



沙漠穿越 体验不一样的户外运动

儿科护士长 王美兰

不要问我从哪里来，我的故乡在远方……为了天空飞翔的小鸟，为了山间轻流的小溪，为了宽阔的草原……为了梦中的橄榄树……

非常喜欢的一首怀旧歌曲《橄榄树》，久唱不衰，因此喜欢齐豫，更喜欢它的作者三毛，尤其三毛笔下的撒哈拉更是令人神往。我早已过了追星的年龄，但还是有一点点好奇，沙漠真的那么神奇吗？有机会一定要体验一把。

4月1日我随绿野燕郊团队一行54人一起来到了位于鄂尔多斯市达拉特旗的库布齐沙漠，开始了为期3天的沙漠之旅。库布齐沙漠是中国第七大沙漠，也是距北京最近的沙漠。“库布齐”为蒙古语，意思是弓上的弦，因为它处在黄河下游像一根挂在黄河上的弦，因此得名。西、北、东三面均以黄河为界，地势南部高，北部低。库布齐沙漠位于内蒙古自治区鄂尔多斯市杭锦旗、达拉特旗和准格尔旗的部分地区。南部为构造台地，中部为风成沙丘，北部为河漫滩地，总面积约145万公顷，流动沙丘约占61%，长400公里，宽50公里，沙丘高10~60米，像一条黄龙横卧在鄂尔多斯高原北部，横跨内蒙古三旗。形态以沙丘链和格状沙丘为主。

这次沙漠之行，不仅收获了身体上的青春活力，更收获了心灵的欣慰和愉悦，并感受到了户外人的直爽、热情以及环保意识。队里有一家三口，父母是舞蹈老师，儿子在北京贵族学校读初中，一家人生活可算小康了。但他们不仅身体健康，心灵更美。大家休息吃饭的时候，爸爸手里拿着塑料袋，口中幽默的吆喝着挨个收垃圾，大家被他的诙谐和乐观精神感染着，他把收集来的垃圾一直带在身上，带出沙漠。不光是他们一家，在出响沙湾景区的时候，我看到一个中年人手里带着一个锅和一些垃圾，我问什么时候用锅了，他说不是自己用的，是别的户外队扔掉的。有一个叫祥仔的小伙子说，这么好的环境，绝对不能破坏了。看到他们的举动，听着他们的话语，我真的好感动，他们让我看到了我们的国民素质在提高，他们用行动诠释了“保护环境 我的责任”的内涵。

同行中有一对父女，女儿11岁，活泼可爱，从小学习钢琴和声乐，一路唱着悦耳的歌声，给疲惫的我们带来了快乐，驱走了疲劳。

旅行结束了，大家虽然在一起的时间不长，但就像早已熟悉的老朋友，相互打招呼，相互祝福，满载而归，并期待下一次再同行。

夜深人静，这个时候总会想起老妈，心底也总会有种很柔软的触须在轻轻地动。

老妈的一切，用两个字就可以说尽：平凡。她和所有成年儿女的母亲一样，有银发、皱纹、老茧，而且不怎么懂得掩饰岁月的无情痕迹。她身上有太多朴素成分，看上去并无光芒，时刻留意菜市场、优惠商场折扣，絮絮叨叨、琐琐碎碎。在茫茫人海中一不留神，她转身就会融入、不见。

老妈的平凡几无可言，可每每想到她，情绪总是不能平稳，心底总是暖暖的。周国平说过这样一段话：爱一个人就是心疼她、怜她、宠她。心疼她，因为她受苦；怜她，因为她弱小；宠她，因为她信赖你。老妈对子女的爱应该就是这种舐犊情深的爱吧。月光之下，总能想起妈妈的怀抱，想起老妈晒过衣服的味道，想起有了你，我才有家，天之大，唯有你的爱是完美无暇，天之涯，记得你用心传话。

慢慢地，我们都会变老，从起点走向终点，自然而又必然。成长的途中，匆匆又忙忙，跌跌又撞撞，奔波而又小心，劳累而又费心，可唯有妈妈的爱是静静淌在血液里的牵挂，是生根于心田的幸福。慢慢地，我也成为母亲，唯有妈妈的爱，我完完整整地交给了我的宝贝，让她的笑像极了妈妈。

值此母亲节，我想对妈妈说：和您在一起的时光，也是我自己的时光；陪伴您变老的过程，也是我自己成长的过程。正如爱尔兰诗人罗伊·克里夫特那首《爱》：我爱你，不光因为你的样子，还因为，和你在一起时，你的样子。我爱你，不光因为你为我而做事，还因为，为了你，我能做成的事。爱，是为了另一个人而完成自己的世界。

慢慢变老

急诊科护士 毕朝晗



杜甫草堂(成都杜甫草堂博物馆)位于四川省成都市西门外的浣花溪畔，是中国唐代伟大现实主义诗人杜甫流寓成都时的故居。杜甫先后在此居住近四年，一改往日的沉雄顿挫之风，寓居交游，赋诗题画，为后世留下了不少精彩的千古绝唱。从“两只黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。”所见的满堂春色，到“野径云俱黑，江船火独明。晓看红湿处，花重锦官城。”春雨濛濛滋润大地的喜悦，杜甫把自己的生活完全融化在了这片土地上。还记得中学时曾经学过的《茅屋为秋风所破歌》，“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜。”的诗句脍炙人口，广为流传，也凸显了诗人的博大胸襟和崇高愿望。

成都大熊猫繁育研究基地，是一个专门从事濒危野生动物研究、繁育、保护教育和教育旅游的非营利性机构。位于成都北郊斧头山侧的浅丘上，竹木苍翠，鸟语花香，集自然山野风光和优美人工景观为一体，呼吸着清新的空气仿佛置身天然氧吧。大熊猫的憨态可掬，小熊猫的活泼顽皮让游人流连忘返，惊叹不已。

九眼桥久负盛名，位于成都市锦江区，古名宏济桥，又名镇江桥，始建于明万历二十一年(1593)，1988年于九眼桥西侧新建交叉钢架水泥预制桥，桥北下端辟有汽车通道横贯东西，形成半立交交叉桥。安顺廊桥位于九眼桥西侧，府河和南河交汇的合江亭旁，横跨南河，因其美好的寓意，成为年轻人喜结连理合影留念的必选去处。我们入住的酒店毗邻南河，步行几分钟即可到达。河对岸九眼桥酒吧一条街是成都夜文化的标志，每当夜幕降临，人声鼎沸，觥筹交错，灯火辉煌。这条街

五月之歌

白衣天使

内一科护士 王璐瑶

“白衣天使”，多么神圣的名字，这是社会对护理工作者的赞美。一位优秀的护士，及时地发现心梗患者出现室颤，当医生闻讯赶来时，已成功地实施了电除颤，挽救了患者的生命。一位干练的手术室护士，在协助专家手术时，即使专家要错了工具，也准确将实际要用的递去，这位专家不得不赞叹：“我们需要这样的好护士。”

的确，今天的护理，已不再是“打针、发药”的概念，它已从——

具体的帮助到精神的依托，心理的关爱到人文的抚慰，简单的疾病护理到高层次的整体护理。白衣天使是健康的使者，是爱心、知识和技术的化身，生命在你们手中延续！如果把医疗事业比作要建的大厦，医生好比工程师绘制了蓝图，而护士便是施工者，有了他们才使大厦完好建成。

况且，医疗事业大厦的建设，并非砖瓦简单的堆砌。施工者务必具备：敏锐的洞察能力，快捷的反应能力，良好的沟通能力，超常的自制能力。而拥有这些，必须拥有广博的知识，扎实的专业技能，和一颗仁爱宽厚的心。

因此，护理学是一门了不起的学科，护理职业是一项伟大的职业。

不说

——献给我的护士兄弟姐妹们

手术室主管护师 杨乐

体温单上荡漾着红波蓝浪，病房内外飘动着白云朵朵，水银柱的起伏伴着日升月落，输液架前的点点滴滴是爱心的述说；别说你平凡，别说你普通，

我们有白衣天使的美名。病人是谁？病人是我们的兄弟姐妹爹娘。病人中有母亲，母亲会心疼你的疲惫而忧伤；病人中有孩童，孩童会依恋你的慈爱柔肠；病人中有诗人，诗人最能读懂你的美丽；病人中有智者，智者最能点评你的轨迹；病人中有强者，强者会欣赏你的温柔清丽；病人中更多的是弱者，弱者倾注于你的是无限的依赖希冀！我们的生涯，被全人类注目，被五洲四海阅读，被兄弟姐妹敬慕。

不说平凡，不说普通，我们在人们的眼光中劳动，永不孤独！

是你，让生命的温度，延续为连绵不断的蓝色曲线，把生命一次又一次地提纯；你曾一人独坐湖边树下，让理想的白鸽自由飞翔，去品味僧侣清静背后的孤寂，去品味商贾荣华背后的奔波；纵使飞到天涯，依旧是令人深深憧憬的蓝色；是蓝色的就好，如同蓝色的体温线，永远伴随着红色的心跳，那就让你的宁静与热情，化作风筝连着线，让普通升华为高尚，让平凡凝结为荣光！

印象成都 温暖长情

(二)

护理部主任 张如萍

上的酒吧多达上百家，大多数酒吧都有露天吧台，也可坐酒吧里面。几乎每家酒吧都不大，小的最多可容纳几桌，“茶马古道”应该算是较大的一家。一家接一家，你可以自由选择你喜欢的店面风格和酒水特色，一边品尝美酒，一边和朋友聊天。可以坐在室外欣赏河边的夜景，也可以在室内聆听柔婉低回的音乐。

闲暇时约三五好友出去旅游真的是不错的选择，放松心情，增进感情。无奈假期短暂，参观游览的景区更有限。但成都的美食留给了我舌尖上的回味，成都的美景带给了我感官上的愉悦。最感动的是十五年前曾经在北京一起进修的同事特意从绵阳来成都专程为我送机，让我更加深刻地感受到四川菜的香辣，四川人的热情。别了成都，别了故友，你我相约，温暖长情！

