



NEWSLETTER

新闻信札

总第十一卷第=期

二零一七年十月出版



目录
Contents

2 母校及总会新闻

19 校友风采

36 记忆永恒

69 艺苑漫步

请带上您的作品，携着您的初心，在校友艺苑一同
追忆、书怀、畅想！

投稿请致 tongjiinews@gmail.com

或天涯同济人等相关校友微信群



同济医学院海外校友总会给受灾校友的慰问信与募捐倡议

2017年8月底，最强飓风哈维冲击美国德克萨斯，狂风暴雨造成严重的灾害，成千上万家庭停水停电，房屋被淹，人员伤亡和财产损失惨重。近日又闻墨西哥强震已致195人遇难及约100名学生失踪，灾情传来，同济医学院海外校友总会世界各地校友感同身受，对受灾地区人民深表关切，也特别牵挂受灾的同济医学院校友，在此，同济医学院海外校友总会谨向全体受灾人民及同济医学院校友表示诚挚的慰问！

灾害虽然摧毁了家园，使许多家庭痛失亲人，财产遭受巨大损失，但在灾难面前，最难能可贵是世界各地人民不分国籍、不分种族的爱心与支持。同济医学院海外校友总会作为一个正式注册的503c组织不仅应该支持和关心同济医学院校友，更要有胸怀世界、回报社会的理念与行动，为此我们号召大家踊跃捐款，支援灾区重建。

请在您的捐款附上，标明为受灾同济医学院海外校友或美国红十字会，以便校友会专款专用，未注明者，海外校友总会将用作灾区善款转交美国红十字会。

善款寄出后，请email告知校友会财政部长张政（ziz513@gmail.com），便于核对和签发免税证明。

Account Name: Tongji Medical College Overseas Alumni Association

Address: 320 E Superior St. Tarry Building, Suite# 11-753, Chicago, IL 60611, USA

Account: 8-0-1-4-6-7-0-1-6
SWIFT CODE: CITIUS33
ABA ROUTING: 2710-7080-1

The bank info:
Citibank, N.A. Banker – Magnificent Mile 539 N. Michigan Ave. Chicago, IL 60611

向惠云 博士

同济医学院海外校友总会主席

刘恒意 博士

同济医学院海外校友总会董事长

2017年9月21日



同济医学院海外校友总会祝贺母校国家自然科学基金立项丰硕成果

中国国家自然科学基金委员会近期公布了2017年度申请项目评审结果，母校华中科技大学获资助项目数位居全国第四位、基础医学院陈建国教授及鲁友明教授的两项研究群体项目实现母校在医学科学部及生命科学部创新研究群体零的突破、附属同济医院、协和医院获批项目分别位居中国医疗机构的第一位及第三位。

欣闻母校的成就，我相信众多海外校友都会像我一样激动万分，因为那是培养过我们的摇篮，是我们度过美好青春岁月的地方，正是这种母校的情结让我们天涯海角、每时每刻都心系母校的发展与壮大，我谨代表同济医学院海外校友总会祝贺母校取得的丰硕成果并希望母校更强大。

祝愿华中科技大学继续加强同济医学院组织构建、学科建设及人才培养，确立同济医学院在基础医学及临床医学科学研究及人才培养的领导与协调地位，为建设国际一流医学院、一流临床医院而奋斗。

祝愿同济医学院继续营造良好的科学研究与人才氛围，建设良好优美的校园与人文环境，用海纳百川的胸襟广纳天下英才，重视提拔德才兼备的青年才俊，努力提倡科学家的社会责任与人文修养，培养及吸引一批具有国际视野的大师级科学家。

祝愿同济医学院加强新加盟的特色附属医院如武汉儿童医院及武汉中西医结合医院的学科建设与人才培养，充分发挥医学院本部、附属同济医院、附属协和医院的传、帮、带效应，帮助特色附属医院迅速成长为国家自然科学基金及其它国家级研究项目的强有力竞争者。

我也呼吁世界各地同济医学院海外校友，让我们以实际行动积极寻求与母校在国际交流、人才培养、学科建设方面的合作契机，为母校进一步的发展与壮大作出贡献。

母校的成就是我们的骄傲，我们祝愿母校的明天更美好！

向惠云 博士

同济医学院海外校友总会主席

美国俄亥俄州立大学医学院教授

美国Nationwide儿童医院儿童创伤研究中心主任

2017年8月18日

写在同济医院名列中国榜首的时候（节选）

原创2017-08-23雅美之途

母校同济医学院的武汉同济医院和武汉协和医院在全国自然科学基金的排名中，同时挤进中国的前三名，整个华中科大的医科则名列全国第四。这是相当了不起的成就，虽然校友提醒同济近些年在这方面经常名列中国的前茅。这是我们当年读书的时候同济在全国的位置，当时我们只输北京协和，北医和上海第一医学院。在这里我也应该感谢我们那些留在同济工作的同学们，至少三位科室主任来自我们大班，包括在中国做了最多心脏移植的董念国同学。

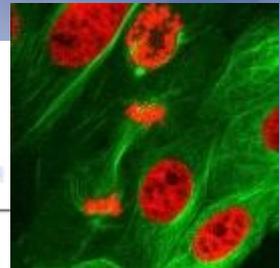


另一个令人欣慰的现象是华中科大甩了武汉大学不少距离，至少富有很多，并且华中科大近一半的研究经费来自同济医学院。在美国凭NIH的经费规模基本上可以决定学校的位置，以医学院为单位，圣路易斯华盛顿大学长期在NIH经费上列全美前五名。当然也有校友提醒，中国的自然科学基金的多少并不能反映科研的全貌，因为好多中科院和清华北大的大牌并不热衷申请这些基金。读了我的朋友圈的消息后，一位资深的武汉大学的校友朋友说：“武大不联姻同济而找一个三流的湖医，是其百年(假)校史上最大的败笔。否则，哪有其它各校如北医上医的”。对呀，武大当年是多么地高傲，连给同济在合并后叫武汉大学同济医学院的名份都不行，当年哪位同济校友会咽得下那口气，更何况以裘法祖之身份？

几年前，当我们的群主在芝加哥创立《天涯同济人》的微信群不久，校友们的担心促使我们对华中科大的领导层发难，因为他们长期使我们同济医学院连个正院长都没有。现在我们海外校友乐见同济在新的领导班子的带领下，学校的发展势头相当可观，武汉整个城市也迎来复兴般的进步速度。校友永远都是希望母校好的一群人，那是天然的感情，我们总会以各种方式服务母校，这里也包括上海的同济。

2017年国家自然科学基金中国医院排行榜（暂时，来自网络）（节选）

- 1.武汉同济医院150
- 2.华西医院145
- 3.武汉协和医院128
- 4.上海交大仁济医院109
- 5.湘雅医院109
- 6.中山大学一附院101
- 7.上海交大瑞金医院97
- 8.301医院91
- 9.复旦大学中山医院89
- 10.江苏省人民医院88
- 10.南方医院88



关于征集《同济医学院海外校友精选科研论文集》2017版论文的通知

亲爱的同济医学院海外校友，

您好，

正如同济医学院海外校友总会向惠云主席所言，“同济医学院有众多海外校友，他们在许多领域都有杰出的成就，限于他们的英文学术论文发表在不同领域的学术期刊上，如果不加征集以及编辑，就会像黄金一样埋在汪洋大海的沙底里面。另外，很多文献如果不在当年收集，多年以后就再也找不着了。很难想象，20-30年后我们还能像今天比较容易地征集海外校友的精选论文，很多恐怕连名字都无法与同济医学院联系上了。”

因此，校友总会从2007年起开始每年出版《同济医学院海外校友精选科研论文集》（简称《论文集》），向惠云、李国华、李孟荣、沈四九和刘恒意一起负责了征集和编辑工作。自2013年起，每年《论文集》的征集以及编纂工作由以夏华向为主编的编委会主持。2013年、2014年和2015年版《论文集》分别收到来自34、14和20位校友的77、38和48篇论文。每年，《论文集》分别由校友总会负责人赠送给同济医学院及附属医院，并由同济医学院图书馆收藏。2017年，正值同济医学院建院110周年之际，海外校友总会郑重地向同济医学院院长赠送了收入31位校友91篇论文的2016年版《论文集》，作为献给母校的生日厚礼！

在此，我们真诚地邀请您提交您本人自2016年至今在国际知名杂志上发表的有代表性的论文，最好选择以第一或通讯作者发表的原著（篇数不限，但请不要提交已收入以往《论文集》的论文。）。与此同时，我们也希望您向您认识的所有在海外从事科研和学术的校友转达该通知。鉴于版权问题，同时考虑扩大收集量，从2014年版起，只需提交论文提交表（附录一），无需提交论文全文。

另外，为增加读者对校友的了解，我们希望校友同时提供简单的自我介绍（附录二）。

收稿截止日期为2017年9月30日。

请在此截止日期前将论文提交表（附录一）以及个人简介（附录二）送夏华向和谢玲琳。

历年《论文集》请参见华誉出版社网站(<http://www.xiahepublishing.com/Books.aspx?sid=2>)。

如有任何意见和建议，敬请联系我们。感谢校友的支持！

《同济医学院海外校友精选科研论文集2015-2016》编辑委员会

夏华向 xiaharry@hotmail.com

谢玲琳 linglin.xie@tamu.edu

沈世乾 shiqianshen@gmail.com

汪尔佳 erjiawangmd@gmail.com

沈四九 shensijiu@gmail.com

向惠云 Huiyun.Xiang@nationwidechildrens

2017年8月15日

附录一
论文提交表示例（参照PubMed格式）



论文一

论文题目（Copy from PubMed or the full-text）：

Protective effects of losartan in mice with chronic viral myocarditis induced by coxsackie virus B3

作者及其单位和联系信息（Copy from PubMed or the full-text）：

Yuan-Yuan Zhang^a, Jin-Nan Li^b, Harry Hua-Xiang Xia^c, Shi-Lun Zhang^b, Jiang Zhong^b, Yi-Ying Wu^a, Shi-Kun Miao^a, Li-Ming Zhou^a ^aDepartment of Pharmacology, West China School of Pre-clinical and Forensic Medicine, Sichuan University, Chengdu 610041, China ; ^bDepartment of Microbiology, School of Life Sciences, Fudan University, Shanghai, 200433, China ; ^cNovartis Pharmaceuticals Corporation, One Health Plaza, East Hanover, NJ 07039, USA

杂志及论文出版信息（Copy from PubMed or the full-text）：

Life Sci. 2013 Jul 10;92(24-26):1186-94. doi: 10.1016/j.lfs.2013.05.010. Epub 2013 May 20.

论文摘要（Copy from PubMed or the full-text，如没有摘要，可略此项）：

AIM:

To investigate whether losartan has protective effects in mice with chronic viral myocarditis induced by coxsackie virus B3 (CVB3).

MAIN METHODS:

Thirty two male Balb/c mice were intraperitoneally injected with CVB3 (10×TCID₅₀) to induce chronic viral myocarditis (CVM). Losartan at 12.5mg/kg (n=16) or normal saline (n=16) were orally administered daily for 28 days to these mice. Uninfected mice (n=6) were used as controls. On day 29, all mice underwent anesthesia and echocardiography prior to sacrifice. Serum IL-17, IL-4, IFN-γ and TNF-α levels were measured by enzyme-linked immunosorbent assay, and cardiac tissues were histologically examined after hematoxylin & eosin staining. In addition, the effect of losartan on the virus titers in primary cultured neonatal rat cardiomyocytes infected with CVB3 was measured on Hep-2 cells at 72 h post infection.

KEY FINDINGS:

Mice infected with CVB3 had significantly increased mortality, heart/body weight ratios, necrosis and inflammatory scores and decreased cardiac ejection fractions, compared with the controls (all P<0.05). Losartan significantly decreased mortality from 40.0% to 12.5%, heart/body weight ratios from 7.08 ± 2.17 to 4.15 ± 0.99, and necrosis and inflammatory scores from 3.33 ± 0.50 to 2.50 ± 0.65 (all P<0.05), and increased ejection fractions from 55.80 ± 9.25 to 72.31 ± 12.15 (P<0.05). Losartan significantly enhanced IL-4, and decreased IFN-γ, TNF-α and IL-17 (all P<0.05). In the in vitro experiment, losartan had no influence on virus titers.

SIGNIFICANCE:

Losartan protects mice against CVB3-induced CVM, most likely through upregulating Th2 responses, and down-regulating Th1 and Th17 responses.

Copyright ©2013 Elsevier Inc. All rights reserved.

PubMed链接（Copy from PubMed）：

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23702425>

论文全文链接（Copy from journal's website）：<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0024320513002750>

论文二

论文题目：

Noninvasive approach to assess coronary artery stenoses and ischemia

作者及其单位和联系信息：

Cardiology Department, Tenth People's Hospital, Shanghai, China (Drs Dai and Xu) (xuyaweish@yahoo.com.cn); and Clinical Development and Medical Affairs, Novartis Pharmaceuticals Corporation, East Hanover, New Jersey (Dr Xia).

杂志及论文出版信息

JAMA. 2013 Jan 16;309(3):235-6. doi: 10.1001/jama.2012.157192.

论文摘要：

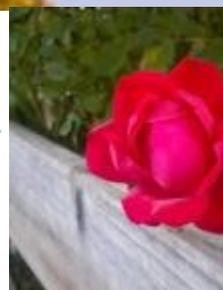
No abstract

Pubmed链接：

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23321754>

论文全文链接：

<http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1557727>



附录二

作者个人简介示例（由作者提供，尽量用150-300英文单词）

夏华向 Harry Hua-Xiang Xia 80级医疗系二大班(E80-2)，85级硕士研究生(G85)（协和医院消化专业）

Dr. Xia obtained his Bachelor and Master degrees in Medicine in 1985 and 1988, respectively, at Tongji Medical University, and practiced as a gastroenterologist at Wuhan Union Hospital, China. Dr. Xia obtained his Ph.D in 1994 and worked as a postdoctoral fellow at Trinity College, Dublin University, Ireland. He spent 5 years as a senior Research Officer at Nepean Hospital, The University of Sydney, Australia, and 6 years as an Assistant Professor at Queen Mary Hospital, The University of Hong Kong to extend his research on *Helicobacter pylori* and associated diseases including gastric cancer, peptic ulcer disease, and gastritis, and achieved academic reputation worldwide in the field. He was elected as a fellow of the American College of Gastroenterology in 2008. He joined Novartis Pharmaceuticals Corporation in 2008 for clinical development of new investigational drugs in different therapeutic areas. So far, he has published over 160 peer-reviewed articles, almost half of which he is the first or corresponding author. He has published one book and is the first author of 10 book chapters. He is now an Editor-in-Chief of *Journal of Clinical & Translational Hepatology* (www.jcthn.net, 2013–present), and an Associate Editor-in-Chief of *World Journal of Gastroenterology* (2002–present) and *Journal of Interventional Gastroenterology* (2011–present). He used to serve as an editorial board member of *Alimentary Pharmacology Therapeutics* (2005, 2006) and *Journal of Gastroenterology & Hepatology* (2005–2011). He is the founder and an Editor-in-Chief of Medjaden Bioscience Limited (www.medjaden.com), an editing company based in Hong Kong and mainland China. He is also a founder of Xia & He Publishing Limited (www.xiahepublishing.com), the publisher of *Journal of Clinical and Translational Hepatology*, *Exploratory Research and Hypothesis in Medicine* and *Journal of Exploratory Research in Pharmacology*. He is currently an Adjunct Professor, Beijing Friendship Hospital, Capital Medical University, Beijing, Municipal Hospital, Qingdao University, Qingdao, and First Affiliated Hospital, Guangdong Pharmaceutical University, Guangdong, China.

资料提供：向惠云 编辑：徐国纲

QR CODE REPRESENTS THE ORIGINAL ARTICLE
FOR MORE DETAILS, PLEASE VISIT: WWW.JCTHN.NET



2017年6月17—18日，我参加了同济医学院海外校友总会在哈佛医学院 Dana Farber Cancer Institute 举办的庆祝母校110周年校庆波士顿联谊活动。虽然已经过去了3个多月，但是当时的热烈盛况和校友情谊仍然仿佛昨日。半个多月前，我不经意在群里发了一点对波士顿聚会的小感想，就被校友群里的《同济医学院海外校友总会新闻信札》红梅编辑捕捉到了，在群里给我发来一个短信，说：“三周前，您在群里表达了希望写一篇波士顿聚会的感受，那您能不能写出来？”她又说：“在波士顿度过的每一天终生难忘！您一定有无限的感慨要抒发，请认真考虑，殷切盼望您的投稿！谢谢您了！”

收到这封约稿的短信时感到有点意外：你说这是不是“心细如发”？你说这是不是在“用心”做事？感动之余，“恭敬不如从命”，同时也真的是想和校友们分享一下波士顿聚会的感受，于是就有了下面这篇文章。

在同济校友群里看到通知，得知6月份在波士顿有庆祝同济医学院110周年校庆的活动，通知还特别提到热情欢迎国内校友到波士顿相聚！我马上在群里报了名去波士顿，我想去看看我那些远离家国，身处万里之遥的学弟学妹：你们在他乡还好吧？

让我始料不及的是，我刚一报名，从未谋面的海外校友总会主席 向惠云博士马上就给我发来短信联系上我，他问了我现在国内所处城市？何时启程？飞机票到美国的哪个机场？等等..从那时开始，我就开始被海外同学的关爱所环绕……



《我的同学，我的校友》
拳拳同济情深 依依岁月共叙

周凝珏 2017-9-30

接着素未谋面的刘恒意董事长、汪尔佳前会长都微信联系我，在武汉的同济校友会会长张明-邱博士-曾博士，也关心地询问我的波士顿行程安排，在国内的78E（2）同学也托我替他们问候海外校友……波士顿聚会的前奏，校友们都好兴奋啊！我感觉就好像在一个盛大的节日前夕，大家都张开双臂，热情地迎接节日的来到啊！

别后
唯所思
心曲
万千
端



波士顿聚会，就像校刊编辑红梅说的“每一天都终生难忘”！对于这次相聚，赞美的诗篇，炫目的画面，早已在群里经久不衰，早已在群里历久弥新，群里的俊男靓女们，群里的才子佳人们，群里的专家大腕们，因为对波士顿聚会的无限期待，创作出多少好作品啊！因为每天的作品，通知，交流，问候太多太多，于是在校友中特地开通了波士顿聚会群，（由于聚会后大家仍然对成功难忘的聚会念念不忘依依不舍，于是决定聚会群永久设立！）

在我们群里，有多少才华横溢的文学家、艺术家……啊！就像校友周方宇~99德~泛海健康前几天在群里写的：“根据美国大数据的统计证明，在众多的行业中，医生的智商是第一名”接着他写道：“向在海外仍然在从事医生这个职业的校友们致敬！”

波士顿聚会筹备委员会对我们从国内来的校友倾注了极大的热情，国内校友一到达波士顿，校友夏华向专程陪同到各处参观游览，不辞辛苦，又当司机、又当搬运，还要当翻译。我呢，人还在中国，海外校友会就指派卜夏老师专门帮助我，卜夏老师就开始差不多每天都要联系我，告诉我到了波士顿要到聚会地点火车怎么坐？公交怎么坐？地铁怎么坐？步行怎么走？住宿怎么定？卜夏老师可能是怕我还没搞清楚，到我快出发的那几天，他发来的微信更多了，我当时就在想：真的是作学问的，做事好认真，做事都是万无一失，当然，其中包含的情意我心里是明白的。到了波士顿后，卜夏老师在聚会现场又太忙，我一直没有机会向他表示感谢，在这里借校刊这块宝地，我要向卜夏老师说一句：卜夏老师，谢谢您了！



我从国内不是直接到的波士顿，是先到的纽约，海外校友会一知道这个校息后，马上联系了美东的校友，并对我说：不要耽心，会安排美东的校友联系我。

很快，前会长汪尔佳和严红学妹就联系上我，因为我出发的地点是在纽约或者新泽西，尔佳说他有车来接我去波士顿，还竟然不厌其烦地为我准备了从纽约或者新泽西出发的两套出行方案，并主动要我不要耽心住宿的问题，短信告诉我：“住宿的问题不必担心，已安排好，是波士顿的78级校友家。”我说，“你来接我就很好了，波士顿校友家我就不去麻烦他了吧。”这位波士顿校友，虽然我没有接受你的邀请，虽然我现在都不知道你是谁？也来不及问你的名字，但是你的慷慨和热情，使我一直很想当面对你说一声：“谢谢！”以后有机会我们再见哈！你回国的時候，一定不要忘了告诉我啊！

在波士顿聚会的几天，我和国内来的张明会长--邱博士--曾博士住在一个酒店，每天活动很开心，都很晚才休息，我就对他们说：“你们早上就敲我的门叫我起



床哈，我怕我万一睡过了”然后，就有了每天早上“咚，咚”的敲门声：“师姐！”然后，我就高兴地回答一声：“呃，知道了！”这清晨简单的一呼一应，是亲人之间才会有的吧？是校友之间才会有的链接吧？（红梅编辑在此插一句，那每天的敲门声，我也听到了，真准时啊！不过不是每天只早晨敲一次哦，从16号到19号，只要是活动的衔接点，就会敲门提醒，我们一众邻居都不需要上闹铃了！做事如此尽心，必成大器！真像他说的：“我不成功，天理难容”）

岁月沧桑，人生如梦，时光掠去了我们的青春容颜，甚至还带走了几位校友的生命，却也磨砺了我们的人格品性，拓展了我们的生命宽度，馈赠了我们的智慧和经验，赋予了我们的自信和从容，同时也沉积了浓浓的友情和思念。波士顿的欢聚只短短的几天，却似一股神奇的力量，把散落在四面八方的校友再一次拢聚。聚会就要结束了，校友们又要回到现实中，回到各自的生活轨道上，大家搂一搂肩，挥一挥手，抹一抹泪，泪中带笑，互道珍重，常相忆莫相忘，相约来年再聚首！尔佳前会长，严红学妹，又开车带上我，一直把我送到家门口，一路上谈笑风生，意犹未尽。

从波士顿返回后大约半个月，我接到了尔佳的一条短信：“本周六中午，请你及家人到我家吃午饭。”我回了一条短信：“家有喜事么？这么客气。”回复曰：“没什么事，专请。”来美国这么久了，也知道这里的风土人情，尔佳这是没有把我当外人！想起尔佳开车来接我到波士顿时，我们是第一次见面，车一停稳，他就走到后备箱里拿了一大包东西给我，我一看：是笋子和青菜，我一阵惊喜：“这是哪里来的？”“是我家种的。”我问：“是你夫人种的吗？”“是我种的。”在开车的路上，尔佳谈起小时候和妈妈一起在菜地的童年生活。我说：“跟妈妈在一起，是最快乐的时候。”我们的这些谈话都很平常，但是，你有没有觉得，这样的交谈，不像是第一次见面的素不相识的人之间的交谈，倒很像是久别的亲人在交谈呢？就像红梅在一首诗里写道：因为同济母亲，我们成为了兄弟姐妹...波士顿之行，真的就是“每一天都终生难忘”。

我写的这篇文章，真的没有文采，但都是我心里所想的，手上想写的，嘴里想说的，希望你不嫌她“丑”，希望你喜欢她，和我一起分享我的波士顿之行的感慨！

沈华明创作



难忘今宵

北美华人医师联盟

又一次盛会

原创 2017-09-18 风城黑鹰 美国医人



九月是芝加哥的仲秋，云淡风轻，没有了夏日的炎热，更没有冬日的冷酷，是风城最好的季节。2017年9月15日至17日，芝加哥以一种热情洋溢的感情、豪迈地迎接到了来自北美地区为主的华人医生及朋友们。

参会的总人数达到170余人，他们不仅来自北美的美国和加拿大，也有来自亚洲中国，柬埔寨。个别参加部分节目的人员（游轮）还来自遥远的新西兰。北美华人医师联盟（华医联盟，ANACP）在芝加哥为促进华人医生、医学相关人员之间的“凝聚、共享、互学、成长”提供了一个极受欢迎的平台。

这次会议还为参会的临床医生们提供了持续医学教育（CME）所需要的教育讲座，与会者都认为通过听课，他们更新了很多前沿的医学知识。这些讲座，来自各个专业内杰出华人（华裔）医生们，讲座的内容涉及到如何预防中风，脑恶性肿瘤防治的最新进展，放射治疗的最新进展以及如何打开脑洞让思维更加的扩展等。同时世界华人医学协会也借助这个平台向我们介绍了他们的组织。下午的讲座还涉及到心脏病的最新进展，还有一些公益讲座以及如何促进中美双方交流，如何利用我们北美华人医师的强有力资源去帮助中国提高医疗技术和医生的培训的水平水准并互相学习。

这次会议引起了伊利诺伊州高度的重视，伊利诺伊州州长布鲁士·朗纳（Bruce Rauner）以及东道主芝加哥市长拉姆·伊曼纽（Rahm Emanuel）分别为会议写来了贺信。

布鲁士·朗纳州长是这样写的：“作为伊州州长，我非常

高兴地欢迎前来参加北美华人医师联盟第二届年会所有的参会人员。这次会议为所有的参会人员提供了一个令人激动的机会，他们可以在一起互相认识，交流思想，共享信息。对你们为社区服务所做出的行动我非常欣赏。你们过去一年是很成功的，相信这一年继往开来，为你们组织未来的进一步成功打下良好的基础。我相信这次会议将会为实现你们的未来目标找到方向，这些目标包括医生个人目标的需要和你们社区的所需。我代表伊利诺伊州的人民，衷心希望你们会议顺利，大家高兴，记忆深刻。”

芝加哥市长伊曼纽也写来了一封热情洋溢的贺信：“作为芝加哥市长，芝加哥非常高兴地给北美华人医师联盟以最热烈的祝愿”。

信中写道，“北美华人医师联盟迅速地成为北美华人医师群体最重要的领导之一，你们不仅有总会，在不少地方也有分会。对于医生，对医学有兴趣的学生，以及其他的一些与医学职业相关的人来说是一个多学科多方面的资源中心。从创建开始，联盟就在努力营造一个促进同行医生之间相互交流的环境。你们支持社区各项工作，在传播并保持华人传统文化的同时，还交换重要的科学和文化的信息。”

他在信中还写道：“今年的会议很特别，因为除了保持你们互相联系及培养纽带，培养领导能力之外，你们还在一个重要的城市-芝加哥举行。你们选择在芝加哥举行会议真是明智之举，芝加哥是一个很重要的商业和市场化经济城市，这是一座世界级的城市。衷心祝愿北美华人医师联盟和

芝加哥一道，为发展科学教育，促进医学教育以及多元文化的交流而努力。”他还写道：“我对北美华人医师联盟在加强支持华人医生及学生方面的努力表示赞赏，这些将会让我们的社区变得更好。此外，我也希望你们能忙中偷闲，挤些时间在芝加哥周围好好看看。我们有很好的餐馆，夜生活，优秀的大学以及著名的博物馆，天际线，不可思议的湖景以及历史性的景点，记住-这些才让芝加哥成为世界上最伟大的城市之一。欢迎你们来到芝加哥，真诚地希望你们在这儿留下愉快的记忆和召开成一个富有成果的会议。”



Dr. Archie Ong 作中风预防讲座：



Dr. Dian Wang 作医疗中放射线讲座：



Dr. Jay Zhu 作脑肿瘤讲座：



Dr. Liping Zhong 作医生如何开启新思维讲座：



会场一角



辛勤的接待工作：



休斯顿医生合唱：东方之珠



从中国来参会的群友之歌的曲作者孟丰敏女士及两位词作者陈明及杨卫斌医生终于见面了，孟女士对晚会发出了慨：“太美了，终生难忘，感谢你们呈现如此精彩的节目，每个节目都展示了专业水准”。

有人为晚会旗袍秀专作一诗：

赤橙黄绿青蓝紫， 芳菲知几许？
旗袍团扇人欢喜。 杏林多才女！
不见小蛮腰， 漫步夕阳红，
依然身段娇。 飘然仪态雍。

此外，北美华人医师联盟在星期六还举办了一场公益活动，他们在北郊为华人家长及学生举行了一场如何成为美国医生的讲座，回答了家长和学生们感兴趣的问题。这是北美华人医师年会的传统节目。公益活动吸引了八十多名有志于医学领域的学生及他们的家长前来听课。

这是四位讲者：陈哲牙医，孙晓明医生，何宇光医生，陆芸药师



芝加哥医生合唱：难忘今宵



听众们全神贯注地听课及互动



会议开始前的晚上，许多医生参加了称为“芝加哥精神”游轮之旅，他们在密西根湖上欣赏了绝无仅有的，五彩斑斓的芝加哥夜景。



在晚会结束以后，大家仍然依依不舍的互道珍重，互道再见，期待着明年再一次成功的盛会——相约2018。

对于这次芝加哥的年会，有参与者是这样评价的：

“成功的年会，难忘的相逢！感谢你 ANACP，让我们享受了一次海外游子们的空前盛会，感谢你美丽的芝加哥，让我们尽情欢乐在风城。短短的一次相会，凝聚了真挚的友情。说声再见新老朋友们，祈祷祝福我们还会相逢。”

还有参与者是这样评价的：“非常感谢组委会全体、幕前幕后的英雄，你们的热情和非凡的能力，让我们有了一个非常美好的周末、一个非常成功的年会。感谢各位的到会同仁，有幸认识了这么多新朋友！明年再见！”

也有参会医生写道：“早上好，ANACP，芝加哥！昨晚像一场梦，欢乐的梦、友好的梦！想说的太多，大家都说了。一句话，感谢每一个付出的你！带着这个梦，走向明年，ANACP，有你更出彩！”

参会的周帆医生即兴写道：

“风城杏林间，
欣然集圣手。
已是名家共切磋，
岐黄更层楼。
新朋投契阔，
老友道无休。
曲终人散意未尽，
相约待明秋。”

是的，期待相逢不再遥远，相逢仍是一首歌。



九寨沟县发生7.0级地震 | 祈福震区人民平安 | 大地震来了，该怎么办？

转载自 2017-08-09 大医精诚

8月8日21时19分在四川阿坝州九寨沟县（北纬33.20度，东经103.82度）发生7.0级地震，震源深度20千米。西安、渭南、成都等地有震感。



震中距九寨沟县39公里、距松潘县66公里、距舟曲县83公里、距文县85公里、距若尔盖县90公里，距陇南市105公里，距成都市285公里。



九寨沟县城：



四川九寨沟县发生7.0级地震

中国地震台网正式测定：08月08日21时19分在四川阿坝州九寨沟县（北纬33.20度，东经103.82度）发生7.0级地震，震源深度20千米。



西安、渭南有震感。





地震是什么？

地震又称地动、地振动，是地壳快速释放能量过程中造成的振动，期间会产生地震波的一种自然现象。地球上板块与板块之间相互挤压碰撞，造成板块边沿及板块内部产生错动和破裂，是引起地震的主要原因。

地震开始发生的地点称为震源，震源正上方的地面称为震中。破坏性地震的地面振动最烈处称为极震区，极震区往往也就是震中所在的地区。

大地震来了，您该怎么办？

1、如果你地震时你在楼房中：应该迅速远离外墙及门窗，可选择厨房、浴室、厕所等开间小、不易塌落的空间避震，千万不要跳楼，也不能使用电梯。尽量不要躲在木质桌子底下，或者床底下，而应该躲在坚固家具的旁边，衣柜墙角边是比较安全的。当建筑物倒塌时，落在物体或家具上的屋顶的重力会撞击这些物体，使得靠近它们的地方留下一个空间。这个空间就是被称作的“生命三角”。物体越大，越坚固，它被挤压的余地就越小。而物体被挤压得越小，这个空间就越大，于是利用这个空间的人免于受伤的

可能性就越大。如果照此方法做建筑物内的伤亡率，可以由百分之九十，遽降为百分之二。以往地震中是简单地“蹲下和掩护”的人都被压死了，而那些躲逃到物体，如桌子，或汽车下躲避的人也总是受到了些伤害。最好将门打开，确保出口钢筋水泥结构的房屋等，由于地震的晃动会造成门窗错位，打不开门，曾经发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打开，确保出口。平时要事先想好万一被关在屋子里，如何逃脱的方法，准备好梯子、绳索等。如果是在晚上生发了地震，而你正在床上。你只要简单地滚下床。在床的周围会形成一个安全的空间。如果要做的更好一点，可以顺手拿起枕头来保护头部。

平房和楼房相比地震时安全系数比较高，所以当在平房中遭遇地震时，如果来不及跑出户外时，可迅速躲在桌下、床下和坚固家具旁或紧挨墙根，注意保护要害部位。用衣物捂住口鼻，隔挡呛人的灰尘，正在用火时，应随手关掉煤气或电源，然后迅速躲避。

2、如果地震时你正在户外：当大地剧烈摇晃，站立不稳的时候，人们都会有扶靠、抓住什么的心理。身边的门柱、墙壁大多会成为扶靠的对象。但是，这些看上去挺结实牢固的东西，实际上却是危险的。正确的做法是就地选择开阔地蹲下或趴下，不要乱跑，不要随便返回室内，避开人多的地方；要避开高大建筑物，如：楼房、高大烟囱、水塔下，避开立交桥等一类结构复杂的构筑物；尽量靠近建筑物的外墙或离开建筑物。靠近墙的外侧远比内侧要好。你越靠近建筑物的中心，你的逃生路径被阻挡的可能性就越大。在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人，此外，还应该注意自动售货机翻倒伤人。要注意用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情况，进入建筑物中躲避比较安全；远离高压线及石化、化学、煤气等有毒工厂或设施；过桥时应紧紧抓住桥栏杆。

3、要离开车辆

发生大地震时，难以大地的晃动，会致使人无法把握方向盘。此时必须充分注意，避开十字路口将车子靠路边停下。为了不妨碍避难疏散的人和紧急车辆的通行，要让出道路的中间部分。躲在在车内避难的人会因路边坠落的物体砸伤，被压垮的车辆旁边都有一个3英尺高的空间，所以在地震时要离开车辆，靠近车辆坐下，或躺在车边，不要钻到车底下，垂直落下的巨大物体会压扁车体导致丧生；如果你正在公交车上，车体可能会有晃动，千万不要惊慌，等司机挺稳车后大家再各自逃生。避难时要徒步，携带物品应在最少限度因地震造成的火灾，蔓延燃烧，出现危机生命、人身安全等情形时，采取避难的措施。避难的方法，绝对不能利用汽车、自行车避难。

4、要保持镇静，就地择物躲藏

在车站、剧院、教室、商店、地铁等场所，要保持镇静，就地择物躲藏，伏而待定，然后听从指挥，有序撤离，切忌乱逃生。选择小开间、坚固家具旁就地躲藏；教室里正上课的学生，要在教师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下；在操场或室外，可原地不动蹲下，双手保护头部；注意避开教学楼及附近高大建筑物；切忌不要马上回到教室去。

5、在发生地震、火灾时，不能使用电梯

万一在搭乘电梯时遇到地震，将操作盘上各楼层的按钮全部按下，一旦停下，迅速离开电梯，确认安全后避难。高层大厦以及近来的建筑物的电梯，都装有管制运行的装置。地震发生时，会自动的动作，停在最近的楼层。万一被关在电梯中的话，请通过电梯中的专用电话与管理室联系、求助。

6、不要惊慌失措的往户外跑

地震发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。当大楼倒塌时，很多人在门口死亡了。怎么回事？如果你站在门框下，当门框向前或向后倒下时，你会被头顶上的屋顶砸伤。如果门框向侧面倒下，你会被压在当中，所以，不管怎么样，你都会受到致命伤害！

7、千万不要走楼梯

楼梯与建筑物摇晃的频率不同（他们和建筑物的主体部份分别晃动）。楼梯和大楼的结构物发生不断地碰撞，直到楼梯发生构造问题。人在楼梯上时，会被楼梯的台阶割断，这是很恐怖的毁伤！就算楼梯没有倒塌，也要远离楼梯。楼梯就像大楼的一样会被损坏。哪怕不是因为地震而倒，还会因为承受过多的人群而坍塌。所以，我们应该始终首先检查楼梯的安全，甚至建筑物的其他部份并没有被损坏。

8、不要听信谣言，不要轻举妄动

在发生大地震时，人们心理上易产生动摇。为防止混乱，每个人依据正确的信息，冷静地采取行动，极为重要。从携带的收音机等中，把握正确的信息。相信从政府、警察、消防等防灾机构直接得到的信息，决不轻信不负责任的流言蜚语，不要轻举妄动。在发生破坏性地震的地区，从地震发生到房屋倒塌，一般有十几秒种的时间，作为个人，应在瞬间冷静地作出避险的抉择。

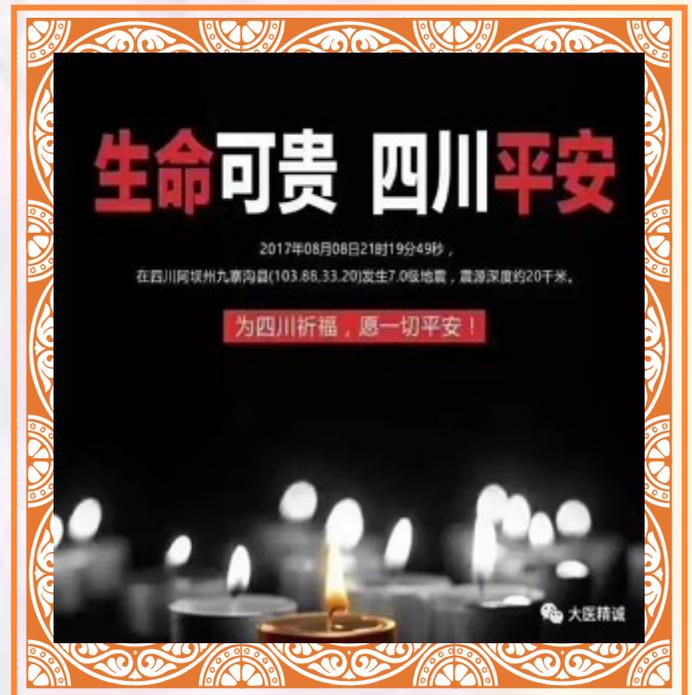
还有两个应该知道的常识

(1) 猫、狗和小孩子在遇到危险的时候，会自然地蜷缩起身体。地震时，如果你不能从门或窗口逃生，你也应该这么做。这是一种安全的本能。而且你在一个很小的空间里就可以做到。靠近一个物体，一个沙发，或一个大件，它仅受到了略微的挤压，但在靠着它旁边的地方留下了一个空间。

(2) 在地震中，木质建筑物安全系数最高。木头具有弹性，并且与地震的力量一起移动。如果木质建筑物倒塌了，会留出很大的生存空间。而且，木质材料密度最小，重量最小。砖块材料则会破碎成一块块更小的砖。砖块会造成人员受伤，但是，被砖块压伤的人远比被水泥压伤的人数则要少得多。

面对突如其来的地震我们一要保持理智和清醒；二要正确判断，果断决策；三要坚持忍痛自救；四要随时保持强烈的求生欲望。只有在科学的方法下才能有更大机率的生存机会。

（根据中国地震台网整理）



2017年中国科学院院士增选初步候选人名单出炉！

祝贺张旭校友入选中科院院士候选人名单！

2017年8月1日，中国科学院正式公布了2017年中国科学院院士增选初步候选人名单，共计有157位科学家入选。

中国科学院各学部初步候选人分布如下：数学物理学部23人、化学部25人、生命科学和医学学部32人、地学部27人、信息技术科学部20人、技术科学部30人。

根据《中国科学院院士增选工作实施细则》，中科院院士初步候选人产生后，还将对初步候选人材料进行公示，公示结束后经过会议评审产生正式候选人和终选候选人建议人选以及终选投票等程序，确定最终当选名单。根据前几届两院院士增选公布的时间，预计2017年当选院士名单将在12月揭晓。

祝贺生命医学的第十二位张旭校友入选中科院院士候选人名单！

（以下是有关张旭校友的报道摘录）

拯救生命：医者最大的人生价值记解放军总医院泌尿外科主任张旭

来源：解放军报 作者：吴 敏 时间：2015-05-14 08:40:01

截至今年一季度，国家863计划微创技术首席科学家、解放军总医院泌尿外科主任张旭已成功完成1万例腹腔镜手术；他先后创新32种腹腔镜手术术式，部分术式还被写入美国医学教科书。20余年来，张旭用汗水和智慧创造“中国张”新术式，在泌尿外科医学技术前沿的探索上取得显著成绩。

1) 1989年，张旭获得硕士学位，留在武汉同济医院工作。10年后，这个在工作中勤于思考并勇于实践的年轻医生成长为副教授。

传统泌尿外科开放手术需要在患者腰腹部切开20-30厘米的创口，有时还需切掉一根肋骨。怎样才能除痼祛疾的同时，最大限度地减少患者痛苦？张旭将目光投向国际医学前沿技术。

尽管张旭已精通传统开放手术技术，但了解到微创腹腔镜手术已在发达国家悄然兴起，他决定出国学习。

为了学习前景未明的技术而放弃竞争激烈的国内医学平台，不少人听说后好言相劝，要他看舍之多与得之少。张旭却毅然选择飞赴德国，在海德堡大学医学院进行为期一年的交流学习。

曾被中国科学院院士、著名外科学家裘法祖称赞“极具手术天分”的张旭，在德国学习期间多次被老师挽留。面对国外优裕的物质生活条件，他第二次选择了舍弃，学习期满立即归国。归国后，张旭凭借精湛的技术晋升教授，获得博士生导师资格。



2008年，解放军总医院的邀请打破了他内心的平静。离开同济医院，对于张旭来说，意味着离开打拼了近20年的平台。

面对选择，张旭的人生天平第三次倾斜于舍。他穿上军装，被任命为解放军总医院泌尿外科主任。他说：“真正的医者，拯救生命就是获得最大的人生价值。舍与得的唯一标准，是看能否医治更多的患者。”

2) 多年来，尽管学术和行政事务缠身，张旭仍保持日均3至5台的手术量。他常说：“对患者和颜悦色、不收红包，这是为医者最基本的职业素养和道德标准。然而，更高层次的医德，体现在不断进行技术创新，最大限度地提高医疗质量，以术积德、造福患者。”

张旭在大量的临床实践中不断创新，努力将大手术变小手术、高危手术变安全手术、复杂手术变简单手术。他在国外学习的是欧美泌尿外科通行的腹腔镜术式，从腹腔开孔优点是腹腔内的解剖标志比较明显、操作空间大，缺点是必须经过肠、胰腺等脏器才能达到位于腹膜后的肾脏和肾上腺，容易造成新的损伤，出现并发症。

张旭发现通过提高手术技术的熟练度和精确度，无法从源头解决并发症的隐患后，决定另辟新路。他从腹腔镜体外模拟训练和动物实验开始，重新认识腹腔镜下解剖结构，设计腹腔镜手术步骤。没过多久，他就成功地实施了从后腹膜腔入路的泌尿外科腹腔镜手术。这是一套与欧美传统技术完全不同的技术体系和手术模式，减少了术后并发症。

不久前，一位年近九旬的患者前来就医。老人恶性肿瘤多处转移，身体极为虚弱。张旭将创伤大手术变成了微创手术：30厘米长的切口减小到3个小孔，手术时间从2到4个小时缩短为1个小时，愈合休养期从3个月到半年时间缩短为2周，不仅治愈了老人的病，还最大限度为其减少了痛苦。

3) 微创手术始于西方，但张旭创造的腹膜后腹腔镜术式，被写进美国泌尿外科医学教科书。自2003年始，他10余次在欧洲腹腔镜大会及亚洲泌尿外科大会上做手术演示，被称为“中国微创泌尿外科领跑人”。

2010年，欧洲腹腔镜大会。打孔、切割、止血、缝合……大屏幕上，张旭精准地分离粘连、定位解剖层面、显露并完整切除肿瘤，整台手术行云流水，仅用1小时就完成。在他的努力下，2013年欧洲腹腔镜大会成功在中国举办，这是欧洲腹腔镜大会第一次走出欧洲在亚洲举办。

肾是人体的重要器官，泌尿微创手术看似小，却是人命关天的大事。为了让这“小”手术走向更大的天地，张旭每年都要多次举办泌尿外科微创手术卫星多点直播及语音互动会议。会场内外，来自全国各地的数千名医生紧盯着大屏幕，同步学习观摩张旭的手术全程。手术结束，他还对各种技术难点问题耐心解答。

“宁可‘教会徒弟，饿死师傅’，也要把造福百姓的新技术推广到全国。”张旭不遗余力地推广新技术，还创办了《微创泌尿外科》杂志，众多患者受惠于此。如今，全国各地的不少基层医院都能开展不同难度的泌尿外科腹腔镜手术。





这是另一篇的有关最新报道



ARTICLE

DOI: 10.1038/ncom14467-017-00791-6 OPEN

Androgen receptor increases hematogenous metastasis yet decreases lymphatic metastasis of renal cell carcinoma

Qingbo Huang^{1,2}, Yin Sun², Xin Ma³, Yu Gao³, Xintao Li¹, Yuanjie Niu³, Xu Zhang¹ & Chawnsang Chang^{2,3,4}

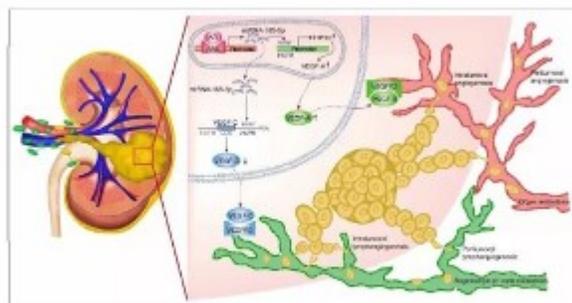
Clear cell renal cell carcinoma (ccRCC) is a gender-biased tumor. Here we report that there is also a gender difference between pulmonary metastasis and lymph node metastasis showing that the androgen receptor (AR)-positive ccRCC may prefer to metastasize to lung rather than to lymph nodes. A higher AR expression increases ccRCC hematogenous metastasis yet decreases ccRCC lymphatic metastases. Mechanism dissection indicates that AR enhances miR-185-5p expression via binding to the androgen response elements located on the promoter of miR-185-5p, which suppresses VEGF-C expression via binding to its 3' UTR. In contrast, AR-enhanced miR-185-5p also promotes HIF2 α /VEGF-A expression via binding to the promoter region of HIF2 α . Together, these results provide a unique mechanism by which AR can either increase or decrease ccRCC metastasis at different sites and may help us to develop combined therapies using anti-AR and anti-VEGF-C compounds to better suppress ccRCC progression.

¹Department of Urology, Chinese PLA General Hospital, Beijing 300053, China. ²George Whipple Lab for Cancer Research, Departments of Pathology, Urology, Radiation Oncology, and The Winson Cancer Center, University of Rochester Medical Center, Rochester, NY 14642, USA. ³Chawnsang Chang Sex Hormone Research Center, Tianjin Institute of Urology, Tianjin Medical University, Tianjin 300211, China. ⁴Sex Hormone Research Center, China Medical University/Hospital, Taichung 404, Taiwan. Qingbo Huang and Yin Sun contributed equally to this work. Correspondence and requests for materials should be addressed to X.Z. (email: xzhang@ummc.com) or to C.C. (email: chang@ummc.rochester.edu)

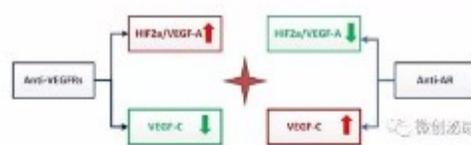
NATURE COMMUNICATIONS | 8:916 | DOI: 10.1038/ncom14467-017-00791-6 | www.nature.com/naturecommunications

微创泌尿外科杂志社

A AR mediated RCC metastasis pathway



B Potential synergistic effects



微创泌尿外科杂志社

研究意义

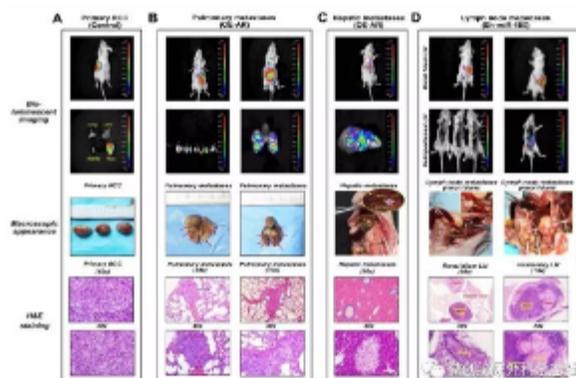
该研究的意义在于揭示了肾癌不同转移途径性别存在性别偏倚的原因及相关信号通路。为转移性肾癌提供新的治疗策略，即联合抗AR药物及抗VEGF的靶向药物。一方面抗VEGF的靶向药物导致HIF2 α /VEGF-A累积而耐药，抗AR药物可以独立的抑制HIF2 α /VEGF-A信号通路，然而导致非预期的VEGF-C的升高，而抗VEGF的靶向药物可以弥补这方面的缺陷。联合以上药物可发挥协同作用，提高彼此的有效率而抵消副作用。

研究内容

该研究通过对近4000例肾癌病例流行病学调查发现，发生肺转移男：女比例高达4.9：1，而发生淋巴转移的男：女比例只有1.7：1，这提示雄性激素及其受体AR在肾癌转移中发挥了重要作用。通过进一步研究，发现肺转移的肾癌AR的表达水平比非转移组高，而发生淋巴转移肾癌AR的表达水平比非转移组低。

功能学研究证实AR通过促进肾癌细胞分泌VEGF-A从而促进血管内皮细胞的侵袭及小管形成，通过抑制肾癌细胞分泌VEGF-C从而抑制淋巴内皮细胞的侵袭及小管形成。

裸鼠原位肾癌模型实验证实了过表达AR可促进肾癌发生肺及肝脏转移，而抑制淋巴转移。抑制miR-185-5p可部分抑制AR的作用。



分子生物学机制研究证实AR通过结合miR-185-5p启动子区域促进其表达，后者一方面通过结合HIF2A的5'UTR而促进HIF2 α /VEGF-A的表达；另一方面通过结合VEGF-C的3'UTR而抑制VEGF-C的表达。

张旭教授简介



微创泌尿外科杂志社

张旭，教授，主任医师，解放军总医院泌尿外科主任，国家“863”首席科学家，全军科技领军人才，国家杰出青年基金及两项国家科技进步二等奖获得者。张旭教授及其团队率先在国内开展腹腔镜及机器人手术，创立了一套以后腹腔镜入路为特色，涵盖泌尿系统全病种的微创技术方案，建立泌尿外科微创手术技术标准并在全国乃至世界范围内推广。

长期以其国际一流的微创技术优势和解放军总医院作为全国超级医学航母的综合实力吸引资源，依托肾脏病学国家重点实验室，建立了目前单中心最大规模肾癌生物样本库，标本来源多样，涵盖疾病及发展全过程，囊括肾癌全部类型，标本库与临床病例资料进行链接，信息共享，实现“一站式”存取。

以通讯作者发表肾癌临床及基础研究SCI论著30余篇，累积影响因子近200分，其中包括：

European Urology (IF=16.265),

Nature Communications (IF=12.124),

Clinical Cancer Research (IF=9.619),

Cancer Research (IF=9.122),

International Journal of Cancer (IF=6.513),

Journal of Urology (IF=5.157),

Oncotarget (IF=5.168) 等。



2017年夏季，我和先生参加了一个华文教育华夏行团队到新疆乌鲁木齐市及周边地区进行访问。访问虽然只有短短七天的时间，我却大有斩获。因为这次新疆行不仅使我颠覆了原有关于新疆的观念，也使我得以一了夙愿，实地探访一位同济医学院时期的好同窗，还使我交到了一位相知相惜的知心朋友。

2017年新疆行简记 --- 同学一别35载，新疆因你更美丽

--蒋放

"新疆是个好地方呀，天山南北好牧场"是我熟悉的一句歌词和旋律，可是长久以来，我对新疆的认知仅限于此。在这次访问之前，我对新疆的了解还停留在20数年前的意识中，只知道新疆维吾尔自治区是中国版图最大的省份，有着广袤的沙漠戈壁，落后的基本建设，交通很不方便，奇异的少数民族，不同的风土人情，是个多么遥远的地方！可是，现在，我的观念颠覆啦！首先，边疆不再是难以启及的遥远，飞机从北京起飞，越过漫漫黄沙，不需5个小时，就抵达首府乌鲁木齐市了。而且，沙漠戈壁已经有了或正在进行大规模建设，早已是不可同日而语了。看看乌鲁木齐市及周边数小时车程之内的市镇地区和名胜景观，其规划之现代化，与内地的发达无异，比如，天山天池，吐鲁番，昌吉，还有石河子。

图一 天山！天山！

天池，宛如碧绿清远的玉帛，嵌在天山深处博格达雪峰下，婀娜优美，微漾生姿，美不胜收



新疆首府乌鲁木齐是蒙古语，意思是美丽的牧场。早在清朝时期，人们在市中心肩扛手泵，平地建起了一座公园，名为"红山公园"。公园有山水，有塔阁，绿树成荫，花团锦簇，成为了市民们的消闲去处和远眺市容的高台。公园内具有历史意义的古迹，是山顶上的镇妖宝塔。宝塔修建于清朝年间（1788年），传说在二次洪水泛滥后，传言四起时，当地官员为了镇妖保卫乌鲁木齐而建成。而下图中当近所建的铜鼎，是为了纪念钦差大臣林则徐禁烟。当年林公因禁烟被贬，发落至伊犁为官，途经乌鲁木齐，曾经登过红山并吟诗：“任狂歌，醉卧红山嘴。风劲处，酒鳞起”。现今在红山上既可见到市中心的现代化高楼大厦，也可远眺居民住宅楼、电视塔、和游乐大转盘。乌市周边的天山天池是著名景区、新疆的名片，其规划管理与国际接轨，国际国内游客趋之若鹜，在此就不细述了。

图二 红山宝塔和铜鼎。从红山上远眺乌鲁木齐市商业区的高楼大厦和居民住宅区

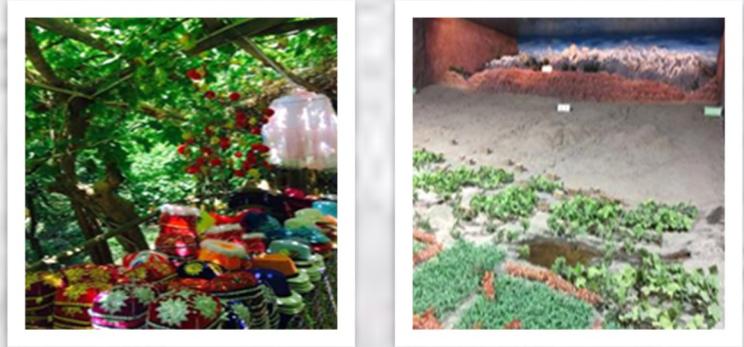
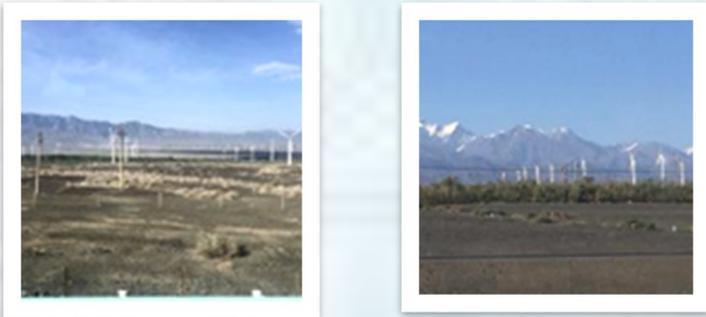


图四 火焰山 葡萄沟 吐鲁番盆地坎儿井地下水利工程地面观模型

凡是来新疆的游客，据说不来一趟吐鲁番是舍不得离去的。从乌鲁木齐市向着东南方向，在戈壁上的吐乌大高速公路上车行三小时（即吐鲁番-乌鲁木齐-大黄山高速公路），就来到这个具有历史的著名景区。一路上时时可见热火朝天的基本建设，高速公路正在延伸、戈壁动车飞驰而过，普通火车也有同行，时不时还闪过高档休闲处所和酒店的楼舍，一片欣欣向荣的景象。

在吐乌大高速公路上行驶时，还经过了中国最大的风力发电站--达坂城风力发电站与小草湖风力发电站。风力发电机组从戈壁绵延至从山峻岭山脚边，好壮观呀！旅游车直线快速行驶，差不多用了一个小时，才驶过它的范围。据介绍，所有的风力发电机，除了早期从荷兰和德国进口一小批外，后来全是由中国金风科技研发造成。条条转动的风力发电机翼与皑皑雪峰交织，犹如快乐的音符在跳动，弹奏着一曲动人别致的新疆民歌。

图三 途经达坂城风力发电站与小草湖风力发电站



距离乌鲁木齐市西边半小时高速公路车程的昌吉市，是新兴的首府卫星城，以“一带一路”为宗旨的城市建设，正在此之前地如火如荼的进行。首先完成的，便是一座新建的“新疆大剧院”，为“一带一路”的系列修建项目之一。大剧院外观是雪莲花造型，新疆人看它有点像洋葱头，亲切唤之为“皮牙子”。与新疆大剧院配套的建筑模型，向人们展现出中国西部的开发和美好未来。《千回西域》是正在新疆大剧院里上演的大型音乐歌舞史诗。讲述了新疆各族人民如何开发和建设自己家园的历史。声光色彩，嘹亮炫目，八方舞动，场景变幻，舞台观席，天上地下，全都融合一体，观众们群情振奋，赞叹不已！

图五 位于昌吉市的新疆大剧院；大型音乐歌舞史诗《千回西域》

海报：“一带一路”在昌吉市的建筑规划模型

作为游客，吐鲁番地区有三大看点：火焰山、葡萄沟、坎儿井。这三处景点都修缮管理的非常好，与国际接轨。吐鲁番是排名世界第二的最低点。最低点处海拔-154.43米，位于火焰山南面的艾丁湖。火焰山，海拔高度是零米。参观当天，硕大的铁柱温度计显示的地表温度为75摄氏度。棕红干焦的地面，寸草不生。葡萄沟，则属于商业化气息浓厚的一个景点。我们去时，马奶子葡萄长满了，但尚未成熟。葡萄架下摆满出售当地饰物的小摊。美丽的维吾尔族姑娘，站在葡萄架下，成为一道靓丽风景。吐鲁番的坎儿井，历史悠久，功能健全，乃中国之最。坎儿井是一种地下水利工程，为防止雪山融水在地表温度过高的吐鲁番快速蒸发，聪明的人们在地下挖掘水道引渠灌溉，已有近千年历史，沿用至今。坎儿井地下水道，不仅灌地，也给人用。这种地下水利工程，为当地丰饶的地产和人民生存做出了很大的贡献。坎儿井又被称为“林公井”，那是因为林则徐被贬新疆为官后，受到各地官员的重视，给予他很多方便，也让他参与很多公务，使得林公有机会为坎儿井地下水利工程做出很大贡献。沿着又窄又矮的坎儿井地下水道，有数座施工者挖掘的雕像，向人们诉说着改造自然的艰辛。



在众所周知的新疆地区的民权问题上，政府管理很有效。比如宣传民族团结，大型标语牌“各民族要像石榴籽那样紧紧抱在一起”的口号很贴切，适合当地民情，在各路口关口都有展现，很有氛围。再比如安全防范，市内警力布置强劲，防恐第一。街道上每 300 米有一个装备齐全的警亭。若有安全问题，警察一分钟内可达现场。人们进入任何单位或建筑内，都应该接受安全检查，有时需要核查身份证件。有些热闹街道上还有行李安检措施。措施强大，行之有效。关于少数民族，我自己比较深入接触的只有导游，司机，负责接待的大学生和老师。我所遇到的新疆人，都深怀为新疆人的自豪感，这是我先前不曾想到的。

图六 随处可见的标语牌



日月悠悠，天山叠叠，新疆有你，壮美无比

以上我简单地描述了在新疆的所见所闻和一路感想，现在我想向校友们郑重介绍的，是我的医学院同窗徐江涛同学，以及他如何从一个内地毕业的青涩学子，在解放军部队里屯边行医 35 年，历经辛苦，矢志不渝，成长为一位成熟的，医学专业颇有建树的新疆军区总医院神经内科专家。其实呢，这也是我写这篇简记的初衷。

35 年前，徐江涛和我同是医疗系七七级三大班一小班的学生，同班而不同小组。虽然不同小组，但学号却相连，他为 11 号，我为 12 号，我俩在上实验课时总是在一起，因而同窗情谊又有不同。1982 年冬季毕业时，徐江涛被分配到新疆伊犁去做解放军基层部队的军医，我们都很难过，有些同学还哭了。因为就国家当时的境况，那意味着一个初涉世事的年轻人对遥远边疆的未知，和回望家乡不得爹娘的孤独和恐惧，而且他的年纪又还格外小一点。但是他还好，不惧，服从分配，一个人坐三天火车到乌鲁木齐，接着坐三天卡车到伊犁，再转车，一路颠簸去到山沟里的部队营盘。

80 年代初期呀，从新疆最远的西部伊犁到内地中部湖北，光看看地图，就是那样的遥远。漫漫黄沙，无垠戈壁，交通是那样的不便。徐江涛他笑着来来去去，毫无怨言。在西部伊犁的山沟军营里工作了 5 年后，随着部队转战北疆阿勒泰，连队修路挖隧道，他就是那军中良医，为士兵们服务，也为毡包里的牧民们服务，一干又是 7 年。内地去的毕业生待不住，纷纷都走了，只有我们的徐江涛同学，工作在基层第一线，为国为兵服务，辛勤努力，从来不抱怨，永远是笑着的。他不但辛勤的治病救人，还用心钻研，发表专业论文，因而被新疆军区总医院神经内科看中培养，于 1994 年调入位于乌鲁木齐市军区总医院，职业生涯和个人生活均得到完美发展，迄今亦有 20 余年了。



图七 徐江涛同学

我现在有机会来到曾经是那么遥远，老同学工作生活了这么多年的地方访问，得以与他相见谈心，感觉真是幸运。徐江涛，他是我们同济毕业生的骄傲，是我永远尊敬钦佩和祝福的小同窗。是他，以及象他一样优秀的同济毕业生，毕生工作在第一线，才使得学校声名昭昭，病患景仰。他们是学校的脊梁。永远地祝福他们！



图八 胡杨树林饱经风霜岁月的枝干

我们一到乌鲁木齐，立马得到江涛和美丽夫人银花的热情款待和贴心安排。他俩不仅带领我们品尝新疆风味美食，更是尽可能地带我们去一些不在团队行程里的地方。首先是天山脚下的南山牧场。在那里我们不仅领略了天山美丽的风光，还有幸见到生长在干旱干燥热沙漠中的胡杨树标本（活树多生长于南疆）。其树生命力顽强，树干树枝苍劲尤道，谓之“生长三千年不死，死后三千年不倒，倒了三千年不烂”，是新疆大地之母的赠予，也是新疆人民的最爱。

还有大隐隐于市的新疆地质矿产博物馆。该博物馆虽然地方不大，观众不多，门面不招摇，可是内里设计简单大气，地质藏品丰富，真是令我们大开眼界。新疆地质宝藏矿产标本，种类之繁多，叙述之详尽，为我们前所未见！再次感谢老同学，深知我们心之向往，带领我们去了这个不在团队日程表里的景点，让我们有眼福尽情观赏到地表为戈壁荒原的辽阔疆域之丰富独特的宝藏。

图九 部分玉石展物。最有名的地产，当属和田玉。但是过度开发后，如今只在地质矿产博物馆，可以见到和田玉的真迹了：青金石，从外向里散发着深邃幽蓝；彩色拉长石，由里向外发出璀璨的光芒，具有神秘气息；木纹石，好似树的年轮；沙漠玫瑰，牡丹石，菊花石，和昆仑玉，甚为形象；硅化木石，是由树木在千万年的地表地层运动中，各种莫名的矿物质沉淀蕴蓄而成。自然的花纹色彩，静美而生动。



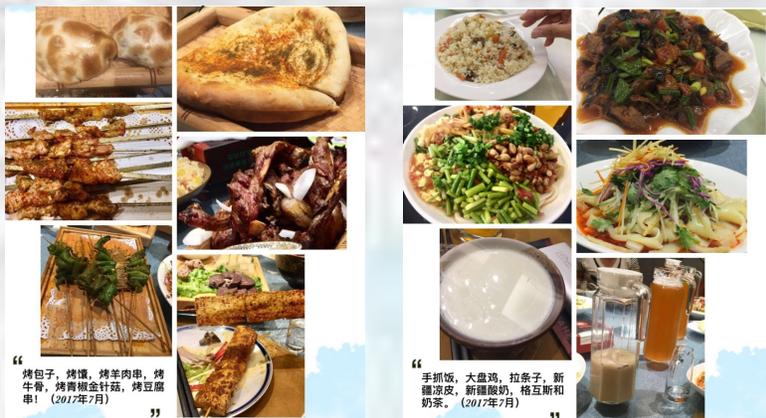
当然，必须的，徐江涛夫妇还带我们去了名声如雷贯耳的石河子市，一座从荒原起步，呈现代规划的兵团城市。在石河子，我们参观了军垦博物馆和军垦第一连。博物馆内容翔实地记录了新中国成立初期，王震将军率领的解放军部队进疆，排除种种难以想象的困难，将恶劣环境中的戈壁荒漠变成五谷粮仓的历史。军垦第一连则保留了王震部队进疆初期渡过艰难困苦岁月时留下的种种实物，如人拉犁，地窝子（挖地坑为住房）。这些展物，让人对前辈充满敬意，也明瞭，人是可以胜天的。在参观军垦第一连的会议室时，正是七月一日，只见一群年轻人在行入党宣誓。我们赶快知趣地退出了。

图十 军垦第一连保存艰难岁月留下的实物。从将军山上远眺石河子市，只见丰饶绿原环绕着一座现代化都市



新疆地域辽阔，物产丰饶，又有异族风情，地方风味美食多不胜数。我们平时也听说过多种，但属于“没吃过猪肉，但看过猪跑”的一类人。江涛夫妇极尽地主之谊，带我们将风味美食吃了一个遍。比如以前曾听说的大盘鸡，手抓饭，曾吃过的羊肉串，现在当地吃，不用说，绝对不同凡响！还有未听说过的烤包子，那个外焦里嫩的好吃，内地的生煎包子之类的，比不上呀！佐饮饮品也是非常的本土化，是以前从未有机会品尝过的格瓦斯和奶茶。直到现在，齿颊间还留有芬芳。黄色的格瓦斯，是一种含蜜制的酒精饮料，甘甜微熏；白色的奶茶，是茯茶加奶煮成，芳香微苦。二者与那些特色菜肴交替入口，感觉奇妙，味蕾绽放，得到极大满足。新疆酸奶（外地人容易误以为是奶皮子），本身无味，吃时可放糖或盐，那个细滑润喉自然奶香，好吃到不能停。新疆的大众主食，馕和烤包子，就象武汉的热干面和生煎包一样草根，到处有卖，随处可吃，而且容易携带。新疆拉条子（拉面），更是广受大众欢迎的食物。厨师给吃客的盘子里夹上一筷子现拉现煮的面条，长桌上十几盆各式菜肴一字儿排开，自己随意往上加。吃得那个痛快！新疆人民可以早晨吃！中午吃！晚上吃！

图十一 新疆美食



乌鲁木齐也与其它大都市一样，有全国各地的风味食品。有一家湖北步行街叫做“简朴寨”，笔者在武汉也吃过几回。可是这家店更湖北，甚至有新鲜菱角这样菜式，可见乌鲁木齐的湖北老乡不少。我们与江涛夫妇的湖北朋友们在此相聚，乡风乡音加上家乡味道，夫复何求啊！

图十三 部分地道的湖北菜：新鲜菱角，蒜蓉小龙虾，红烧甲鱼，香煎糍粑

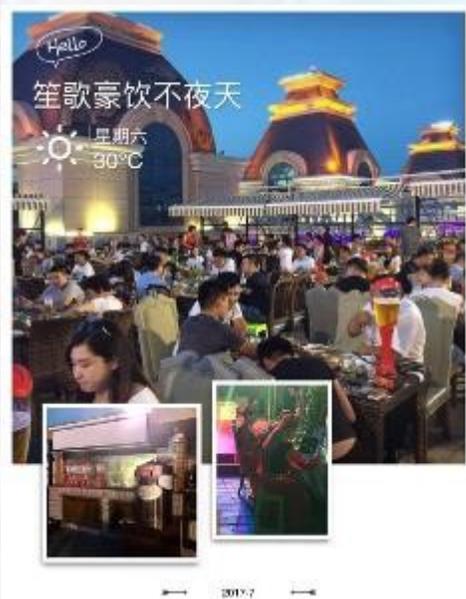


在访问中，无论是风景名胜、历史人文，还是美食佳酿，徐江涛同学无一不是热情洋溢，如数家珍的解说。在他的述说中，我看到的是一颗赤子之心，对新疆的热爱，以及他乡已是故乡的情怀。近年来，我们时有同学去新疆探访他，或公差，或私游，他夫妇俩倾情接待，绝无二话。他们已成了同学们在新疆的亲人，他们的家，已成了同学们进疆走亲访友的必到之处。

在我新疆行的收获中，还要提到的是，我在此次团队旅行中，遇到一件可遇不可求的美好事情，那就是我与一位团友相识相知相惜，并与她成为了知心朋友，真可谓有缘千里来相会。可这是另外一个故事，就不在此篇中细述了。

新疆行愉快地结束了。我们在新疆虽然只访游了七天，且仅仅只在位于北疆的首府乌鲁木齐市和其附近地区，但这短短数日，给我的旧观念造成了颠覆性的变化，也让我对新疆这遥远的边疆充满了不解的情怀。偌大的疆土，三山三盆地，既北部阿尔泰山，中部天山，南部昆仑山；北部准噶尔盆地，中部塔里木盆地，东部吐鲁番盆地，强烈地吸引着我。如今我的脑海里，时而萦绕的一支歌，就是“新疆是个好地方呀，天山南北好牧场…”。

大美新疆，我想我会再去的！



图十二 新疆夜生活

今天中午，收到昨天花了5个小时来回、晚上7:30才完成最后一次病理实习的大龄宝妈同学的电话：“何老师，我们医院去年面试季节拒绝我的申请、未给面试的主任通知我，30分钟后，要面见我谈5分钟”。

“好消息！……我如此这般叮嘱了一番一个月来反复强调过的要点，鼓励道：为师对你很有信心！关键在于你自己要做到、2、3，就肯定成功！”……。两小时后，为师的我倒沉不住气了，关切地电话打过去询问她：结果如果？电话那头传来她颤抖着的声音：何老师，我太激动了，面试刚完，我现在还静不下来……，面试过程，完全按照你教和指导的，我就是讲故事，说了我从去年申请本院面试都没有得到、到今天做了什么事，如何提高和改进自己、主任一直很感兴趣和热情地听我说，还不断夸赞我的显著进步，结果，何止5分钟！一直唠了大半天。他问我的问题、我就按你说的用不同的故事来回答证明自己，他很高兴……，最后说，我们也不需要发什么面试通知你了……”。她越说越激动：“我按你说的和他讲故事，我都激动要掉眼泪了、这会儿和你说话我都又想掉泪……”。我说：“我完全理解你此刻的心情，我经历过，我带教的许多宝爹、宝妈们都有过这样经历和感受！你做得很好、达到了我一再强调的——讲故事、让面试官沉浸在你的故事里，你首先感动了自己、才能感动他！今天、你算真正体会理解了我的话，而且做得很好，达到了我说的面试的最高境界！为你高兴！为你骄傲！要再接再厉，认真总结经验教训、为下一个面试做更充分的准备……”！“我一定会继续努力”！电话那头传来她坚定充满自信的声音…… 为她高兴和骄傲！

10/17/2017 美国纽约

一. 引子

不久前，在北美华人医生圈中在流传着一篇题为《十年》的文章。该文出自一位美国华人医生朋友杜玫之手，她用心写出了自己在美国如何成为一位临床执业医师的心路历程以及如何做一个顽强的追梦人。《十年》也写出了许许多多与她有类似经历的那些华人医生们在美国的弃而不舍的奋斗史，在圈内引起很强的共鸣。

在美华人执业医师估计有5-6000人，《十年》作者的经历是这群人的一个缩影，一路上走过来的人，都有相似的历程，走的是相似的路。然而每个人在这条路上绕过的那些九曲十八弯，经历的酸甜苦辣则是各有不同。

有医生朋友读后写道：“难忘的十年！可受的每一点苦，流的每一滴汗都塑造了现在的我们、也融在今天的收获里……”。

也有医生叹道，“（当年）我们夫妻两人一起考，还要养孩子，三四年都没有休过一天假。后来女儿考USMLE时，感慨万千说，竟想象不出我们当年外国毕业的医学生如何会考过并且做出来了。为我们全部在美的华人医生骄傲，这曾是一条炼狱般的旅程！”。

更有医生说，“十年不易，今天的成就辉煌来之不易，感谢当初有一颗坚持的心。如今才能淡定从容地娓娓道来。”

我也在闲瑕之余，细细品味了《十年》，并在《美国医人》上转载了这篇文章。这么多年来，生活本已是四平八稳，本来已经是平静如水的思绪，却又不得不使劲地往回拉，拉回到那似乎已经遗忘许久的我的那十年。似水流年已抹去了无数的记忆，我能回忆出的细节也很有限，只能就随着作者的线索，用洪荒之力去追寻一下能回忆到的那十年。

十年漫漫路，今朝坦坦然 ——忆美国医路

原创 2017-08-05
风城黑鹰 美国医人

我的那十年应属上世纪1992年至本世纪的2002年，也算是跨世纪的十年，是人生之中最富变化性的十年，令人心潮澎湃的十年。



二. 1992至1997年

1992年的冬天显然是十分漫长却又异常寒冷，经过了各种艰难困苦的曲折，终于在12月9日（清楚记得时间，因为那是一二九），口袋揣着仅有的，通过私下换来的200刀（刀是后来流行的，当时很严肃，称美金或美元）开始闯荡美国了，那时虽是一名留在高校的年轻教师，却是一个不折不扣的无产阶级（刚留校时工资每月80元人民币左右，出国前达到了每月120元人民币左右）。那个年代，尽管对西方世外桃源只有耳闻，但是出国仍是高校年轻人奋力追求的目标，所以自然有一种不知天高地厚的，或者是誓死如归，破釜沉舟的信心，有着不破楼兰终不还之气势。

那年代出国的人都要带上厨房用具。出国坐飞机多半是人生第一次，绝对是有刘姥姥进了大观园那样极度的兴奋，以及对了解未知世界的无比的渴望，并且夹杂着深深的焦虑。

记得飞机的航线是从北京至东京，然后从东京至洛杉矶，再从洛杉矶转至目的地波士顿。乘坐的是西北航空公司(Northwest)的航班（已被另一航空公司Delta收购）。因为是无产阶级，所以没有钞票买机票，于是请了一位先出国的好心朋友Dr. H帮我垫上钱在美国购了机票，再将机票从美国寄至国内。到了美国以后，才将机票的钱还给朋友。

告别妻子，登上了飞机。飞机起飞已经晚点了，此时的心情是此起彼伏的，在希望之上，有一种辞故乡，一别遥遥无归期之凄凉。飞机起飞一小时后，一位日本乘务员突然地走到我座位边，彬彬有理对我说，“先生，您随身携带的行李里有一把菜刀，是违法的”，他要把手里的菜刀拿出来收走，于是那唯一的一把心爱的，准备用于在美维系生活的菜刀就这样被拿走了（现在还没有弄明白为什么安检时没有查出，幸好没有被当成恐怖分子）。

屋漏偏逢连阴雨，因为到达东京时晚点，所以没能赶上去洛杉矶的飞机。“刘姥姥”这时也焦虑的不知如何是好。好在最后航空公司安排的有条不紊，在东京住了一宿，并通知波士顿那边晚一天接机。虽然不顺，有一点感受我是记得的，那就是日本人待人接物时彬彬有理的态度，井井有条的秩序，干干净净的环境与故乡形



成了十分鲜明的对比（那是上世纪，现在好多了）。

接下来飞机从东京飞洛杉矶，最终到了目的地新英格兰的波士顿，开始了在哈佛医学院附属医院做研究（postdoc，蹭饭的工作）的日子。记得在出Logan机场时（已是晚上了），老板尼克森-威勒医生与一校友Dr.Z已经在机场等候了。第一眼看着老板，直觉告诉我她应该是很亲切友善的一个人。

一个无产阶级刚刚到达资本主义极致的美国，什么都觉得新鲜及好奇。故乡学过资本主义的特点是压榨无产阶级的汗水，这一点抵美第一天就体会到了。晚上到达后，第二天马上就跟着老板去实验室了，管它时差不时差的，由不着你，美国生活就这样开始了。不过得顺便说一下，到达美国约第十天，那把菜刀居然又寄给我了，我真佩服航空公司的诚信。

那时哈佛各实验室似乎有一个不成文的规矩，周六从老板到像我这样打工的 Postdoc 都要干上大半天或一天的活（估计现在也不会



好到哪儿去），当然正式技术员或员工是用不着的。好在周六下班后，当时有几个校友常聚在一起吃饭，聊天及斗地主。

再回到老板尼克森-威勒医生，那时她大约五十多岁，头发已灰白，她与丈夫威勒医生共用一个实验室。两人看上去都是那种绅士淑女型科学家，说话温文尔雅，待人和蔼可亲，干活雷厉风行，夫妻俩养育着一对可爱儿女。非常感激他们，到美后头二周在他们家寄住，直到租到卧室。

抵美约两周后，正好是圣诞节前，一天，见到一位老人来到他们家，手里扛着一把电子琴，送给孙子，经介绍，才知道那慈祥的老人是爷爷，即威勒医生的父亲，尼克森-威勒医生的公公。后来才知道他叫托马斯·威勒(Thomas Weller)，也是一位了不起的医生，一位因为发明体外培养小儿麻痹症病毒方法而获得诺贝尔奖的名人。这次巧遇诺贝尔奖获得者，让我亲身体验到什么是平等，没有架子了。

25年前网络还不发达，能阅读的中文媒体只有由某一人从网上打印下来，然后大家传着看的《华夏文摘》及25分钱在路边自动售货机上购买的《世界日报》。

到了1994年的某一天，几位做研究的校友又聚在一起，那时候大家多是租一间卧室，外面能捡到一二张椅子就可以坐坐，椅子不够时大家就坐在地板或地毯上。突然间，一朋友说，考Board是一个出路。我当时听懂了，这Board是啥？别笑俺傻哈，真不知道，那时没微信，信息不灵，考的人也不多。朋友严肃地说，考试通过后可以做住院医师，然后在美国可做临床医生了，他们还说知道有人考过了。

刚听说后并没把这当回事，因为自己也没信心也没有打算。那时医学院毕业都八年了，八年间没做临床；又没有绿卡；那哈佛老板们都是工作狂，哪有时间看书？最后，即使能做临床，我那英文可以吗？在实验室马马虎虎地对付还可以，真正人与人不停地交谈，能行吗？总之，此时此刻，在美国做临床医生对我来说仍属遥不可及，似是美轮美奂的海市蜃楼。

转眼到了1995年中，家里添丁了，老大出生了，在那一刻立马感到无产阶级最困难的时候到了，不用说原因了，就是入不敷出的意思。这时真开始感到不能再这样无产阶级下去了，养家糊口是男人基本上应该承担的基本义务吧，再如此下去，家将不家了。

在哈佛医学院各实验室里，多半都是医学院的毕业生。这里的中国人也很多，大家开始交流谈论考Board了（USMLE，美国医生执照考试，即做住院医师的资格考试）。一些成功例子常常会激励自己，一些失败例子也让人裹足不

前。当时医院里有一位俄罗斯人，在故国是外科医生，据说刀开的很好，当时50岁



了，考了N次都未能通过第一步（Step1）。

有位中国朋友，当时已是40出头了，以前一般情况下，都不怎么读书，视力一直保持在20，从未戴过眼镜，平常爱玩，很爱溜冰，溜得极好。为了考试，开始啃书本了，他说，通过看书，把过去医学院没搞

懂的东西全弄懂了。更有趣的是，一路复习下来，在40余岁时得了近视，生平第一次戴上了近视眼镜，他老婆说他开始显示出知识分子的气质了。这老兄最后进了麻醉住院医计划，他成了我的榜样。

因为穷则思变，也因为向往更好的未来，也因为听到一些中国人成功的消息，终于在1995年底，在家里领导的支持下，决定要试一试了，感觉是无产阶级只有先解放自己，最后才能解放全人类。

心动不如行动，没有钱得悠着点。先去哈佛-MIT-Coop书店买了一本新书“《FirstAid》”，然后照着书中建议，按图索骥准备买复习用书。从哈佛医学院学生宿舍里的广告牌上看到有人要卖二手Step1的复习书（那时真是囊中羞涩），于是约好，开车去波士顿对面的剑桥一口气买了六本二手复习书。

书买了，时间却不知去哪儿了。白天得干活，要知道，哈佛老板都是工作狂（重要事说三遍），他们也指望下面的打工仔也是工作狂。平常一般要到六点半以后才能下班，偶尔中途有空时，就去医院图书馆看20至30分钟的书，晚上则去哈佛医学院图书馆看两个小时书。周末尽量多看书。那时很少有人上考试复习班，多半都是自学。看起书来是较为吃力的，有时觉得呼吸都跟不上气，这样坚持了半年就稀里糊涂地考了第一步，跌跌撞撞地过关了。

这时已经到了1996年。开弓已经没有回头箭了，第一步考完后，紧接着要准备第二步（Step2）考试。

自从1992年到美国后，除了周末及法定假日，还真没有休过假。在实验室，图书馆及家里这三点之间又苦苦地熬了半年，又跌跌撞撞地通过了第二步（Step2）考试，接着是英语考试。英文考试是最容易通过的。我那时还不需要考第三步（Step3）临床技能考试，似乎以后是要考第三步的。



在准备Step2时，也开始准备申请住院医师Match所需要的信息及文件。那时没有在线申请，各种文件，证明都要寄到各个Program去。这也是一件很费时费力的事。包括要从母校要成绩单，文凭，USMLE第一步，第二步及英语成绩，推荐信，个人陈述（Personal Statement）。

这些过程对我是一个极大的锻炼。对于一个中国医学院毕业生来说，这是一个全新的概念，即住院医师训练Program是成为执业医生的医学教育的一个重要部分，在美国，医学教育包括4年大学（college undergraduate，或医学预科，Pre-Med, Bachelor），4年医学院（Medical school, Doctorate of Medicine）及3-7年不等的住院医师培训（属于Post-graduate medical education，训练完成后也会发一个备案的正式文凭）。如果要做专科或亚专科，那还得花一至三年做临床Fellowship。

申请送出后，有一种短暂的如释重负，那时能做的就是等待并祈求上天，不久能收到一些面试的通知。

1996年下半年，陆续有些面试通知来了。面试前，买了一本指导如何进行住院医生面试的书，书名已经记不清了。有空也常常与周围面临同样面试的中国人互相交流经验。慢慢知道面试的一些诀窍。面试无小事，从着装，整齐的发型，到敲门，握手，打招呼，握手，入座，眼神，到准备回答问题，问问题都得进行充分的准备，控制好回答的时间，表情，对面试医生的临床兴趣，对医院的强项等等都是准备内容的一部分。为了面试，信用卡估计用了不少，专门买了两套西装，几件衬衫，皮鞋及领带——整个像上了一层楼似的。

我们这些外国医学院毕业生是要与美国本土的毕业生来竞争的，我们的缺点是语言及文化，那时年龄也许是一些中国考生的缺点，还有就是缺乏美国医院的轮转的经历。为了补缺，专门在工作的医院申请了推病人的志愿者，做了一两个月，下班后晚上去干一个小时。但我们也有优势，那就是成熟，能吃苦耐劳，社会经验丰富，有较强的推荐信。

随后数月里，陆续地有幸获得了近20余个面试邀请，除了一两个最后觉得没必要去外，几乎那段时间不是开车就是在全美飞来飞去。记得有一次去Burlington, Vermont, 头天开车去，住一晚，第二天面试（一般半天到一整天，见几个faculty, 与住院医吃午饭，参观医院及科室等），晚餐后，连夜开车赶回波士顿，在新罕布什尔州高速上被警察叫停，当时只开到76迈，被罚超速驾驶，心情一下子就变得抑郁了，一般情况下76迈是不会被叫停的，也许警察当天的任务没有完成。



还有一次面试是去UVA 那是一个偏远的大学村，转了几趟飞机，最后乘了一架几人座的小得不得了的螺旋桨飞机，那种飞机现在都不敢坐了。

还有一次，面试回来坐的一架西南航空飞机，在降落时，怎么也落不了地，最后告知，我们飞机起落架不能打开，正在试着机上修复，你说这还不吓坏了乘客的胆吗？谢天谢地，飞机最后终于着地了，乘客均热烈地鼓掌叫好，不叫好行吗？

最不能忘记的是在达拉斯德州大学西南医学中心面试。那位面试我的医生非常冷淡，口气十分傲慢，似乎开始就意味着结束，整个面试中，他把转椅转了一个180度，面对窗外，屁股朝着我，第一个问题不是问我本人信息，而是开启一个神经内科病例，这真是一

个罕见的面试，可能是唯一的有屈辱感的面试。当然最后在呈交我喜欢的住院医programs列表上，自然也没有写上这个Program。

三. 1997-1998年

在四处面试的日子里，在九七年一月初，我们家又添了老二。添丁增口一面高兴之余，另一面则是紧张。

在没有面试的日子里，每天早上七点钟在哈佛各个医院去听一小时临床医生的病例讨论及大查房，因为没有机会与病人接触，听听这些临床讲座至少对专业术语的听力有帮助。幸运的是有时候能听到一些名医如Martin Samuels 医生的讲课，那时听来听去还有一大半听不懂，不过听得越多，懂得也渐多了。



在所有面试结束后，接着是要将面试过的学校或医院program 进行排序，将自己最希望的Program列在最上，可以接受的但不是那么渴望的放在最下，列出名单表后，将表交给第三方。同时，那些学校或医院里也将他们面试过了的申请人也按他们的喜欢顺序排列出来，交给第三方。最后，在事先约定好的那一天，通过电脑程序，将你选的培训Program 及也选了你的Program 进行配对，叫Match，在那一天即Match 日，就知道你被哪个Program 接受了。说白了，就像是给男女做媒，一方为大学或医院，另一方为申请人，第三方为媒人（National Resident Matching Program, NRMP）。

每年三月是住院医生及培养住院医生训练计划中心的Match月。住院医生在截止日前呈交自己想去的中心给第三方—国家住院医生Matching计划（NRMP），培训中心也在截止日前向NRMP呈交他们想要的住院医生，经由NRMP来匹配，决定住院医去哪儿，同时也决定培训中心录取了哪些住院医生。所以双方对此都十分重视。

我申请的是神经内科专业，与很多专科一样，神内第一年（PGY1, Postgraduate year 1, 又叫Intern）要做所谓的预备年（preliminary year），主要是内科为主，然后才能做三年的神内住院医生（PGY-2-4）。这就复杂了，即既要申请预备年又要同时申请神经内科，所以有两个Match结果，两个必须都要Match上。

有少数神内Program 会将预备年绑在一起，即如你match到了神内，神内自然保证预备年也有位置。有些人被match到了神内，却

没有match到预备年而失败了。所以在填排列表时，尽量先填能绑定预备年的大学或医院。

如上所述，三月是match月，在Match前晚是绝对紧张的，焦虑的，甚至是有些恐惧的。一年多没日没夜的努力就要揭晓了，自己的命运也就决定了。这一晚是失眠了的，夜半三更在苦苦地盼望着天明。

好在运气好，这一天是改变命运的一天，首先知道自己Match上了，然后知道match到了密苏里大学-哥伦比亚分校，包括了预备年及三年神经内科。这一天有范进中举之感，可谓是“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”。

接下来数月应该是体力上较为放松的一段时间，对未来怀着憧憬的一段时光。但是为了七月一日的住院医师能正式开始，又要准备一些文件申请临时行医执照及办理其他各种文件。另外准备要离开波士顿及去到一个中西部大学小镇了，真是还得有一段心理的适应。此外，还得辞别昔日的朋友，老师及老板。



一晃就到五月底，该离开这被我称为第二故乡的波士顿了——来美的第一目的地。在那儿，生活了近五年，开始了真正的认识美国文化与融入美国文化之旅，开始有了孩子，家庭变大了，也有了绿卡，考过了USMLE，并成功地Match上了。

离开波士顿的心情是复杂的，离开朋友，离开人头涌动的城市去一个中西部地广人稀的陌生的地方，内心本来就有些不踏实，更重要的是面临着前所未有的，更严酷的挑战。与朋友们道别一刹那，总有“劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人”凄凉之感。

车开上了路，向着西南方向驶去，车后座是5个月的女儿及将要满2岁的儿子。在宾州西部小村住一宿后，第二天到达了目的地。

接下来的日子才是真正炼狱般生活的开始。

七月一日是全美新住院医开始的日子。美国第一年住院的节奏让我懵了。首先对电脑系统不熟，其次节奏快，再次发现还真有语言障碍。来美近五年，以为基本英语听力及对话应不成问题，结果头一个月很多英文还只能听个半懂。

每天早上5-6点就要起床，七点以前要把管的病人先查一遍。每个病人的症状，体征及当日及昨日血液，放射报告等都要记得清楚。七点到了，年长

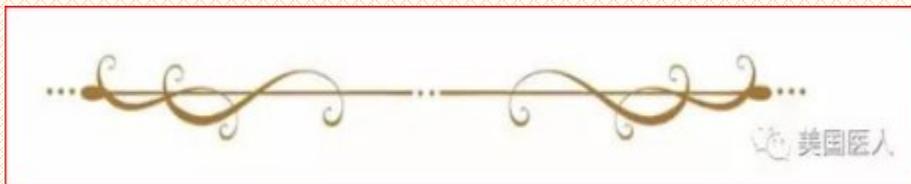
住院医就要跟着一起再查一次。第一年住院医师必须完整规范地口头汇报病情。刚开始经常忘这忘那，有时会遭到白眼或批评，然后要写病历，等候Attending Physician的正式查房。查房是学习的重要组成部分，这时Attending Physician会问很多问题，答不出来就很难为情，一般会先问第一年的，答不出就轮到年资高的住院医。对于每天查房中的问题，在晚上有空时必须看书或查文献。查完房后，要把医嘱开完，送样本到实验室或从那儿取结果，打电话去实验室，打电话请各科会诊。美国人的节奏快，要求送出的样本尽快第一时间拿到结果。如果年资高的住院医拿到了结果，而第一年的还未知，说明第一年的效率不高或工作不努力（那时电子病历没普及）。

一般中午有一小时病例讨论，边吃边听边讨论。每天几个典型的病例。另外除了书本外，美国人要求查新文献，永远保持在知识的前沿。美国人还讲讨论，这时真没有什么第一年住院医，年资高的住院，attending，教授区别了，你最好踊跃地表达自己见解，能把上级医生挑出一两个错误也不错，能讲出最新文献更好。刚开始几个月，总是觉得美国毕业生很能侃侃而谈，后来我也慢慢地适应了。

每个月轮转至不同地方，每月底，带我的attending都要填一份对我每月表现的评估鉴定表。有些住院医师就因为评估不好而被辞退的。另外，也偶尔听到这儿或那儿的住院医自杀了的，包括像我们这样从中国医学院毕业的住院医。不过在密苏里大学医院里，有一个不成文的规矩，那就是在每月末换attending之前，要离开这一轮的attending都会带下面的各级住院医师出去吃一顿饭，似乎在感谢我们一个月来的辛勤工作。不知道这是不是密大的规矩，还是中西部人们特有的热情。

最难受的是值班（on call），这是最艰难困苦的一环，第一年基本上每三至四天一次。美国住院医师的值班一般从早上到第二天下午之后才能下班。要不停地收新病人，办病人出院，写病历，写医嘱，总之是做不完的事，当然要干净利索最好。记得最难受的是在CCU轮转一个月。每三晚值一次班，心脏病人情况又多，晚上是每几分钟都会被叫醒，基本上是连续36小时没怎么睡觉。

有一次，同样忙完了一天的活，已是凌晨两点了，在值班室准备打个盹，呼叫机又响了，每每听到这种beep,beep的尖叫声，脑袋都开始大了，两颗叶感觉膨胀，一般情况下也许回个电话就行了。但是护士坚持要去病房，迷迷糊糊地到了病房，



护士说，病人已死亡，但需要医生正式宣布。我一听有点懵了，首先问了下如何死了，有急救没有，问了一通，还是不知道如何宣布，于是我只好在这一最不好的时间，即凌晨熟睡之时，叫醒了上级住院医，当然随后几天，都没看到过上级住院医的好脸色。

那时还没有每周上班不超过80小时的封顶，超过80小时工作是常规的。每天



回到家，第一件事不是吃饭，而是睡觉，太缺乏睡眠了，任何时候倒下便能深睡。那时，与孩子在一起的时候太少了，是一大遗憾。

三个月后，开始感觉能上点路了。中国人工作认真勤奋，少埋怨，少报怨，当天任务不完成不休息，这是有些美国住院医所缺乏的，勤能补拙在这里得到了印证。这样，第一年的预备年就在苦中求乐中快要结束了。

虽然很苦，但学到的系统医学思维方法，理论与临床的有机结合方法，医学伦理与人文知识，如何每日能站在知识的前沿的训练都是以前没有学到的，真是大开眼界且终生受用。记得内科主任韦伯（Weber）医生是刚从芝加哥过来的，他首先送给每位住院医生一本他写的临床内科指南类的书。前言第一句话，就是“Medicine is a noble profession”。这句话我终生难忘，让我在困难时有继续向前的动力。翻译过来也许不太精确，即“医学是一门高贵的职业”。这里的关键是高贵二字，理解不应该是常人认为的地位高贵，而是在救死扶伤这一点上，没有什么比病人把生命交给医生这更高贵的了。

在行将结束的预备年时，人的欲望总是不能满足。从波士顿到地广人稀的密苏里的哥伦比亚小镇，本来有一个不适应。哥伦比亚只有一个中国留学生开的商店，每周末才从芝加哥运一些新鲜菜过来。虽然我没有时间购物，但是家人也不太适应。以前在住院医生面试时，曾到过伊利诺伊大学芝加哥分校（UIC），当时的Program director 布任特就对我很感兴趣，我也喜欢那个地方，但因为UIC不提供预备年的捆绑，所以我选了密苏里大学。于是在预备年快要结束的几个月

内，抱着侥幸的心理，与布任特医生通了电邮，他回答令我很振奋，说他还保留有我的申请资料，但仍然需要通过match才能决定。于是我又给NRMP送了一个表，上面只有UIC。冬去春来，在又一个三月份时如愿以偿地被UIC神经内科接受了。

四 . 1998-2001年

话说到三月份被UIC神经内科录取，其实自己心中也很内疚，因为一年前已经被密苏里大学神经内科录取了。我该如何对密苏里神内主任开口说不来了呢？他会怎么处理呢？在心中不安之时，问了一下美国人，包括要去的伊州大学的布任特医生。几个美国人均说，只要是对你自己未来有好处你就做，而不要犹豫不决。于是壮着胆子去密大神内与主任约谈了，当然神内主任是很不高兴的，也很惊讶，因为另一位应该来的住院医也决定去东北大城市去了。这样，下一步即是奔赴向往的芝加哥了。

大约是六月初，把预备年的休假攒在一起，休息一月。那是风和日丽的日子，从Penske租了一部中等大小的搬家用的卡车，在哥伦比亚加了油，在加油站里买了点吃的带上，发票都没有看一眼，便开着卡车上路了（半年后偶查账单才发现，莫名地被多收了500刀）。当时的心情是愉悦的，其一，这预备年终于熬过了；其二，又要去大城市了，比波士顿更大的城市。一路不停歇地开了七个小时，大有“即从巴峡穿巫峡，便下襄阳向洛阳”的感觉。

七月一日又按例是新一年住院医生开始的第一天。这时，已没有刚开始时的那种极度的焦虑感了。不过虽然是毕业后第二年住院医（PGY-2），但是却属于神经内科的第一年，面临的也是很多新鲜的东西，新的地方，新的医院，新的科目，新的系统，新的人员。既然是新的，则意味着有许多东西要学习。

首先是伊州的住院医培训的执照还没批下来 - 谁知道拖在了哪个环节上，于是只能每天跟着看，大约数周后，才获批准。这是一把双刃剑，一面是正好花些时间熟悉情况，另一面却为还未能走入正轨而着急。

说实话，在预备年后，似乎有了“曾经沧海难为水，除却巫山不是云”之感。年资越高后，似乎事情也越来越容易了，一切变得更加得心应手。

与预备年相比，除了二三个attending外，芝加哥神内的attending在轮转结束后几乎不会带住院医出去吃饭，当然他们仍要在月底为我们填写评语表格。我知道这儿有个别住院医是被劝退了的。

在第三年住院医下半年时，即2000年，即到美国后的第八个年头，终于有一次休假，经香港第一次回家看父母了，在我的眼里，父母老了，在父母眼里，我也“老了”，然而那是一次难忘的记忆，因为下次再回国又不知是何年了。

神经内科要在大学医院，老兵医院及南部一家私立医院轮转。在南部那家医院最难熬，不仅病人多，而且每天有一attending, Dr.W带着查房。Dr.W是一纽约Bronx人，个性特别，对住院医非常严，经常要把住院医问得两颊冒汗，或眼眶泛红为止，然后开讲黄色笑话。不过学到的东西也多，他要求我们一个病例听下来后，要有立即不假思索地说出三个鉴别诊断的能力。

在大学医学院则是每天早上七点开始住院医病例讨论，每周三MRI及CT多学科会诊等，每周二雷打不动的大查房（请名医作前沿进展讲）。

就这样，三年的神经内科住院医也要在2001年夏天的时候毕业了。就像在密苏里大学发给预备年证书一样，六月底，也顺利地 from 伊利诺伊大学-芝加哥分校拿到了三年住院医培训证书，神经内科主任还专门在他家为这一年的包括我在内的仅三位神内毕业生举办了毕业典礼，三个住院医中，其他两位都是美国医学院毕业的。



在毕业前半年，一般都要为毕业后找好出路。有人会直接去工作，有人会继续申请神经内科的亚专科Fellowship，我选择了后者。就在最后一年轮转至脑电图时，遇到了脑电图前辈约翰·休斯医生，他直接决定接受我为他的Fellow，开始为期一年的临床神经电生理亚专业培训。

如同住院医一样，Fellow也是七月一日准时开始。本来，一年的临床神经电生理Fellow应该是没有call了，那应该是极大的减压。只要有充分的睡眠，再忙也会坚持下来。然而休斯医生虽是近七十岁老头，白发苍苍，但走路仍健步如飞。他有在美军做军医的经历，曾在军队医院服役过，所以背后大家又称他“上校(Colonel)”。他要求每天早上6点钟准时到达脑电图室，一起阅读头一天的脑电图。因为曾是军人，如果早上6点01分钟到，那休斯医生就会不高兴，春夏秋冬必须如此。后来听以前的师兄师姐们说，他来的这么早，是为了占领那一个离电梯最近的停车位。说起休斯医生，他是哈佛及牛津博士，是脑电图的前辈。七十几岁还每天爬楼梯上楼。休斯医生对发脑电图报告要求异常严格，用词决不能多也不能少，不过学到的东西也是货真价实的。



一般下午要去肌电图室，那是一位名叫巴尔的犹太医生带着Fellow，她人很好，但时间上较为宽松。

再回到休斯教授吧，唯一的一次我让他有些恼怒了。他准备了一次讲座，是晚上在芝加哥有名的叫做“Everest”的法国餐厅，他特别邀请了一些听众，当然包括他的Fellow，我在内。那时我一边学神经电生理，一边准备神经内科的专业Board考试（那时是三天的考试，包括三个真病人临床考试），所以花了很多时间准备考试而忘了出席休斯医生的讲座。第二天，他很生气，一直有几个礼拜气才慢慢地消退。我当时很后悔，做了一个政治十分不正确的事。

做Fellow期间当然也发生了举世震惊的911事件。

那是2001年9月11日，那一天世界改变了，也改变了我。那一天注定是刻骨铭心，无法忘却的，虽然已是15年前，但回想起来却清晰如昨。

我当年刚做完住院医生，进入临床Fellowship第三个月。上校平常带有军人的气质，如上所说，每天早上要求俺6点钟准时到达脑电图室，他也是那时候进来，一起读前日的脑电图（现在都是当日读了）。

那天早上他如往常一样，6点钟了，外面仍是一片黑蒙蒙的。我们坐在室内开始常规读图，不过他气色看上去有些不太好，我知道他对于我几天前缺席他的一个讲座仍然耿耿于怀。但早上上校的确有些不同寻常，似乎有些不详的预兆。脑电图室的其他员工一般是七点半至八点上班。脑电图快读一大半了，大约七点半钟，突然有人敲门，一般情况下，员工都知道我们在读图，无事是不登三宝殿的。

门推开了，原来是技术员珍妮，她是一位中年黑人，带着惊恐的眼神及口吻，“你们看到了吗？哦，上帝，不可思议...”。

六 . 后记



这十年是辛苦的十年，其中五年的临床艰难困苦

的锤炼，学到的东西却也是言语及文字无法表达的，融入美国社会的能力，工作能力，领导力，执行力，与人打交道的能立，自信心得到了极大的增长与提高，少了些焦虑，多了些淡定与从容，可谓十年漫漫路，今朝坦坦然。这十年，因为值得，所以无怨无悔。双鬓虽多年作雪，寸心至死如丹。再回首，曾记否，到中流击水，浪遏飞舟的时刻？

当然也有些遗憾，因为五年里基本只能英文交流，很少用中文，所以有一段时间用母语的能力显著下降，本来毕业工作后，就想将这一段经历写出来，却因种种原因，包括中文写字速度太慢，想不到恰当的词，有些字说得出口却写不出等而放弃，所以只留下一些提纲。还有另一遗憾就是与亲人朋友乃至家人在一起的时间过少，现在得加倍奉还。

有人问我，如时光能倒流，仍否会重新来一次那十年，答案是清楚的，那就是仍愿衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴；冲着那如铁的万道雄关，仍会迈步从头越起。

最后，在此一路上，除了感恩父母，太太，孩子外，我还得感恩一些帮助过我的贵人们，这包括为我垫付了机票的朋友，接飞机的朋友，一起玩的朋友，在美之初让我熟悉并给予指导的所有朋友们，Dr N-, Dr W, Dr L, Dr 韦伯，布任特医生，海尔医生，休斯医生及未能点名的朋友们。



感恩一路上有你相随！

上校停下手中的一切，转过身，问珍妮，“出了什么事？”。

“双子塔倒了！”，珍妮说道。

“你开玩笑吧？”上校充满了疑惑。双子塔可是美国的象征，高大，威武，直直地耸立在曼哈顿，那可是真正的钢铁之躯啊，哪能倒下呢。我每次在纽约路过时，都要充满敬畏地仰视着她们。

“是的，电视上，收音机里都只有这条消息，两架大型载满乘客的飞机分别撞到了她们了”。珍妮沮丧地说着。

我与上校顿时懵了，这只能是在做梦呀。我们停下了读图，冲向隔壁的电视房间，真的，看到了，倒了。这就是随后15年中的时刻浮现出来的悲惨画面，那半身飞机，那滚滚的浓烟，那奔跑哭泣的人们.....。第一次真正实时耳闻目睹了当今这世界上有那么多无比邪恶的东西，让数千无辜的人们瞬间从此失去了丈夫，失去了妻子，失去了父母，失去了儿女.....。不象债有主，冤有头的有目的

仇杀，那种邪恶却是随机地针对无冤无仇无辜的路人。

那天，所有的人都惊呆了，我专门去买了一张芝加哥论坛报，一整版全是对事件的报道及照片，这张报纸一直保留在我的书架上，报纸边缘已经渐渐地泛黄了，似乎在诉说那15年前发生的不堪回首的往事.....。



好在美国人的习惯是不停留在悲伤上，不纠结于过去，他们身上总是充满着的一往无前的乐观气概，自由把美利坚这块土地与人们紧紧地连在一起，在那几乎被相当于原子弹威力的震慑下，美国又很快地站了起来。

在2002年春天的一个上午，休斯医生突然告诉我说，帮我找到了一份工作。他十年前的一位叫扎克的学生，给他打电话问有没有fbv今年毕业。扎克太忙，需要招一名医生，于是就这样，在面试后，在毕业前，把工作敲定了。

许许多多的人会在七月或八月时休息一段时间再上班，但是那时我有两个孩子，必须养家糊口，于是在六月卅日毕业后，便于七月一日开始上班了。



同济医学院医疗系七七级三大班毕业35周年

聚会在美国拉斯维加斯城

2017-10-03 臧爱华

美国医人

同济医学院医
大班毕业35周年
2017年10月2日
Excalibur宾馆举
名同学及亲友参
中国国内的同学
校园一别已经三
同学们相见时的
动，见到久违的
拥抱、尖叫，是
束，那一张张笑
一声声称呼宛如
记了自己的年
己的身份，又回
大学生生活。



疗系七七级三
的团聚活动于
在拉斯维加斯
行，共有90多
加，其中来自
及亲友63人。
十五个年头，
场面令人激
同学，握手、
那样的无拘无
脸依然亲切，
从前，仿佛忘
龄，忘记了自
到了35年前的



十月一日晚间拉斯维加斯的枪声搅乱了同学们的相见，有的同学街头狂跑，有的同学躲进了厕所，有的同学阻拦在其他宾馆，还有同学乘坐的飞机不能按时降落……，同时也惊扰了远在祖国母校的担心。



枪击案发生的现场



10月1日文，拉斯维加斯枪击案之后

十月二日清晨，三大班同学胡克勤（同济医学院海外校友会前任主席）的手机里收到了来自同济医院党委书记吴菁的亲切问候：惊悉你们聚会的拉斯维加斯发生枪击事件，非常牵挂同济七七—三聚会的校友们！祝愿同学们一切安好！

胡克勤同学立即回复：谢谢母校及领导的关心，我们90多人已经全部平安进入了Excalibur宾馆。有祖国的支持，有母校的关心，七七级三大班同学聚会在欢快激动的氛围中，又增加了自豪及淡定！

上午9点，大班长张韵龙提议：为十月一日晚上遇难的50多人默哀。之后聚会正常进行。



胡克勤（同济医学院海外校友会前主席）



同济773聚会电子编辑组



大班长张韵龙



同济医疗系77级3大班毕业35年聚会上的旗袍秀



藏爱华代表大班为王刚同学颁发杰出服务奖



同济医疗系77级3大班毕业35年聚会上的舞蹈

三十五年岁月如歌。会场上放映了一张张当年在同济校园的黑白照片，勾起了很多的回忆；当胡克勤同学分别朗读同济医学院党委书记、院长陈建国、同济医院党委书记吴菁、院长徐永健、同济医学院海外校友总会主席向惠云博士发来的贺信时，聚会气氛进入到高潮。一九七七年的高考，我们分别从田间地边、从工厂军营、从祖国不同的地方，因为梦想来到同济，在同济校园里接受了五年系统的医学知识的学习及学习习惯的培养，从此开始了人生新的篇章。

同济医学院医疗系 77 级 3 大班毕业 35 周年聚会贺信

医疗系 77 级 3 大班同学们：

欣闻你们金秋十月相聚美国美丽的拉斯维加斯城，举行毕业 35 周年的聚会，我谨代表华中科技大学同济医学院，并以我个人的名义，向你们致以热烈的祝贺！

七七级是国家恢复高考的第一届大学生，是中国高等教育史上的一个特殊群体，见证了国家拨乱反正、向知识和文明回归的崭新历程。你们抓住了改变命运的历史机遇，成为恢复高考后同济医学院第一批医学生。你们不负韶华，带着对知识的渴求，接受母校的精心培养，获得国内一流的医学教育，圆满完成学业，也结下了深厚的母校情结、师生情谊、同学友情。七七级校友在校期间，惜时如金、刻苦学习的故事，常常被母校老师作为教育后学的范例。



华中科技大学
同济医学院附属
同济医院
Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College
Huazhong University of Science and Technology (HUST)

致同济医学院医疗系 77 级三大班同学的 贺 信

同济医学院医疗系 77 级三大班各位同学：

欣闻你们在美国聚会，纪念参加高考 40 周年、毕业 35 周年，非常难得，很有意义！在此，我们谨代表同济医院向你们表示热烈的祝贺！

作为恢复高考后同济首届大学生，你们心里已经深深地打上了“同济”的烙印，“恰同学少年，风华正茂”，四十年不离不弃。——同济，是青春不老的秘密。

你们对同济医院情深意切，见习实习于斯，启蒙于著名前辈，受教于袁法祖、夏德生、戴桂木、过晋源、邵两扬、钱生福、郝连杰、金士翔、蔡桂茹、顾美媛等教授的大家风范，在这里，你们学有所成、术有所强，插上了飞翔的翅膀。——同济，是人生成长的阶梯。

同济医学院 77 级 35 周年聚会贺信

敬爱的同济医学院 77 级 3 大班全体校友：

很高兴得知你们将于 2017 年 10 月 2 日在美国 Las Vegas 举办毕业 35 周年庆典活动，我谨代表同济医学院海外校友总会及世界各地海外校友对这次盛会表示衷心的祝贺。

77 级是中国恢复高考以后第一批进入高等学府的大学生，你们的经历与不屈不挠的奋斗精神始终是我们大家学习的榜样。经过几十年的奋斗，一大批 77 级校友如同济医院马丁教授、协和医院黄士昂教授这样的杰出人才在中国医药卫生领域脱颖而出，77 级的校友在世界各地的临床医疗及科学研究领域也成就非凡，我们祝贺你们取得的成就并感谢你们为人类卫生事业的奉献精神。

我们特别感谢 77 级校友为创立与发展同济医学院海外校友总会所作出的巨大贡献，77 级的校友先后有唐大春、李白涵、胡克勤历任总会主席及董事，张晓静任董事会成员，对各位的辛勤付出我们表示衷心的感谢，期望各位继续为同济医学院海外校友总会发展壮大献计献策，与世界各地海外校友一道把同济医学院海外校友总会发展成一个有国际影响力的组织。

三十五年岁月沧桑，一路走来，同学们经历着风风雨雨，如今已一树花开。有的同学来到美国等发达国家发展，还有些同学终身留守在自己家乡这块热土上。



拉斯维加斯的中秋

郑晓边，同济医学院78级校友

中秋前夕，校友群传来信息：同济医学院77级三大班的数十位校友团聚在美国西部拉斯维加斯，经历了一场真实的“枪击案”……连续几天，校友们为无辜的受害者与伤痛者祈祷，为同济的旅游团队幸运无恙而宽慰，为生活在海外的游子们的身心安全而担忧！

77级三大班校友的美国团聚是同济医学院同舟共济精神传承的见证，曾经有一百多人的大班同学超过半数的校友在毕业了35年后，又团聚在太平洋彼岸的美国西部……这是极其不容易实现的梦想，得益于校友们的专业素养和创业能力，得益于同济的提壶济世精神的种植，更得益于中美人民的友谊和当今趋向世界和平、向往幸福的美好愿望！

77级三大班是同济医学院的一个班级代表，在同济77-78级人才济济、精英辈出的医学生中比较突出，该班的许多校友都是我的知己：康奈尔大学工作的王钢教授是我的好朋友，张晓静与王凤与我同在医学院艺术团，鲍敏、罗云、臧爱华都是曾为我服务的优秀医生……这些同济校友都是帮助别人、救死扶伤的好医生、好学者！

晓静的一段“九儿”之舞，唤醒了我对同济文工团的生活记忆，我想念那些同窗的岁月，那些舞台上曼妙的舞姿和乐队和谐的旋律……为什么校友40年还保持着青春的热力？为什么海外生活了30年的校友还怀念《红高粱》时代的红色情结？

“枪击案”扭转了我的联想，一种生存的恐惧笼罩了校友的心情！记得5年前我与妻子到美国西部以荒





凉著称的内华达州旅行，那里土地贫瘠荒凉，一望无际的沙漠中只有军队的坦克群在演练，没有青山绿水，甚至看不到任何农田庄稼！为了发展经济，内华达州通过博彩业的立法，戏剧性地在荒凉的沙漠滩上人工塑造了一颗璀璨明珠——拉斯维加斯赌城，用提高人们生活欲望的方式迅速云集了全世界的赌徒和闪婚的人群，博彩业成为该州的经济支柱。当然，我不相信校友们去拉斯维加斯城是为了豪赌，那里只是了解西方世界最典型的窗口。

校友们告诉我，她们今天就要离开拉斯维加斯，飞回各自的家园——包括美国和世界的东西南北中。我已在多个校友微信群中真诚地表达了中秋的祝福，希望校友们路途平安！顺利回家！十五团圆！



“枪击案”的评价和檄文已铺天盖地，作为心理学者，我无意发表政治评论与“枪支泛滥”的社会控诉……但我相信，经历了拉斯维加斯“枪击案”的校友及其亲人、乃至全世界爱好和平的人们定会有自己的思考：老年人的生存与生活方式、音乐会与博彩业的社会影响、民族与世界的和平相处、人类生活的幸福理念与精神追寻……

为无辜的受害者与伤痛者而祈祷！为拉斯维加斯中秋之夜的世界游客的平安而祈福！

（照片来源于校友微信群）



回忆渡江

原创2017-08-10

Wu Rong 美国医人



看到

群友发的716渡江照片，心潮澎湃，思绪万千。记忆的闸门瞬间打开。喇叭里歌声嘹亮，长江两岸红旗飘扬，仿佛回到了40多年前中学时候。

那时已是文革后期，每年7月16号武汉市都要组织渡江活动，各个区的工厂、企业、部队、学校都会派队参加。自己有幸连续几年参加学校方队的渡江活动。

渡江活动要提前一个月训练，每天都驱车整队到东湖训练游3千多米，有时从武大这边下水游到湖心亭再游回武大，大概有一万米左右。练体力、耐力。记得第一次参加渡江，没有经验，凭着有体力耐力和初生牛犊不怕虎的劲头，牢记领队老师的嘱咐，下水时盯着长江大桥对岸的第二个桥墩游，到汉水和长江汇合处，浪高水急，这时要盯着对岸的电视塔游，抢过汉水和长江汇合处，就不会被冲到下游，否则我们就要到下游的阳逻去找你们了，老师对我们几个小女生如是说。当时还不以为然。在汉阳门下水时，看到宽阔的江面，听到湍急的水流声，闪过一丝的犹豫，只听到一声“下水”，匆忙中随着队伍下水了。

江面浪高水急，一会儿前排队友仿佛在两层楼高，一会儿自己仿佛在楼上看到前排队友在楼下一样。稀里糊涂，随着方队就到滨江公园沙滩上岸了。上岸后清点人数，都到齐了，老师还表扬了我们几个女生，没有拖大家的后腿。





有一

年的渡江活动记忆犹新，应该是75年或76年，那年长江涨水，流速很快。同往年一样训练，临到渡江时，领队潘老师表情凝重，找到几个骨干，商量安排渡江事宜。印象最深的是两位刘姓学长，一个在前面领游指挥，一个在最右排前面压阵。下水前，看到前面的方队，一下水就被冲散，大家都有些紧张。这时潘老师给大家鼓劲，增强信心。下水后，江水一度把队伍冲乱，领队的刘学长带着大家拼命地抢汉江汇合处，因抢速过快，我们很快就游到了对岸的集家嘴驳船附近，长江沿岸都是驳船，水流湍急很容易被吸到船底。领队的两位学长声嘶力竭不停地喊着“不要靠近驳船”...！终于顺水冲到滨江公园上岸。清点人数一个不少。回头一看，江面队伍冲得七零八落，“妇女能顶半边天”的浮动标牌已经被冲到黄埔路段，几艘军舰正在那里拦截。“好悬了”，听到潘老师说了一句。

很多年后，在医院产房上班时，一天来了一位产妇，问病史，是第二胎，这在当时严格的计划生育政策下是不多见的。产妇告诉我，第一个男孩在小学五年级时，参加渡江活动失踪。因为那年涨水，流速急，据说有五个小孩失踪。听到这，不禁想到自己的渡江经历。感谢潘老师！感谢学长们！悠扬的歌声回荡在耳边，是孙悦的“祝你平安”！

2017年7月于多伦多



Vanderbilt 大学是南方最著名的大学之一。早有耳闻，一直没有机会去参观。这次追逐日全食，大学所在地Nashivill是全日食覆盖范围里最大的城市。感谢汪学姐的邀请，我们决定把观测地定在Vanderbiit大学，一边参观，一边观测日全食，一举两得。

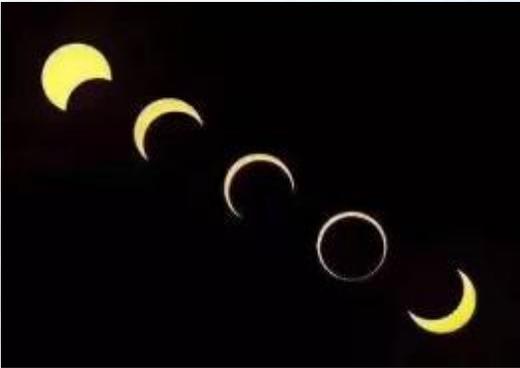


早在今年三月就得到日全食的消息，看到亚特兰大并不在日全食的覆盖范围内，也想过追逐计划，但没有动力去实施。直到儿子们在日食前的一个星期，突然兴趣大增，提到了买眼镜和追逐计划。微信朋友圈威力巨大，我问了一下眼镜问题，朋友玲马上提出送给我一副日食眼镜。接着，朋友薇薇帮我买到了2副眼镜，终于尘埃落地。我周五晚上拿到眼镜的时候，欣喜万分。

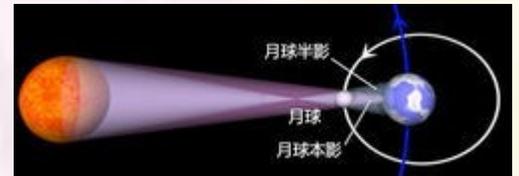
NASA did it better. Amazing sight from space.



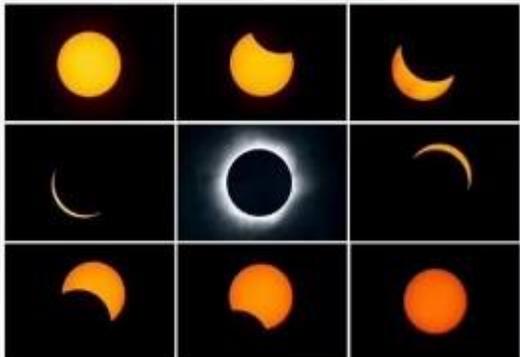
去哪里观看？亚特兰大只能看到日偏食，乔治亚州有几个开车2小时的日全食观测点，天气预报在不断变化，感谢好友竟把我拉入追逐日全食的小组。最后，确定开车到Nashivill观看。上网一看，旅馆全部客满。看来追日一族早早就定下了计划。感谢汪学姐邀请我们去Nashivill做客，解决了燃眉之急。



小儿子周日晚上6点从芝加哥飞回来，我和老大决定直接从机场出发，开到校友汪学姐的家里。飞机晚点了半小时，我们上路时，已经快7点钟。除了亚特兰大Downtown塞车之外，路上十分顺利，一路上美丽的夕阳和晚霞相映成辉，南方的田园风光，让人心旷神怡。田纳西有一段山路，十分惊险，尤其是下坡，可谓步步惊心！6%的坡度！过这段路时，天已经全黑了，惊出了一身冷汗。



日全食是日食的一种，即地球上部分地点的太阳光被月亮全部遮住的天文现象。日全食分为初亏、食既、食甚、生光、复原



五个阶段。由于月球比地球小，只有在月球本影中的人们才能看到日全食。美国大陆的日全食预计持续两分半钟，相比以前的日全食时间较短。在美国有一亿人看到这一天文奇观。我们就是那批追逐日全食的人们。

此次日全食从太平洋西北地区开始，俄勒冈州是最先开始的地方，然后向相邻的美国各州延伸，爱达荷州、怀俄明州、圣路易斯安那州、田纳西、乔治亚州，北卡，在南卡逐

渐消失，最后在大西洋上空结束。横穿美国东西两岸的日全食，上一次是1918年，相隔99年，能在有生之年，目睹奇观，是可遇不可求的缘分。由此，被美国人称为【The Great American Eclipse】。电视和NASA网站的直播，各种社交媒体的刷屏，人们如此一致地谈论着同一件事——日全食。



下，跳了一段华尔兹，美丽的舞姿把飘逸中的华贵，展现得淋漓尽致。在前不久的校友聚会中，她表演了独舞《秧歌》，获得满堂喝彩，优美的舞姿，在校友中传颂，在网站上亮相。据说，校友旗袍秀里，大家都尊称其为“汪导”，她为大家化妆、盘头发，排练、表演，一丝不苟，演出成为校友聚会的一大亮点。学姐长期的舞蹈训练，使她举手

顺利地来到汪学姐的家中。他们准备了可口的煎烧鱼和自种的各种新鲜蔬菜，非常美味。我们边吃边聊，自从90年代他们到亚特兰大见过面以后，一转眼，二十多年没见了。汪姐当年是校文工团的大提琴手，如今是能歌善舞的医生。二十年前，在校友新装修的地下室，她带领我们迈开华尔兹优美的舞步，不停地旋转，给我留下深刻的印象。

如今，她工作之余，每周上3-4节芭蕾舞课，还坚持跳交谊舞，民族舞，她在我的要求



投足之间，婉约美丽。师姐对岁月的感知，对生命的领悟，让我赞叹和钦佩不已。

王师哥当年是校文工团的小提琴手，年轻时英俊的师哥与貌美如花的师姐琴瑟和鸣，比翼双飞，他们的恋爱，成为校园里的一段佳话。如今王师哥在大学里从事医学研究工作。他们还常常出双入对，一起上下班。王师哥工作之余拉小提琴。他们的女儿也极有音乐天赋，工作之余还在新英格兰音乐学院学习美声。真是音乐世家。在他们家，会时常听到学姐欢快的歌声，在这里，音乐环绕着每一个角落。

得知我去年踝关节骨折后，一直不太敢运动，她介绍给我了一套有效缓解疼痛科学锻炼的方法，并介绍了按摩方法。她还介绍给我许多瑜伽的录像，分析利弊，感恩汪姐的指导。特别佩服汪姐勇于挑战完善自我的概念，这次旅行最大的收获之一，是从汪学姐的身上学习了很多宝贵的经验和无龄感的状态，喜欢就去做，去努力，一定会有收获。

第二天王师哥为我们做了可口的早餐，随后，来到了范德堡大学医学中心，因为日全食即将到来，学校和医院都熙熙攘攘



非常热闹，很多人都手里拿着眼镜。在医学院走廊里穿梭。望着墙上挂出的毕业生的照片，感慨万千。医学院里学生们还在大教室上课。美国医学院录取是难上加难的事，尤其是名列前茅的大学，每一届只有100多名学生，加上淘汰，毕业时常常不足百人。





创立于1873年。19世纪末的美国铁路和航运大王、“海军准将”康内留斯·范德比爾特捐赠一百万美元建立了这所私立大学。在过去的一百多年中，范德堡大学由一个过去专收美国南部富豪的私立贵族学校，成长为一所财力雄厚资源丰富，在美国各界有着广泛影响力的知名高校。

作为一所精英学府，范德堡大学拥有11个学院，并在商、法、医、教四大学术领域

稳居北美一流行列，享有南方贵族名门的盛誉。教育学院全美顶尖。医学院享有盛誉，法学院为美国法学院中的老牌劲旅，商学院与一些显赫的商业财团保持密切的关系。

学姐和师哥带领我们参观了他们工作的儿童医院和研究大楼。学姐特别领着我们来到儿童医院旁边的小花园，花园里宁静温馨。



园中的雕塑和池中的睡莲锦鲤，相映成辉。据说，节日时，常常会举办一些活动，让孩子们开心欢笑。人性化和在心理上减轻病痛的方式，值得赞赏！

看到日全食的初亏开始了，我们来到大学的peabody Esplanade 草坪上。这里已经聚集了很多人，草坪边上的帐篷是接待前来报到的新生。想到新生们开始新生活是以日全食的发生相伴，多么独一无二和特别，一定会为他们留下一个难忘的记忆。



草坪上有各式各样的人。感慨美国人对日光的热爱，一对年迈的夫妻，在太阳底下坐着，纹丝不动，我是带着眼镜，看上几眼就赶快跑到大树底下乘凉了。大树下，时不时清风抚面，心中暗自赞叹学姐师哥们选择了一个最佳的位置。

有一对夫妻，带来了一条大狗，不知是不是日食的影响，狗一直坐立不安，在草地上不停地走动。最后，这对夫妻不得不将大狗牵走了。原来我还盘算着看看大狗在日全食中的反映。如意算盘顿时落空了。



从日食眼镜望去，橘红色的太阳从一个小缺口开始，月亮开始亲吻太阳，缺口变得越来越大，最后如新月一般，这时，突然天黑下来，我看到被月亮遮住的太阳，以及光



环、钻石戒指和贝利珠等，长久的等待，换来套上钻戒的难忘一刻，一切都是值得的，大家齐声欢呼。这时气温也骤然下降，持续了约2分钟，这种宇宙的奇妙时刻，令人震撼。大家有的喊叫，有的跳跃，欢呼声此起彼伏。



有幸看到如此完美的日全食！

随后，汪师哥带领我们吃中餐。然后参观了市中心。纳什维尔在1779年由詹姆斯·罗伯特森（James Robertson）和约翰·丹尼尔森（John Donelson）建立，用美国独立战争时期的英雄弗朗西斯·纳什（Francis Nash）的名字进行命名。由于它是一个重要的河港口，并且是重要的铁路中心，战略地位非常重要。也因此，纳什维尔城市扩展的很快。1806年，纳什维尔成为戴维斯县（Davidson County）首府，并且于1843年成为田纳西州永久首府。

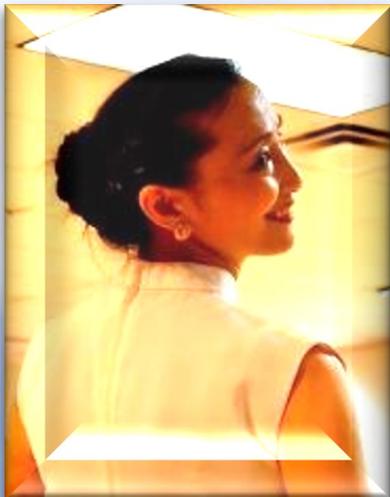


乡村音乐诞生于1920年，纳什维尔是美国乡村音乐（Country Music）的主要发源地。歌曲的内容，除了表现劳动生活之外，向往温暖、安宁的家园，歌唱甜蜜的爱情以及失恋的痛苦等成为其特征。1925年，在纳什维尔建立了一家广播电台。他们开办了一个【往昔的歌剧--老乡音】的专栏节目。邀请了一位名叫杰米·汤普森81岁的民间歌手演唱，节目受到听众们的热烈欢迎。从此，人们统称这种音乐为“乡村音乐”。乡村音乐成为美国劳动人民最喜爱的音乐形式之一。



市中心不大，哥特式的教堂和现代化建筑和谐地混搭在一起，这里不愧是乡村音乐的发源地，老城里的各式音乐酒吧，巨大的吉他装饰等等，吸引着众多音乐爱好者。王师哥还带着我们去了一条步行的桥。在那里可以看到城市的全貌。日全食后，气温骤升，酷暑难耐。如果不是时间紧迫，要赶回亚城，我真希望多停留几天。离开这里后，路上一直塞车，估计是人们看完日全食后，个个都归心似箭。

这次旅行给我震撼的不仅是日全食，更多的是对学姐的敬佩。她依然保持着对世界的新鲜感和对未来的憧憬，一个人漂亮的容貌是天生的，但美丽优雅却是后天养成的。这是一种积极的生活态度，是从内心散发出的美丽和自信，浪漫和智慧，是对自己的严律和尊重。



终于，在晚上10点钟回到亚特兰大。追日行动圆满结束，但日全食给予我们的震撼，却时时在脑海中重现。我期待着与日全食再次相遇的那一天！



（有些图片来自网络和微信朋友圈，资料来自网络，一并感谢！）

休斯敦,为你流泪! (巨量现场图)

原创2017-09-01贝壳村 四眼21us [休斯顿日报](#)

(本博客的照片和视频除少部分为自己拍摄外,大部分来自网络、微信、电视等,本人不对其提供的信息真假进行甄别,对图片和视频的作者和传播者表示感谢,有牵涉到版权或隐私问题的,请告知,本人将给予删除)



一周前,美国气象部分广为警示,墨西哥湾暖

气流造就了2017年的第一个飓风哈维

(Harvey),即将在上周末(8/25/2017)登陆德州!

作为处于德州飓风带大都市休斯敦的中国人,在国内见惯了中国的大风大浪,也经历过数次墨西哥湾飓风的袭击,对这次登陆点远离休斯敦数百公里以外、强度还不到3级的飓风,咱们一群中国人对周围的老美大肆采购、严防死守、惊慌撤离等行为嗤之以鼻,觉得对这样的飓风采取如此防范措施有点小题大作。

在家庭领导威逼利诱下,咱花了一个多小时做了这样的“无用功”。



朋友花了数小时对房子“武装到牙齿”,所有墙缝都用塑料填塞了



还有很多人这样“严防死守”



随着周末的来临,架不住周围老美同事和邻居的“积极备战”,自己也在飓风来临前的最后一刻,加入了“备战备荒”的行列,在偌大的停车场转了20分钟才找到停车位,抢了几件他人抢剩的物品面包、水、水果等,至于电池、燃气炉、照明设施等等,早就清场了。

回到家,跟着电视追踪哈维飓风,看到附近几个登陆城市损失惨重,心底里有些侥幸:幸亏不是休斯敦,咱们逃过了一劫。

周六早晨,下了一夜的雨停了,咱开车到单位转了一圈,虽然一个人都没有,但街道上是如此地安静,原本以为或多或少降临到自己头上的风险似乎过去了,微信群里中国人开始了各种各样的调侃,有人把飓风走向图展示出来,非常清晰地标出了休斯敦的地理位置:天助休斯敦也,咱们处于飓风空隙间,所以,安然无恙。然而,人算不如天算,也不知道从哪里吹来一股邪气,硬是把几百公里外的飓风吹到了休斯敦,变成暴雨赖在休斯敦不走了。

据有关部门统计,一天多的时间里,下了9万亿加仑的水,这个数字或许有点抽象,给点实际的概念,作为500万人口的大休斯敦地区,这么多水够他们5年生活使用了,咱在想,假如这么多水浇到中国的新疆甘肃的沙漠,咱们就不用花上数十年的时间去栽树抗风沙了。



这样的雨下一天，如果下在沙漠该多好啊



第二天，就见到这情形



于是乎，微信群跟随电视飓风专题，到处告急：张家进水了，李家房漏了，王家停电了，

最糟糕的是，有老弱病残的家庭出了状况。天使常驻人间，上帝与咱们同在！就在很多人惊慌失措之际，**微信群、网络、电视上到处公布了求救电话**，很多有船有卡车的家庭站了出来，纷纷公布自己个人和家庭的电话，咱生活的社区邻居们的几十个email，纷纷告知避难的电话和地址，邻居还要求大家把网络设置成公开，让可能经过或者断了网络的人共享。咱的电话公司也发来信息，**8月26日到9月1日期间所有电话流量都免费（Free Charge）**。社区的教堂同时发出通知，欢迎大家前去避难，图书馆、体育馆和一些有大型建筑的单位团体，也加入了提供避难所的行列。电视上还有更感人的故事，有很多外州外城市的普通百姓，开着车载了自己的汽艇、小船、皮划艇赶往休斯敦，参与咱们的救灾行动。

下图是邻居小伙子们出门参与救援行动



大型场馆接待了绝大多数灾民，有吃有喝有网络



电视上一位来自外州的看上去土里土气的中年人，用他的船救援了200多人，而这些行为，是**不求采访、不求回报、不求出名、不**

求感恩的自发行为，即使在电视镜头前，他们也没有“豪言壮语”。

在咱淌水外出的时候，看到一家有船的邻居正在招呼几个邻居小伙子外出救人，他们告诉咱：社区里有需要救援的人，请马上给他们打电话，他们会及时前去。

这位名不见传、貌不惊人的先生**用自己的船救援了200多人**



这位参与救援的休斯敦警察，在救援船满员后，让他人先走，自己留在原地，**等救援船回来时，他却不幸遇难**



华人们也没闲着，既然是美国社会的一员，**许多有车有船的华人家庭，纷纷站出来参与了救援行动**（见下图）。家里因为停电的一个哥们到咱家给手机充电，他家里就收留了两家老美邻居。在暴雨停歇之际，咱淌水去看朋友家（朋友在临床工作，坚守岗位不能回家），邻居老美见了连忙告知，他们家可以驻扎，假如咱家被淹了，赶紧过来。

有很多华人参与救援，限于篇幅，咱这里只能选择极少部分展示一下了





太感人了,咱的眼泪使劲往肚子里流!
大水刚刚退去后不久,咱上街补充食物, Kroger 超市外面排了长长的队伍,虽然还有小雨,但秩序井然,为了保证不出现哄抢,超市采取“出来一个顾客再放进去一个顾客”的措施,里面食物所剩不多,大家都快速选用自己所需的物品,争取时间让后面的顾客进来。

外面小雨,但秩序井然



收银员不多,但没有拥挤现象



商店的食物价格基本上公道,没有打折,但也没有超出灾前的最高水平,咱的24瓶水售价\$4.99,鸡蛋一盒8个\$2.55,买的菜蔬、水果、奶酪和肉等食物,结帐的时候没超过40刀。



休斯敦人很豁达,更幽默,风雨中处处可见(更多的图见最后)

这是咱出门拍照的时候看见的一幕,大水中好不悠闲,看到咱拍照,哥们说:你曝光咱的肚皮啦



这个红遍网络的图片-老人院的老人,浸在齐腰身的洪水中,安详娴静、镇定自若



德州人、休斯敦人---牛



听说临近的体育馆驻扎了很多灾民,急需一些救援物质,为了不盲目采购,咱开车来到了体育馆,希望接待人员提供一些急需采购物件清单,看到长长的车队排在“Donation”牌子前,等咱排到后,警卫问咱们是来拿救助物品的还是捐献物品的,咱告知是想捐献,不知道灾捐献什么,怕抢购了其他人急需的物品。警卫答曰:捐献已满,现在不接受物品捐献。难怪咱看到大部分排队的车辆都掉头走人了,敢情捐献还得排队,排迟了人家不要了。捐款大门口汽车排起了长队



远处有警卫在向驾驶人员解释着什么



由于捐赠物品已满，绝大多数参与捐赠的车辆打道回府



惨况和救援让人流泪的故事举不胜举，但也出现了很多不协调的言行，这里仅举几例。

网络上报道出现了有商店被哄抢的行为，很是为这些参与哄抢的人感到羞耻；有一个中国人的枪械店在飓风期间被人砸破防盗门，进入偷盗；个别商店趁机涨价，24瓶装水卖到了40多刀；还有一家中国人更离谱，为了验证社区电视里公布的抢险救援速度，一家人安坐在豪宅里看电视，给救援热线打电话请求救援，等救援队伍抵达后，主人告知不需要救援，只是想考验一下救援速度，见到前来救援的人员表示不满后，还甩出一张百元大钞道：没人让你们自来，给钱不就完了嘛。（土豪啊）



这是中国人的枪店被盜



网络报道的哄抢行为，不知道发生在哪个区



传说中的40多块钱一package的瓶装水

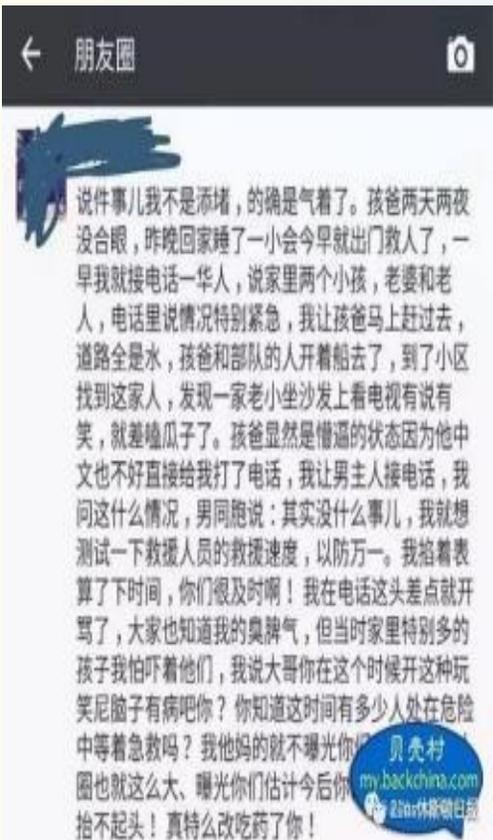


再说说咱遭遇到的不协调行为。

雨过天晴上街补充食物，打开车门后发现，车内一片狼藉，以为是车窗未关把车内的东西吹出来了，但收拾打量后没见车窗车门有异样，突然想起社区群发邮件曾经警告，有一伙高智商的小偷，用研发的自动开车钥匙夜间尝试打开停在街道的车，原来这些梁上君子飓风期间还不忘工作，只可惜咱家车里和咱一样穷，这些梁上君子啥都没得到，但飓风期间把咱的车门打开，把靠近驾驶侧的地毯淋湿了，晴天咱得晒地毯了。



飓风后咱开车到附近邻居家转转，发现他们损失都非常严重，闲话也少说了，回来和领导汇报，准备捐款吧





女儿发来图片，她住的公寓漏水，已经报修，鉴于飓风期间无人上班，且等来日吧



也不多说了，把咱收集的海量图片发给大家，陪咱一起流泪吧

一、苍天无情



二、人间有爱





收集到一些信息，和大家一起分享，如果你被困，可以打电话到下面的联系方式寻求帮助，他们都有船有车，随时准备参加救助。如果大家知道其他也愿意参加救助的志愿者的信息，请加在后面，谢谢！

1. 廖船长: 832-398-3518 中文
2. 大连装修曲大师师傅: 504-617-0254 中文
3. 英文 Christopher Vasquez 281-687-8992 Katy area: Chris shared his info on Facebook: I am gassed, loaded and ready to go, if your family friends are in need of help please contact him.
4. 英文 Jake Stanley 832-729-0115 All area. He is rescuing people all day in all areas by boat and truck.



4. 英文 Jake Stanley 832-729-0115 All area. He is rescuing people all day in all areas by boat and truck.

5. 英文 Diane Malony Nusbaum Text to 972-693-3200 or 972-693-7793 in Katy area by boat and truck

6. 泰山专业焊工 832 2560037 中文

7. 老赵房屋装修 832-398-3518 中文

8. 刘三姐(张宝珍) 8326054327 中文

9. 瀚7138202007 中英文

10. Nelvin 713-894-9892 休斯顿东北部 英文

11. 英文 346-251-4247 他们有15条船可以救助需要帮助的人

12.

德州佬佬
转发





三、休斯敦人的精神-笑对生活



四、巨大损失

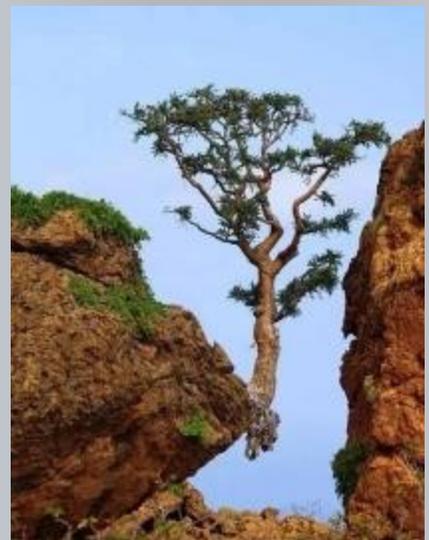




五、秩序井然



六、其它花絮-洪水中的牠们



阿拉斯加游轮聚会

2017-08-08 冯小虹

2017年7月30日至8月6日，80级3大班9位同学及家人相聚于阿拉斯加游轮（Emerald Princess Cruises）。

从美国华盛顿州的西雅图（Seattle, Washington）上船，途径阿拉斯加的凯奇坎（Ketchikan, Alaska），崔西峡湾（Tracy Arm Fjord, Alaska），朱诺（Juneau, Alaska），史凯威（Skagway, Alaska），加拿大不列颠哥伦比亚省的维多利亚（Victoria, British Columbia），最后返回美国华盛顿州的西雅图（Seattle, Washington）。

全程都是难得一见的无雨好天气！

（以下照片由夏亭立提供）



（以下照片由夏亭立提供）



（以下照片由韩卫红提供）



（以下照片由但自力提供）



（以下照片由夏亭立提供）



(以下照片由夏亭立提供)



(上排照片由程万里, 但自力提供; 下排照片由冯小虹, 韩卫红, 夏亭立提供)



(以下照片由罗小平提供)



Ketchikan, Alaska 游轮停靠凯奇坎 (以下照片由冯小虹提供)

(以下照片由冯小虹提供)



Rainforest Wildlife Sanctuary Nature Walk - saw salmonberry, which is edible 途中所见, 这种莓可以食用
 (以下照片由冯小虹提供)



Mendenhall glacier explorer, Juneau, Alaska 阿拉斯加朱浩
 (以下照片由韩卫红提供)



Totem pole 图腾柱 (上排照片由冯小虹提供; 下排照片由冯小虹, 苏运超提供)

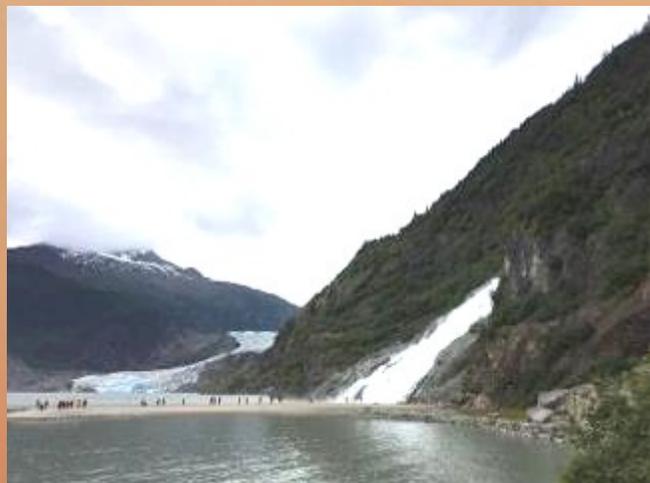


(以下照片由冯小虹提供)



Tracy Arm Fjord, Alaska 阿拉斯加崔西峡湾 (以下照片由但自力提供)



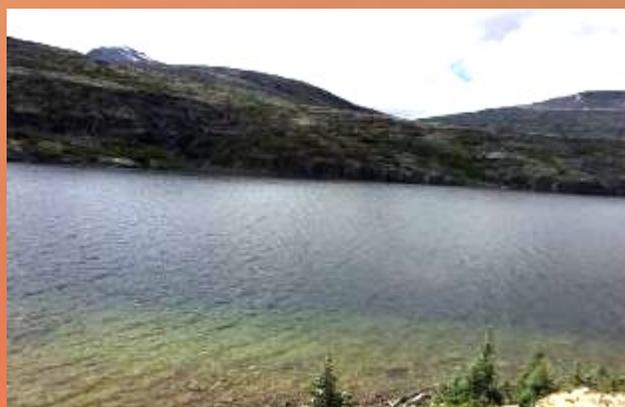


White Pass Scenic Railway excursion, Skagway, Alaska 阿拉斯加史凯威

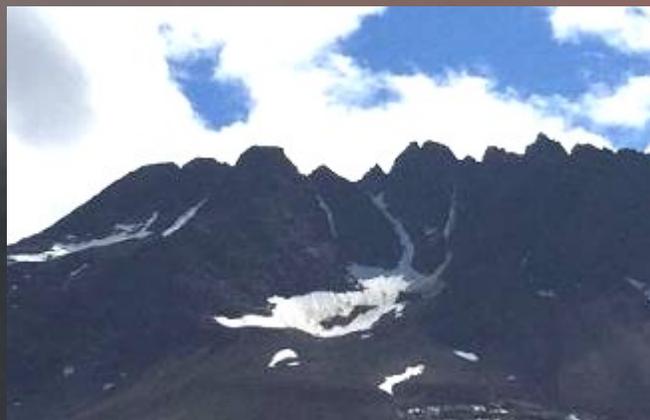


Lakes in top of Alaska mountain 高山上的小河

Train ride to experience the spectacular views 坐小火车观赏风景



Victoria, British Columbia, Canada 加拿大不列颠哥伦比亚的维多利亚



The border of U. S. and Canada 美国与加拿大交界处，海拔近3000英尺



感谢参加本次聚会的同学及家人所提供的照片！

网情深：“作诗功夫在诗外”——给申请新一年度美国住院医师的同学们

[在美国行医之路-15]- 力刀

又是新一年度的美国住院医师申请和面试季节了。老刀自2006年至今，辅导CMG进美国住院医师已经11个年头了。亲自带教来见习实习的国内外CMG新老毕业生也已有20多个了，至于11年里，在自己家里或办公室办的四次“老刀会”、网络和微信讲座、ACAP讲座辅导、个体电话和电子邮件咨询辅导过的，干把人次总是有了。见多了背景和能力各式各样的CMG学生。CMG总体来说，各个智商不低，聪明伶俐、也多勤快努力。复习考试，多数不在话下。当然，也有因年龄增长，家庭负担、工作和移民身份等压力，导致分数不高或有过1-2次失败经历的。而且，对于老CMG来说，长期从事科研，在实验室呆久了，缺乏对美国临床文化的了解、没有见习实习经验、缺乏社会关系，如此等等诸多因素，导致不少人多次申请失败，甚至最终放弃了。有人，统计几年来CMG或FMG面试和成功率与分数、毕业年限的关系之类、搞出一堆百分比。这些东西有用吗？可能吧，对于搞教育的、了解行情、分析学员类型与成功的关系……。但是，对于每个个体CMG又有多少用处？我历来不认为这些数值有什么意义！对于每一个人，就是0或100%、全或无的关系。什么叫“你有95%、50%、5%的可能”？NO！我一直以为，这类统计数字是对于一个群体素供参考，而不是对于每一个个体有什定考与不考、申请与否，那根本就是被人次的辅导、以及亲自带教20多位数已毕业，最近的已开始第一年住院和成功的同学，如果看纸上资料，早就别训班而被劝退、转行的学员。然而，我尽办法，找出他们的缺陷和闪光的地战术。我常说给这些同学的忠告就是：1%的机会，如果这确实是你自己心底就尽己之所能，以100%甚至200%的努力“困难户”同学里，有毕业15~23年书、而被美国最好的医学院提前录取考试失败过1-2次而被录取的、有申请失败了6、7年后，被系主任亲自面试后成功提前录取进入州立大学的！至于仅有1-2个通知面试机会的，而得到录取甚至提前录取的事例就更多了——好几年里，我都接受到私下来信来电话告知：我今年就一个面试，刚刚被提前录取了！这些同学，如果按任何统计，人们对他们申请美国住院医师的成功希望大概都是认为“没戏”、“不可能”、“死了心，换一条路吧”……然而，他们经过种种努力，获得了最终的胜利。当然，你可以说，他们太幸运、太特殊，不可复制。然而，你若在他们成功之前是如何看的？不是以那些统计数值吗？不是否定的口气吗？哪个成功的人不是经历过许多挫折打击后，贵在坚持不懈才成功的？！其实，我想要说的是，尽管你一手“烂牌”，除了坚定的信念和坚持不懈的勇气、争取各种机会增加自己的临床文化见识、建立各方面的社会关系、提高语言和面试技能，更需要注意提高平时的修为。增加阅读、关注社会新闻、多看有价值的影片和电视剧、培养体育、美术和艺术的欣赏兴趣、提高文化修养，学习一些历史、尤其医学史、等等，这些都是“细雨落地润无声”的慢活儿，看着不起眼，未必立竿见影，然而，在你或他人不经意间，所起到的效果却是无法估量的。那些“幸运”成功的同学，不仅仅是“侥幸”，而往往是在非医学专业方面的出色表现而获得PD、主任的青睐和认可的！这样的故事，在我培训和辅导过的同学中有许多……这就是对“作诗功夫在诗外”的最好诠释，是在美国行医之路上、不仅仅是在申请住院医师、在住院医师培训期间存活下来，甚至在你毕业后的长期工作和生活中，都让你受益一生的修行！

E78-1同学们期盼已久的游轮之旅 (7.1-7.8/2017)终于成行了！我们一行十人分别从美国北卡、中国北京、广州、武汉飞赴西雅图，7月1日登上传说中的红宝石公主号游轮，开启了阿拉斯加游轮之旅，除了领略海上美景及冰川之美，沿途还游览了朱诺、史凯威、凯奇坎及维多利亚市，鲸鱼跳跃、山顶火车、三文鱼小镇及美丽的布查特花园无不令人回味无穷。更为难得的是久未谋面的老同学们重逢于阿拉斯加游轮之上，忆往昔、看今朝、想未来，向着快乐与健康恳谈，无比美好！一路的美食、美景、神聊与爽购令同学们心情大好，可谓不虚此行！

谨以此美篇记录我们美好的游轮之旅，纪念我们永远的同学情谊！

E78-1

同学欢聚游轮上

li min



红宝石公主号邮轮的总吨位为113,000吨，载容量3,080人，于2008年11月首航，红宝石公主号邮轮拥有整层甲板的迷你套房，将近900间的阳台舱房，长度952英尺290米，船籍为百慕达。

我们的游轮Princess Ruby



我们的航程



风光篇



西雅图港口



游轮高尔夫



海上晨曦



海上暮色



冰川之美



远眺雪山



岸上风光

1 朱诺 (Juneau), 是美国阿拉斯加州的首府。与亚历山大群岛 (Alexander Archipelago) 隔加斯蒂诺海峡 (Gastineau Channel) 相望。

1880年, 乔·朱诺和理查德·哈里斯在当地导游的帮助下寻找金矿, 但进程十分缓慢。在翻越高山, 涉过溪流, 经历了无数困难后, 他们发现了大如豆子的天然金块, 还找到了世界上最大的三个金矿。当第二次世界大战结束时, 超过1.5亿美元的黄金在这里被开采出来。如今的矿山已然关闭, 黄金生意也被政府事务所取代, 但乔·朱诺发现的小镇发展成为了阿拉斯加的首府。朱诺拥有3万多名居民, 3,248平方英里的总面积使其成为全世界面积最大的小镇之一, 仅次于瑞典的基律纳和拉斯加的锡特卡。如今让朱诺举世闻名的不仅是黄金和政府机构, 还有皑皑白雪覆盖的冰川和青山碧水的壮美景色。



邂逅鲸鱼



史凯威 (Skagway)

位于阿拉斯加东南方内湾航道的最北端。对于涌向阿拉斯加和育空地区数以千计心怀发财梦的淘金者而言, 史凯威是通往金矿的必经之地。它是抵达克朗代克的最短路线, 但路途中却充满了艰难坎坷。

淘金热催生的史凯威到1898年时已成为了阿拉斯加最大的城镇, 人口达到2万。这里遍地是酒店、沙龙、舞厅和赌场, 一派繁荣景象。然而, 随着黄金在1900年的减产, 矿工人口也迅速地转移到了新开发的诺姆。如今的史凯威居民不到1000人, 但仍然保留了淘金热时代的记忆。

白隘-育空铁路 (white pass & Yukon)

这条“世界著名风光铁路”把史凯威与加拿大育空地区连接在一起。前往海拔2865英尺白隘的41英里长的往返之旅令人难以忘怀。



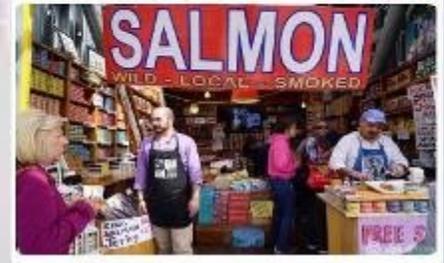
奔驰的火车



凯奇坎 (Ketchikan)

被称为阿拉斯加的“第一城”, 它是游客在北部旅行时所到达的第一个重要地区。凯奇坎坐落在一个小岛上, 最早是印第安人的钓鱼营地。凯奇坎这个名字来自特里吉特语, 意思是“展开翅膀的鹰”, 实际上这只鹰意指镇子附近的一道瀑布。

在20世纪初, 阿拉斯加因为黄金而声名远播, 凯奇坎创立了渔业和木材加工业。这些行业的发展使这个位于内湾航道的港口成为阿拉斯加的第四大城市。



布查特花园 (The Butchart Gardens)



欢聚篇

女同学们



游轮上的欢聚从“吃”开始！



花大姐们



78级的同学们

党代表们



E78-1的同学们

餐厅首聚



我们团的团友们

甲板上的“疯癫”

到此(凯奇坎)一游





海上升明月，邮轮共此时！



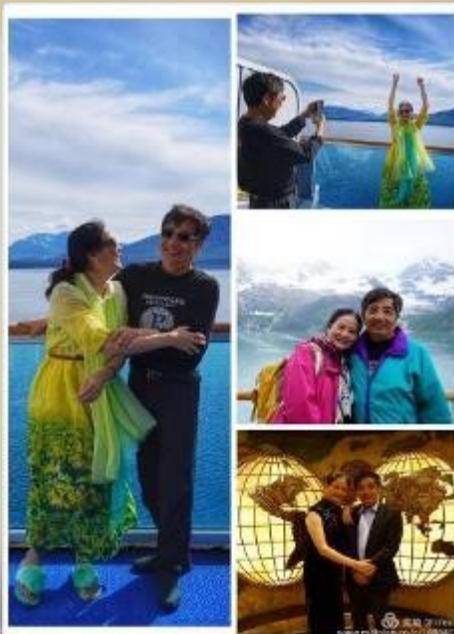
大学及邮轮上的室友



淋浴在晚霞中



青春飞扬



雨中“朱诺”行——“靓丽”风景！

花絮篇

我心飞翔



买买买





岁月如歌，珍藏美好！



致谢篇 2017. 7. 26

本次同学聚会由留美同学孙琳红、了广大同学的积极响应，因种种原学得以成行，参加人员虽不足十聚开心指数依然爆棚。在与大家分的同时，特别感谢孙琳红、张菁同签证办理过程中的无私奉献！感谢在游览行程中给予同学们的全方位特别是他们对子女对家庭的大爱无时们！致谢校友詹晓星同学对我们一情款待！感谢Amy小美女为我们的彩！致谢我们的家人对此行的支持期待下次有更多同学参与的欢聚与

同学欢聚游轮上



张菁发起，得到因，只有我等同人，但我们的欢享此行美好时刻学在游轮预定、张菁、刘实夫妇支持与帮助，特不在感动着我行在西雅图的热游轮之旅增添色与持续关注！远行！

骑马走路皆是程，
同济情结同济魂，
敢想敢做无遗憾，
百年人生天天春。

——熊是全

同舟共济拼搏魂，
英雄辈出各显能；
小跑慢走随心意，
万紫千红都是春。

——张敏



立秋贴秋膘，告诉你我是怎样烧出

一手好吃的东坡肉

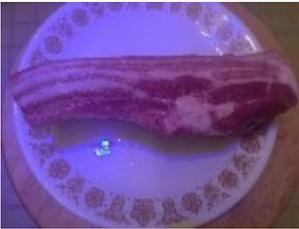
2017-08-07 昭方



用料

: 橄榄油，白糖（用于调糖色），冰糖（用于上光色），酱油，盐，黄酒，啤酒（防止瘦肉发柴），青葱，薑片。

选材：五花肉。带骨需要去除可以另做排骨烧吃。



五花肉五层瘦肥分明。



配以上海青小白菜。



先把平锅烧热，把肉皮煎一下，凝固胶原蛋白。



煎成这个样子即可，



冷水下锅，肉皮朝下。



煮沸去除血水。



按需切成肉块。



熬制糖色：放适量油，加上白糖。



让糖慢慢融化于油中，起泡后加入盐巴少许。



颜色逐渐加深变红。



熬制成酱色即可关火。



把肉块放入锅中，搅拌上色。



结果看上去是这样。



放入煮过肉的汤锅里煮开，可加少许盐使蔬菜更绿。



准备沙锅，下面铺满青葱并放置薑片。



把肉块放入小碗。



平放盘中。



把拌好上色的肉块皮朝下放入沙锅。



放入蒸锅。



把沙锅中剩余汁放入平底锅。



倒入啤酒，黄酒，冰糖，并根据口味咸淡添加适量酱油和盐。



再蒸上半个小时。



熬成浓汁。



盖盖大火烧沸后小火慢熬一个半小时。



蒸后的东坡肉更具有香味。



最后把肉块放入盘中，浇上浓汁。一盘吃起来，肥而不腻入口即化的东坡肉就做好了。不妨你也试试自己动手来做做？

把上海青小白菜洗净。



爱一座城市据说需要用脚丈量她的街巷、用心体验她的历史、最重要的是离不开味蕾感受她的美妙...这是我的高中同学之言，说得好！便借用了！想了好久，犹豫不定中篇写何为好？看了这段话，于是决定挥洒一点布拉格的美食和承载美食的俺喜欢的餐馆，附带一点特色各异的“行”。

2016年，米其林只在布拉格评选了3家米其林星级餐厅，这家为其中之一，而且蝉联两年。



流连于布拉格而忘返 (中)

2017-08-12

Xu Fang



吃是要五官并行才算品，这道鸭子的菜品着实征服了我的心：酥脆的外皮、鸭肉的鲜嫩而不腻。先是淡淡的清香渗入，接着难以言述的滋味接二连三地在口中荡开，不由自主的放慢了咀嚼，用心去捕捉那曼妙的味道。

量可是拿捏得恰到好处啊，刚好是意犹未尽之时……



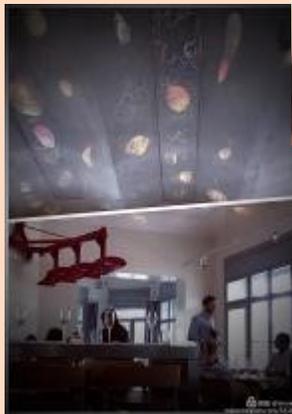
这家餐厅就坐落在热闹繁华的犹太奢侈品街道隔壁，一拐进来，心会不自主地宁静下来，顺着石子地铺就的小巷，一步一步，似乎在为接下来的用餐梳理着感官敏感度。

自家烘焙的全麦面包、精致的调味品（自制的鸡味butter, cream cheese）在田园式陶器的衬托下，凸显斯堪的纳维亚风格。



肤如凝脂，貌美如花。

北欧乡村风格的装饰简洁柔和，最出彩的是房顶那幅某艺术家创作的壁画，让你如置身迷幻的田园，好奇地等待着不断呈上的惊喜……



干冰+水、香料、花草等，造成的烟雾氤氲之感，若有若无的香味在鼻尖逗趣儿，冲击着视觉、

嗅觉连续开启，如烟花般在身体里绽放…轻纱般的薄雾渐渐散去，清新的容颜华丽的现身啦

酒不醉人人自醉！



和一众帅帅的大厨们合影，是否能让我的烹调细胞活跃点呢？



捷克人对酒的态度是非常认真且引以为豪的，尤其是啤酒。可惜我的味蕾和胃都难以承受酒的味道，徜徉在美酒飘香的城市而无动于衷，大概也是一朵奇葩了。每每点菜的时候，看到帅帅的waiter在听到我说“black tea”还是hot的时候，那眼里的火花咻地熄灭，我真是一个不忍心啊……到极点。可是，每次我还是听从内心的声音，因为，我知道，等一会，结账时，当他听到tip为10%时，那火花和笑容更灿烂！



本地的鱼躺在青绿色的豆汁上，一众健康的蔬菜在紫甘蓝的带领下，舞出盛开的花朵。一切胜在天然新鲜的食材，有机餐厅的优势，就这样渐渐地在品味中露出头角。



怕排队，提前电话预约。不曾想竟然排在4天后！这么抢手啊？Cafe Imperial，有点小小的挫折感。不过，但愿你值得我的期待！



爱尔兰咖啡--Irish威士忌的浓醇和咖啡的苦涩互相激荡，生出的独特味道，是我的爱♥

而这一杯，是佳品！红色酒体挂杯，像酒红色水晶。第一口，我总不喜欢搅拌，直接啜吸，浓烈醇厚的酒体滑过，在咽喉处渐渐灼热起来，可是又没有纯酒的辛辣粗暴，因被下滑的甘苦酸涩的咖啡和细腻的泡沫中和了，那滋味…优雅温柔，满口的香气四溢！一绝啊！

加眼泪吗？
no，今天只有欢愉--或许将来，我会思念你的。



此时静静地躺在窗台上的旅行的两大利器：帽子和望远镜，我的随身宝贝。

特意买了些他们自制的美味咖啡小饼干带走，打包盒也同样的精致玲珑，喜爱 Cafe Imperial名列世界最佳10大咖啡店之一，每个细节都做到完美。

不记得叫什么名字了，就在查理大桥



提前半小时到了。看到外表，似乎有些貌不惊人，经典坚固的一座帝国大厦而已。但里面却是别有洞天！这是咖啡屋隔壁同名酒店的一幅挂画。

走进Cafe Imperial，直觉豁然开朗：挑高的天花板，墙面、屋顶甚至柱子均是由洁白的瓷砖和大量的马赛克配以伊斯兰风格的图案铺就，把欧洲风格和伊斯兰风混搭得如此精妙，一丁点儿都不突兀。粉蓝、金黄和白色的配色，瞬间就把外面的燥热和嘈杂隔绝了，这是环境对你的隐形引导。



樱桃色的木质墙上有大型相同风格的亚当和夏娃浮雕、彩绘，复古的吊灯，整体感觉自然典雅，纯净至美。



前台旁边粉粉嫩嫩滴、诱人的小甜点，颇有杀伤力啊！



这家百年老店的菜品真不是盖的，

等了4天的位置，果真是最好的，就在亚当和夏娃的浮雕下面，临窗，白色的纱帘柔化了外面的风景，也让我心安然。



时间就这样滴答



滴答的走着，在这里就这样坐着，有点吵，却不喧闹；人很多，却彼此独立着，形形色色的人们来来往往的，浓厚的烟火气息扑面而来和周边环境的华

丽奇妙的平衡着，无比的闲遐幸福。



旧城端。走累了，顺势拐进来，一幅岁月静好、现世安稳的景象，一看就不想走了。似乎是M开头的，一开始以为是被介绍的米字牌餐馆

明明是晴天☀，刚坐下，豆大的雨点儿却砸下来了。呵，这脸变得！于是这玻璃天花板便徐徐地合拢了，那叫一个施施然啊。然后无意间一抬头，天又蓝



了……
另一家餐厅的一角，是不是也很清新田园呢？

10天在布拉格，就餐的餐厅和咖啡屋好多，有些是预约特别想去的，有些是经过被吸引的，有些是为了歇脚……如果一一呈现，那估计不是上、中、下能涵盖了。整理照片才发现有些餐馆和美食居然并无照片留下，什么原因也记不清了

这里是小区广场四周的拱形顶游廊上，环状排列着的众多餐厅，门外也布置着风格各异的座位。

白天，人们在这里用餐。夜间，便会放下防备，展露各自风情。每每经过这里回酒店，便会看到满满地坐着喝酒的人们，点些佐菜，端一杯酒，窃窃私语或开怀大笑，放松而火热。



喜欢这家历史悠久的餐厅装饰，简单的藤蔓悬挂，营造出一丝田园气息，虽然室内是复古典雅的风格。但坐在这里，是近距离接触小区广场的最佳位置。一旁矗立着的圣尼古拉教堂，不时疾驰而过的有轨红色电车，形形色色的人们……一幅慵懒闲适的生活景象——

便是此处！



布拉格是座历史与文化完美融合的城市，同样滴，这里的美食也有独特的风味。捷克人爱吃肉，也爱喝啤酒，烹饪技巧有着德国、匈牙利和奥地利多元特点。量大味道倒算清淡（除了极大个的猪手），价格也是炒鸡便宜哦。下面罗列捷克主要的传统美食如下

布拉格是座历史与文化完美融合的城市，同样滴，这里的美食也有独特的风味。捷克人爱吃肉，也爱喝啤酒，烹饪技巧有着德国、匈牙利和奥地利多元特点。量大味道倒算清淡

（除了极大个的猪手），价格也是炒鸡便宜哦。下面罗列捷克主要的传统美食如下



Goulash soup--在捷克妈妈的眼里，汤是一顿饭的基本（和广东人对汤的态度一样哈）喝了好几次“古拉世浓汤，长耳朵的香脆杂粮面包汤，倒是别出心裁。里面当然就是浓浓的炖牛肉、洋葱、土豆加辣椒粉等的汤啦，味道相当浓烈（有点儿像罗宋汤）我也只能尝尝鲜就好。（其实因不



甘心，试了好几家餐厅的goulash，包括奥地利的，一样的酸咸厚重，只能是舌尖上的品尝了）。

清汤和浓汤--感激还有如此清淡爽口的美味清汤，让我对捷克的美食多了些许期待。虽然貌不惊人，但内容丰富，通常有花椰菜、紫甘蓝、豆类、马铃薯或番茄，有些加胡萝卜丝、鸡肉，甚至有细细的小面条。开始以为她清汤寡水的会不满足，可入口后的清香鲜甜，恰恰可以把你倦了的身体细胞滋润得舒畅异常。



著名的捷克国菜之一：烤猪肘，配酸菜和面包。端上来的时候，被它的大份给惊了一下，买单时



把waiter给惊回去了 因剩了一大半，还没打包！他以为我不喜欢，no, no, no！恰恰相反，味道好极了 外焦里嫩，肉质肥美。细嚼慢咽的，香啊！可是，拜托，实在是装不下了哦

捷克国菜之二：红酒炖牛肉配捷克饺子。挥发了酒精成分后的香甜和些许酸味的酒，和软烂的牛肉真是相得益彰啊！所谓的捷克饺子，看



在中国人的眼里，不是馒头片吗？这是久居德国的大学师姐隆重推荐的哦。其实还是有差：这是揉捏后的面粉掺入小粒面包，放在特殊的模具里蒸熟后切成片，配肉食之用，非常有嚼劲！



为了对得起师姐的推荐，又点了一份烤的“捷克dumpling”，全方位品尝。真心不错就是太多

各种有着细微不同的清汤。



有avocado的沙拉，是我的喜爱♥。因为在布拉格，新鲜蔬菜和水果在菜肴上所占比例还是偏小哦，所以沙拉的品质也不稳定，这个已是不错的了。

健康的虾仁菠菜小面条 这样的分量，在布拉格实属罕见，可却让我胃口大开。





尝试着吃一次布拉格的蜗牛，仅此一次就好，以后还是在巴黎吃它吧。

自从看了如何制作冰淇淋的美国纪录片，已经戒了好多年的冰淇淋了。年初在法国被彻底诱惑开了戒 此次在布拉格也没忍住，可见她的魅力！



虽然照片不太好看，但真心赞一个入住酒店的早餐 因平时几乎不吃二次加工的食品，当然包括香肠，所以有小伙伴介绍说这里的法国香肠值得尝试时，我并不在意。可真试了一口，哇，好吃到没朋友--就是这种烤香肠，香脆的表皮，无与伦比

的口感，居然让我每天一根，连吃了十天欲罢不能。还有炒蛋，嫩滑无比，可以说是炒蛋类之最！看到白萝卜和樱桃萝卜没？居然是热蔬菜啊 祖国人民听到，会笑了……



传统甜点 肉桂苹果派：其实平时甜点派类，我只吃核桃派，水果派口味都略酸，不是偶的菜 可是在布拉格，头顶传统名点的光环，且被好多人青睐，便有些心动。于是在城堡里的咖啡店，终于品尝了外貌绝佳的肉桂苹果派：脆卜卜的外皮，裹着甜甜酸酸的热苹果粒，飘着肉桂独特的香味，佐以白兰地奶油酱，唔，甜到了心窝里……不愧为名点！



布拉格著名小吃：面包圈冰淇淋（又称甜甜圈或烟肉卷冰淇淋）明明知道这是甜点界霸主，据说甜甜圈酥脆肉桂香味浓郁+各种口味的冰淇淋+香甜的奶油和巧克力酱的绝妙搭配……可是每次下决心去尝试时，还是



心里发慌：如此巨型，如此… 就此打住，不然要被喜爱此款的人拍砖滴。总之曾经起心动念10次，10次又却步了，唯一一款让我想而未果的甜点

三把小提琴之屋（U tri houslicek）-- 一间精致而有气质的餐厅。标志起



源于1700年，房屋原属于制造小提琴的家族。那天从城堡下来，经过此屋时，那逼真雅致的小提琴浮雕，令我驻足良久。



在城堡里听完音乐会，发现错过了原先预定餐馆的时间，于是便想去邂逅三把小提琴 果真有缘，居然被安排在这里--餐厅的最佳临街位置。傍晚的涅鲁达瓦街，游客已经散尽，就餐的多半都是盛装打扮的当地居民。

鹅肝和苹果、核桃、蔬菜搭配，又浇上特殊的带有淡淡栗子香味的酱汁，那可真是入口即化唇齿留香啊，妙极！而让整道菜锦上添花的恰是这个音符！



餐厅全貌



位于Vltava河边的船上餐厅，在这里，你可以尽情的远眺查理大桥，近观波光粼粼的Vltava河。

不同的角度不同的景，每一处都是惊喜。



大船另一侧河岸高处便是城堡区和小区，那圣维特大教堂的高尖顶是这个城市悠远历史的标志，掩映在绿树丛中的橘红色屋顶层层展开，就这样和着水光潋滟汇成美丽的图画，向我们展示着波西米亚的热情和浪漫。

蓝天白云是顶



Vltava河水是侧--就坐在这里，享受河岸风光和美食。

虽是傍晚，可阳光携卷着波西米亚的热情，灼烤在身上，火辣辣的。此时，清凉的鸡尾酒，成了佳品。Mai-tai--夏威夷风的鸡尾酒，百喝不厌，自然是首选。



沐浴在金色的阳光下 选在临别前一天，来河岸游船上小酌，是个明智的决定。此时，你尽可以在这里重温回味，挥洒不舍…



布拉格市区小而方便，虽如迷宫般容易迷路，但仍然可以在步行中发现一个又一个惊喜。若你想快速浏览或去较远的地方，那公共交通系统

看起来还是迅速干净的。包括巴士、电车和地铁（我还是没有尝试这些，因为Uber更方便）自驾在市区不是最佳选择，因其网状分布的单向街道非常复杂，游览区附近也有行人徒步区域，停车位更欠缺。往往走路10分钟可达，开车反而绕行很远。徒步最理想却要小心：1，电车行驶在马路中间，双向的，速度飞快，没有声音，冷不丁就你身边驶过，惊出一身冷汗！故尤其留意。而且这里的车是受交通信号控制的，可以不理睬行人 2，街道大多是坑坑洼洼的石子路，

陡坡多多，加上无数的电车轨道，千万别贪靓穿高跟鞋哦，尤其是细高跟的，分分钟让你纤足崮到。



有轨电车已是城市一景，经常会停下来看她驶过 她非常辛劳，24小时通宵运转。通常为两节车厢，看起来空间蛮大，也不拥挤。下次去，一定要去坐坐体验一番。



这是欧洲城市常见的游览车，hop-on hop-off，上面有Wi-Fi，有各国语言的景点讲解。在整个城市中穿梭游览，可以随上随下，非常方便。我喜欢坐在这样的车上，随他带我去飞，耳畔不断回旋着斯美塔那的Vltava旋律，就这样，在刚到布拉格的第二、三天，把整个城市的脉络梳理了一遍。



坐在马车上巡游Prague，恍若来到了中世纪...



在布拉格街道，复古的老爷车无处不在。你完全可以由她带着你游走在石砖古道、大街小巷，观流动的布拉格，神秘浪漫，回声跌宕.....



是不是蛮拉风的？



刚看到如此模样的小火车，觉得特别好玩，犹如爱丽丝仙境里走出来的一般。立刻坐上去，兜内城一圈。可不一会儿，车轮和石块地面的摩擦太大，以至于颠簸到浑身散了架，梦也颠醒了



小火车的车厢



一直好奇怪这个帽子是怎么戴住的？是贴着的吗？google了，但还是没有确定的答案，有人说里面有夹子。



这样的车倒是第一次见。外层一圈的每个人都在踩轮子，犹如自行车的组合。欢声笑语响彻大街上空，成功吸睛。



布拉格虽有Uber，可出错率却是最高。大概有三次，去了错误的目的地。不过态度奇好，价格又便宜到让人不好意思，也就罢了。

这个女孩例外，漂亮热心，英语不错，难得的Uber佼佼者。她问我对Prague的感觉，当然是美轮美奂啦；又问：喜欢Prague吗？当然！还会再来！可是她却说：她不喜欢Prague，因为物价越来越高啦！

这答案让我有些意外，在游人大呼这里的物价好便宜的时候，在布拉格政府为了维持人民的生活消费水平而仍然用着克朗时，还听说捷克有个怪现象：很多人只靠政府发放的6500克朗生活而不工作.....生活就是这样充满着不可思议。我并不想纠缠在其中伤秋悲怀，更愿意在波西米亚历史文化中感悟人生的态度。过去心不可得，未来心不可得，而应在意的，是以平和的心态享受当下的每一个美好瞬间。



长相思 中秋

Wu Rong



云轻轻、风轻轻，
碧空万里蓝如玉，

夜清清、树清清，
嫦娥起舞婆娑影，

红叶醉浓情。

月是故乡明。



长相思 中秋

Wu Rong

又是月圆中秋

夜露沾下

层林渐染色如

叶儿坠下悠悠

清风舞意知穷



(一) 打油天净沙·秋色

医网情深：

秋景图题词

谁舞丹青翠微？
赤橙黄绿青晖。
晚霞美景人醉，
微波碧水，
怅秋红、无意归。

一叶知秋， 飘零悠自，
生命尽头。 望碧空万里，
白云如絮； 湖水如镜， 映
照蓝绸。 林梢尤翠， 铜杆
铁枝， 傲视天地无欲求。
随风舞， 看苍叶离去， 各
自沉浮！ 夜来穹海周游，
惊梦醒当年劲风流。 好博览
群书， 意在天下； 背负青
锋， 万夫兜鍪。 血夜国
殇， 心碎梦灭， 义无反顾
闯异洲。 近耳顺， 尤情痴
血热， 心系神州！

(二) 沁园春·秋叶

(三) 沁园春·秋叶

金色年华

(作者 同济医大七七级3大班沈佳)

当诗歌不再时尚的时候

让我们再写一首诗吧

为了走过的沧桑

为了逝去的年华

当嗓音已经沙哑的时候

让我们再唱一首歌吧

为了金色的夕阳

为了满头的白发

当身躯不再挺拔的时候

让我们再跳一支舞吧

为了久别的重逢

为了昔日的牵挂

当你不胜酒力的时候

让我们再举一次杯吧

为了无悔的选择

为了人生的潇洒

让我们

把诗句写得更美

把舞步跳得更快

把酒樽举得更高

把嗓门放得更大

为了我的国

为了我的家



摄影 桑枣树

毕业后35年磨砺

虽然很苦很累，但我们谁都没有趴下

35年的历程尽管曲折

但我们谁都不差

即便是早去天国的同学

也有着光彩的年华

我用一生的追求

品尝了五味陈杂

你用不懈的努力

成就了职业生涯

77级的骄子们啊，

曾经当年的神话

在同济校友的档案里

有你、有我、有他

今天我们再次相聚

畅叙着同窗佳话

举起酒杯歌唱吧

歌唱我们低调的奢华

歌唱我们走过的春夏秋冬

人生无怨无悔，

友谊绵延天涯

愿我们的晚霞无限精彩

无穷放大

孩子
我和天下的母亲一样
我幸福是因为我拥有你
你是我期望中的天使
翩翩而来
陪伴着我走过人生的华美的青年到中年

记得你小时候经常跑过来问我

妈妈

你理想中的孩子是什么样

你看着你的眼睛

坚定而慈爱地告诉你

我期望中的孩子就是你这样的

你快乐而满足地跑开了

无忧无虑地去玩你的游戏或者玩具去了

孩子

这是真的

前些日子我们还讨论过

我期望中的孩子就是你这样的

不比你更高或者更矮

不比你更胖或者更瘦

不比你更白或者更黑

不比你更好或者更坏

不比你更强壮或者更柔弱

不比你更坚强或者更脆弱

不比你更聪明或者更傻

.....

孩子

我深深地爱着你

用我生命的全部

我爱你是因为你是你

而不是任何其他人

这是发自我内心最深沉的爱

是我生命中最强有力的力量

是我生命中最和谐的音符和最华美的乐章

我的人生因你而色彩斑斓魅力无穷

这交织着的欢笑痛苦荣辱和幸福的乐章

会一直伴随着我走向辉煌生命的终结

孩子

我深切地关注着你的成长

而不仅仅是你每一天的冷暖吃穿

我更关注的是你的心灵是否健康

你的体魄是否健壮

你的精神和人格是否健全

你的内心是否真的充满着幸福和快乐

你的思想是否每天都有新的滋养

在你成长过程中

我努力顺应着你的天性

和你一起成长着

但也在你小学三年级的时候

和你严肃认真地讨论过

人要为自己的行为承担责任

你不为考试所困惑

因为我们不把考试的结果作为评价你的终极标准

正如你多次和我提到的

你没有委屈地上过那些考学的学习班

而是凭你的兴趣

我幸福是因为我拥有你
写给我深爱着的孩子 张敏



上过

幼儿涂鸦的书法班

少年乒乓球班

中学合唱班

大学话剧团

分享分担点着

你成长过程中的荣辱成败甚至过失

我追求我这样的人生

具有充沛的精力

丰富的想象力

健康、爱情、亲情、事业

这些看似最为平常而简单的

一切又一切

的确是生命中最重要又最难求的珍贵

都要从早策划从长计议

并把这些理想分解成每天的一个个的行动

数年如一日分分秒秒地珍惜

有一个学期

甚至为了自学、打乒乓球和拉小提琴

经你同意我写信给校长特批你一天只上半天课

结果在期末考试中你也取得了和正常上课

一样的分数

但是下学期你说如果上课缺勤了

就不能当班长了

所以我们又回来按正常的课程表上课

大胆的创造力

敏锐的观察力

我期望我们共同关注、认识和理解人性

我期望我们从大自然中获取力量

能在万籁俱寂的星空下

感受到浩瀚静谧自然的美妙和神秘

并能和大自然融为一体

做一个真正的自然之子

我们大胆、细心而又果敢地尝试着

那些可能有利于你成长的方法

我们一起勇敢而又从容地应对

你成长过程中所遇到的所有难题和问题

排山倒海 但无所畏惧

孩子

我深切地关注着的是

你是否能够真正辨识出人世间最美好与最

丑陋或者最丑恶

你是否能明白你真正的梦想之所在

并下定决心坚定不移地去追求

我们坚信

所有的问题会随着你的成长而来 随着你的

成长而去

我爱看着你笑

更关注你的哭

我努力地辨析你的哭或笑的含义

努力地倾听着你内心的呼唤

幸福从容而又不乏焦虑忧虑地

你能否真正明了

人世间的万事万物

你若想要真正得到

都要付出最为艰辛的劳动和心血去孜孜以求

坚持不懈

能够在平淡、平凡中享受回味并能领悟到真谛

我期待

你的每一天都能和我一样

在快乐而努力地生活着

或者学习知识武装自己的头脑
或者奉献自己的知识武装别人的头脑
能够体会幸福和痛苦相伴而生如影相随
能够认识到真正的人生不仅仅是幸福和甜蜜而是五味杂陈
能够看清楚温室里长不出参天大树
能够从容并微笑着面对一切艰难困苦
并能承受住任何艰难困苦的洗礼
而成长为一个真正的人和大男人
进而追求到生命瞬间的辉煌

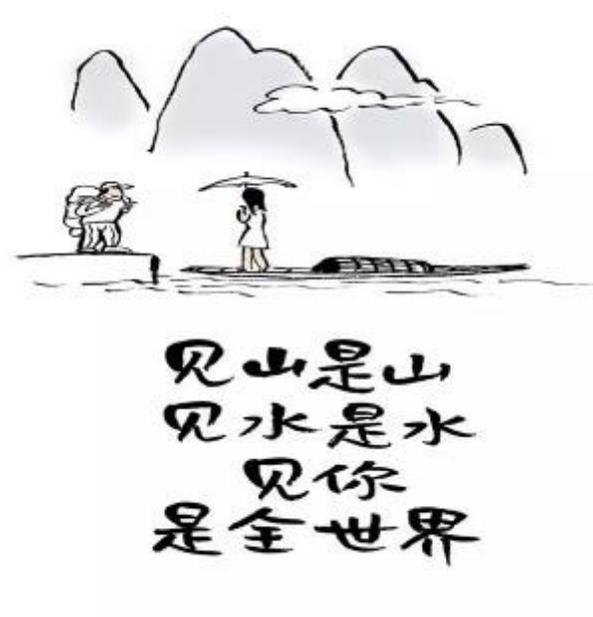
我期待
我们不仅仅懂得三文鱼、爱因斯坦和巴菲特
更要懂得老子、孔子、莎士比亚、贝多芬和歌德
我们不仅仅要种好脚下的三分地
还能够要仰望头顶的天空和星空
能够在乌云密布、大雨滂沱甚至雨雪交加的时候
坚信必然会有春风细雨、艳阳高照或者繁星满天
用勤奋和汗水谱写学贯中西之路
能够敏锐地洞察新生事物并
能够坚定不移地呵护弱小的新生事物成长壮大
能够实事求是
能够把握时代精神
能够顺应时代大趋势和大潮流



孩子
无论你的学业如何
无论你做什么工作
无论你未来事业如何
无论你的长相和健康状况如何
这些都不是我是否爱你的准则
我爱你
是因为你是你
你所有的特质构成了这个世界独一无二的你

我的内心尽管深切地期待
我们都能有思想的共鸣
我们能够登上各自事业的喜马拉雅山
并能站在山顶相互招手甚至能够凝视
可是
纵使没有那些
你的健康
你的诚实
你的善良
你的勤奋
你的脚踏实地
仅有这些美德
就足以让我们心意相通
仅有这些美德
就足以让你我生活得美满
我不做你人生的裁判
我只做你人生的呐喊者和忠实的观众
永远替你呐喊助威

孩子
我爱你
只是因为你是你



而不是任何其他的人
你是上帝所赐我的
最最珍贵的天使
拥有你
我就不再有任何其他的奢望
不期望上帝给我的更多
这是真的
你使我人生丰富、完美和绚丽

孩子
你去追求你的美好的人生吧
飞扬的青春
火热的青春
绚丽的青春
所有的选择权都在你手上
你今天的每一脚步都是你通向梦想的阶梯
走踏实今天的每一步
你的未来就不再仅仅只有梦想
我坚定地相信
你自由自地在知识和真理的海洋中不
畏艰险地遨游
青春的飞扬火热绚丽都会属于你



编辑鸣谢：本期信札所刊登诗文和图片，大部分来自校友在校友总会,天涯同济人,同济群英会及其他相关微信群的投稿和奉献。在编辑出版过程中有所修改借用与重组，特此声明和感谢！

特别鸣谢：周凝玉和蒋放校友,欣然接受编辑邀约，百忙之中为本期信札提供原创作品。郑晓边，刘实，熊是全，张敏，XuFang 等众多其他校友和相关网站提供转载作品。因为名字众多，特别是大量背景引用图片作者难以追溯，只好在此一并感谢！如有遗漏，敬请接受真挚的歉意！

感谢编辑组人员所提供的建议，收集，校对支持！感谢校友们在相关群体内传阅转载。请多提宝贵意见和建议！

凡有牵涉到版权或隐私问题，烦请告知，本刊将予以删除改正

本期责任编辑：刘红梅

编委：汪尔佳 陈敏 彭静 邓云平 刘汉武

请带上您的作品，携着您的初心，在校友艺苑一同追忆、书怀、畅想！

投稿请致 tongjinews@gmail.com 或天涯同济人等相关校友微信群

谢谢阅读，您要安好！



愿有岁月可回首
且以深情共白头