

“2021 我与好书有个约会·中国医界好书”专家评审会召开 读书成雅事 抚藉做良医



医师报讯（融媒体记者 张玉辉 尹晗 荆冰 见习记者 胡海燕）“书是开启智慧大门的钥匙，是人类发展的阶梯，也是人生旅途的良伴。”12月15日，“2021 我与好书有个约会·中国医界好书”专家评审会在医师报直播中心顺利召开，中国医药卫生文化协会会长郑宏表示，医学是科学，也是人学。医学有局限性、风险性，医生不能仅仅关注患者的症状、体征，也应给予患者抚慰、关怀。因此，想要成为一名好医生，只读专业书籍是远远不够的。从两院院士到国医大师，从医院管理者到学科领军人物，无不博览群书。也只有这样，才能更全面地汲取知识，并最终触类旁通、共促医学事业的发展。

“2021 我与好书有个约会·中国医界好书”专家评审会由医师报社与中国医药卫生文化协会共同主办，今日头条、搜狐健康、医师网、医TV协办。经《医师报》编辑部初筛，遴选出医学管理类、医学科普类、医学学科类、医学人文类和医学文学类5类、280余部好书供专

家现场评审以及专家函评的方式进行打分。评审现场书盈四壁，给专家评审增加了不少“难度”。

“通过阅读，与书籍对话，与书中人物交谈，与作者进行思维的碰撞，能更快地拓展眼界，增长阅历，丰厚人生，而一个丰厚、丰满的人，往往掌握着使医患更为融洽、使医学更加温暖的良方。”医师报社执行社长兼执行总编辑张艳萍介绍，“我与好书有个约会·中国医界好书”推荐、评选活动自2016年起已连续举办了6年，在征集好书的过程中，医师报社与各医院、出版社联合举办的“中国医界好书读书会”活动也先后走进全国各地的医院，为医者分享更多好书，让有价值的好书启迪更多人的心灵。

今年，《医师报》编辑部共收到出版社、医院、专家、媒体等社会各界人士推荐的好书356部，经编辑部初筛后有282部进入现场评选，再将现场评审的5类书籍中得票最高的20本，在《医师报》官方微信平台（DAYI2006）进行投票，各类书籍将评选出10本“2021年度中国医界好书”，并将特别推出“2021年度中国医界好书特别推荐”书籍若干进行公示，最终结果将于2022年第七届医学大家峰会公布并进行颁奖。



关于阅读，最基本的3个问题是：阅读是什么、读什么、怎么读？在“2021 我与好书有个约会·中国医界好书”专家评审会后，读书会圆桌访谈举行，活动由《医师报》执行社长兼执行总编辑张艳萍主持，游苏宁、王开平、尹丹、杨大来、刘靖5位专家就阅读带来的收益，以及读书的难忘经历进行了分享。

选择阅读 从了解自身开始

张艳萍：您每天在睡前会读什么样的书？

阅读应重视兴趣导向

尹丹：如今，科技改变了我们的阅读方式，但无论以什么方式去阅读，前提是要挑选自己感兴趣的读物。睡前并非正式学习阶段，不需要阅读专业且烧脑的作品，因为该类书籍会将我们的意识集中，使大脑处于紧张状态，不利于睡眠，反而会影响白天正常的读书状态。

人文类书籍能滋养心灵

刘靖：不同的年龄阶段阅

读兴趣不同。早先时候，我更多的是将时间和精力放在专业书籍上，但随着年龄增长，我越发感受到人文类书籍带给心灵的滋养。我喜欢历史，最近在读《故宫600年》，在阅读过程中，也感受到了读喜欢的书籍带给我的愉悦心情。

睡前选择休闲类书籍

杨大来：年轻时，在睡前我更偏向于哲学类书籍，由于较为晦涩，在睡前阅读似乎能起到“催眠”的作用。

现在，我每天会花大量时间钻研专业类书籍，而在睡前则阅读较为娱乐、休闲的书籍，即使看着看着睡着了，也不会对需要理解的内容有太大影响。

网罗每日动态

王开平：现在手机使用比较方便，因此我睡前养成了通过手机来阅读每日新闻的习惯，了解包括国内外军事、政治等领域的动态，将每日新闻浏览一遍就能安然入睡了。

读一本好书 就像与一位品行高尚者对话

张艳萍：您如何理解阅读这件事？

阅读是生活的组成部分

王开平：阅读是我们生活的组成部分，读书不仅能提高我们的专业技能、开拓眼界，还能丰富我们的心灵世界。

人生的每个阶段喜欢的阅读类型也是不同的。从上小学开始，我们的阅读以汲取知识为主；步入社会后，身份发生转变，我们的阅读则侧重生活技能与职业技能的提升等。如我目前从事医疗管理，因此我现在喜欢读社会科学管理类书籍。

阅读是汲取精神营养的方式

杨大来：阅读是我们汲取精神营养的方式，每个人的知识积累都是通过阅读来完成的。早期，在我还未接触到医学时，我喜欢阅读一切领域的书籍；后来当了医生，所有相关专业的书籍我都会通读，通过反复

研读，对我的临床工作起到了很大的帮助；目前我较为关注哲学类书籍，因为它能给我的人生修养以启迪。

一本好书能引发读者共鸣

刘靖：阅读可分为两个层面，首先是专业书籍的阅读，阅读专业书籍是作为我们从事某一行业的重要知识源泉；其次是非专业书籍的阅读，一本好书能引发读者共鸣。我喜欢人文、历史以及人物传记，这也与我从医有很大的关系。上大学前，我读了《科学的春天》一书，也正是这本书，让我对学医充满了兴趣。

在阅读文学作品时，我们作为鉴赏主体，能通过与文学创作主体及文学形象产生共鸣，深深地被作品吸引，以至于达到忘我的境界，获取精神上的愉悦。

读书能使人深刻理解人生

尹丹：读书能让我们更深刻地理解、体验生活，作者将人生经历与感悟写成作品，我们能通过阅读去感知前辈走过的路、体会他们的人生经验。因此，阅读给我们带来的收获不仅仅是专业知识，更是对整个人生的感悟。

阅读能提升人的内在涵养

游苏宁：如果有人问：“选择一件事干一辈子，你会选择什么？”我会毫不犹豫的回答——阅读。我认为读书最重要的一点是能提升人的内在涵养。1985年我从医学院毕业后从事出版行业，一干就是36年。作为一个编辑，我写过不少当代医学大家的人物传记，这也使得我对医学人文有着更深的感触。如今，阅读俨然成了我的生活习惯。

评审专家

- | | |
|-----|-------------------------------|
| 郑宏 | 中国医药卫生文化协会会长 |
| 马爱宁 | 中国健康教育中心高级顾问、中国医药卫生文化协会副会长 |
| 游苏宁 | 中华医学会杂志社原总编辑 |
| 曹健 | 中国医药卫生文化协会副秘书长 |
| 于普林 | 中国医药卫生文化协会副秘书长 |
| 张艳萍 | 《医师报》社执行总编辑
中国医药卫生文化协会副秘书长 |
| 王珂 | 中国医药卫生文化协会会员部主任 |
| 王开平 | 火箭军总医院原院长 |
| 任龙喜 | 清华大学附属垂杨柳医院原院长 |
| 吕春梅 | 中国医学科学院肿瘤医院工会常务副主席 |
| 曹秀堂 | 解放军总医院统计科原主任 |
| 尹丹 | 中国中医药大学东直门医院儿科主任 |
| 杨大来 | 中国医药卫生文化协会高校医院联盟分会会长 |
| 滕俐 | 中国医药卫生文化协会书画艺术分会副会长兼秘书长 |
| 汪言安 | 中国医药卫生文化协会医联体促进分会副会长兼秘书长 |
| 刘靖 | 北京大学人民医院心内科主任医师 |
| 刘正 | 中国医学科学院肿瘤医院结直肠外科病区主任 |
| 柳晨 | 北京大学肿瘤医院介入治疗科副主任医师 |