



“明天就走，你能去吗？”

▲北京协和医学院护理学院 王汐婵

2020年春节前夕，一场突如其来的疫情席卷了中华大地。拥有多年重症护理经验的我第一时间就把孩子送到父母家，为的就是随时听候召唤“上战场”。我多次向护士长和党组织表示：如果有需要，请第一个安排我！

2月6日，终于盼来了等候多日的征招电话。在去医院集合的路上，我跟妈妈促促视频通话，告诉她我要去武汉支援了。她让我放心，孩子她会照看好。

在武汉第一个班，忐忑交织着兴奋。为留出充足的准备时间，我们提前2小时就来到医院，经过近一个小时，才把防护服、隔离衣、护目镜、面屏、N95口罩加外科口罩、双层靴套、鞋套及五层手套全部武装到身上。厚厚的防护服让我行动迟缓，双层口罩让我呼吸困难，护目镜上的水雾更是让眼前的一切都变得朦胧。尽管如此，我们还是在短短4小时的班次中熟悉了陌生的环境、设备、耗材、同伴，同时也加深了对所面对疾病的认识。到了第三个班，我们这些临时组队的小伙伴工作起来已经可以用“默契”来



形容了。

吃饭、睡觉、听课、上班……日子过得既单调又充实。在武汉的50多天里，我结识了总喊我“福司”的武汉阿姨；听到一位气切的患者叔叔孱弱地握住我的手，对我说“谢谢你们”。记住了一位成功脱机拔管的患者，在与家人视频通话时，不断向家人强调我们是来自北京协和医院的医疗队——那一刻，我感受到了一名协和人的自豪与责任！

我们的工作确实面临着极高的风

险，要问我怕不怕，内心肯定是怕的，因为我也有牵挂我和我牵挂的人，但每当面对患者，我只会把全部精力集中在患者身上，用尽一切办法把他治好，仿佛只有这样，才对得起神圣的医学誓言，对得起当初在党旗下庄重的宣誓。

身在武汉，我们就是武汉人，我们切身感受到了武汉的痛，也看到他们在困难中依然乐观开朗，信心十足。在饭后漫步时，总会有热心的武汉人停下车来，告诉我们周边哪里的油菜花最漂亮；也会有附近的店员跑过来给我们塞几瓶水。末了，他们都会用一句话与我们告别：感谢你们来帮我们。

我们感恩武汉人民的感恩，我们铭记武汉人民的铭记。在武汉的每一天，我都不曾后悔来到这里。我感激协和对我的培养，让我有能力在国家需要的时候贡献自己的一份力。我不是英雄，只是一个平凡人做了一件对得起本心的事。

致敬“真心英雄”

▲北京协和医院党委书记 张抒扬



王汐婵同学的文章情真意切，字字入心，真实记录了一位战斗在抗疫前线的年轻护理战士的内心独白。文章不长，但感动满满。字里行间流露出的，是一个妻子、一个母亲、一个女儿，对家人的亲情与不舍，是一个协和人对事业、对武汉人民、对党和国家的爱，也是协和人一以贯之的责任与担当，更是浸润在每一位协和人血液中的严谨、求精、勤奋、奉献，展现了新时代中国青年关键时刻挺身而出、担当奉献的精神风貌。

文章结尾的一句话让人印象深刻：“我不是英雄，只是一个平凡人做了一件对得起本心的事。”这正是平凡人的伟大之处，正是这些平凡的年轻医护人员，构成了本次抗击疫情的中流砥柱。每一位勇敢战斗在抗疫一线的人，都是心中有大爱、胸中有担当的“真心英雄”，都在用自己的实际行动，书写着平凡而伟大的英雄答卷。向王汐婵同学致敬！



专栏编委会

主 编：何 仲
执行主编：李 飞 李乃适
编 委：储小平 朱丽筠 张琳之
刘晓明 吴雅琦 高 川
陈 恬

●抗疫·漫画

撑住！

近日，一名18岁的意大利少女奥罗拉（Aurora Cantone）创作的漫画在社交媒体被大量转发。画中，奥罗拉用红色代表意大利，也表明了当前疫情的严重。意大利和中国，则用穿着各自国旗的医务人员代替——意大利医生在撑着意大利，不让它倒下；中国医生则托住意大利的下方，不让它坠入疫情的深渊。不管离开哪一个，意大利都会轰然倒塌。

奥罗拉说：“我想把这幅画献给在抗‘疫’前线奋斗的医生、护士，以及那些从中国远道而来帮助我们的人，希望他们能够看到。”



图/Aurora Cantone（意大利） 文/韩矛

●医学·诗歌

相约泛舟

▲武汉协和医院 杨晓

江城还没有醒来，你们就已经撤离。
街巷匆匆掠过，车子没有鸣笛。
泪水悄悄地滑落，
流淌在你的脸颊，滴落在我的心里。

黄鹤楼为你们吟颂，古琴台为你们抚琴。
东湖烟花三月，道不尽一曲别离。

尝一碗热干面吧，不要走得这么急。
喝一碗浮子酒，权做武汉人小小的程仪。

我要说声谢谢你，
因为有你，温暖了四季。
感谢有你，这城市更美丽。

待我修复疮痍，来年樱花清绮。
相约泛舟湖上，
让恩情与友情，在春光中迷离。

●医者·感悟

读书、走路与人生

▲空军军医大学唐都医院 金发光

从青春年少到60出头，为了前途事业和工作一直在读书和写作，养成了能坐和夜餐的习惯。可随着年龄的增长，体型也发生了重大变化，从1976年当兵时的46公斤发展到春节前的82公斤，几乎增加了一倍，用大腹便便、脑满肠肥来形容一点也不为过。走路、上楼梯和弯腰均出现了气喘，让我感到似乎到了生命的终点。

但我还不想死，努力了一辈子好不容易活出个人样，能为社会做点贡献，那得活着。于是我想起了减肥，用什么方法呢？没有运动天赋，只有走路。于是我迈开双脚开始走路，每天坚持走15000到20000步，同时限制饮食量，彻底取消深夜加餐的坏习惯，两个月过去了，从开始走路气喘到现在可以小跑，从开始上5楼要坐下来喘息约10分钟才能缓过气到现在上5楼没有丝毫气短感觉，体重从82公斤下降到74公斤，我的感觉真好，似乎也年轻了10岁。

三毛说：“书读多了，容颜自然改变，很多时候，自己可能以为许多看过的书籍都成为过眼烟云，不复记忆，其实它们仍是潜在的在气质里、在谈吐上、在胸襟的无涯，当然也可能显露在生活和文字中。”走路也一样，你走过的路从来都不会欺骗你，你健康的身体，你乐观的精神，你旺盛的精力，谁都可以感受到。要读书，也要走路，身体和灵魂，必须永远都在路上。

懒惰是很奇怪的东西，它使你以为那是安逸、是福气；但实际上它所带给你的是无聊、倦怠和消沉；它剥夺了你对前途的希望，割断了你和别人之间的友情，使你心胸日渐狭窄，对人生也越来越怀疑。时光很奇特，它给了你阅历、经验、福气，同时也给了你衰老、皱纹和消沉；它剥夺你对青春的渴望，拉深了你和那些旧照片之间的鸿沟。

走路重在自强不息，速度和距离只是表面，更重要的是锻炼人的意志力、自制力、承受力、自信心，表达一种坚韧不拔的人生态度。走路，是你一生的朋友，也是你一辈子的财富！生活和工作中别逢人就低头，别逢人就诉苦，旁人终归是旁人，没几个人真把你的伤口当作自己的痛处。有些人以为你无坚不摧，那就随他们，别人不知道的，你没必要反驳给他听。自己选择的路就应一直向前走，再苦再累也别停下。这一生你只需要认真地努力地工作，坚持锻炼身体，心安理得地生活。人生一定要清醒时做事，糊涂时走路，大怒时休息，独处时思考，时间一定会在你身上刻画出努力的痕迹！一定会走出人生的精彩！朋友们，尤其是发胖的朋友们，请迈开双腿，朝着前方大踏步前进！