

有没有一首歌会让你轻轻跟着和

药剂科主任 贾颖

当有歌声传到耳边时，会不由自主地跟着小声哼唱甚至大声合唱，这种情形在许多人可能常常出现的，对吧？让我轻轻跟着和的歌曲不止一首了，但比较特别的是周华健的《风雨无阻》，让我不禁轻轻跟着和了二十多年。

“给你我的全部，你是我今生唯一的赌注，只留下一段岁月，让我无怨无悔，全心地付出……”清楚地记得，1994年底了，从大电视台观众点播的节目里听到这首歌，立刻就非常喜欢并留下深刻印象，还刻意记下了歌名，想着哪一天我也要点播这首歌。那个时候我们刚刚结婚，住在大病房的一间西照的大屋里，上半年我们还没有攒够买电视的钱。有一台收录两用机，两盘磁带分别是小虎队和西北风。更多的时候会收听广播电台的节目，毕竟内容要丰富多样嘛。

提起往昔，并非想忆苦思甜，只是现在回首一看，明白自己为什么一下子就尤其喜欢《风雨无阻》。因为相信一句老话“穷不扎根，富不长苗”，我们结婚了。还有句老话“贫贱夫妻百事哀”，让我们知道，现实果然很骨感。两个人的新生活并非恋爱时想象的那么简单浪漫和美好。结婚一年为纸婚，当时我们还不满一年，勉强是一张薄薄的纸。结婚真是人生一次大赌，尽管我们都认为自己全情投入，但还是不确定是否会无怨无悔一辈子。所以，当歌声撞击到鼓膜的那一瞬间，内心与歌词的共鸣就轻易地产生了。

那时候，点一首歌的花费对我来说也是有点奢侈的事情，所以一直也没有实施。后来，手机有mp3存储播放功能了，我让他在手机里给我下载了《风雨无阻》，可以常常听且轻轻跟着和，所以也不需要去电视台点播了。

“给你一条我的路，你是我一生不停的脚步，让我走出

一片天空，让你尽情飞舞，放心地追逐。爱是漫长的旅途，梦有快乐梦有痛苦，悲欢离合人间路，我可以缝缝补补……”当婚姻走过七年之后，我们已经有了自己的房子，尽管每月还有房贷要还，但我们相信生活一定还会更好的。2001年，毕业近十年的我，萌生了上本科的念头。我清楚经济上我还是处于拮据状态的。但是想法如同春天的原上草疯长着。当我怯怯地向他表达了我的想法和顾虑，结果他很痛快地说“不用担心，三年的费用就当分期买了保险吧。”2002年我参加成人高考并顺利考取，2005年毕业，同年参加全国执业药师考试，2006年全科通过。对他，我的内心是很感激的，也许说“感激”显得生分了，但真实的情绪都是应该被认可和接纳的。

近日听到“有没有那么一首歌，会让你轻轻跟着和，牵动我们共同的过去，记忆它不会沉默……”真是巧合，又是周华健唱的。我的心里立刻回应道：当然有啊！20多年了《风雨无阻》不时被你唱起，每一次我都会轻轻跟着和呢！于是，忍不住讲了我与《风雨无阻》的故事，如有秀什么之嫌，纯属意外哦！

后来，渐渐明白，其实浪漫终究不会成为生活的主旋律，但确实是无奇生活必要的点缀；浪漫应更多是精神上的愉悦，而绝非拘泥于物质的形式和金钱的标准。到今天，连我自己也没有想到无意间听到的一首歌，会在我的生命里停留这么久，为我们很平实的生活添了一笔浪漫的色彩。

“爱你够不够多，对你够不够好，可以要求不要不在乎；拥有够不够多，梦的够不够好，可以追求不认输……”有没有一首歌，也会让你轻轻跟着和，那又是怎样一首歌呢？

提起元宵节，自然就想到团圆，与家人的团圆。上元节，你可知，这万家灯火中有一盏灯叫无影灯，我们在无影灯下“团圆”。

路边树上的彩灯随着风的吹拂舞动，宛如一个个戴着面纱的女子，扭动着曼妙的身姿。以清脆的鞭炮声为曲，以仙女洒下的灿烂的“天花”为景，和明灯相伴。

手术室内，一如以往的平静。那一丝最后的年味儿也不曾打乱有条不紊的节奏。依旧明亮的无影灯，依然闪烁的仪器表，还有那利落的传递器械的身影。一声新生儿的啼哭，给手术室内的人都注入了新的活力，产妇母子亲切贴脸的温馨画面让人感动。经过几个小时的抢救，医生终于结束手术，挽救了危重患者的生命，同事们疲惫的脸上挂着欣慰的笑容。

医护人员的付出，常年累月的加班，可值？舍小我，成大我，可值！

与无影灯相伴，赏无影灯为趣。月圆之夜，希望这元宵节里明亮的无影灯，给所有的亲人和朋友带来圆圆的梦，圆圆的爱，圆圆的幸福！

无影灯下话元宵

手术室主管护师 杨乐

中华民谣



住院处 屈梦璐

中国地大物博，资源辽阔，食材更是丰富，《舌尖上的中国》一部纪录片不单单让人们看到了中国的饮食文化，更展现了很多地方的人文色彩。然而，传统的中华民谣，更能让人们领略到古老的中国文化和风俗的韵味。

“朝花夕拾杯中酒，寂寞的人在风雨之后，醉人的笑容你有没有，大雁飞过菊花插满头……”总觉得它朴素的美丽，平淡的真切，隐隐中似乎是明净的蓝天上那抹白色的云影，又像是静谧的月光下那朵摇曳的花朵，使我不自觉地把自已融进自然，去寻觅那向往已久的心灵圣地。

中华民谣，是柔美的民谣。是“月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠”的船影；是“烟笼寒水月笼沙，夜泊秦淮近酒家”的桨声清波；是“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”醉人的西湖；是“乱花渐欲迷人眼，浅草才能没马蹄”游人的足迹……

中华民谣，是雄壮的民谣，是“天苍苍，野茫茫”的草原牧歌；是“北国风光，千里冰封”的景观；是“醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回”视死如归的旷达；是“羌笛何须怨杨柳，春风不度玉门关”粗犷的信天游……

中华民谣，古朴醇厚，它载动诗人的忧愁，蕴含饱经风霜的沧桑，感叹着源远流长的中国文化。

中华民谣，便是国人心中的一首歌。

有疙瘩，会嘀咕为什么自己没有。我有时候想不通他们为什么自己给自己找那些烦恼。如果我也这么去想的话，就没法过日子了，因为几乎所有人都有我没有的东西，我得痛苦啊。”随后她露出了那标志性的灿烂笑容，“命运夺走了我的双臂，它也给了我其他的东西。”这个无臂女孩没有太多的奢望，只是觉得靠自己的勤劳和智慧维持生活就觉得很幸福了。

记得，大学时读过一本书。一天，俄国作家索洛古勒来看望列夫·托尔斯泰，说：“您真幸福，您所爱的一切都有了。”列夫·托尔斯泰说：“不，我并不拥有我所爱的一切，只是我所拥有的一切都是我所爱的。”幸福，其实也就是人心理的一种感觉，一种情感的表现方式。人最想要的幸福是什么，就是你最需要的时候得到了你所需要的，你最需要的时候有人给了你最需要的，这个时候我们会觉得自己是最幸福的，这就是我们想要的幸福。我们都渴望“有所爱”，岂不知，“爱我所有”才是最大的幸福。

人们常说平安是福、吃亏是福，其实只要保持一颗平常心，踏实工作，拥有三五个相互理解的好友，自己及家人身体健康，就是幸福。

轻轻地取一瓢静静的深蓝色的湖水，化成一滴淡淡的蓝色的眼泪，滴落在你浅浅的眉间，去解开你我的情结，那么我们真的就能心若止水吗？——题记

心若止水，是一份恬静与无欲。

心若止水，是我内心中最为清澈而美好的情愫。它应该是一束雏菊散发的淡淡的香，是一片柔美的月光照耀下的唯美。

心若止水，是一种心态。是在暖暖的冬日里优雅地躺在温暖的阳光下仰望天空，发呆、思念、然后浅浅地露出笑容。是在炎炎的夏夜里安静地躺在柔柔的月光下仰望星空，回忆、牵挂，然后默默地滑落泪滴。微风拂面，静若处子，动若脱兔。

动若脱兔是因，静若处子是果。

内心纠结、挣扎、烦躁，外表却平和、宁静、释然，那是宽容与理解的自我完善，是烂漫至极的平淡，是纠结后的顿悟。

深深的爱恋，无尽的思念代表内心的呐喊，而平淡、宁静是那种独处的落寞。爱恋时内心激荡澎湃为了那山盟海誓的缠绵，平淡是回忆中你那份俏皮与思念。外表的平和不能掩饰内心的哀伤，不尽思念则让自己内心隐隐地想着过往的欢娱与幸福时光。

心若止水其实是一种心的境界，是一份情的素养。因为心中有爱，所以会抵御尘世间的浮华。缓缓经过不惊扰你的安宁，淡定诉说与浮华争宠，琴棋书画中领略那份美好，诗词曲赋中体味那份儒雅。心若止水要有一份气量，更要有君子的谦谦风度。

于是，彼此的眼神中越过那浮华与喧嚣，如一粒珍珠淹没在海底，静静散发柔和的光。静下心来，心若止水就在内心的一个角落，淡淡地注视着你。她是第一缕阳光照耀在你俏皮的脸上，是那清晨雏菊上闪耀的露珠，是对你的一个微笑，是对你的一个眼神，是对你的一声问候……心若止水，就是每天清晨对你的一个早安，就是每个中午惦记你可爱的午餐，就是那每天夜晚对你的一个晚安，是在出门时的一个香吻，是在回家时的一个拥抱，更是那彼此相对的温馨与浪漫。

心若止水是听一首喜欢的歌曲时的感动，是打眼望去你那娇羞妩媚的羞涩，是你饮下的那杯涩涩的咖啡，是我吸下的那根沧桑的香烟。

夜已深，害怕了一个人的冷清；害怕了睹物而思人；害怕了触景而伤情。原来，想要刻意忘记的，却总是会情不自禁的想起；想要放弃的，却是内心中永远的牵挂；有些感情，有些人，就算强装坚强，嘴里说着无所谓，而面对自己深爱的人，却永远也无法做到心如止水。

现在，时钟滴答，心若止水是我用心敲下的这些文字的情怀，是你睡觉时怀里抱着的那个玩具熊的情愫，更是我们面对期待时想要努力的源泉……

心若止水，就是内心的皈依。

摄影欣赏

丽姿

韩福胜/摄影



幸福在哪里？

儿科副主任医师 张雪明

最近看过一期综艺节目《中国梦秀秀》之无臂女孩杨佩的故事。这位24岁花季年龄的女孩，在她九岁那年因为一次触电的事故永远失去了双臂，行动不便，生活困难，在世人的眼里，她是最为不幸的人。然而杨佩丝毫没有被不幸击垮，对生活充满希望，对人生充满追求，凭着坚强的意志和顽强的毅力学会了用双脚绣十字绣，出外创业，实现了自己的人生价值。主持人采访她，“你现在觉得过得幸福吗？”杨佩说：“我有一些朋友，他们总是羡慕别人比自己过得更好，比如看见有人穿着一件名牌衣服，背了一个名包，总是心里

心若止水

内二科护师 孟春艳