

莫道桑榆晚

□胡兴旺

“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。”这首诗放到路玫身上很合适。《长大后，我就成了你》，唱出了路玫在百花园中育桃李的情景。讲台上，路玫讲授的是知识，燃烧的是自己；黑板上，路玫书写的是期望，擦去的是功利。路玫始终践行着“师者，所以传道授业解惑也”“学高为师，身正为范”的人生格言。

路玫怀揣着对中医药学的崇敬和向往，于1978年考入河南中医学院（现为河南中医药大学），如饥似渴地沐浴在中医药知识的海洋里，常常夜里12点还在诵读《伤寒论》，第二天早晨6点又在背诵《针灸学》。路玫说自己对中医有了相见恨晚的感觉，总觉得学习时间不够用。

在大学期间，路玫成绩优异，毕业后留校任教，成为一名针灸老师。40余载，路玫坚定执着，无怨无悔。从最初的针灸老师，到后来的教授、副院长、院长、首席专家等，直到退休，路玫

始终认定自己只是一名平凡的针灸老师，在教师的岗位上辛勤耕耘。路玫犹如一座灯塔，为学生指明前进的方向。

执教40余载，虽然已是为数不多的针灸专业二级教授，但是路玫始终坚守在教学一线，教授过的专科生、本科生、硕士研究生、博士研究生、留学生等不胜枚举。为了传承老专家独特的中医药技术，路玫以滴水穿石的精神，和同道一起困知勉行，恭身求教。正如唐代诗人罗隐在《蜂》中所写的“采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜”。

路玫挖掘整理的“冉氏益气通经指针对治疗腰椎间盘突出症”特色技术，被国家中医药管理局作为中医药适宜技术推广项目成功立项，让这一安全、舒适、疗效显著的技术焕发了光芒。路玫开设选修课近20年来，每次上课都座无虚席，有的同学没座位就站着听课。

路玫自1986年开始，就致力

于针灸对抗放疗与化疗副作用的临床研究。路玫在中国针灸教育界享有极高的声誉。从事科研工作近40年，路玫始终秉承科教兴国，把科研成果带入课堂，扩大学生的科研视野，激发学生的科研兴趣。

虽然现在路玫已退休，但是她依然会手把手指导学生的论文、课题等。记不清有多少次，当我们走出办公室时，已是月光皎洁的凌晨，看着路玫疲惫的身影，我心中是无限的感动、感恩与心疼。正如清代郑板桥《新竹》所写的“新竹高于旧竹枝，全凭老干为扶持”。

路玫曾担任针灸推拿学院副院长和国际教育学院院长，她深知人才对一个国家的重要性。在任职期间，路玫以诲人不倦的工作态度培养了一大批针灸人才，在全国各地从事中医针灸的教研工作。多年前，有一名

半夜亲自开车去火车站把那名

学生接回学校，如母亲一样耐心地安慰他，进行心理疏导。那名

学生毕业后，也从事针灸医学研究工作。

路玫为瑞士、俄罗斯、澳大利亚、美国、韩国、加拿大等国家也输送了优秀的针灸人才，为

针灸走向世界做出了贡献。正如唐代诗人白居易在《奉和令公绿野堂种花》中所写的“令公桃李满天下，何用堂前更种花”。在俄罗斯工作的两年，路玫为传播中医药文化，促进中医药教育国际化，推动传统医学（中医）在俄罗斯的立法，提高中医药的国际影响力等做出了很大贡献。

路玫带领中国专家团队经过不懈努力，于2018年9月在莫斯科第三医科大学开设了中医

针灸选修课，每周授课一次。他

们的讲授，让俄罗斯的学生认识了中医学，并对此产生了浓厚的兴趣。当年，不仅选课学生每

学期逐渐增多，而且有的学生毕业后选择来中国再次学习中医学。

路玫殷切地勉励新时代的大学生和青年教师：“医道之路漫漫，要砥砺前行，不忘初心；应戒骄戒躁，勇往直前。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，时代

召唤青年，青年创造未来。‘道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成’。新一代的针灸人自当凌云壮志，负青天而适南冥，挂云帆而济沧海。”

（作者供职于河南中医药大学第三附属医院）

我们的选择

心灵絮语

遇见光的庭院

□马 玲

我进入铁艺大门时，腕表上显示的时间是9点07分。晨露未晞的春风裹着消毒水的味道推开那扇窗，在掠过葡萄架时忽然变得温柔。花瓣落在我的肩上，不知道是谁轻轻摘去了残留的焦虑。

“小心台阶。”费院长的声音醇厚，他脚边蜷着一只猫，正就着阳光舔舐前爪。顺着费院长的目光望去，我怔在原地——这哪里是精神病院？分明是一所被春天宠爱的庭院。

一位患者提着喷壶给花浇水，水珠在鸢尾叶上折射出美丽的色彩；一位护理人员推着轮椅穿过回廊，轮椅上的少女伸手接住飘落的桃花，别在马尾辫上。

“第一次来这里的人，都有这样的恍惚感。”费院长给我递过来一杯茉莉花茶，蒸腾的热气里，他的微笑也像三月的春光。我跟着他走进松树下的餐厅，听见屋里患者玩游戏的欢呼声，混着隔壁廊下悠扬的豫剧唱段，竟比任何交响乐都令人心安。转角处，我碰见两位正在下棋的爷爷，其中一位爷爷忽然抬头说：“丫头，帮我瞧瞧下一步棋怎么走？”

在康复院里，杏花的清冷与桃花的浓艳，在此处达成微妙平衡。杏花以素净抚平焦虑，桃花用绚烂点燃希望。当患者倚窗远眺时，可能会看见杏树枝头上一滴露水正缓缓坠落，或者桃树的花瓣被风托起，掠过铁艺栏杆，飘向更远的天空。这些瞬间，像极了中医典籍中“以自然疗愈身心”的古老智慧。我忽然想起费院长的话：“完美不是治愈的标准，重新生长的勇气才是。”

食堂的饭香味儿在11点30分准时漫过整个病区。食堂负责打饭的师傅记得每位患者的喜好：老郝的卤面不要芹菜，国臣不吃鸡肉，老杨的牙不好只吃软食……我在长桌的尽头，看着患

者们坐在一起吃饭，响起春雷般的笑声。

午后，我陪护士查房，在202室撞见了光的形状。患阿尔茨海默病的爱英婆婆蜷在飘窗台上，护理人员小丁单膝跪地给爱英婆婆剪指甲，嘴里还哼唱着豫剧。小丁忽然卡壳，“后面是陈驸马休要性情急”，爱英婆婆浑浊的眼底闪过一丝清亮，还准确地比出兰花指。小丁惊喜地转头看我，阳光恰在此时穿过他们之间的空隙，在地板上写下动人的诗篇。

最令我震撼的事发生在沙盘治疗室。当摆放的沙具被心理治疗师一一解读，患者瞬间红了眼眶，终于有人读懂他的内心。此刻，斜阳穿透玻璃，把患者的影子投在墙上，像一株终于冲破冻土的新苗。

暮色渐浓，花影与楼影融为一体。杏花的白褪成浅灰，桃花的粉化作淡紫，医院楼内的灯光次第亮起。

离别时，我在花坛水池前驻足。在游来游去的锦鲤中，那条红彤彤的锦鲤格外醒目，患者老张说它是能让所有患者早日康复的“吉祥物”。转身时，我的帆布包突然被爱英婆婆拽住，她往我手心塞一个温热的鸡蛋说：“给上学的娃带着。”

此刻的医院，不再是冰冷的诊疗场所，而是被春色温柔包裹的港湾，每一朵花都都在讲述生命的倔强，每一缕香都在弥合心灵的裂缝。

我忽然明白费院长为何坚持在每层楼都安装玻璃窗。那些投在走廊上的晨曦与月色，那些永不拉严的窗帘，是在提醒每个途经的生命：真正的疗愈，从来不是将人困在安全的黑暗里，而是修补破碎的灵魂，带着裂痕继续拥抱光明。

（作者供职于河南省荥阳阳光精神病院）

摄影作品



春色正浓

于昆鹏/摄

（作者供职于河南省健康中原服务保障中心）

人生感悟

“会说话”与“不会说话”

□梁星毯

一笑，各走各的路。

方言中加儿化音的“老师儿”虽然有一点儿尊敬和调侃之意，但是绝无恶意，是化解尴尬、调和矛盾的绝妙佳词。

再看“不会说话”的例子，我在某县医疗机构院内，遇到相似的一幕。丙青年骑电动车正在前行，因为接电话，突然紧急刹车。骑电动车的丁壮年及时刹车，差一点儿撞上丙青年。“你咋骑的车啊？”丁壮年气呼呼的。“我想咋骑就咋骑！”丙青年扭头毫不示弱地

回答。二人挽起袖子，纠缠在一起，夹杂着无法描述的叫骂声，直到保安赶到，才将双方劝散。

假如把上面两个例子的对话互换一下，会得到不同的结果。我记得鲁迅先生曾经说过，家里有婴儿出生，如果客人说“这孩子将来长命百岁”，主人家一定会欢天喜地；如果客人说“这孩子将来会死”，则肯定会被暴打出门，尽管客人说的是千真万确的真理。这就是典型的“会说话”与“不会说话”的明显区别。

“会说话”可以化解尴尬、调和矛盾，双方化干戈为玉帛；“不会说话”只能更加尴尬、升级矛盾，双方将玉帛变干戈。大千世界，芸芸众生；多彩社会，世态万象。我们生活在信息多元化的时代，交集多，交往广，“鸡犬之声相闻，老死不相往来”不现实，要想人际关系和谐，必须避免“不会说话”，逐渐养成幽默、风趣、体谅，以及换位思考的“会说话”的习惯。

当前，国家推动“改善就医感

受，提升患者体验”活动。要想把这项活动持续做扎实，做出成效，各级医疗卫生机构必须把“以患者为中心”贯穿于医疗服务全过程。

医务人员要从“会说话”做起，对待患者及家属要态度温和，坚决杜绝态度恶劣、“恶语相向”，甚至拳脚相加的现象。如果

如此，“改善就医感受，提升患者体验”就会大见成效。

（作者供职于河南省濮阳县卫生健康委）

悦读

书籍是果实、面包、良药、钥匙、阶梯、摇篮、力量、灯塔……古今中外，无数哲人圣贤给予书的比喻，可谓琳琅满目、不可胜数。

无论将书籍比喻成什么，皆是前人阅读了大量书籍，内心深处得到了书籍的润泽，受到了教益后凝练出的独到见解，犹如颠扑不破的真谛。表述透彻，哲思深邃，奥妙无穷。乍一看似乎明白了，但要真正理解其中蕴含的精髓，需要阅读与思考紧密结合，反复玩味，甚至穷其一生。

古人带经而锄、凿壁偷光、囊萤映雪等发奋苦读的精神，值得我们学习。他们勤学不辍的光芒，照亮了无数求知者的心灵，激励着一代代有志之士惜时如金、爱书如命，不断从书籍中汲取丰富的知识，“腹有诗书气自华”。通过阅读，我们可以明白事理，面对人生旅途中的沟沟坎坎，坚定前行，成就事业。在生活这条波澜起伏的大河中，只有向往心中的目标，始终奋力划桨，才能驶向理想的彼岸。

阅读是一种高雅的精神追求和艺术享受，无论阅读的形式、篇幅长短如何，都是在黑暗中寻觅光明。与书为友，就是与无数个智者交谈，与无数个“世界”为伴。多年来，我养成了读书的习惯，早上、晚上、乘车时，一遇闲暇，就要捧读几页书，从年头到年尾，几乎雷打不动。对于触动心弦的诗文，我会不由自主地打开笔记本摘抄。晚上临睡前，我静心阅读经典名著，用心倾听作者娓娓道来，致敬伟大的思想，那种惬意妙不可言。床头、枕边的书籍，散发着墨香，使我怡然自得。阅读1小时左右，我随手将书置于枕边，安然入梦，翌日起床神清气爽。

阅读不只是为了消遣、打发时光，而是为了获得真知、启迪思索。特别是在孤独寂寞之时，阅读能够放松绷紧的神经，抚平浮躁、郁闷、不快的心情，给生活注入些许诗意。一本好书，是灵魂温暖的慰藉，是帮助我们摆脱烦恼的有效途径。

通过阅读，可使我们设身处地体验书中人物的情感、命运、喜怒哀乐，借以审视自己的人生，不断拓宽自己生命的宽度和厚度，增强同理心、承受力和社会理解能力，逐渐为自己搭建起一座庇护心灵的避风港，体味人间万象，开阔胸襟，调整心态，乐观向善，淡化、忘掉不快，向着美好的明天，开启一段无比奇妙的心灵旅程。

阅读适合任何年龄段，只要有毅力和恒心，效果就显而易见。对于青少年来说，阅读可以活跃思维，提高语言表达能力、注意力、执行力，会自觉产生对于他人的同理心，形成自我约束、相互促进的浓厚学习氛围。对于刚步入工作岗位的青年人来说，仍需要继续阅读。充满信心地阅读，可弥补过去欠缺的知识，塑造良好的性格，提振精气神，激发新担当，砥砺前行作为。那么，对于老年人来说，每天阅读1小时~2小时，对身心健康起的作用是不可低估的。阅读除了可以预防认知能力下降、改善记忆力外，更重要的是可以提高睡眠质量。睡眠研究人员认为，阅读是改善睡眠质量的“药物”之一，将阅读作为每晚例行活动的一部分，可以对抗失眠，提高健康水平，延长寿命。

“风声雨声读书声，声声入耳。”读书的声音如同悠扬的琴音，优美的旋律和纯真的情感会浸润读者的心田。阅读是改变一个人命运的优选推动力。阅读的力量能帮助我们走得更长远、更稳健。在阅读中积累知识和掌握的本领，是未来取得成功的坚实基础，是一生中的宝贵财富，能让人生路途始终有阳光照耀，有雨露哺育。每天坚持阅读，在无声的世界里与陌生的灵魂叙谈，用文字滋润身心，找到精神家园，让世界变得更加美好。

翻开书卷，书香自来。通过阅读取得成功的诸多人士，用亲身经历为我们找到了坚持阅读的动力。阅读之所以是一生的事情，是因为我们在日常生活中离不开它。阅读贵在坚持，阅读成就厚重人生，书籍是一生的朋友。古人云：“至乐无如读书，至要莫如教子。”让我们与时代偕行，让阅读充实心灵。

（作者供职于河南省郑州市骨科医院）

征 稿

本版征稿栏目：《我们的选择》《悦读》《医者手记》《人生感悟》《心灵絮语》《从医随想》《摄影作品》《书画作品》《驻村手记》等。

欢迎卫生健康系统广大干部职工踊跃参与。

征稿要求：文章主题突出，形式灵活多变，语言生动活泼。

投稿邮箱：258504310@qq.com

联系人：李歌

