



心中的情结

□ 刘静

从事护理工作30年来，我亲眼见证了医院翻天覆地的变化，医院由小到大、由弱变强，成为山东省区域医疗中心。在这片逐渐成熟的土地上，我收获了太多的感动和成长。

南丁格尔说过：“护理工作是一门艺术，护士要有一颗同情心，要有一双愿意工作的手，一切要从心做起。”

在工作中，我秉承着“工欲善其身，必先利其器”的原则，努力精进，不断完善自我，我深知肩上的责任，天使不好当，这话不假，但是也会带来很多快乐，只有投入其中才会对它深深的体会。

选择了护士职业就是选择了奉献。每当看到自己护理的病人康复出院，这份成就感和患者的信任，给了我努力

做好一个护理人的决心。

或许，会有人不了解护理行业，甚至不理解我们护理人员，觉得护理人员每天面对病人痛苦、苍白甚至绝望的脸，做着琐碎且重复的工作，这样的护理人员能有什么样的情怀？我想说的是，携手患者与病魔做斗争是我们的使命，让患者早日恢复健康是我们的初心。如果把医院比作生命之树，护理人员就是那枝头上的一片绿叶，用无私的奉献诠释情怀。

虽然工作平凡、忙碌又琐碎，但我有足够的耐心、爱心、责任心和同情心，兢兢业业，尽心尽力，不敢有一丝懈怠，用爱心对待每一个病人，让病人感到不是亲人却胜似亲人的温暖。

曾经护理过的很多病人成为我的朋友。慢慢地，我成

了他们的健康顾问。为了方便帮助更多的患者，我建立病人微信群，传播科普知识，解答病人疑惑，让病人及家属受益，也通过微信对特别贫困病人长期捐赠，资助其看病。工作之余，我也会到老年公寓当义工，帮助更多需要帮助的人。

陪伴是最长情的告白，同情心在左，爱心在右。有时候，我也深深思索：我们真的能走进患者的心里吗？能体会到他们的痛苦吗？

在疾病面前，我们无法阻止疼痛，但我们可以随时紧握患者的双手，传递温暖和力量。我们会耐心等待每一位患者，倾听每个生命的故事。作为护士的我们，应该从关注疾病到关注患者的情绪和心，做一位有温度的护士。

所谓的同理心就是换位

思考，充分理解和同情，巧妙运用共情的沟通艺术，使患者的情感得以宣泄，敞开心扉接纳和信任。这是一份信念，更是一份沉甸甸的责任使命和担当。

伟大的诗人泰戈尔说过：“天空中并没有翅膀的痕迹，但我已飞过。”作为一名老护士，我坚信，丰碑无语，行胜于言，病人在你心中有多重，你在他心中就有多重。我国首位南丁格尔奖获得者王琇瑛说过：“病人无医，将陷于无助。”进一步诠释了护理工作的重要性。

天使隐去翅膀，白衣不掩光芒。我愿做一个有温度、有情怀的护理人，用自己小小的光亮温暖每一位患者，让生活更美好，人间更温暖，星光更璀璨，生命更精彩。

夏天(外一首)

□ 郑峰

文人笔下的夏日，总与长字相搭
夏天总是悠长的
长长的影子，长长的天光
长长的蝉鸣和蛙声悠扬

古人把夏日分为三段
孟夏、仲夏和季夏
一雨临初夏，惊雷昨夜新
如果说，春天美在百花争艳
初夏就美在万物竞发
每一次夏的到来
都是一个崭新的闪亮时刻
恍如人生初见时
陶令赞：孟夏草木长，绕屋树扶疏
莎翁赞叹：人间一切瑰丽不免褪色
湮没于不测风云或沧桑世事
而你一如仲夏繁茂，不曾凋谢

夏天，充满绿色和生机
也会让人记住，它炎热和滚烫的热情
不过，对于我来说
夏天确是充满了别样的诗情画意
刚入校门的时候，课本上的一首儿歌：
夏天过去了，夏天过去了
可是那些可爱的早晨和黄昏
像一幅幅图画展现在眼前
早晨，推开窗子
田野一片绿，天空一片蓝
感谢夜里一场大雨
把大地洗得如此干净
时至今日
仍是我对夏天的美好模样

夏天的雨

这个北方的小城
不知从什么时候开始
夏天的雨，好像有感情似的
经常是，飞来一片乌云
或者，刮风带着雷鸣
滴上几滴，哄哄人
然后，消失得无影无踪

今晨，雨真的来了
风中的雨滴轻叩着门窗
惊醒人们懒睡的梦
忽然间，刷刷的雨，脚步轻盈
由远而近，淋漓而至
下雨了，真的下雨了
无数窗门惊呼的面孔

雨水轻拍竹林，葵花满脸喜泪
远山渺茫朦胧，野外鸟叫蛙鸣
一切沉浸在田园情趣里
屋外的雨和风
穿过雨帘，清凉了诗人
诗心又透过珠帘，诗化成了夏雨
雨水，滋润着万物
风声清理着思绪
雨滴守候着你的宁静
装点着男女的梦境

小满，杨梅的味道

□ 申功晶

“小满”这词，读来有一种清润饱满的温柔之美。有诗云：“枇杷黄后杨梅紫，正是农家小满天。”此时，家乡漫坡的杨梅树上，一颗颗乌紫饱满的

杨梅正盈满枝头。

家乡的街头巷尾，隔几处就能看到村妇挎着竹篮，里面盛满一颗颗水汪汪、紫悠悠的杨梅，煞是诱人。

“南方珍果，首推杨梅。”大文豪苏东坡一生颠沛流离，却因祸得福尝了不少天南地北的美食。比如，他流放岭南时爱上了荔枝，后来他去江南做官，初夏时节，尝了当地特产杨梅，居然“移情别恋”起来。

提起吴越杨梅，名气最响的莫过于浙江仙居东魁杨梅。好山好水好杨梅，一个个头足有乒乓球那么大，果肉厚实。我家乡所产之杨梅，个头虽远不及东魁杨梅，但口感细腻。家乡除了紫

红杨梅，还有一种白杨梅，就像老虎里的白老虎，成了稀有品种。难怪“山中宰相”王鏊不惜纡尊降贵为家乡杨梅打广告：“杨梅为吴中佳果，味不减闽中荔枝。”

某年初夏，清代美食家李渔病到半死不活，彼时新鲜水果杨梅上市了，听闻屋外杨梅叫卖声，这位“头号吃货达人”馋得哈喇子流了一地，不管不顾跑出去称了好几斤，顾不得“杨梅性热，不可食用”的医嘱，一口气全落肚中，五脏六腑顿时心通气顺，似打通任督二脉，病居然不药而愈了。

古人有诗：一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来。窃以为，那是因为杨贵妃没吃过杨梅。有一位“梅粉”写道：“若是太真得此味，荔枝焉得到长安。”众所周知，荔枝是出了名地难储存，“一日色变，二日香变，三日味变”。然杨梅更娇嫩，早上刚从树上摘下，下午就变味。所以吃杨梅，最讲究一个新鲜。

母亲用盐水浸泡杨梅，一颗颗捞起来，盛放在白瓷盘里，宛若一颗颗玛瑙，甜中略带酸，一边追剧一边吃，不知不觉一盘下肚，仍意犹未尽。

杨梅入饌，做成一道道佳肴，亦不失为一种诗意的吃法。祖父在世时，入了小满，杨梅上市，家中厨佣别出心裁做出杨梅烧排骨，炖好或炸好的排骨用杨梅翻炒收汁即可入盘，杨梅酸甜，和肉类搭配，去腥解腻，这道菜看起来红亮显眼，闻起来果香十足。

说来也奇，我幼年极爱荔枝，成年却更喜杨梅，较之纯甜的荔枝，杨梅那微酸的口感更令人欲罢不能。

在我家乡，杨梅熟了，几乎家家户户都备好一瓶自制的杨梅酒，一不小心吃坏了肚子，只要喝两口，立马止泻，比任何中西药都管用。

梅子做酒，十里清欢。在这农家小满天，吃几颗杨梅，喝几口梅酒，整个夏天立马清爽诗意起来。



读《岁月如歌》品人生苦乐

□ 程昭湖

清明归滕祭祖，喜获段修桂先生大作《岁月如歌》，因受友邀到泉州盘桓几日，谷雨返淄才得以拜读。

读《岁月如歌》，如品茶茗、如饮甘露、如尝醪糟、如餐美食，回味无穷。它取材平易而见奇，叙事微小而见大，可谓俗中见奇妙，壶小蕴乾坤。

《岁月如歌》，是乡土的眷恋之歌，是人生的顾恋之歌，是师徒的思恋之歌，是家国的

爱恋之歌。它对身边的人和事，讲究的是感情表达的灌注，注重的是思想内涵的开掘。

《岁月如歌》，饱含着作者的真情，叙说着经历的真事，描述着目睹的真景，倾注着个人的真心。它驱遣精到的文字，讲述着为之动情明理的话，叙述着基于日常生活的体验。

《岁月如歌》，对乡土轶事、成长趣闻、师徒情愫、美味

品赏等的描述，令我感同身受，心生共鸣。《剃头》让我想起儿时剃完头，人们“呱呱”贺新头的戏耍；《喝粥》勾起我在粥摊前碗碗，口中“抽、抽”啜吸声的回味；《打瓦》让我忆起小友们打砖、弹球、斗鸡的乐趣；《羊胡子》让我想起曾闻名西关大街“程大辫子”的绰号；《我的初中时代》让我回顾每周背着20多个煎饼一罐子咸菜，从枣庄八一煤矿宿舍跑十几里路，到滕州十三中(原滕县十五中，今木石镇境内)

住校求学的岁月；《打虱年代》令我记起煤油灯下母亲缝补衣袜、捉虱的情景……这一切仿佛就在眼前，令我这个漂泊在外近六十年的游子泪蒙双目，动情不已。捧书拜读，悲喜交集，苦乐共生。

比尔·盖茨说过：“人生如同救火，我们必须可能多地从火中抢出点什么。”感谢修桂先生用简约、准确、生动、耐人寻味的妙笔，抢救出众多的乡情乡景，展现给我们多彩的滕州滋味！

征稿启事

“齐迹”副刊为宣传推广齐文化而生。因为齐文化的兼容并包特性，她也接纳广义上的齐文化稿件，比如涉及聊斋文化、鲁商文化、黄河文化等与本土文化相关的内容。

投稿请发邮箱：lzc b f k @ 126.com。来稿请注明建设银行开户行、开户名、账号、联系电话、通讯地址、邮政编码。请勿登门投稿，谢绝一稿多投。