



广博慈爱 追求卓越

第22期

(总第413期)

2011年11月30日

瑞金医院报

上海交通大学医学院附属瑞金医院主办

RUIJIN HOSPITAL NEWS

NEWS

http://www.rjh.com.cn

出席医学院第十次党代会代表选举大会召开

选举产生62人为党代会代表

□ 通讯员 蔡燕华

本报讯 11月28日下午,我院在科教楼二楼报告厅召开出席交大医学院第十次党代会代表选举大会,选举出席交大医学院第十次党代会代表。医院党员代表共160人参加了选举大会。选举大会由院党委书记严肃主持。

大会以举手表决的方式通过了党委副书记、纪委书记陈生弟宣读的《代表选举办法》,通过了总监票

人、监票人名单。严肃对我院出席交大医学院第十次党代会代表候选人预备人名单提名推荐情况作了说明,并以举手表决的方式通过了代表候选人预备人名单。大会选举工作由总监票人单友根主持。

经过无记名投票、差额选举,万欢英、于布为、王健、邓漾、邓伟吾、冯建民、宁光、朱铭、朱文秀、朱正纲、朱思吉、朱海燕、毕宇芳、严肃、初少莉、吴平、吴云林、吴晓萍、吴蓓雯、宋新贤、张瑞岩、李莉、李宏为、

杨伟国、杨婉花、沈柏用、沈胤忱、邵洁、陆勇、陆一鸣、陈钰、陈康、陈中元、陈尔真、陈生弟、陈克敏、陈晓农、陈淑瑾、陈赛娟、郑捷、俞郁萍、姜昌斌、施晓群、洪进、胡伟国、费健、赵任、赵忠涛、夏振炜、徐勤毅、袁青、袁克俭、袁耀宗、顾志冬、顾国青、高恪、高益鸣、黄波、詹维伟、蔡伟、蔡燕华、薛建元等62位同志当选为我院出席交大医学院第十次党代会代表。



□ 通讯员 朱文秀

本报讯 11月21日下午,上海市对口支援都江堰市灾后重建表彰大会在上海展览中心友谊会堂召开。会前,市委书记俞正声、市长韩正、副市长姜平等市领导接见了本市受到全国、上海市和四川省表彰的先进集体和先进个人代表。俞正声书记在发言中高度肯定了本市对口支援都江堰市灾后重建的单位和先进个人克服重重困难,与灾区人民心手相牵、全力以赴、积极投入,与时间赛跑、与自然抗争、与毅力较量,为灾后重建付出了大量的心血和汗水,按照中央提出的援建任务要求圆满完成任务。

会上,经市委、市政府决定,共表彰了37个先进集体、92个突出贡献集体、35名先进个人、453名突出贡献个人。其中我院对口援建医疗队获“上海市对口支援都江堰市灾后重建先进集体”荣誉称号;我院援建医疗队队长高卫益、陆勇两名同志获“上海市对口支援都江堰市灾后重建突出贡献个人”荣誉称号。我院副院长袁克俭获人力资源和社会保障部、国家发展和改革委员会、解放军总政治部表彰授予的“汶川地震灾后恢复重建先进个人”荣誉称号。袁克俭在大会上做了题为“广博慈爱,上医德风”的交流发言。

我院援建都江堰灾后重建工作受表彰



以制度保障医院文化建设

我院召开医院文化建设座谈会

□ 记者 章米力

本报讯 11月25日下午,院党委牵头召开了医院文化建设座谈会,部分职能科室、临床科室和临床医学院负责人出席,党委书记严肃主持。会上,各位代表结合不同条线,不同层面的实际情况,反映了目前存在的现象,并达成共识:只有制度保障才能促进医院文化建设。

文化是医院建设的最高层次,严肃首先介绍了召开本次会议的背景。从大局来看,近年来,社会诚信体系缺失,构建和谐面临挑战。正在努力创建国家化文化大都市的

上海,要求各企事业单位都要有相应的文化与之匹配。从医院层面看,我院精神文明工作需要听取各方的建议,全国文明单位的创建势头可喜,却不能不考虑后续发展。同时,应上海交通大学的要求,我院牵头成立医院文化建设研究所,明年将实施具体工作。

文化建设的内容涵盖面广,与会者先后就医院整体形象设计、员工知情权、待遇公正和机会均等、尊重关心员工、网络舆情的管理和回应、医院理念的重新解读、完善管理制度、畅通沟通渠道、科室文化挖掘等角度提出了见解,也反应了目前存在的不理想情况,尤其强调了应

该创造“只要努力,就有机会”的公平竞争环境。严肃指出,医院精神文明建设也应制定五年规划,围绕医院精神、核心价值、共同价值、员工行为规范等内容开展一系列工作,而不能因文化之“软”而使之“空”。员工应该有表达真实想法的载体,行政管理部门对员工集中关心的问题应及时地回应和负责。文化建设是一项长期工作,保障其顺利推进的首要前提则是强有力的制度和规范。

据悉,邀请各职工代表参加的座谈会将在今后继续开展。

本版责任编辑 章米力

2010年度中国最佳医院排行榜公布 我院位列全国第四 上海第一

□ 记者 章米力

本报讯 复旦大学医院管理研究所《2010年度中国最佳医院排行榜》近日公布,我院位列全国第四,上海第一。此外,我院8个专科进入各自专科领域前8位,其中,内分泌科获该专科排名第一。

关于这次评选,进入专家数据库参与评议的国内著名专家有2009名,有1124名专家参与了投票。在“中国医院最佳专科声誉排行榜”中,我院进入各自专科领域前8位的专科是:内分泌科、血液科、麻醉科、肾脏科、传染科、普外科、消化科、心血管科。

医院排名	医院
第1名	北京协和医院
第2名	四川大学华西医院
第3名	中国人民解放军总医院
第4名	上海交通大学医学院附属瑞金医院
第5名	复旦大学附属华山医院
第6名	第四军医大学西京医院
第7名	北京大学第一医院
第8名	复旦大学附属中山医院
第9名	中山大学附属第一医院
第10名	北京大学人民医院

由复旦大学医院管理研究所推出的“2010年全国最佳医院排行榜”近日出炉了,我院位列全国第四,上海第一。而伴随着业内专家对我们肯定的评价的同时,坊间也出现了另一种质疑的声音:这不是一份专家眼中的排行榜?如果投票者是老百姓,名次是否依然如此?

其实这个问题,正是我们作为榜上有名的当事者应该冷静思考的。医的繁体字是“醫”,这个字拆分成四部分,分别是“匚”——“按跷”,指古代一种属于物理性质的祛病方法;“矢”——“砭石”,我国最早的医疗工具;“爻”——“针灸”,我国古代治疗学的一大创举;“酉”——“酒”,最早的兴奋剂和麻醉剂。医院,当以“医”为立院之本。作为一家三甲医院,科研和教学则为我们的发展扬起有力的风帆,使我们在博大精深的医学海洋中

透过排名看本质

□ 严肃

处于领航之势。但坚固的船身必须是以医疗为主体,蚁穴虽小,溃之千里,任何一个小小的漏洞,都是导致航船倾覆的可怕隐患。医疗行业是最大的民生,涉及大众身心健康与安危,涉及千家万户的幸福与和谐。因此,着力建设一家基于质量的集医教研于一体的百姓认同的医院才是为医之本。

在深入学习实践科学发展观的活动中,我们一再强调要建设让病人满意的医院。这个要求看似简单,却蕴含着深刻的内涵,它涵盖了各类人性化的衡量指标。既然如此,那么我们在关注SCI和科研项目数的同时,更应关注医疗服务的质量、流程和人文关怀……如果说前者代表医院的学术地位,后者则体现了慈

爱和仁心。在笔者看来,两者都重要,甚至后者的续航能力更强。只有发自内心地爱这家医院,爱这份事业,爱你的病人,你才是一名优秀的水手。大船开得快、驶得稳,是所有人的福祉,功名利禄不是不需要,但却是在无意中栽培成就的。如果有一份医院口碑排行榜,这样的第一也应该是我们永远不懈的追求。医院以病人为中心的理念和办院宗旨,笔者以为这两者都重要,只有这两者结合得好,“医”的航船才能持续地行驶在百姓的心中。其实排行榜只是个数据,其本质是数量与质量的统一。



瑞金国际神经外科论坛成功举办

颅神经根疾病诊治“瑞金经验”获肯定

□ 通讯员 杨文磊 顾威亭

本报讯 由我院神经外科主办的“2011上海瑞金国际神经外科论坛”暨国家级继续教育项目《显微神经外科新进展》学习班于11月18日至20日在我院科技楼报告厅成功举办。

11月18日下午,来自国内外200余位神经外科同道相聚一堂,首先由我院院长朱正纲教授和上海神经外科学会主委、华山医院副院长黄峰平教授在开幕式上致辞。我院神经外科创始人、终身教授张天锡老先生也来到会场,饶有兴趣的听取了大会发言。

嘉宾们在4个多小时演讲和讨论中,就颈动脉粥样斑块剥脱术,高难度后循环动脉瘤和脑干海绵状血管瘤手术,延髓血管母细胞肿瘤手术方法和技巧,岩斜窝脑膜瘤的分型和治疗以及海绵窦内脑膜瘤手术等神经外科充满



挑战的课题作了精彩的报告和手术录像演示,引起与会代表的极大兴趣。听者和讲者的良好互动是本次论坛的一个亮点,与会代表用英语和中文的提问同样展现了他们对新技术的渴望和良好专业素养。

本次论坛主席、我院神经外科主任赵卫国教授在论坛上介绍了我院在颅神经根疾病诊断与治疗方面总结积累的“瑞金经验”,获得与会嘉宾和同道的高度评价,充分体现了瑞金医院神经外科鲜明的学科特点和定位。



在第10个“世界COPD日”来临之前,我院呼吸科于11月15日在门诊进行了专家义诊活动。沪上知名专家为200余位患者及家属,就慢性阻塞性肺疾病相关问题进行解答、咨询和科普讲座。

我院终身教授邓伟吾介绍:“COPD是一种具有气流受限特征、可预防和治疗的疾病。按照诊疗指南,适当安排计划治疗,结合康复治疗,有效管理和教育,可望缓解症状和改善生活质量。”专家建议应积极重视戒烟、环境卫生等预防措施。目前的综合性防治措施,在一定程度上只能缓解症状和减缓病情进展,关键在于早期发现和早期干预,结合开展社区医疗工作,加强教育管理,贯彻执行长期计划治疗。

·董恋 摄影报道·

我院支持区科协、区医学会、区临床药师协会 合理使用抗生素知识竞赛举行

□ 通讯员 石浩强

本报讯 11月17日,一场由区科协主办,区医学会、区临床药师协会承办,瑞金医院药剂科提供技术支持的《合理使用抗生素健康科普行动 卫生系统工作者知识竞赛》活动在我院高科技楼

报告厅成功举办。区属所有医疗机构由医生和药师组成了代表队参赛,由区医学会药剂学组和区临床药师协会副主任药师职称以上的专家组成了评委组,我院药剂科杨婉花主任担任评委组组长。活动历时三个小时,采取必答、抢答、审方三

种形式,紧扣合理使用抗生素的主题,以求达到合理用药,服务临床,提高诊疗质量的目的。

此次活动对于推动药学专业水平、促进医疗质量,建立以病人为中心的药事服务模式,开展以合理用药为核心的临床药学工作有着积极意义。上海市科协副主席俞涛、上海市科委科普工作处处长郁增荣、我院副院长袁克俭等领导到会参加。

□ 通讯员 郭冀珍

本报讯 11月19日,“相约健康社区行,长三角地区经验交流会”在上海成功举行,会议由卫生部文明办主办、中国健康促进与教育协会协办、中国健康教育协会高血压健康教育(上海)中心、我院及上海市高血压研究所等承办。会议搭建了长三角地区社区医生高血压防治健康促进与教育的工作经验交流平台,旨在逐步完善覆盖整个长三角地区以社区医生为骨干的社区健康教育网络,形成联动发展的格局,推动长三角地区健康教育及慢病防治工作深入持久发展,并向全国辐射。

中国健康促进与教育协会常务副会长刘克玲、卫生部直属机关党委常务副书记姚晓曦、上海市卫生局基层卫生处杨颖华处长等嘉宾出席会议并致辞。江苏省疾病预防控制中心慢病所、浙江省心脑血管病防治研究中心以及高血压健康教育(上海)中心的领导分别做了工作总结与两省一市的社区医生代表共同探讨社区高血压及相关疾病的防治经验,探讨全民健康教育的新模式。并向工作优秀的社区医生颁发奖状。

会后,卫生部、中国健康促进与教育协会、长三角三省一市的领导参观了浦东新区张江社区健康行动示范点。与会长三角社区医生骨干接受了高血压规范化治疗的培训。



探讨高血压及慢病防治经验

「相约健康社区行 长三角地区经验交流会」举行

我院心脏内科金奇论文 获美心脏年会中国 Top Five

□ 通讯员 陈康

本报讯 11月12~16日,美国心脏学会2011年会在佛罗里达州奥兰多市召开。我院心脏科金奇医生的论文“Defibrillation threshold over the duration of ventricular fibrillation in canine heart”中标,受邀在会上做15分钟口头报告,同时该论文也被选为中国参会论文的Top Five。

此次大会集聚了全世界所有心脏领域的专家,就2010-2011年心脏领域的热点及今后心脏各专业领域的发展开展

积极讨论。我院心脏科搏电生理小组金奇医生在导师吴立群教授的指导下,经过多年的辛勤实验的积累,其论文受到学界关注。

据悉,美国心脏学会从各参会国论文中挑选出最具学术价值的前五位论文,经过专家委员会三轮评选,成为最优秀的Top Five。大会额外给予Top Five研究者在主会场进行5分钟口头报告。金奇医生以其精彩的讲述,流利的英语受到国际心脏专家的一致好评。这也是我院心脏科首次中标论文进入国家Top Five。

为边防军民义诊送健康

第四批援滇医疗队工作手记

本报讯 11月12日我院第四批援滇医疗队与怒江州人民医院部分科室医师一起,越过路势险要的高黎贡雪山来到中缅边境口岸怒江州泸水县马镇开展了义诊活动。

中午到达片马镇,已有很多群众在等候了,队员们顶着烈日,耐心地为200多名当地群众解答咨询,精心

诊治。有的群众还拿着病历本和X片在桌前问诊。医护人员精湛技术和敬业精神,受到当地政府及当地群众的一致好评。随后,大家又赶到片马公安边防武警大队,为生活在边境防官兵进行体检咨询和健康宣教,为他们解决一些切身的实际健康问题。

(医疗队供稿)



国家临床重点专科

瑞金医院麻醉科简介

瑞金医院麻醉科是拥有雄厚临床、教学、科研力量的临床二级学科,麻醉学硕士、博士学位授予单位及博士后流动站。目前已形成了临床麻醉、疼痛诊疗、器官移植、烧伤麻醉、心血管麻醉、麻醉复苏、麻醉诱导室、麻醉恢复室、麻醉学教研室、麻醉学实验室等亚科齐全的综合布局。承担全院各个相关学科的麻醉及复苏抢救工作。

学科带头人于布为教授是中华医学会理事,中华医学会麻醉学分会第十届全国委

员会主任委员,上海市医学会理事,上海市麻醉学会名誉主任委员,上海市医学会外科学会副主任委员,上海市医学会麻醉学会疼痛诊疗学组组长。擅长心血管麻醉和重症救治,创立了“理想麻醉状态”的理论和实践,处于国内领先和国际先进行列,在“全麻本质探讨”和“麻醉期间容量管理”等方面有持续深入的研究,有的甚至是国内外首创。提出“麻醉无禁忌”的口号,促进了许多危重病患者的救治工作,提高了患者的生存率

和生活质量。从患者的角度出发,提出人性化服务理念,以安全、舒适、人性化为麻醉品质的保障。

科室已经在心血管麻醉、大血管与脑血管介入治疗麻醉以及危重病人围手术期监测与治疗、围手术期镇痛和癌性疼痛与慢性疼痛的诊断治疗等方面形成了特色梯队的人才构架。是卫生部上海市的住院医师规范化培训基地、中华医学会麻醉学分会授权的麻醉专科培训基地。

科室积极开展国内外学术交流,不断扩大瑞金医院麻醉科的影响,提升学科在国内外的学术地位。进行科普宣教工作,将麻醉理念和麻醉学影响推广到社会层面。

重大建设项目创“双优”自查工作开展

□ 通讯员 吴晓慧

本报讯 11月18日,我院为贯彻落实《关于深入推进重大建设工程争创“双优”活动的意见》(沪纪[2011]80号)文件精神,开展年度专项自查。

在该项工作会上,黄波副院长就我院普通病房综合大楼项目的基本情况、投资规模、招投标工作的开展进行了介绍,在工程进度及资金使用方面做了详细的数据说明;同时介绍了我院开展创

“双优”工作的新目标、新任务及新举措。最后针对我院廉政教育的开展和心得体会做了深入的交流。

卢湾区检察院预防科科长汤玮瑜、申康检查组李俊、周以玲等分别对我院在大修项目的安全检查、工程质量、投资控制、投资控制方面给予了极大肯定。特别指出嘉定北院项目创“双优”工作得到了我院领导的高度重视。希望能够进一步落实党风廉政工作责任制,认真贯彻防腐“16字”方针,建立健全的防范制度,加

强投资控制。

最后院党委副书记纪委书记陈生弟为此次会议作了总结,在院党委领导下,强化源头预防和监督,充分发挥纪委、监察、审计干部作用,深入第一线,强调事前监察和过程参与,提高“创双优”工作的严肃性和权威性,保证各项制度贯彻落实,同时加强与检察机关的联系,在实际操作时认准目标,充分考虑优势互补,整合力量,拧成一股绳。从严把关,确保工程建设领域廉洁高效。

“准医生”上演技能大比拼

外科技能操作大赛顺利举行

□ 通讯员 陈怡 摄影 戴焱森

本报讯 11月15日晚上,外科教研室与瑞金临床医学院共同举办的“外科技能大赛暨外科视频大赛颁奖仪式”在科教楼2楼报告厅举行。此次针对实习大学生和见习大学生举办的大型比赛,目的是为了培养和提高医学生对外科技能的兴趣和潜力,同时也选出一些具有潜力的未来之星。值得一提的是,比赛邀请到了我院副院长郑民华,以及各科教研室临床一线的带教老师们。

本次比赛,由两大版块组成——为见习同学“量身定制”的外科视频大赛和针对实习同学的技能操作大赛。其中,外科视频大赛于10月中旬启动,还未进入临床实习的见习同学,先动脑再动手,通过编排剧本、设计模具、拍摄视频等环节,呈现出众多优秀的临床操作视频。比赛当天,获得一、二、三等奖的视频一一展现,引起外科老师和观众的啧啧赞赏。

在当天的比赛中,临床医学



院3个班级、近50名实习同学组队参加了比赛,通过缝合打结、消毒铺巾、穿衣戴手套、插胃管和导尿管等多种外科操作技能,展现了自己在实习过程中的丰厚收获,同时提高了外科临床操作技能水平。在决赛环节,同学们还运用自主创新设计的“深部止血模型”进行比拼,不但增加了比赛的看点,更通过比赛展示了同学们的创新成果,并激发学生的创新

意识和学习热情。当比赛的冠军季军最终揭晓时,比赛也达到了高潮。

自2009年起,外科技能大赛已连续举办了3年,成为瑞金临床医学院及外科教研室的特色教学活动之一。将来的“准医生”们通过这个平台,上演技能“大比拼”,增加了学习的兴趣、总结了学习的收获、开拓了学习的思路,为今后的学医之路奠定基础。



我院世博医疗队获全国青年文明号

□ 通讯员 汪敏娟

11月25日,上海市卫生系统全国“号、手”创建活动表彰暨经验交流会举行。我院世博医疗队由于世博期间的出色表现获得了“与世博同行”全国青年文明号,号长周瑜琳从团市委青工部部长栗芳手中接过了由共青团中央、卫生部授予的“全国青年文明号”铜牌并作工作交流。

□ 通讯员 侯婷婷

本报讯 为加强对职工的健康教育,引导职工养成有益健康的行为和科学的生活方式,院工会于11月23日举办“瑞金茶室:颈椎保健知识讲座”,特邀请伤骨科奚小冰医生为工会干部们讲解“颈椎保健”知识。

我院医护人员工作压力较大,对自身健康关注也不够,长期不良的伏案姿势造成很多的颈椎疾病。腰酸脖子痛经常困扰着许多职工,甚至频繁出现手麻头晕的症状,要防止或改善这些病症就要从平时注意保护颈椎。奚医生针对医院职工的特点,讲解了许多理论知识,并通过多媒体放映的方式形象的告诉我们,在生活工作中什么才是正确的姿势,同时在茶室现场传授了一套科学实用的“颈椎操”,所有的与会者都站立起来跟随着奚医生学做这套操。工会干部们普遍反映“颈椎操”相当实用而且易学,可以教授给其他职工,让大家一起重视和保护颈椎。

会后,工会干部们纷纷表示:院工会组织的保健讲座非常到位,将锻炼实践融汇于医学理论中,为广大的职工能以健康的体魄、旺盛的精力及愉悦的心情全身心地投入到工作和生活中创造了一个“贴心”的平台。

倡导健康生活方式
瑞金茶室分享颈椎保健知识

以点带面提高护理科研质量

公派出国人员获学位返沪

本报讯 随着护理事业的发展,部分护理科研成果被逐渐应用于护理管理、护理教育和临床护理等方面,其实用性及有效性引起了对护理科研的重视。我院护理部预见到科研在将来护理发展中的重要性,更积极响应,联合上海医药高等专科学校,争取到三个公派澳大利亚凯瑟立大学攻读临床护理科研硕士的名额。经过各方面严格考察,最终心脏外科徐静、手术室吴雪蕾和呼吸监护室周景祺最终脱颖而出,开始了为期一年的国外学习生活经历。

国外的学习生活并非一帆风顺,生存环境、语言环境、教学及生活方式的改变,中外文化冲突、适应等问题始终困扰着三人。吴雪蕾甚至曾因水土不服而病倒,但她从未因此忘记此行的目的,面对诸多困难,反而激发起高昂的学习斗志。三人在学习及生活中互帮互助,相互扶持,遇到不懂的地方相互询问讨论,逢年过节聚在一起以慰思乡之情。

在医院领导及护理部领导的关心及帮助下,经过一年的努力学习,她们终于完成了所有课程及考核,于近日返沪。此次三人利用在国外学习的机会,分别在导师的指导下独立撰写英语论文一篇,并与他人合作撰写英语论文共2篇,三人合计共撰写5篇英语论文。

在短暂的休整后,徐静、吴雪蕾和周景祺将回到各自的岗位,承担起各自的职责。三人均表示不会辜负医院的培养,会尽力将各自所学应用于临床,带动、激发周围护理人员的临床护理科研热情,为将来提高我院护理科研质量尽一份微薄之力。
(护理部供稿)

建立放射学诊断思维 提高诊断水平 住院医师放射读片复赛落下帷幕



□ 通讯员 晨曦

本报讯 为帮助广大青年住院医师熟悉放射学基础理论和基本技术,建立放射学诊断思维,提高放射学诊断水平,临床医学院/职后办公室依托放射科住院医师基地,面向全院住院医师、进入临床实习阶段的研究生及实习生,举办了“2011

10组,并选择了临床带教老师作指导,帮助提高放射读片的水平。

11月24日下午,10支队伍齐聚科技楼二楼报告厅进行复赛。临床医学院副院长邵洁、刘艳,影像系主任陈克敏,我院放射科主任严福华,临床医学院办公室主任朱海燕,职后办公室主任蒋莹,实训教研室主任史霆均莅临现场指导。复赛为教学赛,将比赛、教学为一体,在比赛中学习,在学习中比赛,对比赛中出现的问题当场由放射科带教老师方文强、柴维敏、朱晓雷进行点评和指导。在老师们幽默风趣的语言和清晰明瞭的指导,让青年医师们在既轻松愉悦又紧张刺激的过程中了解放射科的基本技术和基本技能,建立放射读片的思路 and 诊断思维。经过读片和理论必答答题、抢答题激烈的比赛,个人读片能力及团队协作能力都得到了体现,6支顺利晋级的队伍将于12月中旬参加放射读片决赛。

简讯:11月16日,我院团委组织青年职工参加了由上海交通大学医学院青年联合会和团委举办的首届“卫材杯”青年羽毛球友谊赛。共有来自各附属医院、临床医学院等22支队伍参赛。由我院高血压科陶波,灼伤科刘瑛,高干病区张悦民,消化科陶凤来组成的瑞金医院代表队经激烈比拼,获得第三名。
·丁芸 摄影报道·

心灵方是家

——读费尔南多·佩索阿的《惶然录》

□临床医学院 陈怡

一个葡萄牙人费尔南多·佩索阿天天和自己说话，写下来就成了这本书——《惶然录》。

要找一个安静的，独处的，没有干扰的地方，然后比平时缓慢地呼吸，再打开这本书。

此书是零碎的随笔。作品背后是一个自恋的、矛盾的、普通的、坚定的、痛苦的灵魂。美丽的文字娓娓道来，叙述着一个小职员流水般默默无闻的生活以及他睿智的、琐碎的、敏感的思考。

根据他自己的描述，这个人外表肯定平常无奇，但是他好像是个不忙的人，有功夫时刻观察自己，对自己的内心无比的警醒。正如他自己所说：“我们睡着了，生活便是一个梦。”然而，梦游不一定代表荒谬与糊涂，或许恰恰相反，是一种清醒。

佩索阿不断感叹：生活本质上就是单调的。“聪明人把他的生活变得单调，以便使最小的故事都富有伟大的意义”。

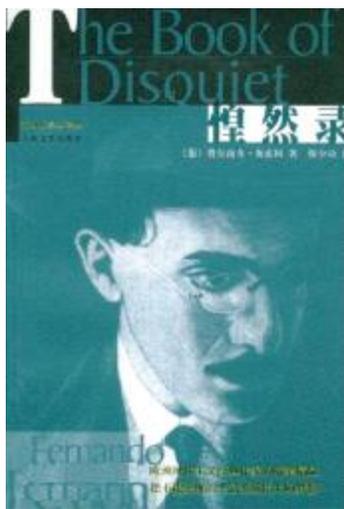
“真正的聪明人，能够从他自己的躺椅里欣赏整个世界的壮景”。

正是单调的存在，才使丰富有了可能；而单调的现实与对丰富的追求才使我们的生活充满了幻想的憧憬，才使我们的存在具有了无限的可能性；而可能的生活正是我们存在的意义之所在。

当思考变成一种必需的生活方式和无法摆脱的生活习惯时，由“单调”派生而成的“孤独”就成为了一种生活常态。

孤独也同样压抑一个人，但有一个解脱的渠道，那就是在写作中与自己交谈。我们看到的是一个安于现状的小职员，一个怀恋过去的老人，一个透视物质的观察者，一个厌恶生活却又尊重生活的作家，一个于存在中常感虚无的唯心主义者，一个醉酒的幻想的奴隶。

他承认命运，接受现实；他多愁善感，热爱自由；他孤独、寂寞；



他爱自己、倾听与发现自己，鄙视一切的革命；他选择无所谓，对一切淡然处之，因此显得高贵。

感谢佩索阿，他帮着人们找回平和。尽管他笔下的生活依然是“单调而必需”，但是他选择了安静审视自己的心灵。

每个人在某些时候都有同样细腻敏感的眼睛和内心，安静且耐心的时候，你就会看到一些人的灰色常服的里面另有一层金缕玉衣，灼灼地闪烁动人的光芒；而孤独的时候，你也知道，有很多人和你一样，或者比你更孤独。

唯历经过荡涤的灵魂才能深刻与广博

——读《灵魂的台阶》有感

□档案室 毛颖华

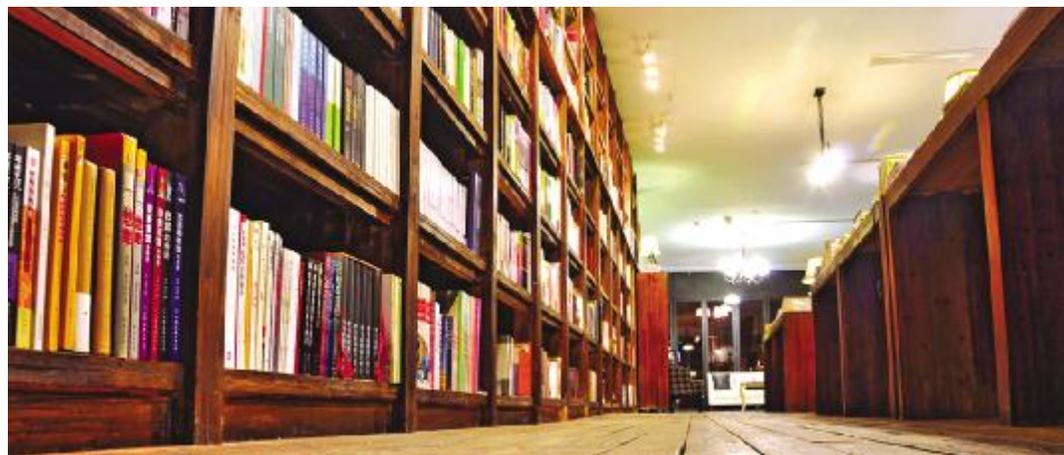
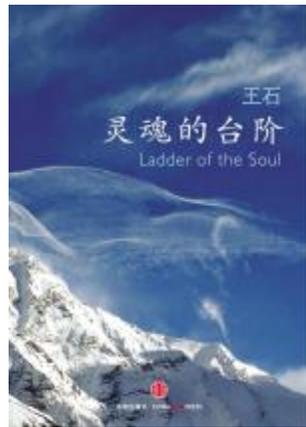
现代都市人常常哀叹自己内心的空虚，哀叹意义和方向的失落，因此引起种种焦虑与不安。于是新兴的富裕阶层、都市白领们来到雪域高原，顶礼膜拜仙湖，骑马或徒步转山，聆听佛教的传说，在三大寺前许愿，甚至长久住下接受心的洗礼……吸引他们的，究竟是虔诚的信仰还是这种信仰所衍生的独特美学？西藏是他们内心的一片净土，还是一时的精神休闲会所呢？

书中谈及北大山鹰社的五位学子遇难一事，有人认为这徒劳而危险；有人认为这是“存鹰之心于高远，取鹰之志而凌云，习鹰之性以涉险，融鹰之神在山巅”的山鹰精神的体现。不论是哪一种论调，也不论在登山途中曾经付出过多大代价，人类不安于现状，不停探索的背影始终在追问、进步、永不停止，而正是这种精神推动着人类不屈服于残酷的自然环境，创造了文明社会。王石说：“人可以在存在中自我造就，活得精彩。人需要不断发展自身、更新自身，而不应被任何本质或性格所预定。登山也罢，创业也罢，正是一条努力摆脱预定、自我造就精彩的‘开放和不确定’的轨迹。”

山难时有发生，面对这瞬间的死亡，我们所表现出的应该要如何更珍惜地活着。我们活着的人应该怎么走，应该如何在向往自由和承担风险与责任之间找到和谐？长眠于希夏邦马的遇难者不应受到指责，也不应只得到惋惜，他们可贵的品质应当赢得人们的尊重。

登山既是人生的浓缩，也是人生的延长。登山者随时会因为过程的艰难而萌生放弃的念头，但最终支撑到最后，回头一看，身后的路蜿蜒曲折，每一步难走的路就是在“坚持一下、再坚持一下”的过程中走出来的，生活亦是如此。当遇到坚持不下想要放弃的时候回想起登山的体验，就会明白，成功有时候往往就是在你的“再坚持一下”之中。

“在静静的希夏邦马，高海拔之上，喧嚣的灵魂得到短暂的宁静，但它从未停止思考生命的真谛，而是走向通往未来的更远的旅程。”历经过荡涤的灵魂才能更加的深刻与广袤。



回不去的家乡

——读《额尔古纳河右岸》有感

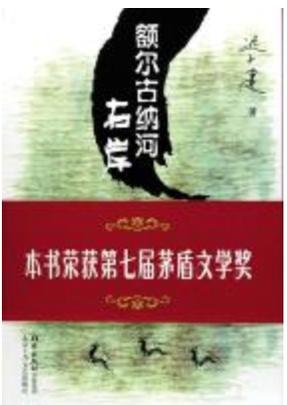
□团委 汪敏娴

如果有机会，我想去看看额尔古纳河。作者迟子建说，那里有蓝宝石一样的湖面，有敦厚的鄂温克族人，有健壮的驯鹿和擅长跳神的萨满。鄂温克人崇尚自然，拥有森林生活独有的勇敢乐观的性格。面临死亡时，他们像接受刮风下雨一般应答着自然界的召唤，在以“风葬”习俗告慰先者的在天之灵后，将伤痛放进风里，将思念留在向阳的山坡上。

这是一个充满爱和正义感的民族，他们牺牲自己来维护族人的安全。最能体现这种大爱的是“萨满”。萨满跳神治病、驱邪、主持婚礼、祈雨。在日伪统治时期，萨满用跳神的方式杀死日军战马，自己却因体力耗尽死去；之后继承的萨满明知每一次的拯救都会令她失去一个孩子，仍是义无反顾，流着泪从白天跳到黑夜。最后当她再没有孩子可失去时，她用自己的生命祈求大雨扑灭了大兴安岭的火灾。

在外部世界逐渐变得世俗，他们所依赖的传统逐渐凋零。人们被迫离开赖以生存的森林，前往政府所建造的定居地，被圈养的不仅仅是驯鹿，更是自由奔放的灵魂。几年后，定居地荒废了，人们又回到了大山里。只是，面对着森林的破坏、气候的污染，鄂温克人还回得去吗？

前几期的快乐大本营节目请来了一位特殊的客人——使鹿鄂温克族族长，这位90岁的中国最后一位女酋长说，她的族人只有240多人了。当她一边唱着歌，一边牵出了一头头上长着大角、通体布满花斑的驯鹿时，全场惊呼，那驯鹿纯净的安静、纯洁，让我们忍不住想去拥抱这个在消亡边缘的民族。从那天起，我不再用一次性的筷子，如果每一个人都能改善生活方式，得益的将不仅仅是大山里的少数民族，更会感受到自然的生活和慈悲为怀的怜悯心。



中国的美

——评朱良志《曲院风荷》

□消化科 周洁



庄子说“天地有大美而不言”，一向以为美是一种直觉，是无法用文字去描摹的，就好像我们无法用双手去摩挲天边的明月一样。直到翻开美学大师朱良志先生的《曲院风荷》一书，我才发现美原来也是可以这样娓娓道来的。

这是一次关于中国传统文

化美的历程，全书共分十讲，第一讲从“听香”讲神情；第二讲以“看舞”论动静；第三讲于“曲径”看虚实；第四讲拈“微花”见大小；第五讲观“枯树”说巧拙；第六讲自“空山”窥虚实；第七讲因“冷月”感冷寂；第八讲沐“和风”道和谐。第九讲挥“慧剑”言妙悟；第十讲乘“扁舟”谈写意。每讲又从诗词、绘画、书法、音乐、金石、建筑等不同艺术方面来加以细说。

和当下一些其他的美学论著相比，这本书最大的特点就是轻历史而重哲学。美学与哲学向来是彼此依存的，或者说美学本诞生于哲学。虽然古代汉语里有“美”和“学”，但却没有“美学”这一词语。这表明古代中国对于美的思考尚未进入到一个知识的系统中去。但是哲学在古代中国的发展与成熟却是到了无可比拟的境界，充满了中国智慧的意象从哲人们思想的火花一直燃沸了艺术家灵感的源泉。

川端康成在诺贝尔文学奖授奖仪式上深情地发表了《日本的美与我》这一演说，然而如果你寻根溯源，将会发现日本的俳句、和歌、建筑、茶道、插花以及其它艺术都能在中国找到他的发源滥觞。东方文化(主要指中国、印度、日本)无论从哲学的高度还是从美学的深度，中国都可以堪称是其精髓，它孕育了东方的整个文化。

作为一个中国人，我深爱着中国的美。如果你敞开心扉，融入自我，就会发现中国的艺术不止能提供你美的享受，更能赋予你人生的智慧。正如作者在后记中写道“本书重点不在对具体的艺术理论进行推演，而意在打通艺术理论和具体艺术之间的通道……到艺术之中，寻找中国人特有的人生智慧。”

这是一本关于美的书，同时也是一本美丽的书，当我最后合上它别有风致的封面时，仿佛依稀又闻到了今年六月在西湖畔邂逅的那缕清幽荷香。

