



诗和远方

“生活不止眼前的苟且，还有诗和远方。”守得住内心的宁静，日子便会过成诗；不停歇前行的脚步，总会到达心中所追求的远方。

对于为患者解除病痛的医生而言，生活中最重要的是什么？他们所向往的远方在哪里？如何追求心中的诗和远方呢？



喻荣辉教授（左）凌晨心脏介入手术结束后留影

北京安贞医院房颤中心 喻荣辉

99.9% 用脚步丈量神州

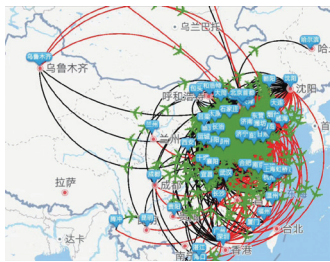
导管室墙上的钟表指针显示：介入手术结束时已是凌晨1:20，刚换下手术衣的喻荣辉教授脸上露出开心的笑容，这一幕已成为介入医生工作中经常定格的镜头。

岁月的齿轮默默记录着他们的故事，忘记饥饿和疲惫，手术换台的空档填饱肚子就好。

平凡的周末，对大多数行业的人来说，是惬意放松的一天。当人们还沉浸在晨梦中或享受着美味时，作为医务工作者的他们，不是在飞机或高铁上，就是在去机场或高铁站的路上。

从清晨到深夜，忙忙碌碌就是一天；从年初到年尾，奔波波波就是一年。

2017年，数字记录了我的生活：飞行201次，出行199469公里，超过了99.9%的旅行者，航行图上除了拉萨，几乎踏遍神州大地。作为一名繁忙的心内科介入医生，这一年完成了近2000台手术，以及100多次学术报告。



一个心脏介入医生的飞行轨迹

面对这组数字，您第一时间想到什么？高度专注和精神紧张，长途奔波缺乏休息，日复一日如履薄冰。

因此，足够强健的身体和强大的抗压能力是心内科介入医生的必备条件，因为你操作的每个瞬间都关乎患者的一生幸福。

但是，生活不只有繁忙的工作，还要有诗和远方。推动我们勤奋向前的动力，

正是对诗的咏叹和对远方的向往。

一路疲惫，却坚定的行走着，还有多远，是你想要的蓝天和大海？慢下来，偶尔停一停，看看风景，幸福和快乐就会弥漫。

远足和摄影是我在工作之余的最大爱好。

由于每周必定出差，每隔一个月，我会选择会诊或讲课所在的城市，换上休闲衣，蹬上健步鞋，逛逛民俗，看看风景，放松身心，缓解奔波的疲惫。穿过人山人海，跨过山川河流，用相机记录下吾土吾民，也记录下那时那刻享受生活的心情。

充分休息能让身体恢复活力，保持健康的身体才能更好地为患者服务。

新时代的介入医生应该是科技和人文交相辉映的践行者。

春时闻鸟鸣，夏暑品清风，深秋观红叶，隆冬赏雪松！

热爱生活，是一种向上的动力，是永无止境的修炼，更是岁月赋予的礼物。

生活不止奔波，还有诗和远方。生活如诗，把诗写在前行的路上；生活如画，把画刻在记录生活的镜头里。

河北省人民医院副院长 郭艺芳
吟着诗 奔向远方

撬动平行世界的轨
让两个我归一
于是
我有着诗 也有着远方

有了诗
前行的路不再无色
荆棘丛生的地方
也会绽放着多姿的花朵

有了诗
前行的路不再孤寂
在漫漫长夜
也回绕着曼妙的乐章

有了诗
前行的路不再落寞
在孤立无援的时候
至少有串串音符为伴

有了诗
前行的路有了更多希望
踏泥泞 越坎坷
将艰难化为精彩

我有诗
也有远方
吟着诗
奔向远方 （节选）

医者，首先要做一个有情怀的人，而多姿多彩的幸福生活更能培养医者的情怀。

医者，固然需要付出更多的辛劳与汗水，承受更大的心理压力，但这并不妨碍我们拥有诗一样的生活。我们不应将工作中的疲惫甚至委屈带入生活，而是用生活的诗意去淡化工作中的涩楚。

治病救人是医者的事业，把事业做到极致是医者的追求。为了这一目标，我们每个人都要永不停息地跋涉，无论多远，无论历经多少艰难险阻，也要一直向前。远方有我们的希望与收获，这正是鼓舞我们奋身追寻的动力。

前行的路固然漫长，但沿途的路不乏精彩。只要用心去发现，总会有此谢彼开的花儿伴随着匆忙的脚步。累了，慢下来，取次花间，慰藉自己的心灵，然后满血复活，在五彩斑斓中继续前行。

工作时，医者仁心，全身心望触叩听，尽己所能为每位患者做最合理的诊疗方案，用爱心与耐心为每位患者送上信心与安慰，用真情

与宽容去化解患者的疑虑与不解。下班后，不急着离开诊室，去浇灌、修剪窗台上的小花儿，也可独坐在诊桌旁发一会儿呆，让紧张了一天的心舒缓下来。

回到家，回到港湾。忘却工作中的疲惫，专心做幸福的丈夫、妻子，或儿女、父母。带上围裙，炒几个拿手小菜，看着家人惬意的品味，享受暖融融的爱意。饭后，陪家人到户外走走，聊一聊一天的见闻，听一听彼此的倾诉。

如果不值夜班，夜晚是自由的时光。远离电视与手机，坐在书房，一盏灯、一杯茶、一本书，享受沁心的安宁。也可坐在电脑前，或阅读文献、探索新知，或整理思路、准备标书，或轻敲键盘、撰写论文。

不值班的周末，可以在学术会场加油补钙，也可以犒劳一番自己，去山林、去海边、去花园、去荒野，回归自然，放飞心情。

忽略生活中的不如意，用感恩与知足拥抱世界。把事业当作追求，把生活过成诗。



郭艺芳教授