当书中某一瞬间撞击你的灵魂

张艳萍：在曾经的阅读中，有什么情节让您或为之喜悦，或为之悲伤，甚或为之流泪，难以忘怀？

武汉战“疫”故事让我身临其境

游苏宁：我最近就读了一本这样的书——《武汉战“疫”：最美一线英雄》，通过讲述抗疫初期奋战在武汉最前线的诸多抗疫工作者真实而生动、温暖而感人、平实而伟大的故事，勾勒出体现当代中华民族精神的英雄群像。采访的记者坦言：医护人员拿生命护佑我们的城市，唯愿我们的每一篇稿件尽量还原真实，每一个字都对得起这段历史。

这名记者的这句话让我非常感动。他其中讲述了一个非常感人的小事情，后来大家在网上都看过这个点击量千万的小视频。疫情暴发期间，武汉一家医院的一名急诊科医生说，我不干了，我也要回家……后来，我们更多地了解了这家医院和这名医生，我们才能切身体会到他为什么这么说。因为这家医院的急诊科一直以来平均一天只有 90 名患者，而那天急诊科在一个下午就接诊了 1700 名患者，从挂号、检查、到治疗，每个环节的等待时间都超过 5 小时。

这本书里这样的真实记录让我们体验到了当时的真实情况，好书就是阅读中的某一瞬间直击你的灵魂，令你难以忘怀。

我的阅读中常常伴随泪水

唐丽丽：因为专业的缘由，我们经常写一些悲痛的故事，比如患者离世等，专业中夹杂着感性的情感、情绪，所以，我的阅读和写作中，常常伴随着泪水，它们转化为叙事医学和临床诊疗，伴随着我的医路历程。我还记得一名 37 岁的妈妈要离世了，她完全放心不下 7 岁的女儿，哭得死去活来。那么，医生怎么缓解这样的痛苦，让死亡焦虑变成活在当下，类似的阅读和故事都让我感动不断。

阅读是一种缘分

张艳萍：请您为医生朋友们推荐自己最爱读的书籍。

“读书人”要尊敬“写书人”

刘又宁：说起读书，医生首先要多读与自己专业相关的书。医学知识日新月异，在大学里学的知识很快就过时了。因此，当你决定作为一名医生的那一刻起，也就注定了要不断读书，不断学习。同时，医生也是一个特殊的职业，一名医生在职业生涯中，需要不断地和患者、家属、同道打交道。因此，医生在专业之外，也应广泛涉猎，多读好书，不断扩充自己的知识面。

我年轻时，可读的书非常有限。中学时代，我曾被《林海雪原》中跌宕起伏的情节深深地吸引，不到 24 小时的时间，我几乎不眠不休，一口气把它读完的。大学时期，知青间流行着《第二次握手》的手抄本，说实话，我认为那本书写得并不好，但在那个特殊的年代，可读的书太少，大家还是如饥似渴地将它读完了。

读书的人，要尊重每一位作家。我虽没有认真读完《白鹿原》，但却读过陈忠实先生创作《白鹿原》期间的故事：陈忠实先生在创作期间，离开西安，回到了老家，将自己关进了一间不足 10 平米的书房闭门创作——真的是“闭门”，除了妻子定期给他送饭以外，陈忠实先生不管谁来也不开门，不开窗。他说：“书里的所有人物都在这间屋子里，一开窗，他们就会跑出来。”可以说，《白鹿原》是他用生命写成的书，他的精神，值得每一位读者尊敬。

我们从何而来 到何处去

赵东兵：读书是讲究缘分的。有时，我拿到一本新书，读着读着就会把它放下；但也有时，读着读着就放不下了。“闲书”如此，专业书也是如此——当年我在选专业的时候，就是因为觉得外科的书读起来有意思，就选择成为了一名外科医生。

人在不同成长阶段的心境不尽相同，所读的书也是不一样的。当我还是一名年轻医生的时候，我喜欢读人物传记和一些励志类的书籍，这其中，美国医生马科斯韦尔·马尔兹的《活着不是为了痛苦》给我留下了很深的印象：这本书告诉我们，人生需要经历各种磨难与坎坷，但也用满满的正能量提醒我们，不要向困难屈服，要正确地面对困难、战胜困难。

等到了现在这个年龄，我会更喜欢读一些历史类和时政类的书籍。比如，我认为，以色列历史学家尤瓦尔·赫拉利的《人类简史》三部曲（《人类简史》《未来简史》《今日简史》）是每个人都应该读的好书，读罢，可以了解我们从何而来，到何处去，又该如何在当下环境中生存、发展；作为一名医生，我读郎景和院士的《一个医生的故事》，总会感同身受；此外，我也很喜欢金一南将军的《苦难辉煌》，这本书从小切口层层深入，尽览中华民族从百年沉沦到百年复兴。

粗缯大布裹生涯，腹有诗书气自华。美丽或许是天生的，但有气质的人，一定是读过很多好书的人。

思考才能使阅读内化为文化

宋刚：学而不思则罔，思考才能使阅读的东西成为自己的。评价一本好书应该从多个角度来分析、思考，我们要从不同的角度去思考，只有把书本的知识读懂转化为自己的东西，才能与他人分享。

香港三联书店总编辑李昕，写了一本叫《做书的日子：1982—2014》的书，书中，他从一个编辑专业的角度来分析，一本好书从出稿——拒稿——改稿——获得文学奖的过程。这本书给了我们医学生一个很大的启示：如要将我们的医学经验和同道分享时，我们可以从编辑、出版社以及读者的角度来思考，如何传递医学的最新科技知识。

圆桌讨论

专家评审会现场，在《医师报》常务副社长兼执行总编辑张艳萍的主持下，8 位专家就“临床医生如何选书”，以及读书的难忘经历，做了分享。

专家谈·我的读书经验

“当我们无法喜欢每一位患者……”

▲中国抗癌协会前任副秘书长、陆军总医院肿瘤科 刘端祺

喜欢阅读、知识面广的医生，往往更与患者“聊得来”，更易产生同理心，患者对诊疗的顺应性更强。

医生是专业性很强的职业，需要常年坚持在浩如烟海的专业书籍中的阅读，锲而不舍地探索生命的奥秘和疾病诊疗的答案；医生又是一个需要与不同年龄、阅历、文化程度、生活习惯乃至脾气秉性各异的人打交道的职业，不仅需要懂专业，更要“懂人”。职业要求我们具有一定的非专业阅读能力，这样才能有一定的知识储备，才能实现与患者的成功沟通，“听得懂人家的话，接得住人家的话茬”。

一个带有书香味道的医生，将不再是一个“医生匠”；而是一个博闻多学有情趣的人，懂得幽默的人，在查房中肯定会与患者有足够的交流，使患者感到值得信任和托付。

医生要懂专业 更要“懂人”

▲北京大学国际医院副院长 梁军

医学的发展始终是技术与人文相互交汇的过程。自然科学越进步，技术可超过人文的偏见思想越可能悄然发生。其实来说，患病及就医过程中，患者及其家庭面临的社会、躯体、心灵等方面的痛苦是难以想象的，作为主要“救赎者”的医生能够起到的治疗作用不仅体现在技术上，更体现在精神上。对于刚踏入临床的青年医生，在扎实学习专业技能的同时，更要注重人文素质的培养。

我推荐威廉·奥斯勒《生活之道》、保罗·卡拉尼什的《当呼吸化为空气》及威廉·卡洛斯·威廉斯的《医生故事集》这三本书，可能对大家有所启迪，譬如“我们无法做到喜欢每一个患者，但我们必须竭尽全力救治”，同时抱有十足的同理心。

理想是读书的灯塔

▲中日友好医院妇产科主任 凌斌

始于懵懂儿时的读书，多是被强制所为。

能够博览群书时，医学专业课本足以令人生畏，尤其人体科学的奥妙与知识的浩瀚，不下真功夫确实难以蒙混过关，更重要的是，医者终要面对生命之重托。

不以物喜，不以己悲，居庙堂之高则忧其民，处江湖之远则忧其君，万世书生之情怀，当然，人各有志。

志向与情趣是人的顶级目标，如果茫然浑噩则无良药可医，书海里走走也是病急乱投医，或许还会走火入魔。

显然，理想才是读书的灯塔，情趣才是读书的动力。

尊重人性，尊重自己，读自己热爱的书，走自己认定的路。

读靠谱的书

▲首都医科大学附属北京友谊医院放射科主任 杨正汉

第一，对于同一类问题的学习，最好找三本以上不同流派的书看，看看哪些是共同观点，哪些是不同观点，并思考论证出现不同观点的原因；

第二，尽量读经典书籍或名家所写且更新比较快的书籍，其传授的知识相对靠谱；

第三，几乎没有一本书是不存在错误的，不要过度迷信书上所述，也不要发现小小错误就全盘否定该书籍及其作者，应该怀着对作者的崇敬，带着批判的眼光去读书。

医生要有深度 也要有广度

▲首都医科大学附属北京儿童医院精神心理科 闫春梅

医师职业是一个需要终身学习的行业，学习不仅需要深度，成为专家，也需要有广度，触类旁通。很多医生除了完成本职工作，他们还需要通过写文章，完成教学和科普工作。因此，更需要读书，来感受文字之美，尽享读书之乐，增强职业能力，增厚职业生涯沉淀。

学习经典古籍 有效提高临床能力

▲中国中医科学院西苑医院心血管科 刘龙涛

我的导师陈可冀院士经常教导我们说，“做人做君子，读书读经典”。经典是古今中外思想融会贯通的名著经过历史选择而流传于后世。它们是人类历史文明的延续和传承，永远也不会过时。对于我们中医药工作者来说，学习《黄帝内经》《伤寒杂病论》《神农本草经》等经典古籍是提高临床能力的最有效途径，也是我们传承的根本和创新的源泉，值得我们一生去学习和研究。