

# 砥砺前行初成器

## 给自己的一封信

李鸿哲(2017级中西医临床医学专业1班)

### 亲爱的自己:

有太多的感悟都融入了这一句:毕业快乐。  
即将毕业,收到了你大一刚来云大时所写的那封信,一封存了将近五年而没有打开过的信。读完你的信,能感觉到你对自己的大学五年充满期待,同时也感觉得到你对未来的迷茫和惶恐。那时你对自己的大学五年没有清晰的规划,只有对其美好的憧憬,在此我决定作出回复,以解答你当时的疑惑和迷茫。

### 再纯也纯不过初心

儿时的你总爱生病,去医院也是常事,免不了打针吃药。这便是你对白衣天使最初的认知,觉得他们无所不能,每每生病来到医院,总能被治愈回家。于是在心里埋下了想要成为一位医生的种子。高考填报志愿时,你毫不犹豫选择了中西医临床医学专业,也许这就是你走上医学之路的初心。

初心的指是最初的愿望。在美剧《良医》中,主角肖恩·墨菲的初心,是对童年时那只小兔子的爱。当小兔子因无法救治死亡时,他确定了自己要当一名医生的梦想,所以他一步一步前行,完成实现梦想所需的一切准备。在真正成为了一名住院医师,拿起手术刀开始救治伤员那一刻,他坚守了自己的初心,并兢兢业业工作,耐心细致对待每一位患者。同时,在同事们的帮助下,学习如何与患者进行有效恰当的沟通,一次次突破自己自闭症的局限,去成就更好的自己。最终,他赢得了所有曾经质疑过他工作能力的人肯定。

### 再短也短不过大学

刚刚踏入大学时,你似乎迷茫找不到前进的方向,没办法很快适应这个全新的环境,在学习上更是找不到好的方法。面对晦涩难懂的中医学语,你只能生硬地记住,在自己以往的常识与医学知识有所偏差时,更是花了很多功夫去纠正。课余时间,为丰富生活,你培养了一些兴趣爱好,就这样度过了普普通通的一段日子。一切按部就班,在相对充裕的环境里随波逐流,但你没有。逆流而上是你大学生活的崭新姿态,你愿意相信一分付出一分回报,于是你开始投入更多精力在学习上,积极寻找适合自己的学习方法,养成了课前预习课后复盘的习惯。空闲时,你热衷于各项技能的学习掌握,为自己安排了英语、计算机应用office二级、驾驶证等学习及考试。时间像海绵里的水,你总是挤了又挤,忙得不亦乐乎。功夫不负有心人,一年过去,你获得了大丰收,完成了定下的所有目标。

学习专业知识之余,你对中医经典的兴趣愈加浓厚,且对其内容不再是生硬的死记,而是有了新的感悟。例如,当读到《伤寒论》中“太阳之为病,或已发热,或未发热,必恶寒,体痛,脉浮,脉阴阳俱紧者,名为伤寒”时,你重新理解了中医对伤寒病的定义,并将其与西医的伤寒所区别开来,深刻体会到了张仲景对于辨证论治体系的精确运用。

如今即将毕业,回望过去,你才真正体会到,曾经以为漫长的五年大学,转眼就已经走到了末尾。生命中那么多似大学一般重要而有意义的事,又何止五年呢,是啊,再短不过大学了。

### 再长也长不过学业

时间悄然流逝,你的大学生活已经进行到了第三年。回望过去才发现,你曾努力过的许多事情,都有了许多收获。高中时老师说上了大学你就会自由,其实这种自由意味着你将有更多的选择,而不代表你不需要对自己负责。你选择了前者,你见证了在相对充裕的环境里的随波逐流,但你没有。逆流而上是你大学生活的崭新姿态,你愿意相信一分付出一分回报,于是你开始投入更多精力在学习上,积极寻找适合自己的学习方法,养成了课前预习课后复盘的习惯。空闲时,你热衷于各项技能的学习掌握,为自己安排了英语、计算机应用office二级、驾驶证等学习及考试。时间像海绵里的水,你总是挤了又挤,忙得不亦乐乎。功夫不负有心人,一年过去,你获得了大丰收,完成了定下的所有目标。

这一年好像过得很慢,又好像恍然之间,到了阶段实习。你去了到中医科,这是你第一次进入临床。面临陌生的环境、繁杂的工作、忙碌的生活,你感到无所适从。实习的第一天,老师就向你下达了一个任务,自己独立收住一位病人。原本内向的你更加紧张了,问诊的顺序和内容在脑子里犹如一团浆糊,全身体格检查也没有针对性,只好草草了事。在之后的日子,你积极调整心态并加强了对自己的要求,每天早到科室为患者量血压,按照科室管理要求完成工作,并利用空闲时间温习专业知识,再收住病人时,便可熟练运用,有条不紊地完成病史的采集,针对性地体格检查,且对于急病及重症有了独立的思考。经过老师的指点,短短时间你取得了很大进步,也初步建立了基础与临床之间的联系。正如马克思所说“实践是认识的基础,是认识的源泉,是认识发展的动力,也是检验认识是否正确的唯一标准”,通过这段时间的临床实践,你将理论知识与临床实际相结合,对于各类药物的作用、不同用法用量的效果差异不再局限于课本上的内容,而是增加了临床带教的经验之谈,在自己的医学思维中构建了更清晰的体系。你将医学作为长久乃至一生的学业,在追寻医学真理的路上砥砺前行。

### 再暖也暖不过人心

大学时期的生活,已不同于高中时同学们共朝一个方向努力的模式,大学生活更多的是自己的时间和空间,还好你遇到了一些志趣相投、目标一致的朋友,给原本枯燥乏味的生活增加了许多乐趣。记得那是来到大学的第一个运动会,对你来说,很多项目和活动都无比新奇有趣。在室友的提议下,你们一起参加了运动会开幕式的五步拳表演。弓步冲拳、弹踢冲拳、马步架打等动作一气呵成,绿茵场上灵活的身影,是一帧帧美好的校园回忆。你还感受到了满满的有趣积极的运动会氛围。晨风轻快地吹醒骄阳,校园的田径场一声发令枪响,跑道上是一个个运动员们激烈角逐的身影,似流星,似骏马,拼搏的汗水洒在红色的跑道上,彩旗和助威呐喊声飘荡着,一颗颗紧张的心和比赛终点相连。比赛过程中收获的同学们彼此的情谊、比赛对手间的惺惺相惜,才是在运动会中真正的收获。那时的你仅把它当作一次有趣的经历,如今回首才发觉,还拉近了和朋友们之间的距离。

要说医学生之间最具代表性的回忆,那应该是互相当模特,练习诊断方法和临床操作了。就记得学习诊断学时,老师讲授了问诊的内容及各种体格检查手法,让大家互相模拟实施,同学们将闭目难立征、偏瘫步态等病理征表演得生动形象,惹得课堂一片欢声笑语,在欢乐的同时也巩固了专业知识。许多年后当你为病人做体格检查,引出同样的病理征时,不知是否还会忆起曾经同学之间相处的美好。生活是一片大海,那么同学们就是友谊航船,往日从惊涛中驶过来,未来的骇浪也会冲过去。

### 再绚也绚不过梦想

怀揣梦想启程,我们都是追梦人。2020年初新冠肺炎疫情来袭,你从网络上了解到,突如其来的病毒使人类的健康受到威胁,千千万万的医务工作者响应国家号召,走向抗击病毒的第一线。这让你再一次体会到,一名医生需要无私奉献、全心全意为人民服务的信念。那时,你暗自在心里确定了自己的梦想,要为祖国的医疗事业贡献一份力量。

实践的机会很快来临。在云南省第三人民医院实习的那段日子,你发掘出了自己对于临床外科的兴趣。再次进入临床,记忆最深刻的科室就是甲状腺乳腺外科,首次接触外科的你十分紧张。对于外科操作及无菌观念的认识还停留在外科实验课的模拟操作。在带教老师耐心指导下,你完成了第一次换药、拔管等操作,这为你的外科实习打下了良好的基础;然而,对你来说还有一个巨大的挑战,那就是上手术。老师在台下时风趣幽默,事事细心指教;可上了手术台确实另一番模样,处处要求严苛,眼里容不得一点过错。那个时候,你每天的生活变成了医院和宿舍两点一线,每天准时到科室上班,跟随老师查房,以及写病历、上手术、换药,下了班回到宿舍又拿出课本温习当天老师讲过的知识。那是一段充实的日子。然而正是那段经历,让你坚定了成为一名外科医生的梦想。人生应有两次奋不顾身,一次为梦想,一次为梦想。一个人只要有梦想,就会有为之奋不顾身的动力。

### 再美也美不过未来

不忘初心,逐梦前行。临近毕业,许多你当初的设想一一实现,也有的憧憬还需持续努力。追求梦想的过程,是发现自己之小、世界之大的过程。通过在学校的学习阶段,熟悉掌握了很多知识,你以为是学好课本上的内容,便可以通过辩证而治好所有的疾病。实则不然,经过两个阶段的临床实习,见了许多陌生的病例,接触了许多临床病人,愈来愈觉得医学世界是那么广大,而人类的努力则那么小,自己身为一名医学生就更加渺小,就算是在祖国医疗技术快速发展的现在,很多疑难疾病都没有一个完善的治疗方案,只能对症下药,医学临床领域仍有许多未被探索的空白区域。于是你带着梦想出发,百折不挠,在这条路上走得更远。

未来的你会怎样,这都没有答案。对于一名即将步入临床工作的医学生来说,热爱医学事业,不辞艰辛,救死扶伤,执着追求,为人类健康事业奋斗,不仅是一个伟大的理想目标,也是自己价值的体现。“百尺竿头,更进一步”,愿你在未来的工作生活中更加努力,完善自己,成为一名全心全意为人民服务的医生。

现在的你  
2022年2月16日

## 风乍起,合当奋意向人生

曹淇(2018级市场营销专业)

曾无数次想象,该如何起笔这篇“大学四年”。恰此时,北方一场初春冷雨飘落在窗;几分寒意后,忽念起2000公里外的昆明,大抵草木蔓发,春山可望;校园里应是梨花初绽,樱彩缤纷,一片盎然。唏嘘叹,四载千日稍纵即逝。取暖于回忆点滴,案前复杂思绪盈满,正写文章时,落笔成文,才知成长是往日种种经历后变成今日我之所以为我的物物模样。结合四年所学与实践,我领悟到五行、五脏与五育关系。正如:

德:五行之火,曰为炎,有上升、光明之意;正如心主神明,意为信仰永生,对应五育之德。

智:五行之金,曰为从革,有“收敛凝聚”特性;正如肺吸清吐浊之功,意为取智驱邪,对应五育之智。

体:五行之水,曰为润下,有润藏、流动趋势;正如肾藏精纳气之能,意为强本固元,对应五育之体。

美:五行之木,曰为曲直,有“能屈能伸”功效;正如肝疏泄畅达之力,意为向上向善,对应五育之美。

劳:五行之土,曰为稼穡,有长养承载本领;正如脾运化调节之用,意为印证实践,对应五育之劳。

### 修德,做明亮之人

未褪去夏日炙热的九月一,五行广场上数千学子朝气蓬勃。幸作为新生代表发言《云中,梦想花开的地方》,曾于台前立志:要以梦为马,不负韶华,做敢于有梦,善于追梦,勇于圆梦的云中学子。心胸亦有鸿鹄志,纵有疾风起,笃定扬帆帆有时。几季酷暑雨淋下,青春的印迹悄然留存于心。

大学之道,在明明德。立志而圣贤则至矣,立志而贤则至矣。大学生当志存高远,坚定信念,绝不使青春沦为无舵之舟,漂泊不定。初入大学,我第一时间报名入党,经过党组织的教育与培养、个人的自主学习与各类实践,现已成为一名共产党员。

志合者,不以山海为远。常言知己难遇,在云中,我却有幸遇到太多志趣相投之人,他们温暖明亮,乐于奉献,主动担责。在四年大学生涯中,我曾担任多种学生职务。作为班团支书,教室里有我与其他团干于班级建设出谋划策、组织班会的身影;作为院学生会部长,足球场上有我与其他部门伙伴协力共办趣味运动会的身影;作为农林青马学社社长,朱德故居、云南解放纪念馆内有我与社团成员认真聆听与了解云南革命历史的身影;作为校青年融媒体中心采编部部长,我曾多次在校团委公众号发布文章来传递国家大事、分享社会热点、洞察同学们所需,分享与记录校内各类活动,提升自己的文案撰写、视频剪辑能力;作为校学生会主席团成员,我担当职责使命不马虎,始终坚持争做一名“忠恕任事的同学服务员”,做“一身正气的青年奋斗者”;作为校党史教育宣讲团学生成员,以《爱国爱党爱人民、爱社会主义、爱祖国、爱集体》为题,在翰墨楼报告厅讲述自己学习党史的收获与心得。在未来,我将继续心怀理想信念,不忘来时路,为党旗增辉。

作为2020年全国青年马克思主义者培养工程高校班学员,我时刻铭记并践行“点亮一盏灯,照亮一大片”的信念。在北京中央党校参与两周理论学习,极大丰富了我对党的认识,并取得了较优异成绩。在江西井冈山全国青年干部培训基地参加集中学习党的十九届五中全会精神专题培训。在中国革命的摇篮——井冈山上,沉浸式情景互动让历史书上的冰冷文字化为灵动的血肉之躯。在“挑粮小道”上的仰望不屈的身影,透过六角楼窗户感悟真理的光芒,站立圣地黄洋界眺望革命地图……我时刻勉励自己要永葆青春理想,把爱国爱党爱人民的力量与实干相结合,从学习党史的过程中传承红色基因。

同时,我坚持在学习、工作、生活中发扬艰苦奋斗,自立自强的精神。虽家中父亲为身体二级残疾,无劳动能力,母亲因过度操劳,身体也不好,但我时刻有一个信念:困难压不倒我,困难也决不是赢得怜悯的借口,更不会成为自卑的原因,而是我们真正成长的基石。面对困境,挺直腰杆,坚定地迈出脚步,人生才会有所改变。信念如此,行动亦如此。有幸在2021年被评为“中国大学生自强之星”。在未来,我将继续保持。

### 启智,做思辨之人

学习是学生的第一要务。在大学三年期间,我恪守学生本分,学习刻苦认真,扎实夯实理论基础,综合测评成绩连续三年专业第一。依稀记得,学路路上的黄色路灯下的熙熙攘攘身影,教室里的朗朗读书声;图书馆里清脆入耳的翻书声。离开学校后,我将继续保持对学习的渴求姿态,广泛学、深入学,夯实本领,做有用之人。

### 健体,做强健之人

忆往昔,“文明其精神,野蛮其体魄”是毛主席对青年的号召。看今朝,“胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来”的北京冬奥精神无不在勉励我们强健体魄。

从进入云中第一课持续两周的军训、早晨操场上整齐划一的太极拳早练,还是赋予了特殊意义——“关爱来自星星的孩子,守护自闭症儿童”的环校跑、学校各社团、各类学生组织的素质拓展活动,都极大的提高了我的体能。当然,在寒暑假期间,我还参与了骑行环滇、爬西山等户外体能类活动。风景在脚下,亦在心中。我在贴近自然的同时,强身健体。

### 集美,做艺馨之人

我个人爱好播音主持、演讲、唱歌。大学期间,曾多次组织并参与主持院、校级活动赛事。曾担任云中广播电视台负责人,播送学校早间《百草新闻》与周五固定栏目《青春部落格》。2019年11月在校团委指导下,组织策划校级千人主题团课《红色家书》,并在兰茂堂舞台上读了烈士英雄赵一曼写给儿子的家书。我还参与了云南省第四届“学宪法 讲宪法”、省第五届科普讲解大赛、省中医药民族医药博物馆第六届“兰茂杯”讲解大赛、校“金盏杯”主持人大赛等并取得优异成绩。

在云中,丰富多彩的校园活动更是给予我们每一位云中学子亲近美、感受美,创造美的机会和平台。

### 促劳,做实干之人

大学之道,在亲民,在止于至善。在我阅读的《习近平与大学生朋友们》中,总书记对大学生学习、实践、择业、发展的要求是要志存高远、脚踏实地、行循自然,更加自觉地把青春奋斗融入党和人民事业,以“我将无我、不负韶华、不负人民”的赤子情怀和担当奉献精神,怀揣理想,做有追求、有情怀、有担当的新时代青年。

入学以来,我参与班、院、校、市、省级志愿服务与社会公益50余场次。如走进社区开展家风宣讲活动、省商洽会、校双选会活动等,累计时长超过400小时。作为云南省红十字会昆明市第五届“无偿献血彩虹跑”志愿者代表,我曾有幸在现场领誓承诺:捐献热血,救助他人!树立乐于助人、热心公益的社会形象尽己所能服务社会——为维护人民生命和健康,促进社会和谐进步贡献自己的力量。大学期间秉承着尽力而为的原则,献血达1200cc。

印象最深刻的一次志愿服务活动,是2019年12月举行的云南省红十字会第六次全省省代表大会,我有幸作为志愿者代表被副省、省红十字会会长李琳琳同志接见。亲切的谈话更坚定了我为行志愿的决心。心向往之,向阳生长,志存高远,我将永不停步。

疫情发生以来,作为一名大学生党员,我响应“党有号召,我必行动”的号召,第一时间报名冲在防控一线,周转于家乡社区两个志愿点,累计志愿服务50多天,时长超过300小时。一是协助村镇开展卡点值守、返乡人员登记、核酸检测预登记工作,为居民发放消毒水、口罩等物资。二是在博兴县公安局曹王派出所志愿点,作为一名益警,走村户、进厂房,协助当地民警开展群众座谈会。虽累在其中,但更觉得自己能够贡献微薄之力而欣喜。

在大三、大四学年,我加入学校豆蔻年华团队,作为项目负责人主持“科技助乡村振兴、中医药惠民福祉——以中越边境金平县砂仁种植产业为例”乡村振兴项目,并到金平县开展实践劳动与项目调研,以自己的责任心和实际行动投身乡村振兴伟大事业中,获得师生和社会广泛好评,项目还获得了第十七届“挑战杯”全国大学生课外学术科技竞赛铜奖。

我还有幸参与2021年“扬帆计划·中央和国家机关大学生实习”活动。在中国青年报中青在线客户端运营部实习期间,触目中国青年报社剪影长廊,感叹文化润物细无声之力;聆听冬奥会宣讲团所分享的或温暖动人或振奋精神的故事;着手日常工作,学习新技能,开展部门相关调研,分析整理数据报告的点点滴滴,都已成为我的珍贵经历。

结合四年各类实践,回忆起“习近平傍晚与我们实践团座谈”采访实录,亲身体会到习近平总书记提到的:“只有在实践中才能不断提升自己狂热、浪漫的想法。”在四年旅途中,我践行立志之言:做明亮、思辨、强健、艺馨、实干之人。回望来时路,或平坦阔然,或崎岖泥泞,一路成长亦有一路收获。青春正好,扬帆赴新程。我将有信心,长风破浪会有时;守恒心,行百里者半九十;定决心,千磨万击还坚劲。今后,携更大信心、恒心、决心,行万里路,不忘初心,风乍起,合当奋意向人生!

