：“感谢连云港市第一人民医院血液科的全体医护人员给了我第二次生命！谢谢你们对我的照顾和关心，使我得到更好的康复！”“骨髓移植高手，医术精湛超群”“珍爱生命，快乐过好每一天！”……这一刻我们感受到受供者沸腾的血液里迸发出的爱，感受到受供者对给予他们第二次生命的医护人员真诚的爱。

### 先进诊疗技术让患者放心

骨髓移植技术是近40年来临床医学的重大进展之一，几乎是根治白血病的主要手段。市一院血液科主任赵利东于2003年初作为人才引进后，便在本地区率先开展造血干细胞移植工作，治疗涉及了各种恶性血液病，移植类型包括：同胞异基因移植和自体外周血干细胞移植等。10年来，共成功为28例病人进行了造血干细胞移植，成功率达100%。其中异基因骨髓移植21例，五年存活率达到71.4%。造血干细胞移植技术填补了连云港市重大技术空白，我市血液病诊治水平也走在全省前列。

2004年秋天，张女士发现左侧腹部出现肿块，并伴有反复高热、腹水，在市一院行脾切除术，病理证实为脾周淋巴结滤泡性恶性淋巴瘤B组，该病属于中高恶性非霍奇金淋巴瘤3-4期，且具有两个以上不良预后因素（高热、巨脾、乳酸脱氢酶异常增高），预后

凶险,如果仅靠常规化疗巩固,极易复发,长期生存率低。以赵利东主任医师为首的血液科专家们为其制定了周密的治疗计划:先进行了四次 CHOP 方案化疗,以尽快杀灭体内的肿瘤细胞,并在此基础上,于 2005 年 4

月为其实施了自体外周血造血干细胞移植术,获得成功。这是我市首例自体外周血造血干细胞移植成功,它不仅实现了我市在该技术领域零的突破,更重要的是为恶性淋巴瘤、白血病患者带来福音。

此外,血液科先后为 30 多名重型再障患者接受国产抗

淋巴细胞球蛋白联合环孢素治疗,获得良好疗效,五年存活率达 70%以上。

### 借助高端平台提升技术水平

市一院血液科为加快发展,赶超一流,早在 2004 年初就与全国四大国家级血液学重点学科之一——苏州大学附属第一医院血液科联姻,携手成立了连云港血液病诊治中心,苏大附一院专家轮流坐诊,面对面的交流指导,使血液科的医务人员如鱼得水,受益匪浅,技术水平迅速上升,学科水平不断提升。更重要的是连云港地区的广大患者不出家门就享受国内一流血液病专家的服务。

2010 年 11 月 1 日,市一院聘请国内知名专家、苏州大学附属第一医院吴德沛教授为学术顾问及血液科首席专家。根据协议内容,吴德沛教授作为血液科的首席专家,对科室的业务发展、科研开发、人才培养实行负责制,指导血液科的发展和建设,以期成为省级重点专科。

血液科积极借助医院中心实验室这一高端平

台,进一步提高疑难血液病的确诊率,使血液病的诊断水平达省内先进水平。目前该科常规进行骨髓细胞形态学检查及组化染色、染色体检查、流式细胞仪白血病免疫分型检查、白血病融合基因检测、T 细胞亚

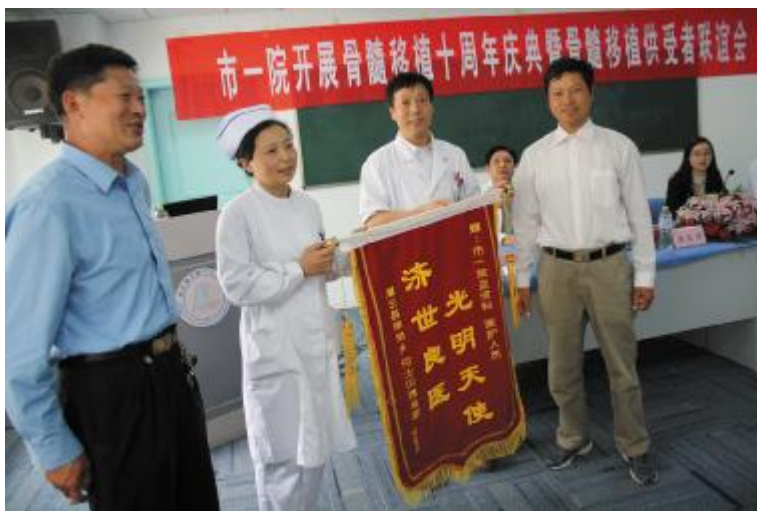
型测定、出凝血相关检查、骨髓活检技术。大部分疑难血液病的诊断可独立完成。

2010 年 12 月血液科顺利通过造血干细胞移植治疗技术

(第三类医疗技术)临床应用能力技术审核。2011 年 6 月被中国造血干细胞捐献者资料库管理中心(中华骨髓库)批准为非血缘造血干细胞移植定点医院。2012 年 10 月,市一院成为江苏省血液病临床医学研究中心网络医院,血液科应邀参与到血液病临床研究中,以及参与制定血液病的诊疗规范,每年 15 万元的科研经费更是为血液科的基础研究插上了腾飞的翅膀。

### 仁心仁术赢得百姓口碑

小翔是灌云县宁海中学品学兼优的学生,2004 年 1 月下旬,正在参加省数学奥林匹克培训的他开始持续发热不退,10 余天后出现头晕、头痛、鼻出血等症状。2 月 2 日在市一院血液科经骨髓穿刺检查确诊为急性单核细胞白血病。这个噩耗对于一个普通的农民家庭来说,无疑是个晴天霹雳。赵利东告诉小翔的父母,骨髓移植是可能治愈该病的有效方法。近乎绝望的家人此时似乎看到了的一线生机。小翔的大姐在得知弟弟的病情后,立即



从外地赶过来与弟弟配型。经检测,小翔与她的姐姐白细胞抗原的6个免疫标识完全吻合,配型成功,姐姐献髓救弟的事迹引起社会的广泛关注,社会各方广伸援助之手,血液科的全体医护人员更是争分夺秒,千方百计努力挽救小翔的生命,科室医务人员自发为小翔捐款,科室几乎减免了小翔全部的护理费用,在用药方面更是尽量使用经济、疗效好的药品。赵利东积极联系省内外知名专家前来会诊,医院召开三次协调会,对治疗过程张血样采集、化疗、并发症、防感染等细节进行反复研究,并成立以院领导为组长的骨髓移植手术小组,并经反复讨论,模拟手术,最终确定为其采用同胞全相合异基因骨髓移植技术,并获得成功,这在我市尚属首例。现在,封翔不仅完全恢复了健康,而且早已重返校园,开始了崭新的生活。

血液科在完全掌握骨髓移植技术的同时,面对苏北地区经济不发达、白血病花费巨大的实际情况,为了让更多的患者能够接受移植手术,在保证治疗效果的前提下,大胆尝试采用国产药品代替进口药品,使移植用药基本国产化,这样一来,大大降低了移植费用,总体费用仅为大型医院的1/2-2/3,从而创出了移植成功率较高,而费用相对低廉的区位优势!获得了良好的社会效益,赢得了老百姓的一致信赖和高度好评。

来自安徽利辛县的白血病康复者武美,新婚不久就被诊断为急性杂合性白血病。这种病如仅靠化疗生存率不足10%,只有尽早进行造血干细胞

移植才能达到治愈效果。但是,对于这对毫无经济基础的新人,双方父母又仅仅是普通小镇居民,移植所需要的最低费用20多万元,绝对是一个天文数字,全家人因此一筹莫展。当他们听说连云港市一院血液科移植费用低,仅需10-15万元时,为了重获新生,毅然来到这里接受治疗。2004年7月,武美的移植手术成功。当时的移植费用不足10万元。她对记者说:“我由于经济原因来到连云港一院进行移植,当时心里忐忑不安,没有想到他们的技术和服 务完全征服了我,而比起大城市大医院做手术,我在市一院接受移植手术费用省了一半多。我第二次生命是他们给的,我永远不会忘记这里,赵主任是我心目中的“英雄”。

一面面锦旗,一块块牌匾讲述着市一院血液科与患者之间的真情故事,鉴证着血液科10年来瞄准骨髓移植技术始终不渝的追求,记载着市一院血液科以精湛医术解除患者痛苦,造福一方百姓的卓越贡献。10年,我们会有巨大的转变,但市一院血液科以病人为中心的服务理念始终没有转变;10年,我们会有各种停滞,但赵利东带领的血液科团队攀登医学高峰的步伐从没止步;10年,我们会有太多梦想被磨灭,但这支热血沸腾,砥砺奋进的血液队伍塑造区域内血液治疗中心的品牌,征服血癌这个恶魔的梦想却始终没有放弃过。现如今,她迈着铿锵有力的步伐,在阔步前进。朝着更加辉煌的10年豪情迈进。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



【一双鞋子引发的3个哲学思考】1.一双鞋,耐克的6百多,李宁的4百多,特步的3百多,所以品牌很重要! 2.一双鞋,在地摊地卖不过几十元,到了商场、专卖店,会涨到几百,所以,你呆在什么地方很重要。3.一双鞋,少了一只,是不值钱的,所以你的另一半很重要——重要的是什么脚需要它!

——@王微 - 危机管理



# 急救室里的“雷锋车手”

——记市东方医院急诊护工团队

□ 杨收平



没有人注意他们，急救车呼啸到急诊室门口，是他们最先冲上去抬病人，也没有人在意他们，急诊危重病人检查或者住院，是他们推着抢救车跑前跑后，身份不明的流浪汉或者醉汉，也是他们在身旁看护。

他们是医院里默默无闻的边缘群体，但他们的作用不可小觑。他们，就是活跃在东方医院急救室的护工——6个平均年龄近60岁的老工人。

护工这活儿，年轻人不愿意干，收入低不说，还脏和累，外伤病人血迹斑斑，让人打怵。

但护工这个职业，随着现代化医院的发展，越来越需要，他们是急救医生护士的好帮手，他们承担了全院危重病病人的转运任务。

他们24小时一班，随时待命，值班室就在急诊内科诊室旁边，他们是急救绿色通道的补充力量，他们一个月只有一千二三百块钱，但他们个个吃苦耐劳，令人敬佩。

护工俞佃树，年轻的时候在北京部队服役，中年时曾在建筑工地上干活，年逾五旬后来东方医院干护工，一晃已经五年了。每年的正月初一，都是他在值班。今年正月初一，是老俞的60岁生日，一家人等着老俞回来，但是老俞仍然在坚守岗位。

虽然一个月工资微不足道，但这份工作来之不易，他们非常珍惜，他们从家里带饭菜来吃，一天二十元的伙食费能省则省。

干护工这差事脏累不用说，还会受到委屈。

有一次，一个酒后无理取闹的壮汉，用手掐住了老俞的脖子，老俞疼了好几天。和老俞一样的护工还有老惠、老胡……护工默默无闻地干着本职工作。

作为护工，要做到打不还手，骂不还口，而且眼皮要带“水”，比如看到病人病情很重，要主动及时帮助，病人家属没有来的时候，他们更要充当家属陪护角色。

有一次，在东方医院东大门外发生了车祸，一个19岁的姑娘被车撞伤，老俞首先发现，急忙和值班医生推着车子来到大门外，将病人拉了过来，为抢救赢得了宝贵时间，七个月后，病人恢复得很好，其家属专门来医院感谢老俞。

搬运病人，既是体力活，也是技术活。

作为涉外医院，护工为老外提供优质服务责无旁贷，涉外服务的任何一个环节都不能出差错，因为关系到东方医院、连云港市乃至国家的整体形象。2011年夏天，来自俄罗斯的HMGENTE来医院就诊，HMGENTE体重达150公斤，由于患颈椎间盘突出，整个后背都不能着床，做放射检查的时候，全靠护工架着，两名护工累得头晕眼花。孟加拉国船员MD.MOHSN腰椎骨折，是船上的吊车把他吊到救护车上，送至东方医院后，护工们科学利用合力，巧妙地将病人抬上检查床，减轻了病人的痛苦，保证了搬运安全。

时间就是生命，转运病人得争分夺秒。美华公司职员GOOCJOEL左手外伤出血不止、菲律宾船员TABING股动脉破裂大出血，都被护工在第一时间送到抢救室救治，他们出院时都伸出大拇指称赞，并用刚学的中国话说“中国护工好”，“东方医院好”！

每年五千多个被服务的危重病人，凝结着东方医院医务工作者心血，也浸透了护工们的汗水。时间一长，护工们也喜欢上了这份工作，虽然有点辛苦，也被一些人看不到眼里，但他们甘愿当急诊医护人员的帮手，身为东方急救队伍中的一员，能受到国际友人的称赞，他们也很自豪，许多远离亲人的船员在疾病康复后，还要和他们交朋友呢！

（作者单位：连云港市东方医院）



## 一院春风

□ 张名艾

我写的“一院”，不是农家小院，也不是社区大院，而是连云港第一人民医院；我写的春风，不是“吹面不寒杨柳风”，而是大医院、高素质医生们送给患者的“阳春布德泽，冰雪昨夜除”的习习春风和护士们那艳如桃花的笑容。

我因胆结石住进一院肝胆病区，这是我第一次住院、第一次接受手术治疗。住院 20 天，我有幸近距离体会医护人员的日夜操劳、有幸结识了同室病友。接受手术是痛苦的，住院是难受的，但见到查房医生和来打针输液护士，聆听他们的嘱咐，享受他们精诚、细心服务，就感到春风拂面，享受病痛逐日减轻的欢欣。

连云港第一人民医院创建于解放初的 1951 年，那时规模不大、医护人员不多，现代化医疗设备缺乏，但有刘一麟、曹华棣等“德技双馨”泰斗级医生作顶梁柱，一院春风一直劲吹了 60 多年，给伤病患者带来希望和温暖。刘老的儿科、曹老的外科诊断治疗技术精益求精，服务态度仁慈和蔼，是全体一院职工的榜样、标杆。两位老人已经离我们而去，但他们的精神永在。几年前，医院在前后院中，为他们雕塑了铜像，来医院就诊或陪护市民，一进医院，就可以见到这两位曾为千万患者呕心沥血一生的长者，依然那样安详、那样和蔼。今天的一院发生了翻天覆地的变化，专家级医生队伍的壮大，门诊病房的高档次、现代化医疗设备

的齐全，完全可以告慰两位老医疗工作者的在天之灵。改革开放以来，一院坚持公益性质，时刻把病人的所急、所想、所需作为第一信号，把病人满意作为第一标准，不断优化服务流程、简化就医手续、完善服务设施、美化服务环境、改善服务态度，与时俱进地落实以病人为中心的服务理念，着力构建和谐医患关系和人性化氛围，使人们走进医院就感受到这里被省市授予“文明单位”、“十佳医院”的名至实归。

经过几代人的努力，今天的一院已发展为苏北东部地区规模最大，集医疗、教学、科研、预防、保健、康复、急救等于一体的综合性医院。医院建筑面积 7 万多平方米，辐射人口七百多万，有床位 1000 多张，门诊病房配套设施一流，一院现有职工 1800 多人，全院 42 个临床、医技科室的专家级领军人物个个技艺精湛、水平堪称表率，来一院求医问药者都可以接受专家级医生的诊断与治疗。上了年纪人都记得，上世纪 50 年代医生只有听诊器、血压计诊断设备、50、60 年代医院添置了 X 光机、70、80 年代的那台 CT 设备还是从港务局医院借来的。近些年来，医院投资近两亿元添置现代诊断医疗设备，B 超、彩超、螺旋 CT、DSA、DR、ECT、钼靶机等先后投入使用，大大提高了医院的现代化水平。过去许多疾病需要大开膛手术，现在有高水平专家学者“主刀”和现代化设备协助，只需要

“微创”就可达到大手术效果,减少了患者的痛苦和负担,缩短了治疗、住院和康复周期。过去需要去北京、上海治疗的严重心脏病、神经内外科、肿瘤等“老大难”疾病,现在可以不出院就能解决问题。

我住院 20 天期间,真正体会到医护人员工作的艰辛。肝胆科葛主任已年过五旬,技术一流、服务态度一流,受到患者交口称赞。他有时一天要为多位胆结石患者动手术,一站就是七、八个小时,甚至十几个小时,中午饭、晚饭来不及吃。我那天的胆结石手术就用了六、七个小时,手术室虽然有空调,但葛主任汗下如雨,衣服湿透。做手术期间,他担心守候家属着急,几次叫助手向家属报告手术进展情况,并把取出的胆结石拿给患者家属看。他这样想他人之所想,急他人之所急的医疗态度十分感人。病区的护士团队“百问不烦,随叫随到,尽量满足患者要求”的精神和做法也可圈可点。一次,实习护士给我挂吊针,戳了几次也找不准静脉,我提出请“高手”来,实习护士毫无怨言,护士长闻讯赶来,不仅不批评患者,而且连说“对不起”,我内心自责之余,又感到如沐春风。

解决医患纠纷是一项高超本领,患者及家属求医心切,希望患者得到及时治疗、早日康复的期望心情可以理解,但“得病如山倒,治病如抽丝”,诊断治疗需要时间、需要过程,医患双方多一点理解、多一点宽容比什么都重要。有一天夜里,我隔壁病房

一位陪护人员感到冷,要求护士抱床被子。年轻护士感到不好办,这位中年妇女大发雷霆,不仅骂声不绝,还动手打人,把护士脸抓破,吵闹使一层楼不得安宁。此事惊动了保安和院领导、科室领导,有位打抱不平者直接向 110 报案。我看到医院领导及时现场“灭火”,首先严肃批评自己部下,还向那位陪护妇女“苦口婆心”解释、赔情赔礼。我与几位住院患者感到护士可怜,仗义执言,批评那位陪护妇女骂人打人、无理取闹、“无法无天”,医护人员全心全意为大家服务,我们应该支持、感谢都来不及,不应向她们提出无理要求。“是非自有公论”,院方本着“患者就是上帝”,能自己解决的纠纷尽量不请公安部门介入,尽快“春风化雨,大事化小”就是原则,尽可能给足对方“面子”。此一纠纷获得圆满解决过程中,我也看到医院领导及医护人员的“高姿态”和构建和谐医院的良苦用心。

“东风好作阳和使,白衣天使蕴芳菲”。一院春风,既无声又有声,在含苞的迎春花中,在缠绵的春雨丝中,一院的庭院、门诊、病房川流不息的疗伤治病者及陪护人员、忙忙碌碌又步履轻盈的白衣天使们都在召唤春天的来临。我与同室病友同一天出院,一起与日夜操劳的医生护士告别,欣赏着、感叹着、赞美着他们带给我们健康与欢乐。

(作者单位:连云港广播电视大学)



一小孩搬石头,爸爸鼓励说:只要全力以赴,一定搬得起来!孩子使足了劲也没搬起石头,告诉爸爸:我已经竭尽全力了!父亲答:你没有竭尽全力,因为我就在你旁边,你都没请我帮助!我们总以自己解决问题为傲,求人为耻。如何利用各种资源解决问题是能力,求人或求己都是方法。——@海蓝博士





## 茶道与茶礼仪

### 茶 道

茶道是一种以茶为媒的生活礼仪,也被认为是修身养性的一种方式,它通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶,增进友谊,美心修德,学习礼法,是很有益的一种和美仪式。喝茶能静心、静神,有助于陶冶情操、去除杂念,这与提倡“清静、恬澹”的东方哲学思想很合拍,也符合佛道儒的“内省修行”思想。茶道精神是茶文化的核心,是茶文化的灵魂。

通过品茶活动来表现一定的礼节、人品、意境、美学观点和精神思想的一种饮茶艺术。它是茶艺与精神的结合,并通过茶艺表现精神。兴于中国唐代,盛于宋、明代,衰于清代。中国茶道的主要内容讲究五境之美,即茶叶、茶水、火候、茶具、环境,同时配以情绪等条件,以求“味”和“心”的最高享受。被称为美学宗教,以和、敬、清、寂为基本精神的日本茶道。

茶分六种:红茶、绿茶、黑茶、黄茶、清茶(乌龙茶)和白茶。

茶道要遵循一定的法则。唐代为克服九难,即造、别、器、火、水、炙、末、煮、饮。

古人品茶讲究六境:择茶、选水、候火、配具、环境和品饮者的修养,其一招一式有极严格的要求和相应的规范。

宋代品茶有一条法则,叫做“三点”:新茶、甘泉、洁器为一;天气景色宜人为一;风流儒雅、气味相投

的佳客为一。

明代品茶要求更为严格细致,有“十三宜”和“七禁忌”。“十三宜”即:一无事,二佳客,三独坐,四吟诗,五挥翰,六徜徉,七睡起,八宿醒,九清供,十精舍,十一会心,十二赏鉴,十三文僮。“七禁忌”即:一不如法,烹点不得法;二恶具,茶具不清洁;三主客不韵,主人,客人举止粗俗;四冠裳苛礼,过于拘束礼仪;五荤肴杂陈,茶贵清,一案荤腥,不能辨味;六忙见,没有品茶的工夫;七壁间案头多恶趣,环境布置俗不可耐。

因此,品茶有“一人得神”、“二人得趣”、“三人得味”的说法。

中国茶道的具体表现形式有三种。

#### 煎茶

把茶末投入壶中和水一块煎煮。最早记述于宋代,有“吃茶”之说。法门寺出土的金质茶具,展现了唐代人“吃茶”的情形。茶叶经烘干后碾成粉末,和水一起煮,在煮茶时有时会加入盐等调料,喝茶时与茶叶一起喝下,所以又叫“吃茶”。

唐代的煎茶,是茶的最早艺术品尝形式。

#### 斗茶

古代文人雅士各携带茶与水,通过比茶面汤花和品尝鉴赏茶汤以定优劣的一种品茶艺术。斗茶又称为茗战,兴于唐代末,盛于宋代。最先流行于福建建州一

带。斗茶是古代品茶艺术的最高表现形式。其最终目的是品尝,特别是要吸掉茶面上的汤花,最后斗茶者还要品茶汤,做到色、香、味三者俱佳,才算斗茶的最后胜利。

### 工夫茶

清代至今某些地区流行的工夫茶是唐、宋以来品茶艺术的流风余韵。清代工夫茶流行于福建的汀州、漳州、泉州和广东的潮州。后来在安徽祁门地区也有盛行。工夫茶讲究品饮工夫。饮工夫茶,有自煎自品和待客两种,特别是待客,更为讲究。

安溪铁观音的泡饮方法别具一格,自成一家。首先,必须严把用水、茶具、冲泡三道关。“水以石泉为佳,炉以炭火为妙,茶具以小为上”。

冲泡按其程序可分为八道:

白鹤沐浴(洗杯):用开水洗净茶具;

观音入宫(落茶):把铁观音茶放入茶具,放茶量因个人口感而定可以为7克、8克、10克等,约占茶具容量的五分;

悬壶高冲(冲茶):把滚开的水提高冲入茶壶或盖瓯,使茶叶转动;

春风拂面(刮泡沫):用壶盖或瓯盖轻轻刮去漂浮的白泡沫,使其清新洁净;

关公巡城(倒茶):把泡一、二分钟后的茶水依次巡回注入并列的茶杯里;

韩信点兵(点茶):茶水倒到少许时要一点一点均匀地滴到各茶杯里;

鉴赏汤色(看茶):观赏杯中茶水的颜色;

品啜甘霖(喝茶):乘热细啜,先嗅其香,后尝其味,边啜边嗅,浅斟细饮。饮量虽不多,但能齿颊留香,喉底回甘,心旷神怡,别有情趣。

## 茶礼仪

茶是我们中华民族的国饮,是世界三大饮料之一,并位居三大饮料之首。在我国,自古就有以茶待客之风俗。在家里、办公室里接待来宾,茶水是必备的。饮茶在我国不仅是一种生活,也是一种文化传统,并形成了相应的饮茶礼仪。

### 清茶礼仪

上茶之前茶具要清洁。客人进屋后,先让坐,后备茶。冲茶之前,一定要把茶具洗干净,尤其是久置未用的茶具,难免沾上灰尘、污垢,更要细心地用清水洗刷一遍。在冲茶、倒茶之前最好用开水烫一下茶壶、茶杯。一般情况下红茶用紫砂,绿茶用青花。

当有外国客人来的时候,送茶水之前最好确认下是要茶还是咖啡,咖啡是否要加糖,可能的话,多准备几种茶叶,使客人可以有多种选择。以咖啡或红茶待客时,杯耳和茶匙的握柄要朝着客人的右边。

喝茶的环境应该静谧、幽雅、洁净、舒适,让人有随遇而安的感觉。选茶也要因人而异,如北方人喜欢饮香味茶,江浙人喜欢饮清芬的绿茶,闽粤人则喜欢酩郁的乌龙茶、普洱茶等。茶具可以用精美独特的,也可以用简单质朴的。

### 沏茶礼仪

沏茶时茶水要适量。先说茶叶,一般要适当。茶叶不宜过多,也不宜太少。从医学角度来讲,喝茶不要太浓,如果客人有特别要求的例外。以茶待客讲究要上热茶,但水温不宜太烫,以免客人不小心被烫伤。

为访客准备的茶

水,大都是在茶水间倒好再端到会客室里去的。到会客室的距离越长,茶水溢出来的可能性就越大。如果将茶水加满的,在端到会客室去的路上,托盘就会湿透,这样会不礼貌。第一遍泡的茶要道掉,第二杯茶才能给客人喝,所以应注意使茶水保持大约七分满即可。

上茶时应向在座的人说声:“对不起!”再以右手端茶,从客人右方奉上,面带微笑,眼睛注视对方并说:“这是您的茶,请慢用!”奉茶时,应依职位的高低顺序先端给不同的客人,再依职位高低端给自己公司的接待同仁。

先将开水冲入空壶,使壶体温热。然后将水倒入各种茶盘中。用茶匙向空壶内装入茶叶,通常按照茶叶的品种决定投放量。切忌用手抓茶叶,以免手气或杂质混淆影响茶叶的品质。

### 端茶礼仪

端茶要得法。按照我国人民的传统习惯,只要两手不残废,都是用双手给客人端茶的。双手端茶也要很注意,对有







如果有茶壶的话则摆放在中间，便于大家取用，当然，如果有可能的话就由服务人员亲自操作，此时则就近摆放在操作人员跟前。

端茶给客人时，要双手捧送表示尊重，切忌单手握杯送茶。上茶时，要用双手捧上茶杯，从客人的左后侧双手将茶杯递到客人面前，尽量避免从客人的正前方上茶。

### 请茶礼仪

请茶时茶杯应放在客人右手的前方。请客人喝茶，要将茶杯放在托盘上端出，并用双手奉上。当宾主边谈边饮时，要及时添加热水，体现对宾客的敬重。客人则需善“品”，小口啜饮，满口生香，而不能作“牛饮”姿态。

奉茶时，应依职位的高低顺序先端给不同的客人，再依职位高低端给自己公司的接待同仁。

如果用茶水和点心一同招待客人，应先上点心。点心应给每人上一小盘，或几个人上一大盘。点心盘应用右手从客人的右侧送上。待其用毕，即可从右侧撤下。

### 给访客上茶的礼仪

上茶时要特别小心，不要将茶具放在文件等重要的物品之上。要先上茶给客户，然后再给本公司的职员。

如果客人多，可以遵循先客后主、先主宾后次宾、先女后男、先长辈后晚辈的原则；可以以进入客厅为起点，按顺时针方向依次上茶；也可以按客人的先来后到的顺序；还有

杯耳的茶杯，通常是用一只手抓住杯耳，另一只手托住杯底，把茶端给客人。指甲要保持干净，端茶的时候，手指不能碰到茶水。

有两位以上的访客时，用茶盘端出的茶色要均匀，并要左手捧着茶盘底部，右手扶着茶盘的边缘，如有茶点，应放在客人的右前方，茶杯应摆在点心右边。上茶时应以右手端茶，从客人的右方奉上，并面带微笑，眼睛注视对方。

摆放前，一定要轻声示意，避免对方无意碰撞，摆放时右进右出，顺时针斟倒或摆放（添水也同样），摆放位置为饮水者右手上方 5—10 公分处，有柄的则将其转至右侧，便于取放。



一种“偷懒”的办法,就是把所有的茶都泡后,让客人自己拿。

倒茶的时候,如果分宾主的话,要先给宾客倒,然后才是主人;宾客里如果有多人,则根据他们的年龄、职位、性别不同来倒茶,年龄按先老后幼,职位则从高到低,性别则先女后男。倒的茶则一般是七分就好,不过这个不太要求,一般情况下是不用讲究的。

倒茶,这里所说的倒茶学问既适用于客户来公司拜访,同样也适用于商务餐桌。

### 饮茶礼仪

在商务活动中,当别人奉茶时不要以手去接,以免增加奉茶者的困扰。但若是领导或长辈亲自给你奉茶,则要起身双手恭敬地迎接。受人招待奉茶时,如无法说感谢,要以和蔼的眼神予以奉茶者回应,绝不能视而不见,听而不闻,这是非常失礼的行为。如需调和糖与奶精,应在调好之后茶匙横放在碟子上,再以右手端起杯子(除非你惯用左手)。

喝茶时,不需将杯垫一起端起,以单手端起茶杯,另一手轻扶杯垫,预防杯垫掉落即可。但若坐在矮茶几旁,则必须连同杯垫一起端起,以免不慎打翻。喝茶时不可出声,尤其是喝功夫茶时,不要因怕将茶叶喝

入口中而用嘴滤茶,如果发出声音是十分不雅的,女士喝茶先用化妆纸将口红轻轻擦掉些,以免口红印留在杯子上。


品茶时,讲究小口品饮,一苦二甘三回味,其妙趣在于意会而不可言传。另外,可适当称赞主人茶好。和别人说话的时候,最好别喝茶。即使要喝,礼貌的做法是小口地品尝。不要连茶叶一并吞进嘴里。万一把茶叶喝进嘴里,也不要吐出来或是用手从嘴里拿出来,而是吃掉,或是在其它地方吐掉。

### 续茶礼仪

添水时,如果是有盖的杯子,则用右手中指和无名指将杯盖夹住,轻轻抬起,大拇指、食指和小拇指将杯子取起,侧对客人,在客人右后侧方,用左手容器填满,再按照原位摆放即可。

在为客人续水斟茶时,不要妨碍到对方。一手拿起茶杯,使茶杯远离客人身体、座位、桌子,另一只手把水续入;主人续水时,在杯中茶水到一半左右,即应该加水。最好不在客人面前续水。

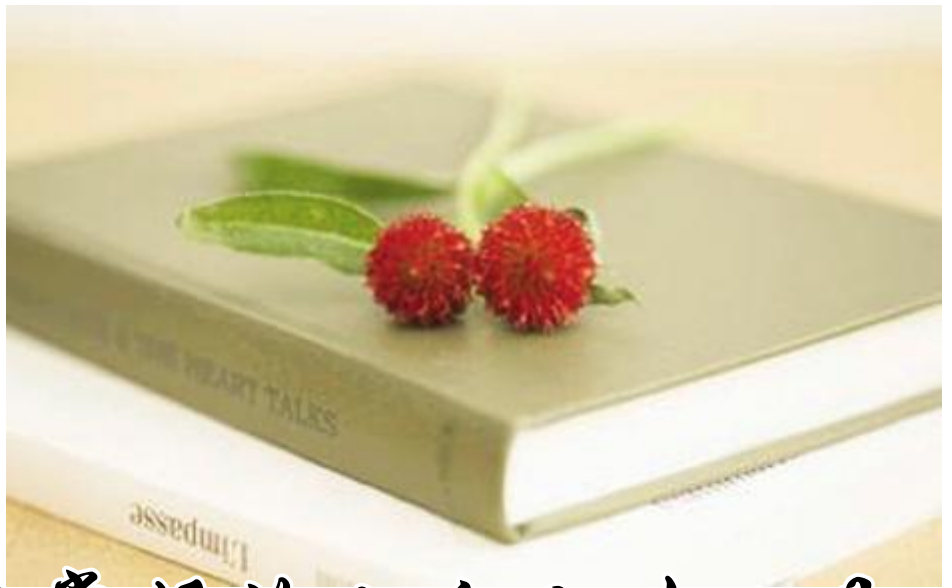
壶中茶叶可反复浸泡3至4次,客人杯中茶饮尽,主人可为其续茶,客人散去后,方可收茶。

客人喝完茶,杯中应留下少许茶为有礼貌。 



26岁到30岁这段时间,是人生中艰苦的一段岁月——承担着渐长的责任,拿着与工作量不匹配的薪水,艰难的权衡事业和感情,不情愿的建立人脉……不乱于心,不困于情。不畏将来,不念过往。如此,安好。

——@胶东在线



## 要熟练掌握的七个人生工具

### 一、SWOT 分析法

**Strengths:** 优势

**Weaknesses:** 劣势

**Opportunities:** 机会

**Threats:** 威胁

意义：帮您清晰地把握全局，分析自己在资源方面的优势与劣势，把握环境提供的机会，防范可能存在的风险与威胁，对我们的成功有非常重要的意义。

### 二、PDCA 循环规则

**Plan:** 制定目标与计划；

**Do:** 任务展开，组织实施；

**Check:** 对过程中的关键点和最终结果进行检查；

**Action:** 纠正偏差，对成果进行标准化，并确定新的目标，制定下一轮计划。

意义：每一项工作，都是一个 PDCA 循环，都需要计划、实施、检查结果，并进一步进行改进，同时进入下一个循环，只有在日积月累的渐进改善中，才可能会有质的飞跃，才可能取得完善每一项工作，完善自己的人生。

### 三、6W2H 法

**What:** 工作的内容和达成的目标；

**Why:** 做这项工作的原因；

**Who:** 参加这项工作的具体人员，以及负责人；

**When:** 在什么时间、什么时间段进行工作；

**Where:** 工作发生的地点；

**Which:** 哪一种方法或途径；

**How:** 用什么方法进行；

**How much:** 需要多少成本？

意义：做任何工作都应该从 6W2H 来思考，这有助于我们的思路的条理化，杜绝盲目性。我们的汇报也应该用 6W2H，能节约写报告及看报告的时间。

### 四、SMART 原则

**Specific** 具体的；

**Measurable** 可测量的；

**Attainable** 可达到的；

**Relevant** 相关的；

**Time based** 时间的；

意义：人们在制定工作目标或者任务目标时，考虑一下目标与计划是不是 SMART 化的。只有具备 SMART 化的计划才是具有良好可实施性的，也才能指导保证计划得以实现。

特别注明：

有的又如此解释此原则：

——S 代表具体 (Specific)，指绩效考核要切中特定的工作指标，不能笼统；

——M 代表可度量(Measurable),指绩效指标是数量化或者行为化的,验证这些绩效指标的数据或者信息是可以获得的;

——A 代表可实现(Attainable),指绩效指标在付出努力的情况下可以实现,避免设立过高或过低的目标;

——R 代表现实性(realistic),指绩效指标是实实在在的,可以证明和观察;

——T 代表有时限(time bound),注重完成绩效指标的特定期限。

## 五、时间管理—重要与紧急

### A、重要且紧急

紧急状况

迫切的问题

限期完成的工作

你不做其他人也不能做

### B、重要不紧急

准备工作

预防措施

价值观的澄清

计划

人际关系的建立

真正的再创造

增进自己的能力

### C、紧急不重要

造成干扰的事、电话、信件、报告

会议

许多迫在眉睫的急事

符合别人期望的事

### D、不重要不紧急

忙碌琐碎的事

广告函件

电话

逃避性活动

等待时间

优先顺序 = 重要性 \* 紧迫性

在进行时间安排时,应权衡各种事情的优先顺序,要学会“弹钢琴”。

对工作要有前瞻能力,防患于未然,如果总是在忙于救火,那将使我们的工作永远处理被动之中。

## 六、任务分解法[WBS]

即 Work Breakdown Structure, 如何进行 WBS 分解: 目标→任务→工作→活动

WBS 分解的原则:

将主体目标逐步细化分解,最底层的任务活动可直接分派到个人去完成;每个任务原则上要求分解到不能再细分为止。

WBS 分解的方法:

至上而下与至下而上的充分沟通;

一对一个别交流;

小组讨论。

WBS 分解的标准:分解后的活动结构清晰,逻辑上形成一个大的活动,集成了所有的关键因素包含临时的里程碑和监控点,所有活动全部定义清楚。

意义:学会分解任务,只有将任务分解得足够细,您才能心里有数,您才能有条不紊地工作,您才能统筹安排您的时间表。

## 七、二八原则

巴列特定律:“总结果的 80%是由总消耗时间中的 20%所形成的。”按事情的“重要程度”编排事务优先次序的准则是建立在“重要的少数与琐碎的多数”的原理的基础上。

举例说明:

80%的销售额是源自 20%的顾客;

80%的电话是来自 20%的朋友;

80%的总产量来自 20%的产品;

80%的财富集中在 20%的人手中;

这启示我们工作中要善于抓主要矛盾,善于从纷繁复杂的工作中理出头绪,把资源用在最重要、最紧迫的事情上。🔴







## 语录

曼德拉曾说,如果有建设美好南非的梦想,就有通向梦想的路线,善良和宽恕是其中两条大道。当今世界战争纷乱,这里面缺少的就是包容宽恕和善良理解,曼德拉在他漫长的斗争过程中悟出了其实在通往理想的大道上有两条路是必经的,一个是善良还有一个是宽恕,这就是一种艺术。

——郑浩

员工的离职,原因林林总总,只有两点最真实:一是钱,没到位;二是心,委屈了。这些归根到底就一条:干得不爽。员工临走还费尽心思找靠谱的理由,就是给你留面子,不想说你的管理有多烂,他对你已经失望透顶。仔细想想,真是人性本善。

——马云说员工辞职。

我不伟大,我挣钱比你容易。

——天津一位出租车司机,搭载了一位盲人乘客后没有收车费,并且说了这句话。下一位乘坐他车的人得知此事后,下车时坚持多付了一些车费,并且对司机说了这句同样的话。

绘画是一种冲动,给我带来快乐。名气是粗俗之

物,我常想,多年的默默无闻反倒是件好事,因为世俗的喧嚣不会干扰我对艺术的锤炼。

——美国女画家埃雷拉坚持绘画60年,94岁才成名。对自己这一甲子的追求,她感慨道。

这个世界上所有的爱都以聚合为最终目的,只有一种爱以分离为目的,那就是父母对孩子的爱。父母真正成功的爱,就是让孩子尽早作为一个独立的个体从你们的生命中分离出去,这种分离越早,就越成功。

——距离和独立是一种对人格的尊重。

那个年代什么东西坏了都会想要修,现在什么坏了都想着换……

——老一辈人谈,是什么让两个人维系一份感情长达几十年。

A:今天忙死了,我的私生活快要崩溃了。

B:学会适应它,亲爱的,工作开始得心应手时,就会发生这些事。当你的私生活彻底完蛋时,告诉我一声,那意味着你升职的时候到了。

——《穿普拉达的女王》经典台词。



# 找回你的微笑

□ 高静

人生中总有一些让你难忘的心灵鸡汤,让你在人生低谷时,成为你的精神食粮,帮你度过最艰难的时期,当你心情低落时,这些话也许能让你重新找回属于你的微笑!

### 学会沉默

有时候,你被人误解,你不想争辩,所以选择沉默。本来就不是所有的人都得了解你,因此你认为不必对全世界喊话。却也有时候,你被最爱的人误解,你难过到不想争辩,也只有选择沉默。全世界都可以不懂你,但他应该懂,若他竟然不能懂,还有什么话可说?生命中往往有连舒伯特都无言以对的时刻,毕竟不是所有的是非都能条理清楚,甚至可能根本没有真正的是与非。那么,不想说话,就不说吧,在多说无益的时候,也许沉默就是最好的解释。

### 至少平静

在你跌入人生谷底的时候,你身旁所有的人都告诉你:要坚强,而且要快乐。坚强是绝对需要的,但是快乐?在这种情形下,恐怕是太为难你了。毕竟,谁能在跌得头破血流的时候还觉得高兴?但是至少可以得到平静。平静地看待这件事,平静地把其他该处理的事处理好。平静,没有快乐,也没有不快乐。

### 学会弯腰

和别人发生意见上的分歧,甚至造成言语上的冲突,你闷闷不乐,因为你觉得都是别人恶意。别再耿

耿于怀了,回家去擦地板吧。拎一块抹布,弯下腰,双膝着地,把你面前这张地板的每个角落来回擦拭干净。然后重新反思自己在那场冲突中所说过的每一句话。现在,你发现自己其实也有不对的地方了,是不是?你渐渐心平气和了,是不是?有时候你必须学习弯腰,因为这个动作可以让你谦卑。劳动身体的同时,你也擦亮了自己的心绪。而且,你还拥有了一张光洁的地板呢。这是你的第二个收获。

### 不要想如果

当初你说,人生是一条有无限多岔口的长路,永远在不停地做选择。如果只是选择吃炒面或炒饭,影响似乎不大,但选择读什么科系、做什么工作、结婚或不结婚、要不要有孩子,每一个选择都影响深远,而不同的选择也必定造就完全不一样的人生。你又说,生命中不可承受之情,就在于人生没有重来的机会啊。如果当初如何如何,现在就不会怎样怎样……这种充满怅然的喃喃自语,还是别再多说了吧。每一个岔口的选择其实没有真正的好与坏,只要把人生看成是自己独一无二的创作,就不会频频回首如果当初做了不一样的选择。

### 努力吧

不管成功与否至少曾经漫步林间,你看见一株藤蔓附着树干,柔软与坚实相互交缠,你感动于这静美的一幕。让幸福与归属就此驻足吧。你想,不知未来会



有怎样一番风雨摧折?也许藤将断,树会倒,也许天会荒,地将老。你又想请时光停格在此刻吧,停格即是永恒。永恒里若有这静美的一刻,未来可能遭遇的种种劫难,便已得到了安慰与补偿。

#### 保持单纯

因为思虑过多,所以你常常把你的人生复杂化了。明明是活在现在,你却总是念念不忘着过去,又忧心忡忡着未来,坚持携带着过去、未来与现在同行,你的人生当然只有一片拖泥带水。而单纯是一种恩宠状态。单纯地以皮肤感受天气的变化,单纯地以鼻腔品尝雨后的青草香,单纯地以眼睛统摄远山近景如一幅画,单纯地活在当下。而当下其实无所谓是非真假,既然没有是非,就不必思虑;没有真假,就无须念念不忘又忧心忡忡。无是非真假,不就像在做梦一样了



吗?是呀,就单纯地把你的的人生当成梦境去执行吧。

#### 偶尔“俗气”

吃多了健康食品,偶尔你也想啃一啃鸭舌头和盐酥鸡。看多了大师名剧,偶尔你也想瞄一瞄眼泪掉不完连续剧。听多了古典音乐,偶尔你也想唱一唱爱他一百年又恨他一万年的流行歌曲,你知道健康食品对健胃整肠有意义,大师名剧对培养气质有意义,古典音乐对提升性灵有意义,可是,偶尔你其实并不想让自己时时刻刻活得那么有意。人生不需要把自己绑得那么紧,偶尔的俗气会更平易近人。

#### 控制情绪,别浪费了

今天的你,是不开心的你,因为有人在言语间刺伤了你,你不喜欢吵架,所以你离开;可是你只是离开了那,却没有离开被那人伤害的情境,因此你愈想愈生气。愈有气,你就愈没有力气去理会别的事情,许多更该用心去做去想去处理的事件,就在你漫天漫地的心烦意乱之中被轻忽被漠视被省略了。因为,你只是一心一意地在生气。在情绪上做文章,这是对自己的浪费,而且是很坏的浪费。毕竟,生气也是要花力气的,而且生气一定伤元气。所以,聪明如你,别让情绪控制了你,当你又要生气之前,不妨轻声地提醒自己一句:“别浪费了。”

#### 静静地悄悄地回归平静

曾经有一段时间,你心情低落,甚至懒得拉开窗帘看窗外的阳光。因此你当然也忘了去看看窗台上那一盆每天都需要喝水的玛格丽特。如此不知过了多久,总算有一天,你度过了心情的低潮,同时也想起了你的玛格丽特。天啊,可怜的花,她还活着吗?你战战兢兢地拉开窗帘,却见她迎风招摇,花颜可掬。原来在过去的这段日子里,你虽然忘了喂她喝水,老天却没忘了以雨露眷顾她呢。许多事物悄悄地在你的视线之外进行,而且悄悄地安排好了它们自己。天生万物,天养万物,一切其实无须担心……你只要做的就是做好自己,不留任何遗憾。足矣!

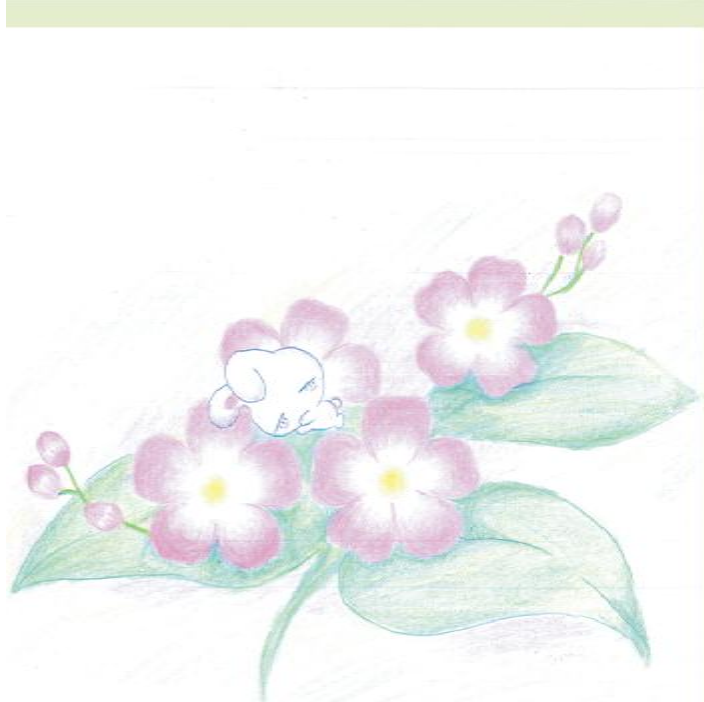
其实美好的生活就在你的身边,只是你没有用心去发现而已!加油吧,每一天都是快乐美好的!

(作者单位:连云港市第一人民医院)



# 写意印象

宋茹



# 夕夏

# 漫画



〔不知君此曲，唱断几人肠？〕  
 〔心迹匿在外，〕  
 〔弦响指中间。〕

《秋水》



〔十指生秋水，  
 数尽凉阳。〕

〔秋水空词赋，〕



〔明月满空山。〕

〔鸟啼花落处，西窗对春风……〕




〔终……〕

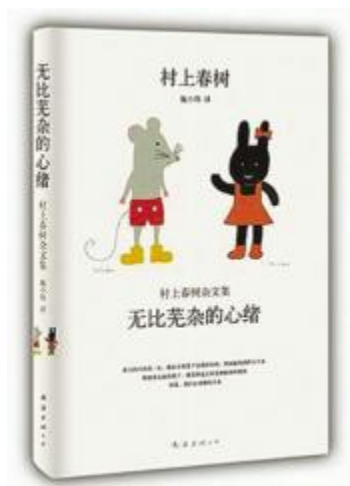


# 《无比芜杂的心绪》

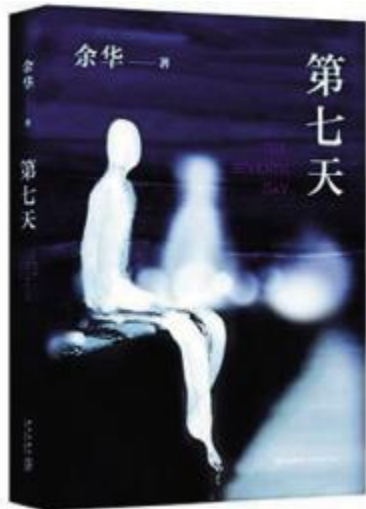
作者：村上春树  
译者：施小炜  
出版社：南海出版公司  
内容简介：

《村上春树杂文集：无比芜杂的心绪》为村上春树创作三十五年来最重要的随笔集，村上春树通过《无比芜杂的心绪》首次明确表达对世界的看法。《村上春树杂文集：无比芜杂的心绪》收录的所有篇章，均由村上春树亲自遴选，同时还在每篇文字前附短文记述写作该文时的心绪，而且系此前从未以单行本形式公开发表过。特别收入耶路撒冷文学奖演讲名篇《高墙与鸡蛋》。

《村上春树杂文集：无比芜杂的心绪》是村上春树创作生涯最具分量的随笔集，被誉为“完整了解村上春树文学与内心的必读之书”。




# 《第七天》



作者：余华  
出版社：新星出版社  
内容简介：

“浓雾弥漫之时，我走出了出租屋，在空虚混沌的城市里孑孓而行。我要去的地方名叫殡仪馆，这是它现在的名字，它过去的名字叫火葬场。我得到一个通知，让我早晨九点之前赶到殡仪馆，我的火化时间预约在九点半。”

这是余华最新长篇小说《第七天》的开篇，给读者留下了足够大的悬念，一个走向殡仪馆、将被火化的人，在死亡之后还能留给读者什么呢？这次余华用荒诞的笔触和意象讲述了一个比《活着》更绝望、比《兄弟》更荒诞的故事，让读者体会到一种寒冬腊月被囚禁于积年冰川里的寒冷，一种剧烈拉锯式切肤的疼痛和虐心，一种茫茫荒野身心俱疲后无着无落的绝望。



## 《在路上,爱的飘移游荡》

作者:小北

出版社:中国华侨出版社

内容简介:

从北京出发往西藏,沿着川藏线,后有转道藏滇线,一路蜕化了被都市包装过、异化过的原始本能,遵从于内心的向往,一路上不是放纵,而是找到了早已消失了的自己。

在进藏途中,遇见双亲早亡的妹妹为癌症哥哥进藏转山祈福的感动;深夜在大昭寺门前听格桑老妈妈讲自己悲惨一生;还有勘探大哥讲自己亲身经历的黄皮子拜月;派镇遇到痴情东北哥们儿经历草原一夜情后直追姑娘到墨脱的爱情感动;与藏族哥们儿巴桑夜行通麦天险经历生死劫、还俗喇嘛讲藏人眼中的仓央嘉措以及他与“西藏第一美女”的传说……

一路上的沟沟坎坎,多不胜数,在藏区生活或者停留的每一位朋友,他们的身上都有无数感动,他们的心里,都有无数关于西藏的神秘秘密,最大的遗憾,就是没有遇到一位愿意牵着百十头牦牛把我留下的藏族姑娘。



## 《最后的狂人:我就是邹恒甫》

作者:邹恒甫

出版社:东方出版社

内容简介:

2012年6月,全球经济学家排名前100名中仅邹恒甫一名华人,“中国经济学第一人”的名号再次坐实。然而,让邹恒甫名满天下的,不是他在经济学领域的成就,而是他以一己之力挑战北大,挑战学术界,挑战一切社会丑恶现象的“壮举”。

这是邹恒甫的悲哀,但却是这个时代大行其道的悖论。《最后的狂人:我就是邹恒甫》想回答的是:

谁是邹恒甫?

邹恒甫是北大,是学术界,是整个社会的敌人吗?

我们应该支持他,学习他,还是批评他?

读完这本最另类的自白和最尖锐的批判书,您是否应思考:

邹恒甫会不会成为中国最后的狂人?

邹恒甫的今天会不会成为我们的明天?

中国人,特别是年轻人应追求什么样的人生态度?



### 市一院成为南京医科大学连云港临床医学院

5月15日上午,市一院举行南京医科大学连云港临床医学院揭牌仪式,南京医科大学党委书记、校长陈琪(右一),市委常委、秘书长、宣传部长张光东(左一)共同为南京医科大学连云港临床医学院揭牌。副市长滕雯出席揭牌仪式并发表讲话。参加活动的领导还有南京医科大学领导夏有兵、沈洪兵、王心如等,市卫生局党委书记周炜,市直医疗机构主要领导。揭牌仪式由市卫生局局长周伟主持。

揭牌仪式上,南京医科大学副校长沈洪兵宣读了《关于成立南京医科大学连云港临床医学院的决定》和首届院务指导委员会组成人员名单,并与市一院党委书记、院长李小民签订了《关于共建南京医科大学连云港临床医学院的协议书》。

李小民在致辞中说,市一院有着50多年的教学工作历史,医院始终把加强教学工作作为深化内涵建设、提升核心竞争力、实现可持续发展的重要载体,不断深化教学改革,弘扬办学特色,扎实推进教育教学工作。自2003年成为南京医科大学教学医院以来,市一院不断加大工作力度,提升工作内涵,尤其是省内一流的临床技能培训中心的建成投入使用,极大提升了医学临床教学的保障支撑能力。他指出,成立南京医科大学连云港临床医学院,并由南医大与市一院先期开展合作,这是对市一院医学临床教学工作的高度肯定,也标志着医院与南京医科大学继在本科




生临床实习合作、联合开展博士后培养等工作基础上,迈上了校院合作的又一历史新阶段。

南京医科大学副校长夏有兵在致辞中高度评价了市一院近年来在科研创新、学科建设等方面取得的巨大进步。他指出,连云港临床医学院的成立,对校院双方都是一个宝贵机遇,必将进一步增强南京医科大学的临

床教学力量,改善临床教学条件,提高临床教学质量,特别是为南京医科大学康达学院的发展提供强有力的支撑。

仪式上,副市长滕雯代表市政府发表了重要讲话。她指出,南京医科大学作为一所享誉省内外的高等医学院校,办学历史悠久,师资力量雄厚,教学理念先进,学科实力强大,与我市保持着良好的合作关系,不仅向我市输送了大批高层次、高素质的医学人才,也为我市医疗卫生以及高等教育事业发展作出了突出贡献。连云港临床医学院的成立,是南京医科大学与连云港市顺应发展需要、拓展合作空间、共享优质资源的又一新成果,必将为我市医疗卫生事业发展提供更为优质的医学教学和人才资源,也标志着双方的合作迈上了更高的台阶,具有里程碑式的意义。

另据悉,5月14日晚,市委书记、市人大常委会主任李强,市政府副市长滕雯,市政协副主席、新海新区开发建设指挥部指挥长尹哲强一同会见了前来出席此次揭牌仪式的南京医科大学校长陈琪一行,双方就深化校地之间的医疗卫生事业的全面合作进行了深入交流。 


## 与省肿瘤医院战略合作谱新篇

6月1日上午,市一院举行与江苏省肿瘤医院战略合作协议签字仪式,市政府副市长滕雯、江苏省肿瘤医院院长唐金海共同为“江苏省肿瘤医院战略合作医院”揭牌。

签字仪式上,省肿瘤医院院长唐金海(左二)与市一院党委书记、院长李小民(右二)签订了《连云港市第一人民医院与江苏省肿瘤医院战略合作协议》。

李小民在致辞中说,江苏省肿瘤医院是我省唯一的省属肿瘤专科三级甲等医院,是全省恶性肿瘤防、治、研、教技术指导中心,承担着全省7000万人民群众和邻近省部分肿瘤病人的预防、诊治任务,在省内享有盛誉。他指出,此次签署的战略合作协议,是医院继与江苏省人民医院、江苏省口腔医院之

后与省内顶尖医院的又一次“联姻”,也是两家医院探索医院改革与发展新模式的创新之举,对于连云港的老百姓而言是“不出家门就能享受到省内高水平的医疗服务”。他表示,市一院将积极借助江苏省肿瘤医院这一优势平台,虚心学习请教、主动加强联系、全方位地扩大交流,不断巩固和深化三甲综合医院内涵建设,努力把医院建设成为省内一流的区域性品牌医疗中心。

据了解,为更好地为广大患者提供优质的医疗服务,市一院与江苏省肿瘤医院本着“优势互补、互惠互利、共同发展”的原则,建立战略合作伙伴关系,此合作协议重点涵盖医疗合作、科教合作、学科建设、人员进修等多个层面。 





## 李小民在迎评冲刺阶段动员大会上强调： 全院齐努力 确保顺利通过评审

6月10日下午，市一院召开三级综合医院等级评审冲刺阶段工作动员大会。李小民、王乐平、李家树、张海林、施辉等院领导出席大会。会议由党委副书记王乐平主持。全院中层干部、党员、医疗组长200余人参加了大会。



会上，副院长施辉宣读《连云港市第一人民医院迎接三级综合医院等级评审迎评冲刺阶段工作实施方案》，职能处室、临床和医技科室及护理单元分别派出代表就做好迎评工作作了表态发言，院党委书记、院长李小民与中层干部代表签订了《连云港市第一人民医院迎接三级综合医院评审目标责任书》。

李小民在会上作了重要讲话，一要高度重视，确保迎评工作顺利通过。二要高度自信，一定能高标准通过评审。我院迎评工作起步较早，一直在有序地推进，取得了阶段性成果，为本次三甲医院评审的成功奠定了很好的基础。三要有效、有力、有序推进评审工作。要尽快确定整个医院的迎评工作计划和方案；组织好每周迎评工作例会；院党委班子成员必须按各自分工，各司其职，各负其责，按照分管条线落实相应工作；各职能处室负责人、临床、医技科室主任以及护士长必须把主要精力放

在迎评工作上。与各科室科主任签订的迎评责任书即是军令状，希望各部门负责人要发扬勇于奉献、敢于担当的精神，带领本部门成员顺利完成迎评的各项任务。

李小民强调近期需完成的几

项工作任务：积极准备由省厅专家组对我院的预评工作，在预评前，我院必须具备基本的迎评条件；各科室仍需按照迎评工作计划，扎实地推进迎评工作；确保51条核心条款顺利过关；制定迎评工作方案和实施细则，确保迎评工作有序进行；依据评审要求，要真正做到“以评促建、以评促管、以评促改、评建结合”，不断提升我院的内涵建设；行政、医疗和护理三个总值班每晚以重点检查迎评台账为主，督促全员参与迎评工作；严肃纪律，加强考核，确保迎评工作有效推进。李小民强调指出，迎评工作迫在眉睫，希望全院上下团结一致、齐心协力，确保顺利通过本次评审。

最后，王乐平对会议进行了总结，并提出三点要求：一是要高度重视迎评工作，把迎评工作作为当前工作的重心；二是认真学习并传达李书记的讲话精神，不折不扣地推进迎评工作；三是同心协力，仔细查找不足，立足整改，加强考核，确保近期迎评工作的顺利进行。

## 奋力夺取“八连冠”

6月13日上午,市一院召开2013年市局卫生工作综合目标分解推进会,院领导李小民、王乐平、李家树、李爱民、张海林、施辉及各职能处室负责人参加了会议。

会上,院办公室主任仲伟茂通报了2012年市一院市局综合目标考评情况,并对市局下达给医院2013年卫生工作综合目标进行了解读。各职能处室负责人围绕年度目标任务汇报了各自的工作打算和主要推进措施。院领导也分别结合各自分管工作提出了具体要求。

会上,院党委书记、院长李小民对今年综合目标管理工作提出了具体要求:一是要以目标考核为抓手,进一步明确责任主体和时间节点;二是要进一步强化目标工作责任制,着力做好预约诊疗服务、缩短平均住院日、新院区建

设、口腔卫生目标任务落实、市级医学专业基地建设和宣传报道等重点工作;三是要精确把握综合目标管理考评办法新内涵,积极做好与市局相关部门的工作沟通,不断打造、提炼工作亮点,彰显工作特色;四是要注重与迎评工作相结合,做到统筹兼顾,同步推进。

最后,李小民强调,综合目标管理工作是市局对各单位年度工作的定位和考核,也是衡量各单位年度工作成效的重要指标。要高度重视市局下达的目标任务,坚持高标准、高质量、高效率的原则,制订切实可行的措施,抓紧建立并不断完善综合考评目标管理专门台账,序时推进各项目标任务的落实,围绕目标谋发展,争先创优达一流,实现医院跨越发展、科学发展,奋力夺取全市卫生系统目标考核“八连冠”。

## 举行迎“七一”纪念表彰会

6月27日下午,市一院举行迎七一纪念表彰会,院领导、中层干部、班组长及党团员200余人参加了大会。会议由副院长李家树主持。

院党委书记、院长李小民在会上作了重要讲话,对全院党员干部提出了四点要求,一是要提高党性修养,做合格共产党员。要加强学习,要学党史、学国史、学党章、学习党的十七届三中全会以来的党的各项方针政策,坚决拥护党的领导。二是要爱岗敬业,创先争优,为党的事业增光添彩。要有真才实学,不断提高自己的业务水平;要养成良好的工作作风,勤奋扎实努力工作;要有追求卓越的理想抱负,不管在什么岗位上,都要努力把本职工作做得最好。三是要廉洁做一切事情,做职业道德的楷模。要摆正名和利,始终把职业道德建设放在首位。四是要加强制度建设,使支部成为干事创业的战斗堡垒。要选好配强支部书记,加强培训,加大考核力度,条件成熟成立党总支,逐步建立职业化党务

干部队伍。李小民就近期三级医院等级评审工作作了部署,希望广大党员干部要思想高度统一,高度认识,注意时间节点,严格按照迎评办要求,全力以赴做好各项工作,并把评审标准严格落实到日常工作中,努力实现持续改进。

会议表彰了局、院先进基层党组织、优秀共产党员和优秀党务工作者。吉琦等21名预备党员及全体与会党员在党旗庄严宣誓,滕艳玲、孙军分别代表先进基层党组织、优秀共产党员在会上作了发言。

李家树在总结时强调,各党支部要认真贯彻落实本次会议会议精神,广大党员干部要以即将开展的党的群众路线教育实践活动为契机,加快推进各项年度目标任务,积极开展学先进,树典型活动,引导广大党员干部切实发扬“有思路、有激情、有担当、有奉献”的“四有”精神,以务实的作风、饱满的精力确保三级医院等级评审工作取得最后胜利,为实现医院美好愿景作出自己应有的贡献。



## 省医院评审专家组来市一院提供咨询服务


6月29日,经市一院邀请,省医院协会委派南京市鼓楼医院副院长韩光曙、省人民医院副院长顾民、苏北人民医院院长王静成、东南大学附属中大医院护理部主任李国宏、省人民医院感染管理科主任医师张苏明、省人民医院信息科主任王忠民等6位专家来院就三级综合医院评审提供咨询服务。

专家组在听取院党委书记、院长李小民就医院三甲迎评工作情况和近几年医院发展概况的汇报后,对医院近年来在医院管理、学科建设、文化建设、人才培养、医院发展平台的搭建等方面所取得的显著成绩给予了高度评价。

在随后的咨询服务过程中,专家组分成质量安全、医院管理、护理管理、院感管理、信息管理五个组对医院重点部门进行了追踪检查和访谈,并查阅了迎评台账。

在评审咨询反馈会上,专家组对医院迎评工作给予肯定,并对迎评工作提出了很多宝贵的指导性意见:需继续加强科主任管理意识,强化科室的细节管理,逐步走向

符合评审标准的精细化管理,持续改进医院管理和质量;需继续加强制度建设、流程建设、标准化建设,逐渐形成以制度管人、以流程做事、以标准规范医疗全过程的主流文化;需继续加强岗位职责、制度流程、诊疗规范、应急预案的反复培训与考核,确保医疗质量与患者安全;需继续加强信息化建设,深化电子病历系统更高层次的功能研发,为临床、科研、质量控制提供依据,要提升医院开发实用医疗软件的能力,强化信息合作,加强信息安全管理,为医院发展提供信息保障;需加强设备维护保养、水电气巡查及消防巡查并记录,加强物品、药品单元库的基数管理,做好日常各项具体工作等。

本次专家组发现的问题与提出的建议不仅具有针对性、代表性,也极具可行性、指导性,让医院在看到成绩的同时,也发现了工作与标准的差距。这次咨询服务活动必将进一步加快医院从评审标准向工作标准转化的步伐,有力推动医院步入管理制度化、工作流程化、诊疗规范化、标准常态化的良性循环。 





市东方医院

## 门诊部：“市民看东方”的第一站




5月6日上午,院前社区七名党员居民在社区党总支周建军书记的带领下,来到市东方医院,深入门诊各科室调研。在门诊部陈邵华主任的带领下,按常规就医顺序深入了解了看病程序,看到络绎不绝的就诊病人、辛苦工作的医生护士,社区居民感慨颇多。

老党员、社区艺术团团长陈秀兰大妈说:“因为身体比较健康,我很少到市东方医院,以前对医院了解还是比较片面的,认为社区门诊比较方便,但通过亲历完善的就诊流程,感受到医院服务的规范化。从市

东方医院门诊医护人员忙碌的身影,我感受到了他们的辛苦。我看到的医务人员服务态度非常好,一丝不苟对待患者。特别令人感动的是为来医院空腹抽血病人免费提供早餐,真是想得周到。”

社区党员陈爱华女士曾经有过看牙病的经历,她对口腔科有独特见解,她认为手术科室一定要消毒到位,预防“二次感染”,这点医院做的规范、更让人放心。


当天,社区党总支还分别安排一名老党员和一名年轻党员到医院急诊输液室跟班体验,直到深夜11点才结束。社区党员们根据观察的结果,对医院及医院门诊工作提出了一些建议,如加强医院宣传、增进医患之间的沟通、规范职工的服务行为等,这些建议和意见通过医院党办反馈并督促落实。

2012年8月,市东方医院党委书记杨红波就已与墟沟街道党工委、院前社区党总支签订了党建共建协议书,与院前社区正式结为党建共建单位,并组织了市民看医院和专家进社区等系列活动。

## 开展 ICU 评审模拟检查

5月8日下午,市东方医院创建办组织医院内审员检查组到ICU开展等级医院评审模拟检查。

在副院长耿玉强、李广梅的带领下,医务处、质控办、护理部、院感科、药剂科、设备处分别对ICU的医疗、护理、质控、院感、药剂、设备等各个环节按照等级医院评审的要求,从台账检查、人员访谈、现场追踪、技能考核、维修管理等几个方面进行了检查。

ICU是医院评审的重点科室,在科主任、护士长的带领下,积极开展科室的迎评工作,加强急危重症患者的管理。院领导对ICU寄予厚望,希望科室能够继续加强管理,持续改进医疗质量和服务水平,为急危重症患者提供更好更优质的服务。



## 首次自主举办省级继续医学教育项目

5月18日上午,由市东方医院自主举办的省级继续医学教育项目《急重症基础与临床培训班》正式开班。培训班由医院重症医学科主任潘利平主持,院长谈笑发表致辞。

谈笑在致辞中强调,作为三级乙等综合医院及徐州医学院附属医院,院党委更加重视学科内涵建设。重症医学科(ICU)是东方医院的重点学科,科室拥有一批经过系统培训、具有较强业务能力的医护人员,配有现代化的监护与急救设备。ICU成立8年多来,使许多生命垂危的患者

重获新生,为我市危重症患者开辟了新的救护通道,也为医院医疗安全提供了强有力的保障。

此次培训班邀请了江苏省人民医院周苏明教授、徐州医学院附属医院急救中心许铁教授、徐州医学院附属连云港市第一人民医院刘克喜等专家为前来参加学习班的学员分别作了《急性肺栓塞》、《耐药不动杆菌的药物治疗》、《亚低温治疗》等精彩的专题讲座。专家们理论结合实际、深入浅出的讲座深受学员的好评。院

## “文化与形象建设工程”正式启动



作为市东方医院今年“文化建设年”重要内容,“文化与形象建设工程”于5月31日正式启动。全院中层干部、党团员和全院文化与形象培训“内训员”百余人共同参与了启动仪式暨动员大会。

会上,副院长耿玉强对医院文化与形象建设工程提出了“高度重视、宣传到位、制度考核、软硬齐抓”四点要求。院党委委员、工会主席王波宣读了《东方医院文化与形象建设工程实施方案》,明确了医院文化与形象建设工程的目标和任务,并强调了督导考核工作。几位内训员代表也在会上发言,表示要在接下来展开的全院全员培训中做好内训员的职责,妇产科内训员冯鑫还以自己在科室开展内训的实际经验为例,讲述了内训工作的心得体会,引起了

现场不少医护人员的共鸣。

院长谈笑在会上发表了重要讲话,他分别从“医院文化建设的内涵及重要性”、“医院文化与形象建设在医院管理中的作用”、“加强职业道德教育,着力塑造医院文化新形象”、“广泛深入宣传发动,营造全员参与氛围”、“以学习创医院品牌,以品牌促医院文化建设”、“创新医院文化载体,提升医院文化内涵”、“确保医院文化与形象建设的制度性”、“医院文化建设与迎接三乙复评工作相结合”八个方面强调了医院文化与形象建设的重要性和迫切性,要求全院“规范行为人人知晓,形象人人塑造,精神人人具备,制度人人遵守”,全体员工需自觉执行,互相监督,使之形成长效机制,变成一种约定俗成的习惯和职工的自觉行动。院

## 医院实行采购人员岗位竞聘上岗



为加强重点岗位制度化建设，市东方医院坚持公开、公平、公正、择优上岗、人尽其用的原则，近日，对设备处、总务处、药剂科采购人员岗位实行了竞聘上岗。

此次竞聘由自主报名、资格审查、民主测评、竞聘演讲、党委研究等多个环节组成，纪检监察部门全程监督了竞聘过程，确保公正、公平、公开。通过竞聘，一批德才兼备的同志走上了重点岗位，调动了广大职工的积极

性。同时，此次竞聘由于运作规范、过程公开公正，受到了全院干部职工的好评。

此举是市东方医院重点岗位管理制度化建设的重要开端，也是适应新形势下用人机制、优化人力资源配置的扎实举措。下一步医院将加强对涉及人、财、物等重点岗位的监督考核，不断加强对医院重点岗位的规范管理。

## 院团委被授予市“五四红旗团委”称号

近日，市东方医院团委被连云港团市委授予“五四红旗团委”荣誉称号，成为全市卫生系统唯一获此殊荣的基层团组织。

近年来，院团委在上级团委和院党委的领导下，紧紧围绕医院中心工作，加强团组织建设，深入开展团员主题教育活动，多次组织团员青年赴淮安周恩来纪念馆、徐州淮海战役纪念馆、抗日山等爱国主义教育基地

接受爱国主义教育；积极注册成为志愿者，踊跃参加海马志愿者服务活动，多名志愿者受到区、市和省级表彰；推进创先争优活动，开展青年文明号创建工作，目前已新创建4个市级青年文明号；以青年为中心，举办各种文体活动和联谊活动，丰富团员青年的业余文化生活。全院团员青年主人翁意识不断增强，特别在开展志愿活动、服务社会方面，展现了东方医院医务工作者的良好形象。



## 医院完成 2013 年度医疗器械计量检测工作

4月1日,市计量测试所的工作人员来到市第四人民医院,对医疗器械进行计量检测。

市计量测试所工作人员在设备科工作人员的带领下分批分组对医疗器械的运行情况、外观、技术要求进行了计量检测及校准,并针对不同行业特点,对相关领域的特殊项目分别予以评定,全院医疗器械计量检测率达 100%。计量检

测结束,市计量测试所工作人员对计量合格的医市四院自开展诚信计量工作以来,培养出一批专业的内审员,对强检计量器具进行定期计量、维护、保管。医院的计量检测工作及时、有序,计量前准备工作充分,内审员的内审作用得到充分发挥,医院被授予“2012年江苏省诚信计量示范医院”称号。

## 市一院医疗集团领导赴四院调研创建工作

日前,市一院医疗集团董事长李小民带领集团领导班子成员及相关部门负责人赴市四院调研三级传染病医院创建工作情况。

孟尔旺院长就创建三级传染病医院及医院发展情况向李小民一行作了详细汇报。调研组对医院创建过程中存在的医疗管理、人才引进、学科建设、硬件设施等问题作了具体的解析和指导。

最后,李小民对医院创建三级传染病医院工作提出了三点建议:一是抓住机遇,积极向省厅申请等级医院验收,抓好时间节点,争取尽早通过评审;二是正确定位,做大做强医院优势学科,明确医院主要产业链;三是加强合作,在教学医院、信息、设备、检验等资源共享、学科发展等方面进行双向合作,互利互助,共同推进三级传染病医院创建工作。

## 市四院获得中盖结核病项目一期卓越贡献奖

根据中疾控结发〔2013〕49号文《中国疾病预防控制中心关于表彰中盖结核病项目一期先进执行机构的通知》,中国疾病预防控制中心根据各省(自治区、直辖

市)组织实施项目的综合成效,对中盖结核病项目一期执行机构予以表彰,市四院榜上有名,获得中盖结核病项目一期卓越贡献奖。

灌南县新区人民医院

## 医院成立“患者服务中心”受到好评

为进一步体现“以病人为中心”的服务理念,解决病人在就医期间的实际困难,灌南县新区人民医院于6月1日成立了“患者服务中心”。

中心目前承担的工作主要有就医指南、就医病人的生活服务、床边探访、护工介绍、陪同诊疗服务以及患者提出的特需服务等项目。“患者服务中心”井然有序地运行,提高了医院医疗服务质量,拉近了医患之间的距离,缓解了当前社会医患关系紧张的现象,深受患者的好评。

## 扎实推进等级医院创建工作

灌南县新区人民医院自今年年初启动等级医院创建工作以来,严格按照等级医院创建评审标准,扎实有序推进创建工作。

自召开全院动员大会以来,全院上下形成人人参与、部门齐抓共管的浓厚氛围。医院成立了创建办公室,抽调医疗、护理、行政管理专职人员负责创建工作,积极组织搭建创建活动框架、学习创建标准、细

则,制定实施方案和工作进度表,分解创建目标,明确责任科室和责任人,倒排时间任务,强化目标考核,定期召开创建工作推进会,对照标准对阶段目标完成情况进行梳理,并进一步查漏补缺。

通过几个月的共同努力,目前医院创建工作取得了阶段性成果,下一步医院将再接再厉争取顺利通过等级医院的评审。



### 市眼科医院召开“5·12”国际护士节表彰大会

5月12日,市眼科医院举行“5·12”国际护士节表彰大会,40余名护士代表欢聚一堂庆祝自己的节日。

院长徐长华首先代表医院领导班子对全院护理工作表示节日的问候和良好的祝愿,对她们为医院护理工作作出的努力和贡献表示衷心的感谢。他勉励全院护理工作者在工作中继续崇尚科学,传承责任,尊重患者,继续深化护理内涵,求真务实,无私奉献,创新思路,切实做好护理服务工作,全面提升医院整体医疗护理质量。

护理部主任杨桂荣总结了医院2012年的护理工作。2012年,医院护理工作紧紧围绕医院发展目标,不断加强护理质量和安全管理,规范护理文书书写、重视护理骨干培养及人才梯队建设,优化护理队伍,加强了护理队伍的内涵建设,眼科护理工作有条不紊。

徐长华宣读了表彰决定,孙静、庞莉、季龙惠获年度优秀护士奖。他要求全院护理工作者以真心、真情、真爱去打动患者和家属,通过优质的护理服务树立眼科医院良好形象。

### 开展爱眼日义诊活动

6月6日是全国第18个爱眼日,今年爱眼日活动主题是“汇聚中国梦,2016年前消灭致盲性沙眼”。为了普及眼科知识,提高人们对沙眼等疾病的认识,市眼科医院在通灌路乐天玛特门口开展了爱眼日大型义诊活动。

在义诊现场,医务工作者带来了先进的眼病检查仪器,为市民进行视力,眼底镜等检查,尤其是针对市民患沙眼的情况进行了重点检查,护士也为过往市民进行血压、血糖检测,并免费发放了500份

眼科知识宣传卡。对于患了沙眼的患者,医务工作者免费为他们提供100份药品。此次活动普及了眼病防治知识,提高了市民爱眼护眼意识。

参加此次活动的市民络绎不绝,有近200名市民来到了现场参加活动,与医务人员认真沟通,向眼科医生咨询眼科疾病方面的各种问题,医生都给予了详细解答。市民们纷纷对市眼科医院细致周到的为民、便民服务表示感谢。





## LDV 飞秒激光学术研讨会在市眼科医院举办

由连云港市医学会主办、市眼科医院承办的“LDV 飞秒激光学术研讨会”于 6 月 15 日在医院举办。此次会议的主题是“LDV 飞秒激光的临床应用”，旨在对 LDV 飞秒激光的临床应用进行讨论、切磋和交流，在轻松的学术气氛中，提高近视眼激光治疗的技术水平。

市医学会姜立学会长、市眼科医院院长徐长华、北京同仁医院翟长斌教授、江西省眼科医院贺瑞教授、市一院姜海涛主任、市二院姜士军主任、中医院王道红主任和东方医院王斌主任等知名眼科专家出席了研讨会。

翟长斌教授和贺瑞教授在会上分别就《LDV 飞秒手术规范及并发症处理》和《准分子激光个性化切削的临床讨论》展开讨论。会议现场学术氛围浓厚，讨论热烈。据徐长华介绍，此次在市眼科医院举办的学术会议是连云港市第一次飞秒激光学术会议，此次会议为广大飞秒激光工作者提供了一个交流平台，对飞秒激光



工作者及时把握近视眼激光手术的最新动态，紧密联系实际，提高我市飞秒激光技术的临床应用水平，提升近视治疗水平方面都发挥了巨大的推动作用，为连云港市飞秒激光事业的可持续发展作出积极的贡献。

### 赣榆县人民医院

## 市领导视察禽流感防控工作



4 月 17 日下午，市委常委、赣榆县委书记王加培、赣榆县委常委、常务副县长商振江、副县长宫平等领导来到赣榆县人民医院视察人感染 H7N9 禽流感的防控工作。

王加培一行先后来到导医台、预检分诊处、发热门诊、详细询问和查看了医院防控措施、就医流程和宣传教育等工作，认真听取了禽流感防控工作的汇报，对医院面对疫情，迅速成立专家组，完善防控预案，充分做好急救药品防护器材的准备等工作给予充分肯定，对一线值班医护人员表示亲切慰问。

县卫生局秦泗洲局长、王惠政院长陪同视察。

# 市领导视察新城医院

4月28日,市委常委、赣榆县县委书记王加培,县长曹卫东,县政协主席杨淑之,县委常委、常务副县长商振江,人大常委会常务副主任、党组副书记孙海,县委常委、青口镇党委书记毛太乐,副县长李冰等四套班子领导来到赣榆县人民医院新城医院施工现场视察指导工作。

王加培在听完王惠政院长关于工程进度情况的汇报后指出,赣榆县人民医院的迁建工程是我县目前单体最大,老百姓极为关注的亮点工程,希望各参建单位要以建设法规为准绳,行业规范为标准,安全生产层层落实,责任到人,按序时进度又好又快的完成迁建工程的建设。



# 还患者一个明亮的世界

——“健康中国·基层行”慈善救助活动走进赣榆



4月27日,由江苏眼科学会、卓如医疗慈善救助基金会、赣榆县人民医院主办,珠海市蓝海之略医疗股份有限公司承办的“健康中国·基层行”——赣榆站暨医疗

技术援助与医疗慈善救助慈善活动在县体育馆隆重举行。县委常委、宣传部部长李武,人大常委会副主任王永波,政协副主席、县总工会主席刘世学,县文广体局局长韩宝东,县城管局局长祁德林,县总工会党组书记王永光,县卫生局副局长徐文彦,县卫生局党委副书记徐勇,珠海市蓝海之略医疗股份有限公司董事长罗志林出席活动。

“健康中国·基层行”是由联合国千年发展目标公益主题活动组委会、中国智慧工程研究会等联合主办的公益活动,分为中国周和中国行两部分。“健康中国·基层行”赣榆站为江苏首站,活动将对赣榆及周边地区眼疾患者实行免费诊疗,邀请国内著名眼科专家为我县首批

1000 名白内障患者实行免费复明手术。

此次活动以赣榆县人民医院眼科中心开业为契机，通过前期推广、义诊筛查、慈善免费手术等一系列活动拉开了“健康中国·基层行”赣榆站慈善活动的序幕。本次活动得到了赣榆县各级领导的高度重视，并应邀出席了本次慈善义演。

活动中，蓝海之略医疗文化传播有限公司及医院的医护工作者，共同为现场观众带来一场精彩纷呈的演出。当天举行的义演活动，不但邀请到扮演毛泽东、蒋介石的特型演员东方子和赵明，慈善明星、爱心大使付笛声、任静夫妇也加盟献唱。他们以充满希望和爱心的歌声，唤起现场观众共鸣，以歌声传递对本场慈善活动的支持和对赣榆人民拥有健康美好生活的祝福，以及对“健康中国·基层行”活动的大力支持，并呼吁社会各界传递爱心，共同帮助基层贫困患者早日恢复健康。活动现场，北京、上海、南京等地几十家企业和到场演员、观众自发为赣榆医疗慈善基金会捐献爱心款 178.5 万元，该善款将如数用于赣榆当地基层百姓白内障手术的支出，为赣榆百姓的健康提供最优质的医疗技术和资金扶

助。

赣榆县人民医院以这次活动为契机，引进先进的白内障超声乳化手术系统、裂隙灯显微镜、眼前节激光治疗仪、全自动电脑验光、角膜曲率仪、眼底荧光造影照相系统等眼科先进仪器设备。同时邀请许京京、李国星、朱承华、刘庆明、田琦等国内知名眼科医学专家对赣榆县人民医院进行技术扶持，通过手术指导、学术讲座、技术帮扶等方式进行科学带教，将先进的眼科医疗技术留在了医院。

截止目前，赣榆县人民医院已免费为患者实施超声乳化白内障手术 70 余例，玻璃体切割手术 1 例，视网膜脱离手术 2 例。通过医学专家手把手带教，医院成功开展了上睑下垂斜视矫正，鼻泪道吻合，眼内肿瘤摘除等手术以及眼底造影、照相、全自动视野检查、眼 OCT 检查等各类眼病检查。

活动仍在继续，爱心仍在传递，通过医疗专家的传、帮、带的形式，有力推动了赣榆县人民医院眼科的发展和建设，先进医疗技术的成功开展将让更多的眼疾患者重见光明。





# 外埠赣榆籍医学博士团带来省级继续医学教学项目

5月31日至6月1日，赣榆县人民医院在外埠赣榆籍医学博士——江苏省人民医院放射科主任刘希胜，江苏省中医院商洪涛的关心和支持下，组织和邀请了南京大学附属医院肿瘤科主任、国家级医学教授刘宝瑞一行六人



在我县成功举办了首次省级医学继续医学教育项目《消化道肿瘤诊治与进展》。来自省、市、县100余名肿瘤科、消化科专家进行了学术交流。县医院及乡镇卫生院200余名医务人员参加了此

次省级继续医学教育项目学习班。

各位专家教授在此次活动中，对国内外消化肿瘤专业领域的最新进展、动态进行了精彩的演讲。各位专家还亲临病房进行手术、示教、阅片、疑难病例会诊和指导，为赣榆肿瘤科目的发展起到了积极推

动作用。

据悉，赣榆县人民医院将以外埠赣榆籍医学博士团为依托，带动国内外更多的知名医学专家来赣榆举办学术交流、手术示教等活动。

## 东海县人民医院

# 定期举办糖尿病护理知识讲座

6月25日，东海县医院王小芳护师为糖尿病患者及家属讲授了糖尿病的预防及护理健康科普知识讲座，40人参加此次讲座。

东海县人民医院一贯重视糖

尿病教育，长期为患者提供护理知识指导。为了使更多的糖尿病患者及家属能够更加系统全面地认识糖尿病，县医院每周四下午都免费举办一次针对糖尿病患者及其家属的教育活动——“糖尿

病护理知识讲座”。患者通过参加糖尿病护理知识讲座，可进一步了解运动、饮食、心理、用药等方面的知识，消除了对糖尿病的恐惧感，此举深受广大糖尿病患者及家属的欢迎。

## 陈果夫论医道

□ 杨收平

民国“二陈”之一的陈果夫。由于久病成医，深谙养生之道。

幼年果夫体弱，得了肺结核。当时肺结核没有药物可以治疗（链霉素 1945 年才发明）。

果夫病了四十年，肺病迁延不愈。这使得他对病痛有深切的感受和认识，工于思考勤于著述的陈果夫，利用病榻间隙写下大量医道养生方面的文章，总计竟有 50 多万字。

1933 年 6 月，他写了第一篇论医道的文章——《医药的幼稚和中医科学化的必要》，在这篇讲话稿中，陈果夫认为医学不应该裹足不前，要有科学精神和革新勇气。

1942 年，果夫出版了《卫生之道》一书，书中第二

章，提出了健康十大原则，概括为：浴日光，畅空气，慎饮食，重整洁，勤劳动，善休息，适环境，正思虑，调七情，节嗜欲，内容简明扼要，通俗易懂。

关于环境对人体的影响，果夫提出了“天地人时”四个因素。天指天气，气候不好，不但人要生病，其他生物也不能生存。地是地理环境，不同的地理环境造成不同的生存环境。陈认为风景通人性，举例说“离山近的人多迟滞好静，离海近的人多活泼好动。”还引用论语中的话：“智者乐水，仁者乐山。”时就是季节，春天生机向上，细菌繁殖时，应该“预为防范”。人是人为环境，若人为环境不好，“心境、性情与习惯都要受到恶劣的影响，虽则有良好的风景和气候，仍然是不适于卫生”，果夫接着说，“医治思虑不正的方法，在于改变环境，使思想彻底觉悟，凡属不可能的事，皆当抛诸脑后，不去想它”。他总结到：“我们要减少疾病，就非从教育和预防着手不可。所以卫生之道，比医药更为重要。”该书由国民党元老吴稚晖作序，吴对果夫格物致和的精神大加赞赏，说陈薄物细致，无不研求，无不用心，无不用力。

果夫还时刻关心儿童健康成长。

针对儿童不良的卫生习惯，他专门编写了《儿童卫生歌》，书中收录 44 首歌，歌里融合扬善、抑恶，以正压邪的教育理念，读来朗朗上口。

根据自己的看病体会，果夫写了 100 篇病中杂记，1940 年结集名《医政漫谈》，出版后，好评如潮，1942 年，增订再版，影响广泛。《医政漫谈》是果夫治病养病的经验总结，堪称精品力作。治病和打仗异曲同工，他从自己治痢疾的经验，提出“放弃两面，巩固中枢”的战术，暂不顾一面患肺，一面生痢，而取调理胃口治疗中枢的方法，取得了很好的效果。

果夫认为，性格对疾病有影响，比如急性子得了肺



病吐血，越吐越厉害。一个好医生，不仅医病，还要改变自己的性格。果夫多思少言，稳重老成的性格，可以说与他长期重视修为有关。

对于中医和西医的优劣，果夫本着实事求是的原则加以评判。1945年，有个医学杂志创刊，请果夫赠言，他当即写了“中医必须加习科学，西医必须加习哲学，然后通力合作，完成最理想之新医，以共负救世救人的大责。”果夫认为西医不注重哲学是它的短处，轻视实验科学则是中医的短处，不做实验，对病理认识不明晰，从而造就了很多庸医。

果夫漫谈医道，多涉及哲学内容，他认为生命在于运动，动物一旦变成静物，就离死不远；一样东西有了好处，就有坏处，好处越多坏处也就越多；内部比外部更重要，治里高于治表，治本高于治标。陈果夫认为合用的才是好的，重视效用功利观，讲究中庸原则，主张治病要适度。有人建议果夫改行学医，说先生的性情最适合学医，果夫竟然一时动了当医生的念头，因为年龄偏大，政务繁多，只好作罢。

保养身体，果夫倡导预防为主的理念，在重庆养病的时候，他发现公务人员体质下降，根子在于缺少锻炼，有些人不从运动入手，而热衷与吃补药，在谈论医病和医国的道理并无二致时，他举例说，“孙中山先生本来就是医生，所以他能从治病推测到医国上去，他视察中国的病根，积累了几十年的经验，诊断好了，再参酌古今中外的医例，才开出一张三名主义的救国方案，大家应该按照这张良医开的方案，来治疗中国的病。”

陈果夫发现百姓生病了不习惯看医生，除了经济上的原因，还有相信神水、符咒迷信的原因，于是大力普及医学知识，1935年夏，苏北发生了瘟疫，黑热病患者高达10万，果夫举办“农村医药初级服务员训练班”。招收初中文化水平的学生，学习一个月后，参加医疗队，投身疫区服务，一年多后，终于将疫情控制住。目睹农村缺医少药的现实，果夫把培训农村医务人员作为一项长期工作坚持下去。为解决农民看不起病问题，在医疗队挂号处附近，设立江苏农





民银行贷款处。贷款看病,还款时间协商,不收取利息。1936年秋天,江宁、镇江一带疟疾流行,果夫认为“用教育方法事前防治,较用医药事后治疗”更为重要。遂开办训练200名学员,传播疟疾预防知识。

俭以养德 廉以立身。果夫修身养性,无不从大局出发。在国民党同僚中,陈果夫算是比较清廉的。有一年,农民银行请他题词,他写道:“一文不取谓之清,深思熟虑谓之慎,刻苦耐劳谓之勤,注意时效谓之敏。”有人说,在国民党上层,讲求慎、勤、敏的虽不乏其人,而像陈果夫那样“清”的人还真不多见。除了工资,没有什么积蓄,到台湾后,陈果夫身体每况愈下,家庭经济常常入不敷出。治疗肺结核,需要巨额医疗费,既无财产,也没有以前的地位,医疗费都是靠朋友支持,果夫度过了生命中最后一段拮据光阴。

1951年1月,陈果夫从太中迁到台北养病,6月酷热难耐,他出现了虚脱,到8月盛夏已无法起

床,摄x片,两个肺部结核空洞累累,结核菌已转移到脑部,8月25日,果夫昏迷,高热不退,下午4时许,溘然辞世,年59岁。

这年4月,果夫曾作一首打油诗,送给保姆梅花,诗云“老爷脾气好,日日夜夜困在病床上,看书、会客,做文章,脱衣着衣匆忙了……”果夫临去世还在琢磨着医道。1951年8月,他挣扎着写下《老病人谈中医西医》,这是果夫先生最后一篇谈论医道的文章。他说,“若干年来,我写过不少医药方面的文字,其动机和目的,无非凭着同病相怜的同情心,缕述自己的经验,希望对生病的人,对关心病的人,对预防生病的人以及对治病的医生,尤其是想对于负责卫生行政和健康教育的当局,有些微贡献。”这确是肺腑之言。果夫患病41年,有一半时间缠绵病榻,对生命感悟之深切,对医道建议之中肯令人肃然起敬。

(作者单位:连云港市东方医院)





# 女性夏季尤须防空调病

炎热的夏季，几乎家家户户都用上了空调。在给人们带来舒适与凉爽的同时，“空调病”也乘机袭击我们的身体，尤其是女性朋友。

享受了阵阵凉意后，却感到疲倦、乏力、皮肤干燥，同时还有不同程度的手足麻木、头痛、咽喉疼痛、咽干不适、神经痛、胃肠不适等，有的女性还出现月经失调现象。这就是人们常说的“空调病”。

夏季高温酷暑，女性朋友常常是一身短打扮，肌肤裸露，散热较快，加上女性的体重大半只有男性的 2/3，体质不如男性，对冷刺激又较敏感。所以说，在夏季，女性较男性更易患“空调病”。

在炎炎夏日里，女性要如何来预防“空调病”呢？


1.使用空调时，居室温度宜恒定保持在 25℃左右。室内外温差不可超过 7℃，否则

出汗后立即进入空调房间，可加重体温调节中枢的负担，严重时还可引起体温调节中枢紊乱。

2.空调的风速应保持在中低档，空调的风口不宜直接向着人员经常逗留处。

3.女性在夏季穿着较为单薄，若长时间在空调房内工作、学习，应适当增加穿脱方便的衣着，膝部可用毛巾覆盖予以保护。同时要注意间或站起来来回走动。以促进四肢血液循环，增进机体抵抗力。

4.下班回家，可先用热水将身体擦一擦，然后自行全身按摩一遍，若能适当运动，效果更好。

5.在夏季，每日的膳食中可适当增加生姜、辣椒等调味品，既佐餐开胃（有胃炎病史者少食），又可防风散寒，增加机体抵抗力，预防“空调病”。



## 夏季应预防小儿慢性支气管炎

小儿支气管炎是临床常见病，以冬春季为多。很多家长误以为夏天就不会得此病，因而不注意，这实际上是错误的，小儿支气管炎四季均易发生，如治疗不彻底，易反复发作，影响孩子发育。

专家指出，慢性支气管炎的防治原则是：发作时治标——消炎平喘，缓解期治本——补肺、健脾、益肾以扶正固本。虽然部分患儿在缓解期没有症状，表面上与正常人无异，但实际上气道内的慢性炎症并没有得到控制。“夙根”并没有清除，所以必须积极治疗。医生平时常说的“冬病夏治”也就是这个意思，因为夏天该病多自然缓解，所以说在夏天家长朋友们更要注意有针对性的去预防，以减少疾病的发生。

那么，在夏季如何预防小儿支气管炎呢？专家提出八点建议。

1. 在季节交替、气温骤变时，应及时为孩子增减衣物，同时衣物要经常晾晒消

毒。

2. 夏天不宜过多食用冰西瓜，西瓜本来就是生冷性寒的食物，一次吃得过多容易伤脾胃，如果贪吃冷藏时间过长的冰西瓜，对脾胃的伤害就更大了。此外，西瓜中含有大量的水分，可冲淡胃液，从而引起消化不良，使机体抗病能力下降。大量吃冰西瓜还易引起咽喉炎或加重支气管炎。


3. 家里不要养宠物和养花，不要铺地毯，避免接触花粉、尘螨、油烟、油漆等。

4. 避免食用会引起过敏症状的食物，如螃蟹、虾等。

5. 室内尤其是儿童卧室内要常开窗保持通风。

6. 不要让孩子抱着长绒毛玩具入睡。

7. 注意通过锻炼、营养等方法增强孩子的免疫功能。

8. 孩子出现不适应及时到正规医院就诊。 





# 老人热天更须防习惯性便秘


习惯性便秘，是指大便次数比健康时减少，粪质坚硬，并有不适的感觉，肠道、肛门没有器质性病变。在大热天，发生习惯性便秘是很难受的，尤其对老年人，更是一种难言之苦。

习惯性便秘发病的原因，多是由于进食过少、或食物过于精细，缺乏植物纤维素，使结肠得不到一定量的刺激，蠕动减弱而引起便秘。或是因为工作、生活和精神因素等情况不能及时排便，经常抑制便意，或排便姿势不当，以及经常服用泻药或洗肠等，使直肠失去敏感性，反应迟钝，积粪过久而产生便秘。当然精神抑郁或过分激动，不良的生活习惯，睡眠不足等，都容易使结肠蠕动失常或痉挛而引起便秘。

长期的便秘，会因体内产生的有害物质不能及时排出，被吸收入血而引起腹胀、食欲减退、口内有异味、易怒等自体中毒症状；除会使身体发胖，皮肤老化外，还会引起贫血、肛裂、痔疮、直肠溃疡，增加直肠癌

的发病率。便秘本身并不会产生致命的危险，但是如果您年龄较大，患有心脑血管疾病，那便秘对于您可能是一个致命的危险因素：便秘使得排便时必须用力，这样血压就会升高，机体的耗氧量增加，很容易诱发脑溢血、心绞痛和心梗而危及生命。因此，保持大便通畅是十分必要的。

习惯性便秘病人大便的间隔时间因人而异，一般为两天以上，大便坚硬干燥，常伴有左下腹胀闷不适、上腹饱胀、嗝气、恶心、腹痛、肠鸣、排气增多等症状。长期便秘者，还可出现食欲不振、口苦、精神萎靡、头晕乏力、全身酸痛以及头痛、失眠等症状。

老年人应针对便秘的原因，采取不同的治疗方法。除多吃些蔬菜、水果之外，还要适量吃些粗粮和海产品。每天饮水量不少于 1500ml，最好喝些绿茶、蜂蜜等，有润肠通便的效果。不论何种原因引起便秘的老年人，每天最好散散步，使全身肌肉放松。有心脑血管病的老年人，要注意药物和精神因素对排便的影响，必要时更换其它药物。同时，采取有针对性的防治措施，恢复正常的排便习惯。便秘是长寿的大忌，老人要注意运用上述综合防治方法，摆脱其困扰，轻松生活。 





## 喜怒皆需适度

喜,快乐也;怒,生气也。大家都知道,快乐有利健康,生气无益身心。因此,人们总是努力追求喜而摒弃怒。应该说,这样做通常是合理、正确的。但如果认为越喜越好,在任何时候都得只喜不怒,那不仅无法办到,而且也并非就是好事。

**怒有两重性** 中医理论有“怒伤肝”之说,认为发怒有伤肝脏。著名医学家张景岳甚至断言:“肝胆心肾皆病于怒”。可见发怒会伤及多个脏器“气是无烟火药”,动不动大发其怒是不好的。因小事而引发无名火,自然更是有害健康了。

然而,正如《素问·气交变大论》中所说:“有喜有怒,有忧有丧,有泽有燥,此象之常也。”如果我们承认“喜、怒、忧、思、悲、恐、惊”为人之常情,就可以推论,包括长寿经验中有“遇事不怒”的耄耋老人在内,没有谁是永远只喜不怒的,充其量也只是有些人不“怒形于色”而已。

科学地讲,怒的程度从“轻微不满”、“生气”到“暴怒”,有6、7个等级。除暴怒应加以克制外,一般的怒是顺乎自然之理的情绪,应允许“宣泄”。国外的精神分析学家认为,遇有烦恼不满,不必强压心头,可以用适当的方法一吐为快,而这正是身心健康之道。

英国医学专家观察到,乳腺癌患者大都是不善于宣泄愤怒的人。美国医学专家进一步证明:能够对医生、家属发怒的乳腺癌患者,比那些柔顺听话的病人

要活得长久。专家指出:十二指肠溃疡常常发生在怒而不发的人身上。我国有位关节病专家撰文指出:得关节病的人,常与慢性愤怒得不到发泄有关,能够懂得“敢怒而敢言”的人,治疗效果会更好。怒居然能与关节炎的防治相联系,一般人怕是难以想象的。更有意思的是,古籍中有华佗巧用“怒激”法,使某太守在一怒之下吐出黑血数升而病愈的传说。

上述种种告诉我们:怒有两重性,一味“制怒”与人的自然心态不相符,因而适当宣泄才是防病益寿的良方。

**过喜亦伤身** 那么,喜又如何呢?欢乐能松弛精神,促进消化,增强人体的免疫功能,是一种有益的情绪,但过喜也“害”人。《儒林外史》里的范进,因为中举而大喜过望,结果反使他发起狂来。有人突遇喜事,竟在“哈哈”一笑声中倒地身亡。这些,想必大家都听到或见到过,可见,中医所说的“喜伤心”是有根据的。西汉名家东方朔指出的“乐太胜则阳溢,哀太甚则阴损”是符合实际的。这等说法,并非不让人去高兴、快乐,其主旨还是防止过喜伤身,乐极生悲。

**喜怒皆要适度** 总的说来,处理“七情”之道就在“适度”两字。把握了这关键点,并且能在“七情”侵扰“神明”之后注意及时调整好情绪,我们就完全可以有的放矢,有喜则喜,该怒则怒,完全用不着刻意去克制它们以致伤害自身的健康了。📖



## 向世界上最好的医院学管理

□ 刘琴

自从上次医院下发的年轻护士素质提高的行动方案，提到过有关《向世界上最好的医院学管理》这本书，并不止一次地听别人提到过说这本书有多好看！就激发了我的兴趣，很想知道这本书到底写些什么呢？到底是一个什么样的医院呢？然后，我就去买了这本书，并且一睹为快！

本书所提到的医院坐落在美国明尼苏达州的一个叫罗切斯特的小镇上，全名是梅奥诊所。它是世界最大的私人医疗机构，也是全世界的医学圣地，它的顾客上至总统，下至贫民，从建立到现在已有百年的历史了。它的核心理念是“患者至上”，而且这不是一句空话，他们确实将工作落到了实处，发挥得淋漓尽致。其中书里提到了两件事情让我记忆犹新。

事件一：大概的意思是说有一个肿瘤晚期的老太太，临终前最大的愿望就是能亲眼看到自己的女儿穿上婚纱结婚，那幸福的一刻。而梅奥诊所的员工知道后，动用一切力量，将医院的一楼大厅

利用 8 小时的时间立刻装扮成了结婚礼堂，并请来了司仪，将老人家推出来，亲眼看到了自己女儿结婚的全部过程，完成了患者的心愿。这个让我很感动。试想一下，我们能做到这样吗？

事件二：一位驾驶重型卡车的女司机开车行驶到罗切斯特市时突然生病，她就来到了梅奥诊所向急诊走去。医生强烈建议她立即住院，可是她拒绝了。经过了解原因是不放心停在医院的卡车，还有车内的小狗。得知情况后，一个急诊的护士主动提出去处理卡车和狗的事情，患者便把钥匙给了她。可当护士去时发现是一辆大卡车还配有一个 53 英尺的拖车时，惊讶极了！她自己无法开走，但当时她记起有一位同事曾经是长途汽车司机并有执照，便通知了她，卡车顺利开走了。而这个急诊护士便负责照料小狗。这个事情做得多么完美啊！

以上两件事情，充分表明了“患者第一”的原则，真正做到了“急病人之所急，想病人之所想”。



梅奥诊所的一位叫萨德斯汀医生总结道：“所有的这些努力的付出就是为了保证患者的所有需求都能得到满足。”

从这一方面我联想到自己的环境，为什么医院里不时会有纠纷，为什么会有投诉呢？看完梅奥诊所，这里面一直都没有提到有关投诉啊，不和谐啊这些字，他们是不是都没有呢？如果每一个工作人员都能向梅奥员工那样有“患者至上”的理念，有那种无私奉献的精神，有那种大无畏的精神，有那种不计较得失的情怀，有那种能想方设法去解决面对的许多棘手的问题的能力，有那种积极去寻求和建立一种温馨和谐的交际关系的能力，那么我相信就不会出现这样或那样的问题了。大部分的医疗事故是疏于交流、沟通，因此要提高交流的有效性。当患者的临床需求无法得以满足时，关键信息能够得到准确、有效性传递和交流是非常重要的。这本书让我深深地懂得，梅奥诊所的管理理念，不仅体现了客户至上的价值观，也无形中强化了一种相互交流、相互切磋，进而相互提高的人性化机制。

这的确是一本在管理方面的好书，从许多章节精辟的论述中，让我更深切地体验出了一个道理，那就是：“能把一件简单的事千万次地做好，这就叫不简单”，作为也在搞管理工作的我来说，

应该认真细致地揣摩这种精神，不遗余力地传承这种精神，积极参与到每一项管理之中去，无论是面对复杂困难的局面，还是在平凡的工作岗位之中，只有把自己的分内事做得更好，才能做得更久、更强。

只有更多的人对患者，对本职工作，对自己没有愧疚感和遗憾时，我们就向梅奥诊所靠近了一步。为了这一目标，除了过硬的技术、和谐的团队外，最重要的是每个人的责任心。而且梅奥里面提到了很多理念：有相互尊重的力量、团结合作的精神、注重细节等等。给我触动最大的是，梅奥诊所的所有上上下下的员工全部都有一种自觉自愿奉献的精神，都能够心往一处想，劲往一处使。

工作无极限，创新无止境。要真正给患者提供优质、高效、低耗、文明、快捷的服务，我们要学习梅奥诊所“患者的需求第一”的服务宗旨，把满足患者的需求作为服务的核心要素，多角度，全方位提升服务理念和服务模式，创新服务举措，实行人性化服务，把“视患者如亲人”作为贯穿服务流程的主线，营造“服务无止境，亲情永相伴”的服务氛围，逐渐把服务这篇文章做细做全，也使医院在激烈的竞争中立于不败之地。

（作者单位：连云港市东方医院）



当你走过一段遥远的路，就会见到沿途的各种风光，有鲜花小溪，也有荆棘坎坷；同样，当你走在人生漫长的大路上，也会遇到这样那样的痛苦、快乐，但不管它是什么，都请记住：这只是通往目的地的一小段必经之路，不要因为快乐而放弃了行进，也不要因为痛苦而倒在地上、爬不起来……

——@索达吉堪布

# 青春渐行渐远

□ 王龙

对于青春,我们每个人都有说不完的话,讲不完的故事和抹不尽的泪水,80后的我们活在青春里,却又酸酸地追忆着转瞬即逝的美好,呵,真是矛盾……

若是拿人的一生来对照一年的12个月,青春岁月,大抵应该在4、5月份吧,朝气蓬勃,生机盎然,带着春的热情与阳光,却又不失初夏的冲动与浮躁,貌似赵薇和陈可辛两位导演都想在这春夏交替的青春时刻用镜头讲述发生在每一个年轻人身上的故事,更可贵的是《致我们终将逝去的青春》(以下简称《致青春》)与《中国合伙人》两部影片都为年轻人传递着正能量,树立起好榜样。不管是新人职场的菜鸟,还是即将毕业的大学生,更或者是那些对大学生活无限憧憬的高中毕业生们,看完两部影片,都能受益良多,信心倍增,青春时期的每一份努力、付出和持之以恒,都将是走向成功的基石。

两部影片讲述的故事侧重点不一样,《致青春》更多的侧重于青青校园的爱情故事,而《中国合伙人》在感情表达上面,没有赵薇导演那么细腻,以新东方教育科技集团的发展历史为背景,激励年轻人要大胆地追求梦想,敢于挑战。我倒是觉得可以把两部影片的剧本加以融合,进行再创作,毕竟青春离不开爱情,青春也离不开工作与事业。

《致青春》讲述的爱情故事大都不能圆满,也正如现实中的初恋,又有几对能终成眷属?或许初恋本来就是让人值得珍藏回忆的,不期许能天长地久,只愿曾经真心爱过,如果有可能,谁又何尝不希望和真心相爱的人,给过初吻的人白头偕老,相伴一生?青春时候的爱情为什么能让人难以忘怀,珍

藏一生呢?或许,那个时候的爱情没有掺杂着其他的因素吧,帅气的他递给她一张纸条,她都能心跳加速,激动不已;扎着马尾辫的她纯真的笑容又让多少个他垂涎三尺,暗送秋波。呵,不禁想起《那些年,我们一起追过的女孩》,“每个男孩心中都有一个沈佳怡”,记忆中青色的脸,桌垫下的老照片,黑板上的排列组合……都在这青春韶光中稍纵即逝,但也愈久弥香,愈久愈难忘。

纯真青涩的校园爱情故事纷纷被搬上荧屏,这难免让人感叹现实社会里的爱情是不是缺少了点什么,爱情遇到了现实真就一分不值么?

“也许这才是成年人的爱情,放在天平上小心计量,你给我几分,我还你多少。我们可以付出的东西是那么有限,再也经不起虚掷和挥霍。而年少时不计代价去爱的我们又到哪里去了?”

是呀,我们到哪里去了?

《中国合伙人》是一部根据真人真事改编的励志故事,故事讲述教育机构“新梦想”的三位创始人艰辛的创业历程,以及他们的苦尽甘来。一位在首



都电影院观影的观众在《中国合伙人》散场后,仍与同伴哼唱着片中《光阴的故事》的曲调。他告诉记者,影片散场后,有若干掌声响起,“励志”的感觉让观众找到了共鸣,也唤起了不少观众对于梦想的回忆,“很多人都被现实所击败,导致忘记了心中曾有的梦想,这部电影告诉我们,梦想是需要坚持的”。

小时候,大人们常常会问“你长大了想干什么?”,而我们的答案大多都是“我想成为一名教师”、“我想成为一名科学家”、“我想成为一名音乐家”……这大抵是少年时候的梦想吧。到了青春的时候,我们总会豪言壮语,激情澎湃地对未来充满希望,相信可以改变整个世界,当现实的利刃将你曾经的个性、冲动、自信等都抹平的时候,你会发现,其实我们改变不了这个世界,是这个世界改变了我,仅存的只是那廉价的自尊心。当我们被周边的环境同化的时候,能保留最真实的自我,不做作,不浮夸,做最本性的自己,这就很难得了。80后的你,还记得你小时候的梦想吗?还记得你中学时候的梦想吗?还记得你上大学时候的梦想吗?当遭受现实的一次次打击,一记记重创之后的你,还有梦想吗?

我们却不禁要问,梦想是什么?梦想就是一种让你感到坚持就是幸福的东西。我们拼命地奔波忙碌,拼命地追求物质享受,到头来,你觉得你得到了什么?你觉得你所拥有的东西让你幸福吗?我们找来找去,还不是又回到了原点,回到了梦想的起点。正如剧中的成东青、孟晓峻和王阳,大学的时候是一个战壕的兄弟,手足情深,坦诚相待,毕业之后都

忙于生计,每天都在为吃饱肚子苦苦挣扎,即便是他们在创办英语培训机构的时候,他们的教室是废弃的厂房,兄弟之间仍不离不弃,一起打拼,当他们的事业蒸蒸日上,不再为每天吃什么犯难的时候,他们的兄弟感情却出现了裂痕,王阳在婚礼上心酸地说:“千万别跟好朋友合伙开公司。”他们得到了物质的极大改善,却失去了最初让他们走到一起的兄弟情义。呵,得不偿失,可笑可悲。

生活是一个圆,走着走着,就绕了回来。

写到这里,我竟然糊涂了,我想表达什么中心思想,只是简单描述两部影片的观后感吗,还是通过两部影片表达对青春的观点和看法,然而,我的观点又是什么?

青春之于爱情,朦胧的暧昧让我们回想起来仍觉得纯真甜美,可能会有人觉得很可笑,很傻很天真,但那确实发生和存在的,而且只属于青春。

青春之于事业,不管什么时候都不要放弃梦想,有梦的人才能成功,有梦的人才能走得更远,纵然现实残酷凶险,但不要停滞不前,毕竟青春是终将腐朽的,时间对谁都公平,谁都只有这几年新鲜,当青春的爱情故事遭遇工作和事业谁都玩不起,谁也都输不起。借用《致青春》的一句台词:曾经我们都以为自己可以为爱情死,其实爱情死不了人,它只会在最疼的地方扎上一针,然后我们欲哭无泪,我们辗转反侧,我们久病成医,我们百炼成钢。你不是风儿,我也不是沙,再缠绵也到不了天涯,擦干了泪,明天早上,我们都要上班。

青春的舞台上,我们都卖劲地出演着小丑的角色,当小丑回到台后,大概会想“我刚刚是不是很出丑”。但台下的掌声是热烈的,无论年轻时候的我们都做过了些什么,那真实的存在和感受、遗憾和叹息,以及对于青春的回忆,却很耐人寻味。席慕容在《无怨的青春》中写道:“长大了以后,你才会知道,在蓦然回首的刹那,没有怨恨的青春才会了无遗憾,如山冈上那轮静静的满月。”80后的我们,早已习惯了回首,青春还未散场,心却已百折千回,只愿在青春散场之时,可以不诉离殇。

(作者单位:连云港市第一人民医院)





# 永远不要低估一颗冠军的心

□ 吕巍

硝烟过后是令人窒息的平静，平静过后便是胜利的欢呼，一次注定要被载入史册的总决赛落下帷幕，和戏剧一样，成功的接受欢呼，失败的黯然离去。老迈的马刺没能抵挡热火的冲击，那一刻的落寞写满每个马刺球员的脸庞，但是，如果时间能慢点，如果这个世界上能同时拥有两个冠军，如果这个世界不是这么残酷。如果……

让我们把镜头拉回整个系列赛，马刺并非没有机会，3比2拿到赛点后，第六战进入下半场，马刺再度打出一波11-0，两波攻势让热火猝不及防！取得10分领先优势的马刺一度看到了总冠军的希望！第四节还有19.4秒时马刺队依然以95-92领先。没有暂停的热火队底线发球，詹姆斯左翼出手三分不中，波什抢下篮板，他把球传到右侧底角，此前5投1中的雷阿伦三分出手命中！第四节还有5.2秒时热火队扳为95平。可惜帕克压哨后仰跳投不中，比赛进入加时赛。加时赛状况更是惨烈，双方拼的不再是技术、身体，而是意志力的较量。然而格林没有复制阿伦的神奇，最后时刻的三分不中，马刺3分惜败，进入抢七战。天王山之战，马刺也让悬念留到了最后，第四节还有2分钟时，依靠邓肯的2+1马刺队追至88-90，此时，马刺仍有机会将命运握在自己手里，然而，莱昂纳德三分不中，邓肯单打巴蒂尔不进，随着詹姆斯的跳投命中，热火领先达到4分，比赛悬念也越来越小。终于，抢七战落败，GDP三驾马车戛然而止。

对于热火，对于詹姆斯，对于韦德，他们的冠军来之不易，来的无比艰辛，来的漫长艰巨。还记得热火2比3落后时，多少嘲讽、挖苦的声音，拥有世界上最好两位运动员的球队将无法登顶，多少预言家跳出来，马刺夺冠概率高达90%以上。然而，一颗冠军的心不会就此屈服。可以说，詹姆斯几乎是凭借着一己之力击破了上一代篮球人用坚持守卫的青春。无论是第六场的猛攻内线，还是第七场的中远投，

詹姆斯都有让对手“无解”的打法，热火主帅斯波尔斯特拉对于詹姆斯评价道：“他有他自己的骄傲，他防守帕克，防守吉诺比利，防守对手最具威胁的那个球员；在进攻端，他也为我们创造了大量的得分机会，我想他在季后赛已经掉到了12到15磅体重。”我不禁想到了一部老掉牙的电影——《肖申克的救赎》。从第二场开始，詹姆斯就开始在自我救赎，每一次突破的坚决，传球的无私，投失的懊悔，人生需要这种救赎，不逃避，不放弃。怯懦囚禁灵魂，希望还你自由——《肖申克的救赎》。



烟花的绽放，只为瞬间的美感，沉寂了一个赛季的韦德就如同烟花一样，虽然只是瞬间的爆发，但却是最扣人心弦的，昙花一现，刹那芳华，却又何如，只因心如故。看见韦德爬着快下，毫不犹豫的将身体扔到地板上只为拯救一个球权，我突然明白了，篮球到底带给了我什么，

很多事情都在改变，新的规则，新的人员，荣誉，地位，金钱都在左右着我们，但是唯有篮球的精神永远不会改变，那是一种激情，一种荣誉感，是对胜利的渴望。篮球是属于敢拼的人，哪怕你明知道拼不过。亮剑精神在竞技体育中愈发让人深省。

狙击手必须要善于隐藏，热火最终登顶离不开詹韦身边的卫士们，第六场雷阿伦的绝命三分，第七场巴蒂尔的六记三分球，他们藏着躲着在最需要的时候突然出现，并给对手致命一击。捍卫着老将的尊严。

人走茶凉，曲终人散。NBA赛季暂时告一段落，我们的生活、工作仍将继续，一辈子不长，放弃该放弃的，珍惜能珍惜的，怀有坚毅、敢于亮剑情怀，用饱满的心情迎接明天的太阳。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



豪森医药  
Hansoh Pharmaceutical



## 豪森简介

豪森医药创建于1995年7月，是国家最早评定的重点高新技术企业、新医药研究开发和产业化基地骨干企业之一，“豪森”是“中国驰名商标”。

公司研究院设有化学、生物、制剂开发、质量研究和中试等研发部门，以及国家级企业技术中心、博士后科研工作站、生物药物高技术研究实验室等多个技术平台，拥有各类技术骨干500多人，其中国家千人计划2名。自主创新能力位居全国同行业前五强，2012年被评为“国家技术创新示范企业”。

豪森的工厂拥有国际先进的制造和检测设备、精益的制造工艺，建立了严格的质量管理体系和与国际接轨的质量标准，部分原料药和制剂产品已通过美国FDA以及欧盟的官方认证，并出口至欧美、亚洲、非洲等10多个国家和地区。

公司坚持“全员营销，专业推广，普惠医患”的经营理念，建有遍布全国的学术和产品服务网络，为临床医师提供交流平台和产品服务。目前，在抗肿瘤、精神、糖尿病、消化道、心血管及抗生素等六大领域，有20多个品种进入市场销售，销售收入位居全国医药工业前30强，其中抗肿瘤和精神类药物市场份额位居前列。

服务社会，营造健康。豪森将加快科技创新步伐，专心、专注、专一，致力成为中国创新药物的领跑者，成为国内一流、世界知名的制药企业，为人类的健康事业做出更大贡献。





豪森医药  
Hansoh Pharmaceutical

# 专心·专注·专业

## 做中国创新药物的 领跑者



注射用盐酸吉西他滨  
Gemcitabine Hydrochloride for Injection

欧兰宁<sup>®</sup> 奥氮平片  
Olanzapine Tablets



普来乐<sup>®</sup>  
注射用培美司二钠  
Pemetrexed disodium for Injection



昕美<sup>®</sup>  
注射用地西他滨



赛格威<sup>™</sup>  
甲磺酸伊马替尼片



孚来迪<sup>®</sup>  
瑞格列奈片 | Repaglinide tablets



瑞波特<sup>™</sup>  
雷贝拉唑钠肠溶片  
Sodium Rabeprazole Enteric-coated Tablets



泽悦<sup>®</sup>  
依替巴肽注射液



恒丹<sup>®</sup>  
头孢地尼胶囊  
Cefdinir Capsules



泽坦<sup>®</sup>  
注射用替加环素

[www.hansoh.cn](http://www.hansoh.cn)