淬炼钢铁意志 读懂生命价值

——重读《钢铁是怎样炼成的》有感

□刘传俊

秋日，天空明静，大地辽阔。明媚的阳光透过玻璃照射进来，也照射在书房里紧靠在西墙的书柜上。摆放着的书籍中，一个硬皮红色笔记本格外醒目，如同一团火焰跳进我的眼眸里。我身不由己走向书柜，抽出这个笔记本，打开一页页地翻阅。笔记本里是我摘抄的中外名人名言，曾激励我遇晨露迎朝霞，烈日下挥洒汗水，与星星笃志读书、思考，点燃我为实现理想而奋斗的希望……

“人最宝贵的是生命，生命对于人来说只有一次。人的一生应当这样度过：当他回首往事时，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞耻；这样在他临死的时候，他就能够这样说：我已经把我的生命和全部精力，都献给了这个世界上最壮丽的事业——为了人类的解放而斗争。”“成功不是将来才有的，而是从决定去做的那一刻起持续积累而成。”“人的美并不在于外貌、衣服和发式。而在于他的本身，在于他的心。要是人没有心灵的美，我们常常会厌恶他的外表。”这些既优美又富含哲思的语句，是我初读苏联作家尼古拉·奥斯特洛夫斯基的世界名著《钢铁是怎样炼成的》一书时摘抄下来的，虽然过去很多年了，但是在我的笔记本中、我的心目中仍闪烁着永不止息的光芒。于是，我迫不及待找出这本有点儿泛黄的名著，再次捧在了手上，如饥似渴地读了起来。我再次读这本书，如一石击浪，使得波澜不惊的心泛起了层层涟漪，难以平静下来。

我认为，读书就是与书的作者对话，与书中的主人公对话，与自己的心灵对话，可以从中悟出只有心自知的真谛。《钢铁是怎样炼成的》，我读过很多遍，每读一遍，都会被深深感染一次，主人公保尔的形象就在我的心目中高大一次。保尔是一位可歌可泣的共产主义战士，为我们树立了一个身残志坚、值得学习的伟大而光辉的榜样。保尔虽然出身贫寒，生活在社会最黑暗的底层，但是一心向往着美好光明的生活。保尔虽然一生命运多舛，但是他从不气馁，从不向残酷的命运屈服。身体残疾后，保尔毅然鼓起了拼搏的风帆，刻苦学习，努力工作，以惊人的毅力开始文学创作，同病魔作顽强的斗争。后来，保尔双目失明了，还毅然决然拿起手中的笔，坚持不懈地写作，尽管每写一个字都异常艰难……最后，他终于完成了长篇小说《暴风雨中所诞生的》，为人类留下了不可多得的“历史抒情英雄故事”。

我掩卷闭目沉思，保尔的形象愈发栩栩如生、活灵活现；保尔的品质更为高洁，令人景仰。钻石，因反复切割和打磨才发出璀璨夺目的光芒；钢铁，因经受了熊熊大火和骤然的冷却才变得如此坚硬。保尔之所以刚强无比，是因为他经历了各种各样的挫折和磨难，经历了像钢铁一样的淬炼，拥有了像钢铁一样的生命力。他有强烈的爱国主义精神与远大理想，用自身百折不挠的具体行动，诠释了“人应该怎样活着才有意义”。

毅力，往往是在一个人受到挫折时所展现出来的一种强大力量。经历过几次生死考验的保尔这样说过：“哪怕就是拧紧一个螺丝钉，也是向遥远的伟大目标靠近一步。”保尔心中不仅有坚定的信念和远大的理想，还有生命不息、奋斗不止的毅力。保尔正是具备了坚韧的毅力，在遇到困难和挫折时，采取的态度是积极面对、顽强抗争。

巴尔扎克曾说：“挫折是一块磨刀石。我们每一个人都要在上面历练，但是只有用你自身的力量去战胜一切，才能够走出挫折的黑暗，迎接光明。”在现实生活中，我们奋战在不同的工作岗位上，不可能时时处处都称心如意，总会遇到一些荆棘、险滩，甚至暗礁。我们也许还会受到无缘无故的“伤害”。但是，这些“伤害”恰恰证明你勇敢地面对过，勇于奋斗过，坦然付出过，无私奉献过。

如果我们能像野花野草那样顽强无畏，给一点儿阳光就灿烂，给一点儿雨露就茁壮，那么我们就会焕发出别样的光彩，照亮需要光明的角角落落。

莎士比亚说：“人生苦短，若虚度光阴，则短暂的人生就太长了。”在这既短暂又漫长的人生旅途中，我们应去做一些有价值、有意义的事情，比如刻苦钻研、埋头工作、见义勇为、乐于奉献、热心助人……无论遇到晴天或者雨天，走在风里或者雨里，我们都应怀着一颗感恩的心来生活，创造生活的美好。

（作者供职于郑州市骨科医院）

悦读

心灵絮语

雨丝捎来浅浅温柔

□李志辉

时序步入晚秋，晚风拂过街巷，携着沁人的清凉，揉碎了残余的浮躁。我以为秋日只是天高云淡、风朗气清的模样，不曾想一场缠绵秋雨悄然赴约，漫过山野街巷，温柔浸染了整座城市。

夜深人静，细雨悄无声息地洒落人间。淅淅沥沥的雨丝轻轻叩响夜色，打破了深夜的安稳，一落便是整夜。直至晨光破晓，雨势依旧未歇，丝丝缕缕、绵绵长长，温柔铺展，将寻常秋日晕染出独有的清宁诗意。

一场夜雨，给秋日增添了几分温柔。秋雨，以轻柔的姿态缓缓飘落。漫天雨丝朦胧缱绻，似一层薄雾笼罩天地，模糊了山河边界，温柔了世间万物。

抬眼远眺，远处的青山黛峦尽数隐于烟雨之中，层层水汽萦绕山峦，褪去了平日的硬朗凌厉，轮廓温柔悠远，满目皆是诗意朦胧。路边的梧桐树浸润在雨色里，枝叶舒展摇曳，晶莹剔透的雨珠缀满枝头。

寻常秋日，街巷总有烟火喧嚣，风拂草木、人来人往，满是鲜活热闹。而这场秋雨落下，仿佛抚平了世间所有浮躁，褪去了街巷的喧嚣，让尘世归于安然恬淡。行人步履舒缓，撑着各种颜色的雨伞，悠然穿行在朦胧雨幕之中。雨滴轻敲伞面，簌簌沙沙、错落有致，声音温柔绵长，汇成秋日最治愈的白噪音，安抚着人心。

窗棂半敞，微凉的秋风裹挟着细密雨丝，悠悠涌入室内，携着泥土的清新、草木的芬芳，驱散了一室沉闷。我静立窗前，细听雨声错落，静观雨丝翩跹。尘世奔波积攒的所有浮躁、焦灼与疲惫，都被这场温柔的秋雨缓缓涤荡、悄然抚平，心底只剩澄澈安宁。

世人多偏爱秋日晴空万里、天高云淡的明朗景致，却鲜少留意缠绵秋雨亦是人间难得的温柔馈赠。晴空有澄澈开阔之美，雨落有清宁悠然之韵，山河四季，各有风情。秋雨潺潺，自有独属于清秋的温润深意。

夜色渐深，周遭万物沉寂，雨声便愈发清晰动人。白天被人声车马淹没的雨音，在寂静的深夜里全然舒展开来，层层叠叠、温柔绵长。我闭目细听，雨落屋檐、雨打枝叶、雨坠石阶，声声轻缓软糯，温柔包裹着整座城市。

自古秋日常被赋予诗意与遐思，文人墨客落笔写秋云、秋风、秋山，描摹秋日的辽阔与萧瑟。山河四季，风物轮转，从来没有一成不变的景致，亦没有完美无瑕的光景。春日有风雨飘零，夏日有燥热灼灼，秋日有烟雨朦胧，寒冬有凛冽萧瑟。这场不期而至的秋雨，恰似生活温柔的隐喻，告知世人：起落参差皆是寻常，清宁安然亦是圆满。

雨落清秋，最易滋生温柔思绪。我年岁渐长，踏遍山河万里，历经人间烟火浮沉，渐渐读懂秋日的深意，从不止于晴空辽阔、草木斑斓。天高云淡是秋景，烟雨朦胧是秋韵，万物安然是秋意，心安恬淡便是秋日最好的状态。

年少时，我偏爱秋日的明朗热烈，执着于晴空万里、秋光烂漫，总觉得烟雨绵绵是缺憾。如今岁月沉淀，我静坐窗前听雨，看秋雨漫过山河、浸润万物，才慢慢窥见清秋别样的乾坤。没有晴空万里的澄澈辽阔，却有烟雨漫城的温柔静谧；没有秋光灼灼的绚烂明媚，却有岁月安然的温润治愈。绵绵雨丝缠绕心头，晕开细碎温柔的念想，让人心生安然，心生恬淡。

岁岁年年，山河辗转，我们奔赴前路、奔波四方，看遍四季风光，历经聚散浮沉，早已懂得世事无常。岁岁清秋，风光各异，有时秋光灼灼、万里晴朗，有时烟雨绵绵、满目朦胧。这场潇潇秋雨，褪去了尘世浮华，沉淀了心头杂念，让人在微凉的雨意中沉淀自我、回望初心。

我从来不觉得烟雨清秋是落寞荒芜，不认为秋日是凋零萧瑟的代名词。万物历经秋雨浸润、秋风洗礼，褪去浮躁，在静谧中积蓄力量，自带一份温柔而坚定的力量，从容奔赴岁月深处。

雨势依旧温柔绵长，不急不缓。暮色四合，街巷灯火次第亮起，暖黄色的灯火穿透朦胧的雨雾，落在湿漉漉的路面上，映出细碎晃动的光影，既温柔又治愈。行人撑伞慢行，车灯缓缓流转，簌簌雨声搭配点点灯火，人间烟火在烟雨氤氲中，显得格外动人。

世人多颂秋晴万里、秋光烂漫，我偏爱清秋烟雨。晴空予人开阔坦荡，烟雨予人温柔心安。漫漫人生，恰似四季轮回，既有晴空万里的顺遂明朗，亦有烟雨朦胧的寻常曲折，有热烈鲜活的欢喜，亦有静谧安然的恬淡，起落沉浮、冷暖寻常，皆是生活本色。

不必为烟雨朦胧心生怅然，不必为世事参差耿耿于怀。四季流转，阴晴不定，人生起落，聚散无常，自古皆是寻常。圆满是岁月馈赠，缺憾是人生修行，热烈是生活百态，清宁是本心归处。

一场绵绵秋雨，漫染山河万里，温柔了清秋岁月，治愈了俗世人心。愿这漫天清秋雨丝，洗尽人间所有疲惫困顿，抚平心里所有怅然遗憾。愿岁岁清秋，年年安然，纵使烟雨绵绵，心中亦有星河璀璨。愿山河无恙，人间皆安，烟火寻常，岁岁温暖。

（作者供职于宜阳县第二人民医院）

从医随想

病房里的心灵微光

□王会琴

我在血液科工作已经十几年了，终日忙碌，内心却始终充盈。在这里，我见证了人间冷暖，也感受了人们对生命的敬畏，对美好生活的向往，对未来的盼望与坚持。

有一天，我巡视病房时，看到8号病房的门半掩着，就轻轻地推开门走了进去。这间病房里住了一位淋巴癌晚期患者，生命垂危。患者的床旁站满了家属，哀伤笼罩着整个房间，几个孩子静静伫立，泪水不停地滑落。患者的妻子紧紧握着患者的手，贴在自己脸颊，万般眷恋与不舍，只愿时光能在此刻永驻……

大家心里都知道，这样的陪伴不会坚持很久，患者的生命已经进入倒计时……

我走到患者身边，看到他的眼神中充满了无助与绝望。我轻轻地对他说：“您这会儿感觉怎么样？如果身体允许的话，您能给家人讲您最难忘的事情吗？或者讲您此刻最想做的事情。”

患者听我说完，眼睛不停地转动，努力回想他这一生最难忘的经历。患者虽然声音不大，但是尽量把每个字都说清楚。患者从开始白手起家，讲到现在拥有几家连锁店，每一步走来都充满了艰辛，讲述中几度哽咽，话语之中都是对妻子和家人的感谢。

我听患者讲他的每一段经历，有悲欢，有离合，有失败，当然也有成功。作为旁观者，我看得出他很享受这段跟家人分享的时刻，因为他知道这是送给家人最后的“礼物”了。

患者说完后，把脸转向我，轻声地说了一句：“谢谢您！”

此刻，他已经泪流满面。

我转过身对患者的3个孩子说：“你们有什么特别的话要对父亲说吗？比如对未来生活的规划？”

从患者的大儿子开始，每个人都敞开心扉，跟父亲分享以前对父亲的不理解……此刻的他们体会到父亲的良苦用心，同时也改变了自己对人生的看法。

每个孩子说完后，都给了父亲一个深情的拥抱，并在父亲耳边轻声地说：“谢谢您，我爱您！”

最让我感动的是患者的大儿子，他跟父亲拥抱后，特意走到我面前说：“谢谢您给我这样的机会，完成了我们彼此之间的心愿。我们兄弟3个和父亲都不善言辞。自我记事起，我们就没有过这么亲密地拥抱过。”说到这里，他的眼睛里充满了泪水，而我的双眼也被泪水打湿了。

没过多久，这位患者安然离去了。

患者和家属正是因为这最后的陪伴和守护，让彼此之间不再有遗憾。从前我总以为，护理是照料躯体的病痛，而这一刻我深深懂得，生命末端的照护，不只是维持生命体征，更是守护人心。一句温柔的引导，一次安静的倾听，一个表达爱的机会，就能让离别少一些仓促与遗憾。

（作者供职于河南省肿瘤医院）

摄影作品



林间共朝夕 羽 飞/摄

邂逅甘南

□尚学瑞

甘南即甘肃省西南部的甘南藏族自治州。这里有湛蓝的天空、热辣的阳光、绵延的群山、神圣的庙宇和广袤的草原。当我们踏入这方土地时，正值色彩斑斓的深秋时节。

甘南属于雪域高原，是一个相对缺氧的地方。甘南的寺院有很多不同凡响之处，叫我们大开眼界。拉卜楞寺拥有长达3.5公里的转经长廊，1700多个转经筒依次排列，一眼望去令人震撼。在碌曲县的郎木寺，有8座并排而立的巍峨白塔，塔内供奉着众多圣物，充满了神圣色彩。在玛曲县的宁玛寺，拥有世界上最大的转经筒，高42.38米重320吨，烈日下金光闪闪，分外耀眼。长期以来，这些寺院静静矗立在青山绿水间，红白交织的建筑与自然景观相互映衬，构成一幅和谐美丽的图画。

甘南的自然风光是“高原诗意”和“原始质感”的融合。那天早上，我们驱车沿着被誉为“中国最美的100公里”的洛克之路行进。当时小雨初霁，周围的草原、峡谷、瀑布、雪山等自然景观渐渐褪去云雾，从朦胧中显露出原始的模样。当看到远处的迭山那覆着淡绿的山脊，以及峰顶缭绕着几朵云絮时，同伴中有人惊呼：“太美了！”

我们随后进入被称为“甘南秘境缩影”的扎尕那景区，仿佛闯入了世外桃源，那种美无以言表。这里山势奇峻、山峰高耸，云雾或游走在峰顶，或缠绕着山腰；山脚下的绿草平铺开来，像一张巨大的地毯，鲜活而生机勃勃；一个个寨子散落在峡谷底部或“地毯”中，木屋、炊烟等意象构成了田园牧歌式的优美；山林间的白桦树、白蜡树被染成金黄色，路边的格桑花、刺芒龙胆恣意怒放；偶尔有牦牛甩着尾巴从路边走过，蹄子踏起细小的水花……只要你用心看，美景无处不在。虽然扎尕那景区的高度接近海拔4000米，但是它的美颜如氧气般让我们身心怡然。

草原、湿地及湖泊也是甘南美景中的亮点。我们游览了若尔盖草原、桑科草原、阿万仓湿地、尕海湖，以及甘加秘境等景点。给我印象最深的是阿万仓湿地，它位于玛曲县阿万仓镇，被《中国国家地理》评为“中国最美的五大草原湿地”之首。我们顺着铁梯登高俯瞰，湿地宛如一幅雄浑壮阔的天然画卷，贡曲、赛尔曲和道吉曲3条河流蜿蜒曲折交汇于此，像一条条银色丝带在绿色的草原里肆意舞动，形成了“九曲回肠”的奇妙地貌，吸引了灰鹤、白天鹅、藏狐等珍稀动物前来觅食和栖息。

湿地内大小不一的水潭星罗棋布，阳光下波光粼粼，呈现灵动的美感。举目远眺，一望无际的草原苍茫壮阔，上面有星星点点的帐篷，墨团般或珍珠般的牛群和羊群在悠闲地吃草；周围的山峰刺破云天，犹如雄壮的武士精心守护着这一切。沉浸在眼前的湿地中，我有些陶醉，原来最动人的风景，就是这片神奇土地上不慌不忙的日常。

几天的甘南之行在恋恋不舍中结束。当车轮碾着返程的路，那声没说出口的“再见”，像一颗被风裹起的石子，时时萦绕在心间——棉絮般的白云，还有转经筒旁的低语。其实，这都不是风景，而是挥之不去的情结，它早已藏进每一张照片、每一口糌粑的香味里。

（作者供职于辉县市中医院）

征稿

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

欢迎卫生健康系统广大干部职工投稿。

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

邮编：450046

地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委8楼医药卫生报社编辑部



本报地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码：450046 电话区号：0371 广告发布登记证号：郑东工商广发登字第009号 照排：本报编辑部 印刷：河南日报印务中心（地址：郑州经开区第三大街168号） 定价：全年220元