

■驻村手记

守望乡村的春天

□李河新

乡村在“啾啾”鸟鸣中醒来，村东吐新芽，村南绽杏花。田间春景明媚，清新。在平顶山市鲁山县辛集乡白村，陈大妈提着红色的水桶，总是准时准点来到菜园中浇水。

“咕咕咕，咕咕咕！”枯干的手抓起一大把金黄的玉米撒向鸡鸭，顿时菜园沸腾了。“咯咯咯，嘎嘎嘎”肥胖的鹅摇头晃脑地张着嘴走来了；几只头戴金冠，身披花衣的大公鸡从树上嘎嘎啦啦飞下来，显然昨晚在树杈上度过了一个踏实之夜。

天刚破晓，乡下的人们开始起床忙碌了，家家户户的烟囱里冒起了白烟。袅袅炊烟，使得平静安美的村庄添了几分婀娜缥缈之美。

村里村外，已是满眼翠绿，繁茂葱茏，一派生机盎然。飞鸟

窜跃于林中树梢，鸟啼声声不绝于耳，清脆悠扬，欢快愉悦，为春天增添了洋洋喜气。

一阵春风吹来。风儿会很缠绵磨油菜花，会搬运油菜花的灿黄，把灿黄吹到远处，或者不太远的近处。第一朵小花，晃悠悠的，像是夜空里的星星。这朵小花也可以说是一颗火星，只需要一个晚上，就能点燃了坡地和北岸大片的油菜花。这些灿黄灿黄的油菜花一旦被点燃，就不再是一种蔬菜的花朵，而是生命的符号。油菜花的金黄和天空的暖结合到一起，相互呼应，此起彼伏。

“紫燕南归寻老宅，啄泥檐下筑新房。”一只燕子绕着廊厅不停地飞着，似乎在寻找着什么，显得有些焦虑，有一些哀怨。去年的春天，曾有燕子在廊厅里筑巢，总有鸟粪落在地板

上，我是无所谓，而在院子里打篮球的孩子们不愿意了，把鸟巢打落一地。如今，这只精灵，是否就是当年的燕子呢？看着它不停飞寻，我没有无可奈何花落去的怅然，却有似曾相识燕归来的欣喜。

出了大队部，看到70岁的白叔骑着电动三轮车奔驰在村道上，老伴坐在车厢里，旁边是柳条编制的框篮，身子旁边放着锄头，裤腿上沾着一些泥土，趁早要把菜地深翻一下。

村里的戏台旁边，满脸皱纹的毛叔，穿着粗布黑衣，拿着铁耙在地里撵草呢！想在狭窄的空地上种植向日葵，留住乡愁。

“老李，今年多大了？”一位大爷用很细很低的声音问。“大爷，快50岁了。”我笑着回答。

“哎，你年轻着呢！村里爷

们都夸你们工作队呢，办的好事真多。”毛叔一边说，一边用手比划着，眼里充满着慈爱目光。

高压线上，在几只布谷鸟一遍遍的催促声中，农事便爬满了乡村每一条浅浅的栅栏。春耕，夏锄，秋收，冬藏……站在春天的门口，我看见勤劳的村民将节气托起又放下，大滴大滴晶亮的汗珠落到地上，浸润着泥土。

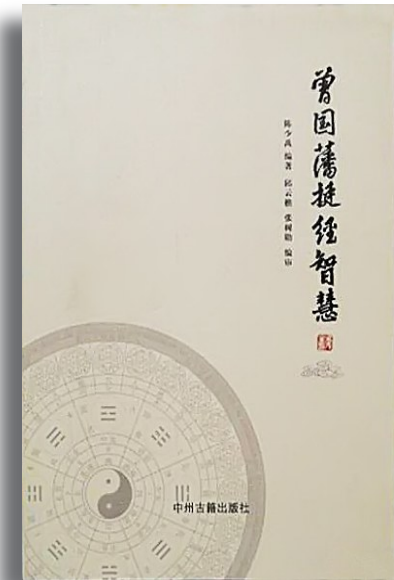
村后的沙河愈发清澈，水流更为舒缓。河边许多水草已经嫩绿，青翠欲滴，渲染得河水绿油油的，十分诱人。河南岸的田埂上，绿化带里长满了白蒿、荠荠菜、蒲公英……随处可见。村里留守女人们三五结伴去挖野菜。用不了几个小时，就能挖一大袋子野菜。徐大妈回到家里，把荠荠菜黄叶摘掉，然后清洗干净，剁碎掺点鸡蛋或者瘦肉包饺

子、蒸包子，趁着热气出锅，有一股特别清新的味道。白叔家的房后有几棵大槐树，村里的老人们用带钩的竹竿把槐花一嘟噜一嘟噜地钩下来，带回家，仔仔细细地一朵朵择好，洗干净，搅拌上玉米面和白面，稍微放点油盐，放在锅里蒸，香喷喷的气味就充满屋子的每个角落；槐花蒸熟了散发着一股股清香，含在口中软软的，嚼起来绵绵的，那味道真是沁人心脾。

乡村小巷里，一群群孩童欢快地向草地上跑去，笑着、跳着。看着眼前这一切，我不禁想起故乡的春天，家乡的狗尾巴草随风摇摆，蒲公英和野麻花在风里说话，沙漠里红柳已经柔软，胡杨树已吐绿。

（作者为平顶山市疾病预防控制中心驻村工作队队员）

■悦读



读史明智 悦己育人

——读《曾国藩挺经智慧》有感

□徐宏伟 文/图

清明前夕，赴宛祭拜医圣先师，并到南阳市中医院评估调研中医培工作。其间，有幸获赠院长陈少禹的著作一册，书名为《曾国藩挺经智慧》，全书近30万字，并有二月河等多位名家撰序，内容及史料详实，条目清晰，结构严谨，语言流畅优美，引古论今，纵横捭阖，读来爱不释手，如茗似酒，让人不觉沉醉其间。作为一名长期从事卫生健康事业的管理者，工作任务繁重，利用业余时间，数十年如一日，对中华传统文化，尤其是对《易经》及曾国藩研究之深，足见作者的勤奋、自律、文气、才气。以下是研读此书的一点体会，与大家共勉。

研读深思 善于总结

想了解学习研究一个历史名人，选一本好的传记资料是必须的。曾国藩作为一名近代中国最知名的晚清重臣，可谓妇孺皆知。研究曾氏的专家学者不在少数，各类研究论述，可以说成一个学派或一种研究现象。厚一点的，多册分论，洋洋洒洒上百万字；薄一点的，几万字成文，亦不在少数。而读陈少禹所著这本《曾国藩挺经智慧》，既能了解曾氏的人生历程，心路历程，更难能可贵的是，作者把大量的历史资料进行了精神层面的梳理和归纳，分6个侧面、18个维度进行高度概括，有理有据，详细论述，并追本溯源，探究曾氏挺经思想渊源，以及形成的逻辑。读之不仅更加了解曾氏其人，还对中华优秀传统文化有了更深入的认识，更加自觉地坚持文化自信。读君一本书，胜读千百本。真是干货满满！这是作者长期研读、善于总结、不断思悟的结晶。该书在第八届河南省社会科学普及优秀作品评选中，喜获特等奖，也是实至名归。

读用结合 学以致用

千百年来，读书人最大的特点是，书是书，人是人，知是知，行是行。核心问题是为了读书而读书，不能读用结合，不能灵活运用。这样的书读再多，又有何用呢？而作者却给我们树立了读用结合，学以致用的典范。陈少禹每每能够得曾氏好的思想和方法，用之于自己的工作实践，并屡获奇效。这样，他就把书读活了。作为一名1989年河南中医学院（现为河南中医药大学）毕业的高材生，毕业后回到家乡南阳市社旗县工作。20世纪90年代中期，当地县医院因多种原因，难以经营维持，几近破产。1996年8月，社旗县委、县政府在全县公开选拔县人民医院院长，当时陈少禹只有30岁，但他受曾氏担当精神的感召，积极报名参加竞聘，并在30人的激烈竞争中，一举夺魁。他依据自己对曾氏的研究和感悟，结合当时医院的现状，从人才着手，善于选人用人，并锐意改革创新，三五年时间，医院蓬勃发展起来。2005年，他被组织派到南阳市血站工作，再次将曾氏从政及管理智慧用于日常工作，同样快速出现了政通人和、蒸蒸日上的新气象。正如书中对曾氏为政经验所总结的那样，最关键的因素有3条：一是“英才”经；二是“赏罚”经；三是“革新”经。他指出“用人一节，万事根本”，实在是管理中的黄金法则。陈少禹知行合一，将读书中得到的经验，用之于工作和处事，实现了相互促进，实在令人钦佩。

学无止境 修身明德

耕读渔樵是过去读书人最幸福快乐的事儿。种几亩（1亩=666.67平方米）田“采菊东篱下，悠然见南山”，很是潇洒！“归志宁无五亩园，读书本意在元元”“常日好读书，晚年学垂纶”“寒夜读书忘却眠，锦衾香烬炉无烟”“书味在胸中，甘于饮陈酒”等，读书之乐，前人之述备矣。我曾一度认为，职场生涯最理想的状态是工作不太忙，留出闲暇来读书学习，学习目的不是为了学历职称，不是为了发表论文，不是为了对付检查，而是与圣贤之人在精神层面沟通交流，这样就打破了世俗之生死轮回，在书中拜会那些时间和空间上没有机会交集的高人及有趣的灵魂。思接千载，神游八荒！就像陈少禹这样，确定中华传统文化的这个专题，并有自己的研究重点，日积月累，孜孜不倦，最终一定收获丰厚。这种读书治学的精神，在今后的学习工作中一定借鉴、实践。从书中可以看出，陈少禹的“识见”是非常宽广的，也不仅仅是书后所列近30部参考书录，而古今中外、文理史哲、天文地理、诸子百家、正传野史等，作者均有涉猎，实在是我辈读书学习的榜样！

（作者供职于河南省卫生健康委员会）

■人生感悟

援厄路上青春同行

□李肃娜

作为一位援助厄立特里亚第十四批医疗队队员，当我在今年1月23日接到出发的通知时，感到异常兴奋和期盼，早已将新冠肺炎疫情置之度外。兴奋的是，我将投身红海沿岸那个遥远的国度——厄立特里亚，为那里的人民提供医疗服务。期盼的是，早点儿让援助厄立特里亚的第十三批医疗队队员和亲人团聚。

出发当天，在成都机场，我们和河南省卫生健康委员会苏桂显依依惜别，感谢他一路相送。接下来，我们依次通过安检之后，进入候机大厅等待成都——埃塞俄比亚的飞机。那时，我心里十分清楚，虽然我身在中国，但从理论上来说已经出国了，到国外就要自立、自强起来。

转瞬之间，我们就登上了飞机，穿梭在崇山峻岭、千山万水之间。其间，队长赵延兵不停地查看手机上的信息，一会儿凝神思索，一会儿和我交谈行程及行李相关问题。飞机经过近10小时的飞行，总算到达埃塞俄比亚的首都亚的斯亚贝巴。我们这批由18人组成的医疗队，形色匆匆，经过一段颠簸的道路，最终顺利登上埃塞俄比亚至厄立特里亚首都——阿斯马拉的飞机。我们又一次穿梭在崇山峻岭、千山万水之中，最终到达阿斯马拉。我们依次取完行李，在机场受到厄立特里亚卫生部长阿米娜一行人和中国驻厄立特里亚大使蔡革一行人的欢迎，并派车把我们送到驻地。

来到驻地后，我用新奇的眼光，仔细观察着要在这里生活1年的新家。一栋崭新的3层楼房映入我的眼帘，院子方正，花草茂盛，狗儿在欢跑，保安站立在门前；走进住的房间，生活用品一应俱全，似乎还保留着上一批队员的生活气息，房间的舒适度超过我的想象。

当时，正处在新冠肺炎疫情常态化防控时期，我们不敢有丝毫懈怠，严格按照疫情防控要求隔离两周。阿斯马拉是一个建在悬崖上的城市，海拔2350米，虽然不算太高，但是我们还是出现了高原反应：流鼻血、拉肚子、血压升高。当时是当地最冷的季节，我们仰望天空时，却看到了蓝天白云，好像国内秋天的景色。漫长的隔离期是安静的、舒适的，但我们清楚，这是一个短暂的平静期，工作会逐渐忙起来，各种繁琐的事、烦恼的事会陆续而来，真正的战斗还没有打响。

“不打无准备之仗，不打无把握之仗”。对此，我们已经做好迎接挑战的准备，期待早日帮助厄立特里亚人民消除病痛，恢复健康。

独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。临近春节，我们离开了祖国，更加思念亲人，想念祖国。那段日子，我们在工作之余，都忙着拍视频给家人、单位领导、同事拜年。其间，我们都忍不住泪流满面，我给老母亲拜年时差点哭出声来。我深知，要把最好的一面展示给亲人，必须坚持录完视频，如期发送拜年祝福。

2021年2月14日（大年初三），当西方情人节悄悄到来时，我们无暇享受节日的浪漫，对隔离结束后的工作充满了渴望。随后，我们突然接到驻厄立特里亚大使馆的通知，奥洛特医院有一位高官（特殊患者）需要抢救，要求我们援助。我们的医疗队员经过查体、问诊、综合评估，初步诊断：患者为硬膜外血肿，急需钻孔引流。

医者仁心，大爱无疆。赵延兵临危不惧，沉着应战，果断部署，立即成立会诊小组，我和医生杜顺利、胡腾一起去奥洛特医院沟通协调，制订详细的治疗方案。在奥洛特医院院长的办公室里，我们现场交流了患者的信息。在医院简陋的医疗条件下，由医生杜顺利、胡腾顺利完成了第一台手术，首战告捷。

时光如流水，日月如穿梭。隔离期结束了，我们接到大使馆的通知，厄立特里亚卫生部在2月18日组织了一场卫生部官员和各个医院院长的工作见面会，队友们被分到不同的医院开展工作。我忙碌着穿梭在厄立特里亚卫生部的各个部门之间，办理各种证件和手续。队友们每天戴着口罩奔波在上班的路上，到医院后再换上隔离衣，进入病房，投入救死扶伤的战斗中。平时，赵延兵非常注重抓好队员的日常防护工作，叮嘱我们不可懈怠，紧锣密鼓地布置医院和驻地的防护工作；医生范学军作为防控小组组长，认真做好日常消毒工作。

阿斯马拉是美丽的，走在大街上，可以看到一人多高的仙人掌，郁郁葱葱，那张扬的长刺向上昂着头，向初来乍到的中国人宣告着独特的气质；笔直的棕榈树，树干斑斑驳驳，无声地告诉我们它的年轮，棕色的树干上方长着稀疏的枝叶，在中午的阳光照射下，让人不免内心唏嘘不已，高大的棕榈树啊！请给路人奉献一点儿浓郁的阴凉好吗；马路两边的小院子周围，爬满了鲜艳的蔷薇花和三角梅。我从未见过如此迷人的花儿开在海拔这么高的城市里，真是奇观。

在非洲的山崖上，我遥想着红海的珊瑚和海上的朝霞，在知天命之年援助厄立特里亚，对我来说真是一次难忘的人生经历。

雄关漫漫真如铁，而今迈步从头越。如今，我的家乡早已春意盎然，一派生机勃勃的景象。在这里，天虽未暖，而我们的心已热，因为我们要以满腔的热情，为厄立特里亚人民消除病痛、讲解防病知识、培训医务人员、教他们做手术等；我们为大爱而援助，履行一位医者的责任与担当。

（作者为援助厄立特里亚第十四批医疗队队员，史尧整理）

■摄影作品



天梯 杨华/摄

作者供职于河南省卫生健康宣传教育中心

治疗精神疾病 预防是关键

□席娜

春天是万物复苏的季节，也是百病易发的季节。近日，笔者在郑州市第八人民医院了解到，自立春以来，前来诊治的患者明显增加，郑州市第八人民医院主任医师张中发说：“每年的3月~5月是精神疾病发病率、住院率、门诊率最高的时候，比其他月份高出20%~30%。其中，发病最多的是精神分裂症、抑郁症和狂躁症。”

春天的天气多变，容易干扰人们固有的生理功能，比如身体适应能力差，导致体内外失去平衡，加剧了心理机能混乱，使精神行为发生异常，促使

精神疾病发病或者复发。即便对于大部分精神健康的人群，天气多变也会使人们的情绪波动较大、容易烦躁不安。在社会上，流传着“菜花黄，病人狂”的谚语，这充分说明精神疾病在春季属于多发疾病。

张中发说，除了天气影响外，还有其他方面的因素也可能引起精神障碍，比如：心理负担过重，达到一定程度会出现狂躁症状；患者的睡眠质量不高，也容易引发一些心理疾病；以往有精神疾病史的患者，没有遵照医嘱维持治疗，擅自减量、停药或换药；患者

家属对精神疾病的认识不足，在患者犯病的初期没有及时就诊；另外，不太健全的个人性格、社会偏见、不和谐的家庭氛围等也是促使心理疾病产生的主要因素。

针对精神疾病春季多发的现象，张中发说，预防是最关键的。比如正常人发现自己的情绪低落、郁闷时，应注意转移不良情绪，可以听一听音乐或参加体育活动等。同时，家属对患者需要采取预防措施：对孤独、话少、冷淡、胆小、有猜疑心理、不合群的人，一旦出现异常行为应到医院检查，若被医生

诊断为精神疾病，要及时治疗；对经过治疗后，还遗留一些症状的精神疾病患者或者是正在维持治疗的患者，一定要遵照医嘱，把药量控制好，适当进行一些文体活动；对已治愈的患者，要注意观察有无复发的症

状，一旦出现疾病症状，比如幻觉妄想、兴奋、抑郁、不愿吃药、生活规律改变等，应及时到精神专科医院诊治，使患者顺利度过精神疾病的多发季节。

（作者供职于郑州市第八人民医院）



协办：郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院
疫情防控心理援助热线（0371）55622625